



Communiqué de presse

**Fatigués ? Besoin de reprendre en vitalité et de déconnecter du quotidien ?  
Aussi bien pour vous, que pour vos ados et enfants ?  
Prenez la direction du Pays de Fontainebleau**

Fontainebleau, juin 2022 – La pause estivale approche et les week-ends ensoleillés sont à portée de main, voire de train. [La destination du Pays de Fontainebleau](#) se mobilise pour que cet été 2022 procure à chacun un bien-être durable quel que soit son âge ; avec une pensée particulière pour les adolescents après cette période difficile vécue depuis 2-3 ans.

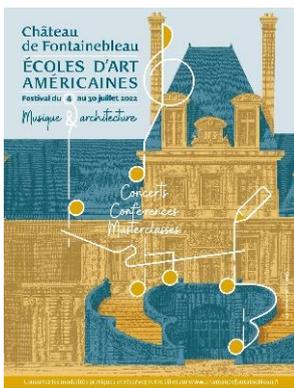
**La nature et les activités de plein air, des alliés précieux.**

De nombreuses études se sont en effet penchées sur l'influence positive des lieux bénéficiant d'espaces naturels à immédiate proximité. Forêts et parcs sont idéaux pour se sentir mieux, et ceci est vrai aussi bien pour les adultes, les ados, que les enfants. Une récente étude publiée dans la revue scientifique [Nature Sustainability](#) revient en particulier sur la santé mentale des adolescents. Selon cette étude, l'accès fréquent à un espace naturel (parc, forêt) améliorerait leur santé mentale et éviterait l'apparition de troubles cognitifs. Alors prenons soin de nos ados, de nos enfants et de nous pendant cette période d'été.

**Découvrir les multiples offres touristiques du Pays de Fontainebleau**

[Fontainebleau Tourisme](#), l'office de tourisme du Pays de Fontainebleau souhaite la bienvenue aux visiteurs estivaux avec de multiples propositions d'évènements culturels en plein air. C'est l'occasion aussi de découvrir de nouvelles activités de plein air à des prix accessibles et de profiter d'une destination proche de Paris tout en étant très dépaysante pour l'été.

**Ciné et concerts en plein air**



crédits photos : Festival des Ecoles d'Art Américaines / Branche et Ciné / Fontainebleau Tourisme

Cet été, la destination accueille deux festivals dans des domaines variés entre musique, nature et cinéma.

Du 4 au 31 juillet aura lieu le [festival des Ecoles d'Art Américaines](#). Installées depuis 1921 au château de Fontainebleau durant l'été, les Écoles d'Art Américaines (EAAF) sont regroupées en une fondation française qui accueille de jeunes musiciens et compositeurs diplômés de grandes universités américaines. Le festival proposera de nombreux concerts et conférences gratuits dans les jardins et le château de Fontainebleau sur le thème de la musique et de l'architecture.

Le 1<sup>er</sup> juillet, [Série Series](#) propose dans le cadre de l'Été des séries en Ile-de-France, une immersion dans la série *L'Opéra* avec une projection nocturne en avant-première, en plein air au milieu d'arbres centenaires avec comme fond de décor, le château de Fontainebleau. Les projections grand public, avec également pour la première fois la nuit des séries, sont gratuites et sur simple réservation.

Les 8 et 9 juillet, l'Office Nationale des Forêts vous donne rendez-vous pour son festival [Branche et Ciné](#) avec des projections en soirée et en plein air dans le magnifique cadre de l'hippodrome de la Solle situé au cœur de la forêt de Fontainebleau. A la tombée de la nuit, profitez de 2 séances inédites en plein-air dans la forêt de Fontainebleau :

- vendredi 8 juillet à 22h30 - The Witch de Robert Eggers en VOSTFR
- samedi 9 juillet à 22h30 - Sleepy Hollow de Tim Burton en VOSTFR

La projection plein air est gratuite toutefois les places étant limitées, l'inscription est obligatoire.



crédit photo : Fabrice Milochau

Le 29 août, [le feu d'artifice des fêtes de la Saint Louis](#) de Fontainebleau marque son grand retour à 22h. Il sera tiré depuis le Grand Parterre du château de Fontainebleau, au niveau du bassin « Le Romulus ».

