

Immersion Sauvage et Familiale en forêt du Risoud



Un voyage au cœur du vivant

Cette immersion familiale est une invitation à ralentir, à renouer avec la nature et à retrouver le goût d'une vie simple et libre. Conçue pour tous les âges – des bébés aux aînés –, elle ouvre un espace d'exploration où chacun peut, à son rythme, s'immerger dans la forêt, toucher la terre, écouter le chant du feu et savourer la joie du partage.

Pendant cinq jours, nous nous installons dans un recoin préservé du Risoud, une forêt profonde où serpente une rivière claire. Ici, le temps s'étire au fil des besoins et des envies, loin des contraintes et du superflu. Dans ce refuge de verdure, nous vivons ensemble, en famille et en tribu, autour du feu, à l'écoute des murmures du vent et du crépitement des braises.



Vivre pleinement la forêt

Dans cette immersion, pas d'emploi du temps figé. Nous avançons selon nos élans, entre exploration et moments de détente. Chaque jour est une invitation à :

- **Construire un abri** léger et étanche avec une bâche et de la corde, tout en apprenant les nœuds essentiels.
- **Allumer un feu** de manière primitive pour cuisiner, se réchauffer, bricoler et veiller ensemble.
- **Explorer la nature** et apprendre à reconnaître les plantes sauvages comestibles, médicinales et toxiques.
- **Cuisiner sur le feu**, expérimenter la cuisson en pleine nature et transformer nos récoltes sauvages en plats simples et gourmands.
- **Veiller sous les étoiles**, raconter des contes, chanter, jouer, improviser du théâtre et échanger autour du feu.
- **S'initier à l'artisanat sauvage** en fabriquant un objet utile : un panier, un arc et des flèches, un sac en cuir, un kit de feu ou des ustensiles sculptés, une flûte...

Manger avec la forêt

Notre alimentation repose sur des ingrédients simples et biologiques : céréales, légumineuses, noix, huiles, fruits et légumes. Chaque repas est un moment de partage, préparé collectivement sur le feu. Nous expérimentons aussi la **cueillette sauvage**, intégrant au fil des jours les plantes que nous découvrons, pour enrichir nos plats et élargir notre palette gustative.

Chacun est libre d'apporter des aliments complémentaires, notamment pour les enfants, qui seront mis en commun pour enrichir notre cuisine collective.

Un apprentissage vivant et intuitif

L'immersion familiale est plus qu'une simple aventure : c'est un **mode de vie** qui repose sur trois piliers essentiels :

1. Ralentir et vivre au rythme de la nature

Ici, pas de stress, pas d'horaires imposés. On se laisse guider par les cycles du jour et de la nuit, par la lumière du matin et la douceur du crépuscule.

2. Apprendre par l'expérience

Monter un abri, faire du feu, cuisiner, reconnaître les plantes... Chaque apprentissage se fait naturellement, au fil des gestes, des besoins et des découvertes.

3. Retrouver la simplicité et la force du lien familial

Vivre ensemble, en pleine nature, c'est revenir à l'essentiel : être présent, partager, jouer, s'émerveiller. C'est un temps suspendu où chacun trouve sa place et goûte à la liberté.

Une parenthèse précieuse

L'immersion familiale est une occasion unique de tisser des souvenirs profonds avec ses proches, d'expérimenter une autre manière d'habiter le monde et de ressentir la puissance du vivant. Un temps de reconnexion, de simplicité et de joie pure, à vivre et à savourer pleinement.

Nous

Pâris Faini

Depuis l'âge de 19 ans, en 2006, l'aventure commence avec une idée fixe, vivre dans la nature. Les plantes sauvages sont partout, Pâris apprend à les connaître, il apprend à distinguer les comestibles des toxiques. En 2008 il rejoint le collège ethnobotanique aux côtés de François Couplan.

Dès lors, Pâris parcourt les quatre coins de l'Europe à la recherche des forêts les plus anciennes, des écosystèmes les mieux préservés. Il part toujours en petits groupes, s'inspirant des tribus. Son objectif est de comprendre le fonctionnement de l'écosystème, avant son anthropisation, à l'époque où la vie grouillait sur les terres et dans les mers.

D'une part, Pâris souhaite appréhender l'optimum écologique de l'ensemble du vivant, climax de l'abondance. D'autre part, il expérimente des modes de vivre au sein des écosystèmes, les mieux à même de favoriser le foisonnement de la vie. Il nomme cette discipline l'Art de vivre sauvage.

Il est aujourd'hui accompagné de son épouse CanCan, et de leurs deux filles.. Ensemble, ils s'enforestent toujours plus longtemps dans les replis préservés de l'écosystème, approfondissant leurs connaissances et les partageant volontiers.

CanCan Huang

Au croisement du cinéma, du monde sauvage, de la musique intuitive et de la conscience élargie, CanCan chemine là où le visible rencontre l'invisible.

