

PREMIÈRE ÉDITION. JUILLET 2025



FONDATION
HOMME
ET NATURE

LE MANUEL DE LA FONDATION HOMME ET NATURE

**MANUEL D' ACTIONS POUR UNE COMMUNE EN SYMBIOSE
AVEC LA NATURE ET SES HABITANT·E·S**







PARTIE 1

SOMMAIRE	3
LE MANUEL POUR LES COMMUNES	4
LE MOT DU PRÉSIDENT	5

PLACER LA NATURE AU COEUR DES COMMUNES

QU'EST CE QUE LE LIEN À LA NATURE ?	6
POURQUOI LE LIEN À LA NATURE EST-IL IMPORTANT ?	6
EN QUOI LE LIEN À LA NATURE CONCERNE LES COMMUNES ?	7
LES COMMUNES PEUVENT AGIR EN TANT QUE...	8

LA FONDATION HOMME ET NATURE

QUE PEUT APPORTER LA FONDATION HOMME ET NATURE AUX COMMUNES ?	9
QUI EST LA FONDATION HOMME ET NATURE ?	10
VISION	11
MISSION	11

5 ÉTAPES POUR SE RECONNECTER À LA NATURE

LA CONNEXION À LA NATURE : UNE PHILOSOPHIE DE VIE	12
COMMENT AGIR CONCRÈTEMENT ?	12
CONCLUSION	13

PARTIE 2 – LES FICHES PRATIQUES

PARTIE 3 – LES ANNEXES

VOS INTERLOCUTEURS	26
BIBLIOGRAPHIE, SOURCES ET RÉFÉRENCES	27



LE MANUEL POUR LES COMMUNES

« La commune, avec ses espaces naturels, est le lieu de vie des familles, où se côtoient toutes les générations et où naissent de nombreuses relations amicales. C'est un cadre privilégié pour se reconnecter à la nature. »

Consciente de l'importance d'un lien fort entre les habitants et leur environnement naturel, la Fondation Homme et Nature a conçu ce manuel. Son ambition est de renforcer et de compléter les actions des communes dans la mise en œuvre de leur Plan Climat et leur stratégie biodiversité, ex. sur le canton de Genève.

Aujourd'hui, de nombreuses publications scientifiques mettent en lumière le rôle essentiel d'un lien émotionnel fort avec la nature – pour notre santé, notre bien-être, et pour favoriser une évolution positive des attitudes et des comportements.

Les affirmations et les propositions d'actions contenues dans ce manuel s'appuient sur ces études, ainsi que sur les conseils de notre Comité scientifique. »

IL ÉTAIT UNE FOIS AU BORD DU NOZON...



Notre proposition : Redécouvrir la nature, en reconnaître la beauté, s'en émerveiller, avoir envie de la protéger parce qu'on l'aime.

« L'idée de la Fondation Homme et Nature m'est venue en 2020, pendant le confinement lié à la pandémie. Souvenez-vous, ce fut un printemps exceptionnellement beau, dont je profitais pleinement.

Il m'a alors semblé qu'aimer la nature pouvait être un moteur puissant pour adopter un mode de vie respectueux de l'environnement. En aimant les premières fleurs du printemps, peut-être que réutiliser, réduire et recycler cesseraient d'être des corvées pour devenir un réflexe naturel.

L'idée était là. Mais je n'étais pas la personne idéale pour lancer ce projet seul : trop intellectuel, trop âgé, pas assez proche de la nature. Je me suis donc mis en quête de quelqu'un qui viendrait combler mes lacunes. C'est au cours d'une émission que j'ai découvert une passeuse de nature. Je lui ai écrit pour lui partager mon rêve.

Nous avons fait connaissance lors d'une balade au bord du Nozon, près de Romainmôtier. Il s'agissait de Diane Hostettler, graphiste et passeuse de nature. Elle était aussi différente de moi que possible, mais nos compétences se complétaient à merveille. Ensemble, nous avons cofondé la Fondation Homme et Nature, avec pour objectif de renforcer les liens entre les humains et la nature, afin de faire évoluer les attitudes et les comportements, dans une approche bienveillante.

Après quatre années passées à organiser des événements dans de nombreux domaines, nous avons opéré quelques choix stratégiques : déménager nos bureaux de Lausanne à La Sarraz, pour nous rapprocher de la nature, pouvoir travailler davantage en extérieur et concentrer nos activités sur le lien avec la nature de proximité, en proposant des actions spécifiques pour les communes.

C'est dans cet esprit que nous avons créé le manuel pour les communes, dont je vous souhaite une agréable lecture.

Thierry de Preux
Président et Fondateur



PLACER LA NATURE AU CŒUR DES COMMUNES

MANUEL D'ACTIONS POUR UNE COMMUNE EN SYMBIOSE AVEC LA NATURE ET SES HABITANT·E·S

QU'EST CE QUE LE LIEN À LA NATURE ?

Selon le Professeur M. Richardson de l'Université de Derby (UK), la connexion à la nature « renvoie à notre sentiment d'appartenance au monde naturel ainsi qu'à notre perception de la relation que nous entretenons avec celui-ci ».

Il ajoute : « Bien qu'il soit important de se sentir physiquement lié à la nature, il est également essentiel de cultiver cette relation par le biais de nos émotions et de nos sens pour qu'elle soit véritablement bénéfique. »

La connexion à la nature est donc le lien physique et émotionnel qu'une personne entretient avec son environnement naturel, un sentiment d'appartenance et d'interdépendance avec les écosystèmes.

POURQUOI LE LIEN À LA NATURE EST-IL IMPORTANT ?

Expérimenter, ressentir et reconnaître ce lien à la nature est un levier important dans la transition vers un mode de vie durable. Il nous amène à manifester une forme d'empathie à l'égard du monde naturel, accompagné par une prise de conscience et par un besoin de préserver la nature. Ce processus fait d'ailleurs l'objet d'études scientifiques¹.

