

FÊTE DE  
LA NATURE  
AU CŒUR DE LA BIODIVERSITÉ

# À L'ÉCOUTE DE LA NATURE

21-25 MAI  
2025

**123randonnez.ch**

21 et 22 mai 2025

## Découverte du bain de forêt

Offrez-vous une parenthèse enchantée en pleine nature et laissez-vous imprégner par la magie de la forêt ! Aussi appelé bain de forêt, ou sylvothérapie, ce moment hors du temps vous invite à ralentir, à respirer profondément et à savourer les bienfaits insoupçonnés des arbres sur le corps et l'esprit.

Au fil d'une exploration sensorielle, entre connexion aux arbres et à soi, création artistique, et dégustation des saveurs de la nature, chaque instant éveillera vos sens et réenchante votre lien au vivant.

Une véritable pause ressourçante, où la nature devient guide et complice de votre bien-être.

Programme sur [www.fetedelanature.ch](http://www.fetedelanature.ch)