



LES NATUR'ELLES

Journées entre femmes

Cheminer avec le vivant

Des journées entre femmes, au rythme de la nature, pour prendre soin de soi, du corps au cœur. Des parenthèses simples au grand air pour ralentir, éveiller les sens, respirer, observer, cueillir, créer, chanter ou cuisiner sur le feu, selon les saisons et l'élan du groupe. Des temps partagés entre femmes d'horizons variés, dans un espace bienveillant et sécurisant, propice aux échanges, au plaisir d'être ensemble et pour oser l'exploration, tant vers l'extérieur, que vers l'intérieur.

Pour qui ?

Pour des femmes de tous âges et de tous horizons, qui ont envie de se retrouver pour partager une journée dans la nature avec d'autres femmes.

Par qui ?

Kanga Zili et Irène Collaud, animatrices nature

Quand en 2026 ?

Toutes les 3 semaines environ (voir les dates sur le site)

Où ?

Canton de Vaud (tous les lieux sont accessibles en transports publics)

Combien ça coûte ?

Participation libre entre CHF 10.– et 40.– selon les possibilités de chacune, à donner sur place.

Comment s'inscrire ?

lesnaturelles@protonmail.com | 078 793 87 85 (Irène)

Obtenez plus d'informations sur www.ucfvaud.ch/les-natur-elles

Association vaudoise des UCF

Pré-du-Marché 15 - 1004 Lausanne

021 312 78 72 - contact@ucfvaud.ch - www.ucfvaud.ch



UCFVaud



LES NATUR'ELLES

Journées femmes & enfants

Faire tribu en forêt

Des journées en forêt pour les mamans, grand-mamans, tatas, marraines, femmes, ainsi que leurs enfants, petits-enfants, neveux/nièces, filleul-le-s, voisin-e-s... Des samedis chaleureux et ludiques pour se laisser porter par le groupe, rencontrer d'autres femmes et enfants, partager un moment simple et joyeux autour d'un feu dans un joli coin de forêt. Possible aussi de venir avec son enfant intérieur!

Pour qui ?

Pour des femmes et des enfants de tous âges et de tous horizons, qui ont envie de se retrouver pour partager une journée au sein de la nature.

Par qui ?

Kanga Zili et Valentine Meylan, animatrices nature

Quand en 2026 ?

14 mars, 20 juin, 11 juillet, 1^{er} août, 12 septembre et 19 décembre.

Où ?

Canton de Vaud (tous les lieux sont accessibles en transports publics)

Combien ça coûte ?

Participation libre entre CHF 10.– et 40.– selon les possibilités de chacune, à donner sur place.

Comment s'inscrire ?

lesnaturelles@protonmail.com | 079 101 27 67 (Kanga)

Obtenez plus d'informations sur www.ucfvaud.ch/les-natur-elles

Association vaudoise des UCF

Pré-du-Marché 15 - 1004 Lausanne

021 312 78 72 - contact@ucfvaud.ch - www.ucfvaud.ch



UCF Vaud