Tout comme nous faisons preuve d'empathie et de volonté lorsqu'il s'agit d'aider nos proches, nous ressentons davantage la volonté de protéger la nature à mesure que nous nous sentons proche d'elle. Cela provoque des changements profonds dans nos manières de percevoir le vivant et induit des actions en faveur de sa protection, comme l'écrit Baptiste Morizot : « *notre sensibilité au vivant, les émotions que l'on peut éprouver à son endroit ont tout à voir avec la question de notre action pour le défendre* »²

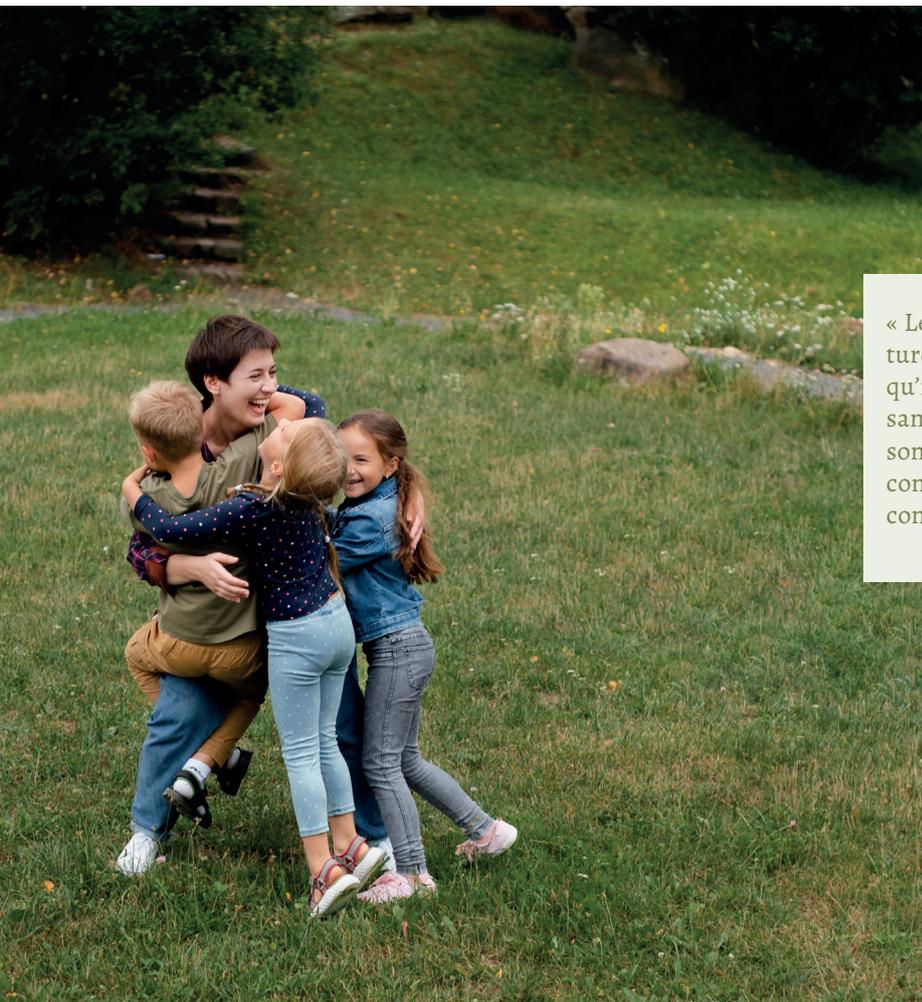
Il n'y a pas d'action ni de changement, sans émotions et sentiments, sans engagement personnel (NDLR : Le mot émotion a pour racine «*ex movere*» en latin, ce qui signifie

« Le XXI^e siècle sera celui de la nature. Mais la nature ne suffit pas : c'est notre connexion avec elle qu'il faut replacer au cœur de l'éducation, de la santé, de l'urbanisme et de tant de secteurs. C'est son contact qui doit accompagner le nouveau-né comme le mourant et c'est sa beauté qui nous réconciliera avec le monde ».

Hubert Mansion, fondateur de UNature

¹ *The importance of connection to nature in assessing environmental education programs.* Cynthia McPherson Frantz *, F. Stephan Mayer, 2013

² « Renouer avec le vivant », 2020





« mouvement hors de soi ». Il peut donc être compris dans le sens de « ce qui pousse à agir ». Il faut que « ça nous touche ».

(Re)donner une place prépondérante à notre relation à la nature semble être plus que jamais fondamental.

En agissant pour « préserver la santé » de la nature, nous agissons simultanément pour le maintien de notre santé physique, mentale et émotionnelle, car elles sont indissociables.

EN QUOI LE LIEN À LA NATURE CONCERNE LES COMMUNES ?

Les communes jouent un rôle essentiel dans la création et le renforcement des liens entre les citoyens et la nature qui les entoure. Incontournables dans la promotion d'un mode de vie durable et respectueux de l'environnement, leur rôle est multifacette, allant de la planification et de la gestion des espaces naturels à l'éducation et à l'engagement des citoyens, en passant par le bien-être ou la sécurité de leurs citoyen-ne-s. De plus, en renforçant la fonction « commestible » des espaces verts, les communes peuvent construire et renforcer la résilience alimentaire.

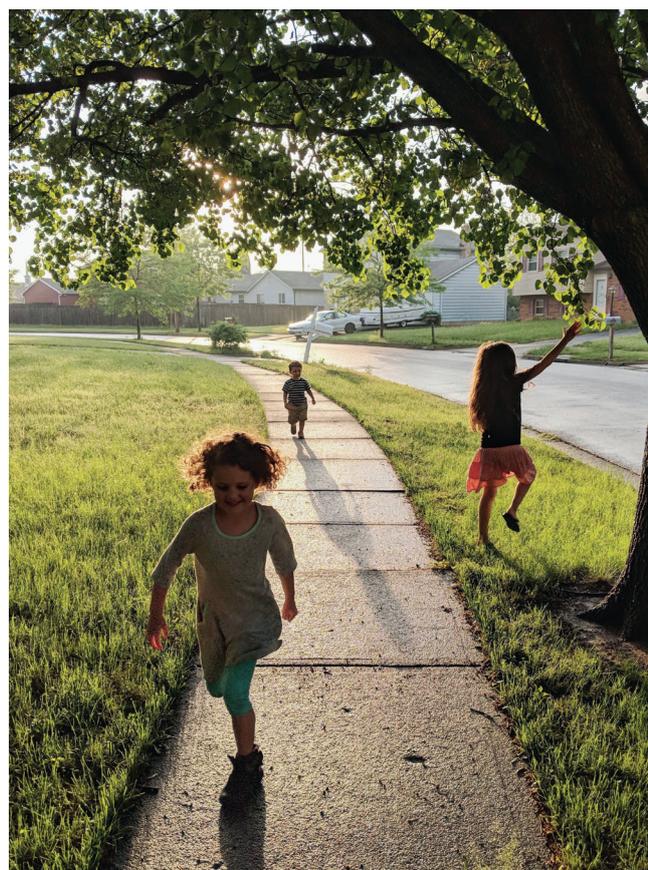
Par exemple, en mettant à disposition des espaces verts (naturels ou urbains), les communes prennent soin de la **santé**^{3/4} **mentale, physique ou émotionnelle** de leurs habitant-e-s, mais aussi de la santé sociale, en favorisant les échanges et les contacts.