Après une vie citadine consacrée au cinéma, elle a répondu en 2018 à l'appel d'un retour à l'essentiel. Depuis, elle explore les terres sauvages, des forêts boréales de l'Europe au désert du Sahara, en chemin avec son compagnon Pâris et leurs deux filles. Ensemble, ils vivent dans l'esprit des chasseurs-cueilleurs, en quête d'une harmonie profonde entre l'humain et le monde vivant.

Fidèle à sa passion du cinéma, CanCan capte les éclats d'une vie libre et vibrante, à l'écoute de la sagesse du vivant. Sa caméra révèle une humanité capable de se réinventer dans l'amour, la créativité et la symbiose. Elle poursuit son exploration des terres sauvages et sacrées du monde, donnant naissance à des projets audiovisuels qui portent la trace vivante de ce chemin — empreinte de liberté, de magie et de vie.

Uma & Sēnlín

Nos deux filles, respectivement 6 et 3 ans.

Elles nous accompagnent partout où nous allons.



Principes de l'art de vivre sauvage

Nous sommes à la recherche d'un mode de vie respectueux du vivant dans son ensemble. Nous avons décidé de placer la vie au centre de nos valeurs. Nous estimons l'ensemble des espèces vivantes comme une seule et grande famille, interdépendante dont chaque membre représente la diversité des intelligences. Nous considérons cette famille comme notre plus grande richesse. Nous cherchons donc un mode de vie favorable au retour du foisonnement de la vie sur Terre.

Notre but est de retrouver notre place au cœur du foisonnement de la vie, d'adopter un mode de vie qui offre à toutes les espèces vivantes un espace et un temps propices à leurs épanouissements. Nous souhaitons renouer avec l'abondance de la vie.

Notre recherche passe par une compréhension profonde de ce qu'est la nature, de son histoire, à travers les sciences naturelles. Nous posons nos regards sur les détails d'une petite plante aussi bien que sur les dynamiques de l'écosystème dans son ensemble. Nous souhaitons ouvrir nos sens, pour comprendre le monde, ce qu'il est, ce que nous sommes, ce dont nous faisons partie.

Nous voulons changer nos modes de vies, réévaluer nos besoins puis trouver des solutions fiables, effectives. Nous sommes conscients que changer de mode de vie signifie simplement changer la plupart, sinon tous les aspects de nos vies.

Les pistes sont multiples, nous cherchons des solutions dans le passé et dans la diversité des cultures, avec une attention particulière aux peuples dont le mode de vie est le plus respectueux du vivant. Nous nous inspirons également du mode de vie de chaque espèce vivante qui, comme nous, traverse l'expérience de la vie avec son lot de défis. Le foisonnement est justement la somme de toutes les espèces vivantes, et donc autant d'exemples de savoir-vivres ensemble.

Nous souhaitons nous consacrer activement à l'idée que nous sommes partie intégrante de la nature en délaissant notre syndrome de supériorité. Bien que la prise de conscience des choses qui ne vont pas est importante, nous optons pour une démarche positive, basée sur les solutions.

Enfin nous postulons pour un changement de mode de vie tout en douceur, au cours d'un processus personnel choisi. Nous avons l'intime conviction que derrière la découverte d'un mode de vivre ensemble, en harmonie avec la diversité des espèces, se cache le secret d'une vie exaltante et pérenne.

Pâris Faini

Liste de Matériel

Important : cette liste est indicative, nous l'utilisons plutôt pour nos longues immersions. Pour les immersions familiales, n'hésitez pas à amener simplement ce que vous avez à disposition, comme des couvertures, un couteau de cuisine, des sacs cabas... nous ne sommes jamais si loin des voitures, n'hésitez pas à vous charger un peu. C'est l'occasion de tester le matériel. La tarp, ou toile de pluie en français, et ses cordes, peuvent être fournies si demandées.

Les habits (en rouge, version plus "sylvestre")

Le haut

- | | Poids estimé dans le sac et sur vous |
|---|--------------------------------------|
| • Un poncho imperméable ou une veste de pluie | 300g |
| • Un pull en laine | 600g+600g |
| • Deux sous-pulls en mérinos | 250g+250g |
| • Deux t-shirt | 150g+150g |
| • Un bonnet en laine | 30g |

Le bas

- | | |
|---|-----------|
| • Selon la météo, un pantalon ou un short | 1000g |
| • Un sous-pantalon en laine mérinos | 200g+200g |
| • Des chaussettes montantes en laine, une paire épaisse et fine | 150g+50g |
| • Des chaussures légères à séchage rapide. | 1500g |
| • Un maillot de bain | 100g |

