

ACADÉMIE DU BAIN DE FORÊT PROVENÇALE

BILAN LE VAR FÊTE LA NATURE

20 — 26 mai 2026 · Forêts du Var

10

SESSIONS
RÉALISÉES

78

PARTICIPANTS
PRÉSENTS

90%

TAUX DE
PRÉSENCE

9

GUIDES
MOBILISÉES

Les sessions se sont tenues dans **4 territoires du Var** : Provence Verte, Dracénie-Provence Verdon, Méditerranée-Porte des Maures et Métropole Toulon Provence Méditerranée. Public majoritairement composé de **seniors et de couples (46-60 ans, 60%)**. **82% des opérateurs** ont jugé la fréquentation satisfaisante ou très satisfaisante.

DÉTAIL DES SESSIONS

20 mai	Châteauvert · A. Ballatore	7	20 mai	Barjean · C. Bourru	14
20 mai	Bras · Ph. Gray-Lopez	8	21 mai	Portanière · C. de Bollemont	7
21 mai	Les Arcs · A. Pfister	7	22 mai	Mont Faron · F. Mounié	6
22 mai	St-Cyr · K. Palazon · annulée	—	23 mai	Carqueiranne · S. Chauveau	12
23 mai	Varages Laval · A. Ballatore	12	24 mai	Varages La Blaque · A. Ballatore	5

RÉSEAUX SOCIAUX · FACEBOOK & INSTAGRAM

25K	Vues Facebook sur la période ↑ +1 900% vs période précédente
5 199	Vues organiques Facebook + Instagram 18 – 29 mai · sans publicité
263	Interactions avec le contenu Facebook ↑ +298,5%
201	Clics vers provencesylva.com ↑ +1 900%
671	Impressions LinkedIn · 30 réactions ↑ +91,7% · 234 abonnés · 5 nouveaux

PORTÉE & PUBLICITÉ META

12,4K	330
Spectateurs uniques FB ↑ +3 300%	Visites Page Facebook ↑ +317%
38	2
Nouveaux followers FB ↑ +1 200%	Republications LinkedIn Organique

Publicité Meta (boost événement) :
29,92 € · 8 jours → 21 632 vues · 138 réponses · 0,22 €/résultat

Contenus publiés par l'Académie :
11 posts LinkedIn · 11 posts Facebook · 11 posts Instagram · 2 articles de blog · 2 infographies scientifiques · Agenda mis à jour



390 278 ~130
Utilisateurs actifs Nouveaux utilisateurs Visites le 26 mai

provencesylva.com · 18-29 mai 2026
Pic record le 26 mai, corrélé à la diffusion de l'émission *Enquête de Santé* sur France 5 — "La forêt qui soigne". Preuve directe de l'effet d'entraînement entre visibilité médiatique nationale et intérêt local.

PROFIL DU PUBLIC ACCUEILLI

46 – 60 ans	60%
+ de 60 ans	20%
31 – 45 ans	13%
19 – 30 ans	7%

Public majoritairement local (commune et intercommunalité · 55%). 82% des opérateurs satisfaits ou très satisfaits. 65% souhaitent renouveler en 2027.

*"Une Balade SylvaViva ne se raconte pas —
il faut la vivre avec son cœur, son esprit et son âme."*

Tous les participants ont vécu une expérience de première fois. Les guides partagent une même observation : des corps qui se détendent, des regards qui changent, des adultes qui redécouvrent la forêt avec des yeux d'enfants.

★★★★★

*"Le bain de forêt est un élixir de
jouvence de l'esprit — un concentré
de paix, d'oubli, d'ouverture à la
nature et d'infinie quiétude. 3 mots :
lâcher prise, sérénité, partage."*

Participante · Sentier de Barjean · 20
mai

★★★★★

*"J'ai pu déposer ma besace un peu
tristounette et repartir chargée des
couleurs de l'arc en ciel que mes
pieds enracinés ont bien voulu
m'insuffler."*

Participante · Sentier de Barjean · 20
mai

★★★★★

*"J'ai été touchée par l'invitation,
douce et progressive, à reconnecter
avec mes cinq sens. Le concert des
oiseaux à la fin — c'était juste
énorme."*

Participante · Sentier de Barjean · 20
mai

★★★★★

*"Redescendre en enfance,
émerveillement et lâcher prise. Nous
avoir laissé explorer les vieux arbres
a permis une proximité vraie avec la
nature provençale."*

Participant · Var Fête la Nature 2026

★★★★★

*"Une première expérience
entièrement positive. Un moment
complètement déconnecté du
temps, où j'ai pu souffler et
reprendre contact avec l'essentiel."*

Participante · Var Fête la Nature 2026

★★★★★

*"Revoir la forêt avec des yeux
d'enfants, c'est le cadeau que m'a
offert cette balade. La bienveillance
de la guide a tout rendu possible. Je
reviendrai."*

Participante · Var Fête la Nature 2026



CE QUE LES GUIDES OBSERVENT

- Des corps qui se détendent dès les premières minutes
- Des enfants qui se concentrent, des adultes qui ralentissent
- Un désir unanime de revenir et de partager
- Une pratique ancrée dans le territoire provençal

Cette première participation au **Var fête la Nature** marque une étape importante pour ProvenceSylva. La pratique des **Balades SylvaViva** gagne en reconnaissance, portée par les travaux scientifiques du **1er Colloque Santé & Forêt** (octobre 2025). De plus en plus de participants, de guides, de territoires.

DONNÉES CLÉS 2026

2

GRANDES OPÉRATIONS
DE SENSIBILISATION

9

GUIDES MOBILISÉES
VAR FÊTE LA NATURE

78

PARTICIPANTS
VAR FÊTE LA NATURE

10

SESSIONS RÉALISÉES
VAR FÊTE LA NATURE

+

NUITS DES FORÊTS
BILAN À VENIR

16

MÉCÈNES & PARTENAIRES
COMMUNS

VOUS NOUS AVEZ FAIT CONFIANCE — MERCI !

Grâce au soutien de nos **mécènes et partenaires**, 78 personnes ont vécu gratuitement une Balade SylvaViva dans les forêts du Var. Votre engagement a rendu cette action possible — locale, accessible et profondément humaine.

Ils nous soutiennent :



PROCHAIN RENDEZ-VOUS · LE VAR FÊTE LA NATURE 2027

LE VAR FÊTE LA NATURE 2027

86% des opérateurs voient un fort potentiel départemental. 65% souhaitent renouveler. Objectif : plus de sites, plus de guides, communication coordonnée dès janvier.

ENQUÊTE DE SANTÉ · FRANCE 5

La diffusion le 26 mai a généré un pic de 130 visites sur provencesylva.com — signe fort de la légitimité croissante auprès des médias nationaux.

UNE PRATIQUE DOCUMENTÉE

Les travaux du 1er Colloque Santé & Forêt (oct. 2025) donnent aux Balades SylvaViva une base scientifique solide, loin des clichés bien-être.

PRÉSENCE TERRITORIALE RENFORCÉE

De plus en plus de participants, de sites, de guides. Une pratique qui s'enracine — consolidée avec le bilan complet des Nuits des Forêts 2026.



Téléchargez les actes

du 1er Colloque Santé & Forêt sur provencesylva.com