La proximité et la qualité des espaces verts sont positivement corrélées au sentiment de **communauté**⁵ ou d'engagement car ils permettent des interactions sociales.

³ Méta-analyse de 24 études qui révèle que l'exposition à des environnements naturels réduit significativement l'anxiété. Zhang X, Zhang Y, Yun J, Yao W. A systematic review of the anxiety-alleviation benefits of exposure to the natural environment. *Rev Environ Health*. 2022 Mar 24;38(2):281-293. doi: 10.1515/reveh-2021-0157. PMID: 35334194.

⁴ Hansen MM, Jones R, Tocchini K. Shinrin-Yoku (Forest Bathing) and Nature Therapy. A State-of-the-Art Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2017 Jul 28;14(8):851. doi: 10.3390/ijerph14080851. PMID: 28788101; PMCID: PMC5580555.

⁵ Jennings V, Bamkole O. The Relationship between Social Cohesion and Urban Green Space: An Avenue for Health Promotion. *Int J Environ Res Public Health*. 2019 Feb 4;16(3):452. doi: 10.3390/ijerph16030452. PMID: 30720732; PMCID: PMC6388234.



**LES
COMMUNES
PEUVENT
AGIR
EN TANT
QUE...**

**FACILITATRICES
DE CONNEXION**

En créant des opportunités pour que les habitants interagissent avec leur environnement naturel, favorisant ainsi une relation plus étroite et plus harmonieuse.

Pour la Fondation Homme et Nature concrètement c'est...

Organiser des activités permettant d'expérimenter la connexion à la nature.

PLANIFICATRICES

En intégrant la nature dans l'aménagement du territoire, en veillant à l'accessibilité et la préservation des espaces verts et naturels.

Pour la Fondation Homme et Nature concrètement c'est..

Développer des espaces verts pour la biodiversité ou des lieux favorables au calme et à la sérénité.



ÉDUCATRICES

En informant et éduquant les citoyens sur l'importance de la biodiversité, de la conservation des ressources naturelles et des pratiques durables.

Pour la Fondation Homme et Nature concrètement c'est...

Organiser des ateliers, des conférences et des sorties nature pour tous les âges, collaborer avec les écoles pour intégrer l'éducation à la nature dans les programmes scolaires.

**FORCES MOTRICES
DE L'ENGAGEMENT**

En encourageant la participation citoyenne à travers diverses initiatives locales et événements liés à la nature.

Pour la Fondation Homme et Nature concrètement c'est...

Créer des groupes de travail ou des comités dédiés à l'environnement, Organiser des événements pour tous les âges (Fête communale, plantation d'arbres, etc.)...



L'Agenda 2030 est un plan mondial pour un avenir durable, adopté par l'ONU en 2015. En Suisse, et notamment dans le Canton de Vaud, il guide les actions pour un développement durable. Il renforce les partenariats et favorise le partage des bonnes pratiques entre le canton et les communes. Les communes, quelle que soit leur taille, jouent un rôle crucial en menant des projets essentiels pour une société durable. Elles sont soutenues par le canton face à des défis communs.

Plus de 110 communes vaudoises ont adopté le programme PECC et plus de 33 communes sont labellisées « Cités de l'énergie ».

Le Conseil d'État vaudois a renforcé l'accompagnement des communes en matière climatique (NB : plus de 8 millions de francs, dont 80% du budget alloué sous forme d'aide financière).

ET C'EST AUSSI...

Découvrir ce que la Fondation Homme et Nature propose comme solutions pratiques, en seconde partie d'ouvrage.



LA FONDATION HOMME ET NATURE

QUE PEUT APPORTER LA FONDATION HOMME ET NATURE AUX COMMUNES ?

La Fondation Homme et Nature peut compléter les actions des communes avec différentes prestations :

- Créer des expériences afin de renforcer le lien à la nature
- Proposer des projets adaptés aux attentes des habitant-e-s et des autorités
- Offrir des solutions personnalisées, authentiques et flexibles pour chaque commune
- Faciliter la communication avec les habitant-e-s
- Mesurer les actions entreprises (sondages, statistiques, etc.)
- Sensibiliser à vivre en symbiose avec la nature
- Répondre aux questions sur la nature, son fonctionnement, son utilité pour les sociétés humaines de manière objective et pédagogique



VISION

Une société qui entretient un lien profond avec la nature conduit à :



Une sensation accrue de bien-être et une meilleure santé physique et mentale



Une plus grande conscience environnementale



Une cohésion sociale renforcée



Des engagements plus forts

MISSION

Promouvoir la relation entre l'humain et la nature



Renforcer les liens qui les unissent à travers des expériences immersives



Expliquer les bienfaits de la nature sur la santé mentale et physique



Fournir des ressources pour le grand public et le secteur éducatif



QUI EST LA FONDATION HOMME ET NATURE ?

Fondée à Lausanne en 2020, la Fondation Homme et Nature, reconnue d'utilité publique et à but non lucratif a pour objectif de favoriser la **reconnexion entre l'humain et la nature**. Elle est convaincue que les comportements écologiques durables naissent d'un lien émotionnel fort avec la nature.