Indispensables

- | | |
|---|-------------|
| • Un sac à dos ou une sangle de portage . | 2000g |
| • Un sac de couchage (-10°C confort si acheter pour pratiquer régulièrement, car passe partout en Europe, sinon) adapté à la température annoncée. Deux sacs de couchages l'un dans l'autre les rendent très chauds et/ou une couverture en laine ou en peau . | 1000g |
| • Un couteau en métal (à lame fixe et épaisse si pour le bois) ou en silex | 100g |
| • Une Trousse à médecine | 150g (vide) |
| • De l'huile essentielle de lavande vraie, <i>Lavandula angustifolia</i> , (désinfectant puissant). | 40g |
| • Une pince à épiler pointue. ou casser ce qui dépasse puis enfoncer le reste. | 20g |
| • Un briquet transparent ou des allumettes ou une pierre à briquet (ferrocérium). | 25g |
| • Une lampe frontale avec lumière rouge (moins éblouissante). | 120g |
| • Des pansements divers ou de l'amadou et un tissu déchiré (nœud d'infirmier) | 30g |
| • Un nécessaire à coudre (aiguille classique, aiguille à cuire, fil). | 30g |
| • Une tarp 3 x 2 m (+~ 1 m par pers. supplémentaire) | 500g |
| ▪ Une corde de 20 m de long et 3 mm de diamètre. (6.5g/m) | 130g |
| ▪ Quatre cordes de 3 m de long et 2 mm de diamètre. (2g/m) | 24g |
| Ou une tente. | 1000g |

En option

- Un bol en métal 100g **ou une kuksa 200g**
- Un matelas de sol 600g **ou une peau de renne 2000g**
- Une petite gourde 350g
- Un sac de récolte. 70g
- Un sac à viande, en coton ou en soie, peut faire écharpe 350g
- Une brosse à dents 13g.
- Des carrés de soie ou serviettes de bain mouchoirs.
- Un petit carnet et son crayon
- Un kit à feu primitif
- Des instruments de musique

À volonté : des chants, des histoires, des jeux, du théâtre, des danses, des énigmes, des savoirs...

Merci de garder les téléphones à usage discret. Merci de ne rejeter aucun produit dans la rivière.

Informations Pratiques



Rendez-vous

- **Date** : Samedi 15 Mai 2027
- **Heure** : 11h30
- **Lieu** : Gare du Brassus, 1348 Le Chenit, Suisse

Depuis la gare, un court trajet en covoiturage nous mènera à l'orée de la forêt. De là, une marche d'environ **15 minutes** à travers les bois et une petite rivière nous conduira jusqu'au campement.

À notre arrivée, nous prendrons le temps de découvrir le lieu et de présenter le déroulement de l'immersion autour d'un **repas d'accueil convivial**.



Fin de l'aventure

- **Date** : Lundi 17 Mai 2027
- **Heure** : 16h

Responsabilité

En participant à cette semaine nous garantissons les connaissances que nous partagerons avec vous, particulièrement au sujet de ce qui est comestible ou toxique. Ces connaissances sont le fruit d'une formation solide et de 15 ans d'expériences de vie en forêt à travers tous les climats européens. Pour tout le reste, les parents restent responsables d'eux-mêmes et de leurs enfants. Merci de nous prévenir pour d'éventuels particularités de santé qui pourraient avoir un impact sur l'aventure. Pour une bonne cohésion du groupe, merci, autant que possible, d'arriver à l'heure et de suivre le stage jusqu'au bout.

INSCRIPTION

Tarifs

Le prix est calculé au plus juste pour que nous puissions faire vivre nos familles de nos activités tout en rendant l'expérience de la vie sauvage accessible au plus grand nombre.

Adultes: 300.- chf

Mineurs: 150.- chf

**Prix dégressif pour les familles*

**Pour que cette expérience reste également accessible aux familles, le prix est calculé comme suit:*

- 1 adulte 300.-
- 2 parents avec enfant(s) 550.-
- 1er enfant 150.-
- par enfant supplémentaire 100.-
- Enfants de moins de 3ans: Gratuit

Par exemple: Les 2 parents qui viennent avec leurs 2 enfants:

550 + 150 + 100 = 800.-

Inscription

Pour valider l'inscription, l'intégralité de la somme est à verser sur le compte:

Titulaire du compte : **Pâris Faini Vivre sauvage**

IBAN : **CH80 0900 0000 1683 1339 7**

Numéro de compte : 16-831339-7

BIC : POFICHBEXXX

Votre inscription prend effet dès réception du versement de l'intégralité de la somme. Ce montant représente notre engagement mutuel.

En cas d'annulation de votre part :

- Jusqu'au **30 jours avant le départ : remboursement de 50 %** du montant total
- Après cette date : **aucun remboursement**, sauf si une autre personne reprend votre place

Nous vous recommandons de souscrire une **assurance annulation** (voyage, séjour ou événement) afin de vous protéger en cas d'imprévu.

Merci pour votre engagement et votre compréhension.



Formulaire d'inscription ici

*Il ne s'agit pas de partir loin,
mais de revenir profondément —
dans le corps,
dans le souffle,
dans la relation au vivant.*



Contact & Infos

contact@viesauvage.ch

+41 (0) 77 987 30 65

+33 (0) 6 45 82 42 98

viesauvage.ch

gens-des-bois.org

CanCan&Pâris Youtube Chaîne

S'inscrire à la lettre d'information