Elle explore comment la nature nous inspire et valorise les relations avec le vivant à travers :

- **Une plateforme d'activités et d'événements nature axée grand public**
- **Des activités pour les institutions communales**
- **Des programmes pour enfants**
- **Une bibliothèque spécialisée avec les meilleurs auteurs sur la thématique du lien entre l'humain et la nature**
- **Une newsletter bimestrielle**
- **Des vidéos et des publications sur les réseaux sociaux**



Jeudis verts 2023



Fête de la Nature en ville



Animation dans une classe

Au cours des cinq années d'existence la FHN a accumulé beaucoup d'expérience et organisé un grand nombre d'événements :

Dans la nature

Randonnées, bivouacs, jeux, courses au trésor, ateliers land-art, ateliers thématiques, sorties plantes sauvages comestibles, etc.

En ville

Arbr'Apéros autour d'arbres remarquables, ateliers nature-regard, animation de stands pour les enfants, animation de Fêtes de Commune, etc.

Pour les enfants

Animations et contes sous une tente berbère, création d'une animation pédagogiques et d'un kamishibai « Loupiote a la Bougeotte », cuisson de pain sur le feu, jeux dans la nature, etc.

Évènements

Conférences avec des intervenants connus, présentations de films sur la nature, etc.

Participation à des évènements publics

Fête de la Nature, Fête de la Nature en ville, Nuit de la randonnée, etc.

Collaboration avec de nombreux partenaires indépendants et avec des associations.



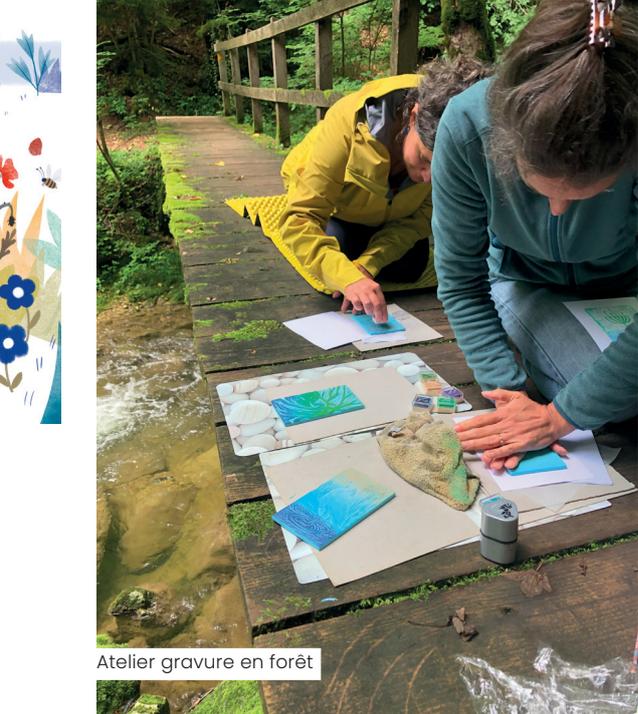
Illustration tirée de Loupiote



Sortie nature avec dégustation



Atelier découverte faune et flore



Atelier gravure en forêt



Arbr'apéro à Lausanne

5 ÉTAPES POUR SE CONNECTER À LA NATURE

LA CONNEXION À LA NATURE : UNE PHILOSOPHIE DE VIE

COMMENT AGIR CONCRÈTEMENT ?

La méthode pédagogique en cinq étapes de la Fondation Homme et Nature commence par la perception sensorielle de la nature et progresse finalement jusqu'à l'engagement pour des actions concrètes envers la nature. Elle est inspirée par les travaux du **Prof. M. Richardson**, en Angleterre, et confirmée par des années d'expérience sur le terrain.

1 LES SENS

Se connecter activement à la nature par tous ses sens, noter ce que l'on voit, entend, sent, ressent, goûte.

Observer la nature par petits groupes en se concentrant sur la perception sensorielle

- Regarder attentivement la mousse, écouter les oiseaux
- Sentir l'écorce d'un arbre
- Toucher les textures de différentes feuilles, etc.



2 LA BEAUTÉ

Rechercher et apprécier la beauté de la nature. Rechercher des occasions de la célébrer.

La pratique des arts dans la nature (peinture, dessin, musique, photographie, écriture) est un moyen privilégié de s'ouvrir à sa beauté.

- Prendre une photo d'un arbre
- Dessiner une fleur sauvage
- Trouver un endroit paisible pour se laisser porter par un beau paysage
- Écouter de la musique inspirée par la beauté de la nature

3 LES ÉMOTIONS

La nature offre des moments et des expériences qui suscitent des sentiments d'émerveillement, de joie, de calme ou de plaisir.

- Rechercher des moments d'émerveillement ou de calme dans la nature
- Noter tout ce qu'on peut ressentir dans la nature
- Prendre plaisir à observer la faune



DONNER DU SENS À NOS VIES

Explorer et exprimer comment la nature donne du sens à nos vies. Découvrir ce que la nature signifie pour nous.

- Célébrer en groupe le jour le plus long de l'année
- Echanger sur son arbre préféré
- Ecrire sur ce que la nature signifie pour soi et sur ce qu'elle nous fait

4

5 PROTÉGER CE QUE L'ON AIME

Prendre soin et protéger activement la nature. Rechercher comment l'aider, y être sensible.

- Entreprendre des activités comme la création d'espaces verts bénéfiques pour la faune
- Soutenir des organisations de conservation

VIVRE EN SYMBIOSE AVEC LA NATURE

Les communes ne sont pas simplement des gestionnaires de territoires, mais bien les architectes d'un avenir où l'homme et la nature coexistent en harmonie.

Elles sont les gardiennes de l'héritage naturel que nous devons préserver pour les générations futures.

Pionnières d'un maillage vert qui redéfinit notre rapport au monde, chaque commune

doit devenir un laboratoire vivant de durabilité où le-la citoyen-ne est à la fois acteur-trice et bénéficiaire d'une transformation profonde.

En repensant notre quotidien, en réinventant nos espaces de vie, en réenchantant notre lien avec la nature, un futur souhaitable est non seulement possible, mais déjà bien en marche. Et vous, quelle empreinte souhaitez-vous laisser sur ce chemin aux côtés de la Fondation Homme et Nature ?



LÉGENDES DES FICHES PRATIQUES



ÉCOLE



ENGAGEMENT DE LA POPULATION



ENFANT



BIODIVERSITÉ



SENSIBILISATION À LA NATURE



TRÉSORS DU TERRITOIRE



SANTÉ PUBLIQUE

ICÔNE EN COULEUR - FICHE RÉPONDANT AU THÈME
ICÔNE GRISÉE - FICHE NE RÉPONDANT PAS AU THÈME

PARTIE 2

LES FICHES PRATIQUES

ANIMATION PÉDAGOGIQUE (JEUNESSE)

FICHE 1	«Loupiote a la bougeotte»	16
---------	---------------------------	----

ANIMATIONS

FICHE 2	Fête communale	17
FICHE 3	NatuRegards	18
FICHE 4	Arbr'apéros	19

ATELIERS

FICHE 5	Découverte faune et flore	20
FICHE 6	Atelier artistique	21

SANTÉ PUBLIQUE

FICHE 7	(re)Connexion Nature®	22
---------	-----------------------	----

AMÉNAGEMENT

FICHE 8	Jardin-forêt	23
---------	--------------	----

COMMUNICATION

FICHE 9	L'importance de communiquer	24
---------	-----------------------------	----

Ces activités ne sont pas exhaustives: il est possible d'adapter toutes ces propositions ou d'en créer sur-mesure. Merci de prendre contact avec la Fondation Homme et Nature!

« LOUPIOTE A LA BOUGEOTTE »

**UNE ANIMATION PÉDAGOGIQUE POUR LES ENFANTS
TOUT SPÉCIALEMENT CRÉÉE AUTOUR DES SENS ET
DE L'ÉMERVEILLEMENT.**

EN TROIS MOTS

La Fondation Homme et Nature a développé en collaboration avec plusieurs partenaires, dont le duo créatif Plume et Pinceau, un kamishibai et une animation pédagogique.

Loupiote, une petite loutre qui a la bougeotte, découvre avec émerveillement les beautés et les bienfaits de la nature. Avec humour et poésie, Loupiote emmène les 4 à 8 ans à la rencontre d'eux-mêmes par les chemins buissonniers !

PUBLIC

Enfants de 4 à 8 ans

INTERVENANT·E·S

Fondation Homme et Nature

POURQUOI CHOISIR CETTE ANIMATION ? 3 BONNES RAISONS...

1. Soutenir les enseignant·e·s dans leur volonté d'aller dehors
2. Amener des outils pédagogiques «clé-en-main»
3. PER compatible

EXPÉRIENCES

En 2025 la FHN a œuvré pour plusieurs classes. Cette animation pédagogique a été créée en partenariat avec une coach de vie pour enfant, une illustratrice, une rédactrice, un institut de formation spécialisé dans les recherches scientifiques sur les bienfaits de la nature, en particulier chez les enfants, une passeuse de nature et une enseignante en philosophie.

OBJECTIFS

- Faire (re)découvrir les beautés de la nature
- Permettre aux enfants d'expérimenter la richesse de leurs sens par leur corps
- Parler de la nature de manière positive
- Nouer un lien émotionnel fort avec la nature

EN SAVOIR PLUS...

homme-nature.ch/va-jouer-dehors/

PRIX

Dès 250 CHF

PARTICIPE À...

Favoriser la participation et l'engagement de la population



FÊTE COMMUNALE

TRANSFORMEZ VOTRE FÊTE COMMUNALE EN UN VÉRITABLE RENDEZ-VOUS CITOYEN AUTOUR DE LA NATURE, DE L'ÉCHANGE ET DE L'ENGAGEMENT LOCAL.

EN TROIS MOTS

Intégrer la présence de la Fondation Homme et Nature dans une fête organisée pour les citoyen-ne-s est une idée originale qui permet de rapprocher les habitant-e-s de la nature.

La Fondation Homme et Nature propose différentes formules et animations, adaptées aux besoins, aux envies et au budget.

PUBLIC

Tout public

INTERVENANT-E-S

Fondation Homme et Nature

POURQUOI CHOISIR CETTE ANIMATION ?

3 BONNES RAISONS...

1. Opter pour des animations qualitatives, sur-mesure, faites par des professionnel-le-s
2. Sensibiliser la population de manière originale
3. Montrer un signe d'engagement fort envers la durabilité aux habitant-e-s

EXPÉRIENCES

En 2025 la FHN a œuvré pour la Commune de Paudex, avec des animations jeunesse.

OBJECTIFS

- Sensibiliser à la nature
- Encourager l'émerveillement
- Renforcer le lien avec la nature locale
- Promouvoir la santé et le bien-être
- Favoriser les échanges entre les générations

PRIX

Sur devis, dès 360 CHF

PARTICIPE À...

Favoriser la participation et l'engagement de la population



NATUREGARDS

CETTE ANIMATION MARIE AVEC SENSIBILITÉ LA CRÉATION ARTISTIQUE, LES CONNAISSANCES NATURALISTES ET LA PHOTOGRAPHIE. UN MUST !

EN TROIS MOTS

NatuRegards est une suite de trois ateliers, complétés par une exposition.

Conçus comme une exploration, un voyage au cœur de la Commune, ces ateliers sont une occasion de réunir la population autour d'une démarche liant création artistique et nature, connaissance de l'environnement et exploration des sens, un moment de reconnexion à la nature et à soi-même pour voir la Commune, son territoire et ses beautés d'un œil neuf.

PUBLIC

Familles ou adultes

INTERVENANT·E·S

Fondation Homme et Nature + partenaires spécialisé·e·s

POURQUOI CHOISIR CETTE ANIMATION ? 3 BONNES RAISONS...

1. Offrir de la visibilité à son territoire
2. Fédérer des liens entre les habitant·e·s et avec la municipalité
3. Mettre en avant le patrimoine naturel de la commune

EXPÉRIENCES

En 2024 la FHN a œuvré pour la commune de St-Sulpice. Projet reconduit en 2025.

OBJECTIFS

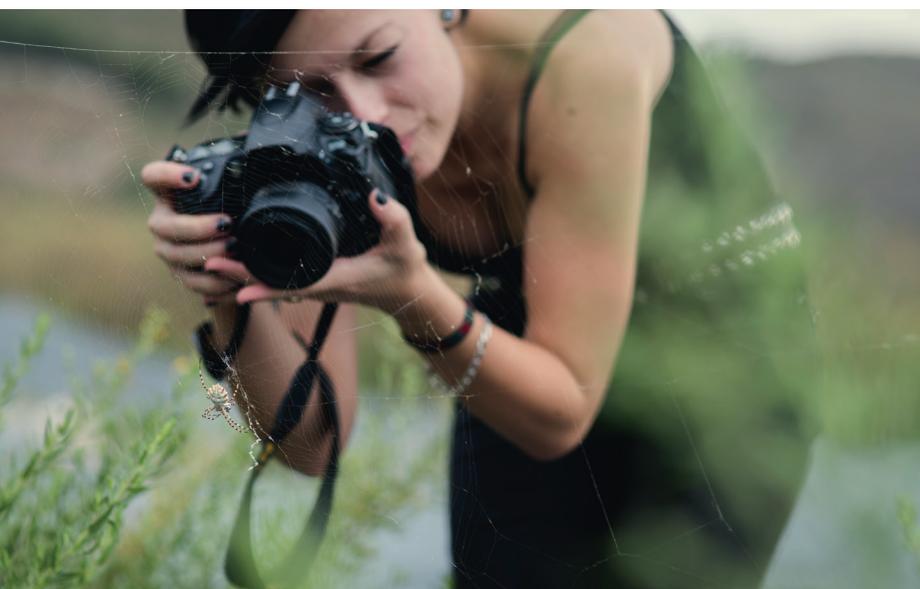
- Exercer son sens de l'observation, retrouver l'émerveillement
- Se reconnecter à la nature et en découvrir les bienfaits
- Transmettre des informations scientifiques
- Découvrir sa Commune et ses milieux naturels
- Amener un changement de regard sur soi, sur la nature et sur sa Commune
- Permettre aux habitants de se rencontrer au travers d'un projet original, fédérateur de rencontre

PRIX

Dès 8'500 CHF

PARTICIPE À...

Favoriser la participation et l'engagement de la population



ARBR'APÉRO

**ANIMATIONS AUTOUR DES ARBRES
REMARQUABLES DE LA COMMUNE POUR DÉCOUVRIR
LES BEAUTÉS DE LA NATURE, MÊME EN VILLE.**

EN TROIS MOTS

Cette animation invite à ralentir, à ressentir, à observer... en se reliant à un arbre emblématique.

En conjuguant pratiques de pleine présence, anecdotes botaniques, fiches explicatives à emporter, partages sensibles et apéro, chaque rencontre devient une expérience sensorielle, apaisante et poétique, accessible à tous.

PUBLIC

Adultes et enfants dès 8 ans

INTERVENANT-E-S

Fondation Homme et Nature + partenaires spécialisé-e-s

POURQUOI CHOISIR CETTE ANIMATION ? 3 BONNES RAISONS...

1. Facilement intégrable dans la vie communale
2. Utiliser un outil puissant pour renforcer le lien entre les habitant-e-s
3. Mettre en avant le patrimoine naturel de la commune

EXPÉRIENCES

En 2024, 107 participants ont pris part aux Arbr'Apéros organisés dans les parcs publics lausannois. Réédition en 2025.

OBJECTIFS

- Se reconnecter à la nature en milieu urbain par les sens et l'expérience
- Favoriser la détente, la concentration, la curiosité et l'émerveillement
- Transmettre des connaissances scientifiques
- Changer le regard sur la nature et la place qu'elle occupe
- Créer du lien entre les habitant-e-s

EN SAVOIR PLUS...

homme-nature.ch/arbrapero/

PRIX

1'250 CHF / Arbr'apéro

4'750 CHF / forfait 4 Arbr'apéros (1 x saison)

PARTICIPE À...

Favoriser la participation et l'engagement de la population



DÉCOUVERTE FAUNE ET FLORE

PROPOSER DES ATELIERS NATURE EST UNE MANIÈRE LUDIQUE ET ENRICHISSANTE DE SENSIBILISER À LA BIODIVERSITÉ ET À LA BEAUTÉ DE LA NATURE LOCALE.

EN TROIS MOTS...

Les ateliers de découverte de la faune et de la flore permet aux participant-e-s de vivre un moment fort en lien direct avec la nature.

Ces animations sont interactives, accessibles à tou-te-s et adaptables selon le lieu et le public.

PUBLIC

Tout public

INTERVENANT-E-S

Fondation Homme et Nature + partenaires spécialisé-e-s

POURQUOI CHOISIR CETTE ANIMATION ? 3 BONNES RAISONS...

1. Proposer une activité pédagogique et immersive en pleine nature
2. Stimuler la curiosité et le respect de l'environnement
3. Valoriser le territoire à travers ses richesses naturelles

EXPÉRIENCES

Depuis 2020, la Fondation Homme et Nature organise plus d'une trentaine d'activités nature grand public par année, dont des ateliers découverte de la faune et de la flore.

OBJECTIFS

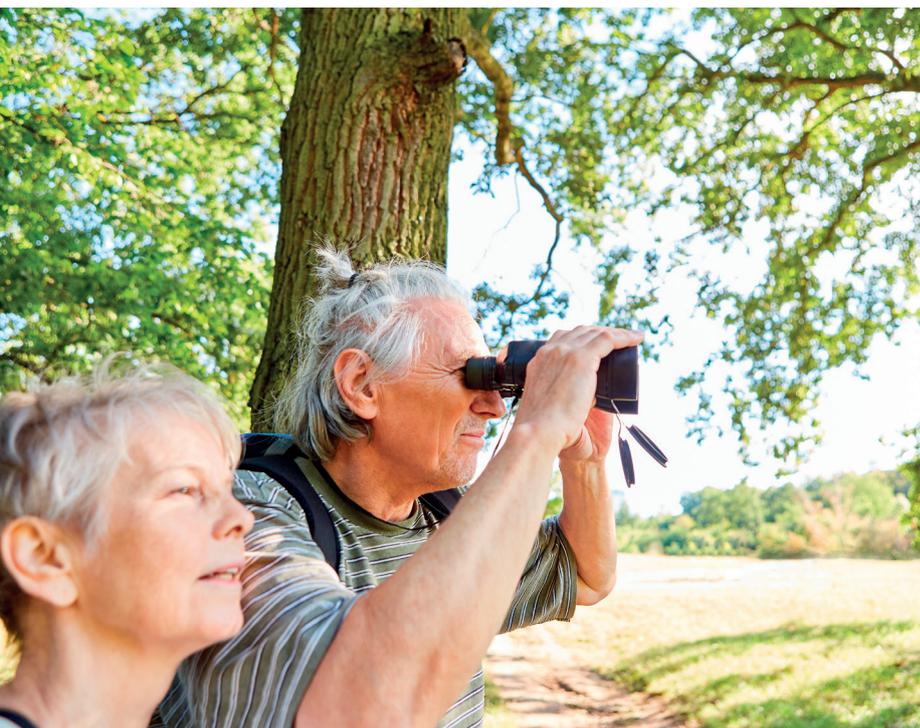
- Faire découvrir la biodiversité locale
- Éveiller les sens et la curiosité
- Renforcer le lien entre humains et nature
- Sensibiliser aux enjeux écologiques
- Encourager l'observation et l'écoute

PRIX

Dès 1640 CHF

PARTICIPE À...

Favoriser la participation et l'engagement de la population
Renforcer la biodiversité pour s'adapter aux changements climatiques



ATELIERS ARTISTIQUES EN NATURE

**CRÉER, S'EXPRIMER ET CONTEMPLER LA NATURE :
LES ATELIERS ARTISTIQUES SONT UNE PORTE D'ENTRÉE
SENSIBLE VERS L'ENVIRONNEMENT.**

EN TROIS MOTS...

Proposer des ateliers artistiques inspirés par la nature permet à chacun-e de vivre une expérience créative tout en se reconnectant au vivant. Ces propositions vont de la photographie à la gravure végétale, en passant par le land art ou l'écriture en pleine nature.

PUBLIC

Tout public

INTERVENANT-E-S

Fondation Homme et Nature + partenaires spécialisé-e-s

POURQUOI CHOISIR CETTE ANIMATION ? 3 BONNES RAISONS...

1. Offrir un espace d'expression artistique au contact du vivant
2. Stimuler l'imaginaire et l'émerveillement
3. Favoriser une approche sensible et poétique de l'écologie

EXPÉRIENCES

Depuis 2020, la Fondation Homme et Nature organise plus d'une trentaine d'activités nature grand public, dont des ateliers de gravure ou de land-art.

OBJECTIFS

- Développer la créativité en lien avec la nature
- Encourager l'écoute, l'observation et le lâcher-prise
- Valoriser les émotions et l'inspiration tirées du vivant
- Créer du lien entre culture, écologie et expression individuelle
- S'ouvrir à la beauté de la nature

PRIX

Dès 1640 CHF

PARTICIPE À...

Favoriser la participation et l'engagement de la population



(RE)CONNEXION NATURE®

OFFRIR UN TEMPS DE RECONNEXION À LA NATURE, C'EST SEMER UNE GRAINE DE BIEN-ÊTRE, D'ÉCOUTE ET DE TRANSFORMATION AU TRAVERS D'UNE EXPÉRIENCE UNIQUE.

EN TROIS MOTS...

Une (re)Connexion Nature®, c'est un moment en forêt, guidé par des pratiques simples et sensorielles, basées sur 3500 études scientifiques, pour se reconnecter à soi et au vivant.

Une parenthèse puissante et accessible à tou·te·s, quels que soient l'âge, le contexte ou l'expérience.

PUBLIC

Tout public

INTERVENANT·E·S

Fondation Homme et Nature + Guides certifié·e·s (re)Connexion Nature®, par [uNature](#), Québec.

POURQUOI CHOISIR CETTE ANIMATION ? 3 BONNES RAISONS...

1. Offrir un espace de ressourcement et de calme
2. Stimuler les capacités de concentration, d'attention et d'émerveillement
3. Valoriser une approche scientifique et sensible de l'écologie

EXPÉRIENCES

Formation et certification par Unature, Québec.

OBJECTIFS

- Réduire le stress et améliorer le bien-être général
- Renforcer la mémoire, l'attention et les liens sociaux
- Donner des clés simples pour entretenir sa santé mentale et physique
- Favoriser une prise de conscience écologique profonde

PRIX

Sur devis

PARTICIPE À...

Favoriser la participation et l'engagement de la population



CRÉATION ET ANIMATION D'ESPACES VERTS

LA FONDATION HOMME ET NATURE COLLABORE AVEC DES PARTENAIRES À LA CRÉATION, À L'AMÉLIORATION ET À L'ANIMATION DES ESPACES VERTS COMMUNAUX.

EN TROIS MOTS

Un projet collectif, novateur et inclusif, qui comprend la création et/ou l'amélioration du paysage et des espaces végétalisés et leur entretien avec des animations pédagogiques saisonnières destinées aux enfants ou adultes. Ces animations seront axées sur des thèmes tels que la biodiversité, l'alimentation, la santé ou encore la créativité.

S'occuper des espaces verts d'une commune, c'est offrir des lieux durables qui enrichissent la biodiversité, améliorent la santé mentale et physique des habitant-e-s, et créent des endroits de rencontre et de sensibilisation. Cette partie est conduite par des partenaires de la Fondation Homme et Nature, qui se charge, elle, de leur animation et du renforcement du lien entre les espaces verts communaux et les habitants, y compris les enfants des écoles, les personnes âgées, etc. à travers des groupes d'échanges et la publication régulière d'informations.



PUBLIC

Tout public

INTERVENANT-E-S

Partenariat entre Jardin-Forêt Suisse qui crée et réalise les espaces verts et la Fondation Homme et Nature qui anime les relations autour de ces réalisations.

POURQUOI CHOISIR CE PROJET ? 3 BONNES RAISONS...

1. Implanté avec et pour les citoyen-ne-s, conçu et animé par des experte-s
2. Renforcer la résilience alimentaire du territoire
3. Mesures régulières de l'impact des espaces verts sur la population et sur la biodiversité

OBJECTIFS

- Créer un écosystème productif qui allie biodiversité, alimentation, éducation, émerveillement et santé
- Faciliter ainsi la convivialité entre les habitants, renforcer leur lien à la nature et améliorer la qualité de vie

PRIX

Sur devis

PARTICIPE À...

Favoriser la participation et l'engagement de la population
Renforcer la biodiversité pour s'adapter aux changements climatiques



L'IMPORTANCE DE COMMUNIQUER

VALORISER LES PROJETS NATURE PASSE AUSSI PAR UNE COMMUNICATION CLAIRE, CRÉATIVE ET ENGAGEANTE. LA FONDATION HOMME ET NATURE PROPOSE SES SERVICES.

EN TROIS MOTS...

Nous vous aidons à raconter votre projet nature de façon attractive et cohérente. De la rédaction de communiqués de presse à la création de visuels (photos, vidéos, affiches, ou encore signalétique), nous fournissons quelques outils supplémentaires à portée de main pour toucher vos publics.

Afin de valoriser au mieux les actions en lien avec la nature, la Fondation Homme et Nature s'entoure d'un réseau de professionnel·le·s de la communication, toutes et tous sensibles aux enjeux environnementaux :

- Rédactrice
- Illustratrice

- Graphiste et d'autres experts.

Cette équipe engagée et créative est à disposition des communes pour les accompagner à chaque étape de leurs projets nature.

AVANT LA RÉALISATION DU PROJET

- Communiqués de presse
- Flyer, affiches, dépliants
- Posts pour RS
- Articles
- Recherche iconographique

PENDANT LA RÉALISATION DU PROJET

- Supports visuels (signalétique)
- Photographies

APRÈS LA RÉALISATION DU PROJET

- Tests de type «Inclusion of Nature in Self scale»
- Statistiques, rapport
- Questionnaires

POURQUOI CHOISIR CE SERVICE ? 2 BONNES RAISONS...

1. Externaliser des tâches
2. Bénéficier d'un travail professionnel réalisé par des passionné.e.s de nature

OBJECTIFS

- Donner de la visibilité aux actions nature
- Créer des supports harmonisés, professionnels et durables
- Toucher différents publics (habitants, presse, institutions)

PRIX

Sur devis



PARTIE 3

LES ANNEXES

VOS INTERLOCUTEURS

26

BIBLIOGRAPHIE, SOURCES ET RÉFÉRENCES

27



VOS INTERLOCUTEURS



de PREUX Thierry

Fondateur et Président

Né en 1944, Thierry est diplômé d'Harvard et de l'EPFL. Retraité actif et passionné, il est amoureux de la voile, du Léman et des montagnes valaisannes. Thierry a vécu et a travaillé 22 ans à l'étranger (USA, Afrique de l'Ouest, France). Il est marié avec quatre enfants et six petits-enfants.

thierry.depreux@homme-nature.ch



HOSTETTLER Diane

Cofondatrice, responsable de l'exécution des mandats

Drôle d'oiseau, Diane Hostettler partage son temps entre de multiples passions. Graphiste indépendante depuis plus de 15 ans,oureuse des mots et du beau, elle puise son énergie et son inspiration dans la nature. Elle s'est formée en tant que guide outdoor pour accompagner des familles, des classes ou des entreprises à se reconnecter à la nature. Elle est également cofondatrice de la Fondation Homme et Nature et guide certifiée (re)Connexion Nature.

diane.hostettler@homme-nature.ch



AMORY Daphné

Responsable RP-recherche de fonds et relations avec les communes

Originaire du Valais, Daphné explore avec passion plusieurs carrières, tantôt en tant que musicienne classique professionnelle, tantôt en tant que spécialiste en communication et relations publiques. C'est sa passion pour l'humain et sa curiosité d'apprendre qui la guide. En rejoignant la Fondation Homme et Nature en 2023, Daphné entame un nouveau pas de danse avec pour cœur de cible l'humain et son lien à la nature - nature qui, selon elle, « constitue un véritable pont entre les richesses humaines qui composent notre société, quels que soient leurs horizons ou leurs vécus ».

daphne.amory@homme-nature.ch



ESCUDERO Patricia

Responsable administratif et finances, offres, facturation et gestion des partenariats

Dans le sang de Patricia coule la fierté de ses origines: rencontre entre la Suisse et le Brésil, colorée d'une touche amérindienne. Mère d'un grand fils de 20 ans, elle est sportive et passionnée par/de la nature. Elle est guide certifiée (re)Connexion Nature.

patricia.escudero@homme-nature.ch

Nos coordonnées

Fondation Homme et Nature

Place du Temple 6 - 1517 La Sarraz

info@homme-nature.ch | homme-nature.ch | tél 021 512 01 21

BIBLIOGRAPHIE

Allen Ruth

« *La nature, une thérapie du corps et de l'âme* »
Eyrolles, 2020

Egger Michel Maxime

« *Réenchâter notre relation au vivant – écopsychologie et écospiritualité* »
Jouvence, 2022

Franck N., Haesebaert F.

« *Protéger sa santé mentale après la crise* »,
Odile Jacob, 2023

Hostettmann Kurt

Tous ses livres sur les plantes, dont le dernier paru :
« *Les plantes contre la fatigue* »
Favre, 2025

Mansion Hubert

Fondateur d'Unature, Canada
« *Réconcilier – vers une identité environnementale* »
Éditions Nullus in Verba, 2022.

Nezhukumatathil Aimée

« *Un monde de merveilles – une ode à la nature, à l'espoir et à l'émeveillement* »
Hachette Livre, 2022

Richardson M.

University of Derby, UK
« *Reconnection – Fixing our Broken Relationship with nature* »
Pelagic Publishing, 2023

« *The blackbird's song & other wonders of nature* »
New River, 2024

Senn N., Gaille M., del Rio Carral M., Gonzalez Holguera J.

« *Santé et environnement, vers une nouvelle approche globale* »
RMS – Revue Médicale Suisse, 2022, 505 pages.

Simard Suzanne

« *À la recherche de l'arbre-mère – découvrir la sagesse de la forêt* »
Dunod, 2021

Wall Kimmerer Robin

« *Tresser les herbes sacrées – sagesse ancestrale, science et enseignements des plantes* »
Le lotus et l'éléphant, 2021

Zürcher Ernst

« *Les arbres, entre visible et invisible – s'étonner, comprendre, agir* » Babel, 2021

« *Le pouls de la Terre* »

La Salamandre, 2023.

[Rapport Environnement Suisse 2022](#)

[Rapport SDSN "L'avenir de l'alimentation en Suisse"](#)

[Stratégie biodiversité suisse](#)



FONDATION
HOMME
ET NATURE

FONDATION HOMME ET NATURE

PLACE DU TEMPLE 6 | CH-1517 LA SARRAZ
HOMME-NATURE.CH | INFO@HOMME-NATURE.CH