### Visites et activités au cœur de la nature : s'émerveiller sur le vivant



crédits photos : Chlorofilm / Fabrice Milochau

La fascinante forêt de Fontainebleau, ses 22 000 hectares de paysages variés, de sentiers avec dénivelé et ses innombrables points de vue s'offrent aux visiteurs en cette période estivale. Fontainebleau Tourisme vous propose de découvrir des activités de pleine nature dans ce cadre naturel d'exception pour se ressourcer et prendre aussi conscience de sa beauté, ses bienfaits mais aussi sa fragilité pour en prendre soin. L'ensemble des activités dans le cadre de Fontainebleau Tourisme Experience sont proposés par des partenaires locaux, avec un retour des visiteurs de 4,8/5.

[Un bain de forêt en forêt de Fontainebleau](#) : cette pratique plébiscitée par les Japonais offre un bien-être unique au cœur d'une forêt bénéficiant d'une variété d'essences uniques d'arbres et d'une variété de paysages propices à la déconnexion et au bien-être. *Le 9 juillet et le 20 août. Tarif : 30€/personne sur réservation en ligne.*

[Un stage photographique – Magie de la forêt](#) : cette sortie photographique permet aux participants de découvrir des lieux de toute beauté et de mieux comprendre la photographie de paysage, accompagnés par un photographe professionnel reconnu avec des conseils personnalisés. Idéal pour les adultes et ados, tout niveau.

Les 9 et 23 juillet. *Tarif : 49€/personne*

Et aussi, [des visites guidées thématiques en forêt, spéciales biodiversité](#) ou encore, [sur la trace des animaux en forêt de Fontainebleau](#) idéales pour les familles (*tarifs - Adulte : 16€, Enfant (6-12 ans) : 9€, gratuit pour les moins de 6 ans*), et des [itinéraires référencés sur Cirkwi](#) (site web et application smartphone).

**A la recherche de sensations ? A cheval, sur l'eau ou sur des chaos rocheux en forêt, des activités pour prendre du plaisir et idéales pour les ados**



crédits photos : Ogun / Pixabay

Et pourquoi pas ?

Une initiation à l'escalade de bloc en forêt [les dimanches matins](#) et certains [samedis après-midi](#) : encadrée par un moniteur d'état, cette séance permet de découvrir ou de se perfectionner à la pratique de l'escalade sur le grès de la magnifique forêt de Fontainebleau, reconnue comme l'un des plus beaux sites en France. Accessible à tous, petits et grands. *Tarifs - Adulte : 35€, Enfant (7-16 ans) : 25€. Possibilité également de réaliser un stage avec notre partenaire Globe Climber.*

[Une initiation à l'aviron](#) : une activité pour une sensation de glisse et de sports nautiques bien agréable pour se rafraîchir l'été. Une séance d'initiation à réaliser à plusieurs dans un cadre d'exception à Samois-sur-Seine. Idéal pour les ados et les adultes. *Tarif : 20€/personne*

[Une balade à cheval accompagnée en forêt ou en campagne](#) avec nos nombreux centres équestres partenaires situés en lisière de forêt. Ils sont reconnus pour la qualité de l'encadrement lors de cette activité, car sur la destination le cheval est roi. Et aussi, le 8 juillet, découvrez lors d'une [visite guidée l'École Militaire d'Équitation](#), un lieu emblématique et historique devenu en 1943 la première École Nationale d'Équitation avec la présence de plus de 200 chevaux. *Tarifs – Adulte : 16€, Enfant (6-12 ans) : 10€*

Un [vol en montgolfière](#) est également possible. *Tarif : à partir de 199€*

Et si vous voulez découvrir, le [château de Fontainebleau](#), lieu de résidence de 34 rois et 2 empereurs cet été, il est toujours bon de se rappeler que ce monument historique est gratuit pour les moins de 26 ans et qu'un tout nouveau restaurant « Les Petites Bouches de l'Empereur » vous attend au bord de l'étang aux carpes.

**Découvrir des buvettes et restaurants dépaysants proche de la nature**



crédits photos : La Folie Barbizon / le K

Pour des soirées où tout le monde peut se sentir vraiment en vacances, Fontainebleau Tourisme vous invite à découvrir des bonnes adresses comme :

[La Folie Barbizon](#) avec un restaurant végétarien et des plats pleins de saveurs – à Barbizon, en lisière de forêt. Des concerts sont organisés le week-end.

[Le K](#), un restaurant pizzeria idéal pour les vacances avec une terrasse qui donne directement sur l'eau dans le charmant village de Samois-sur-Seine. C'est dans ce restaurant, que Django Reinhardt aimait passer du temps en toute simplicité.

[Le Bistrot du Broc](#), dans le village de Bourron-Marlotte et sa terrasse très agréable sur jardin. Une ambiance chaleureuse et un lieu de rendez-vous prisé pour les soirées d'été.

Retrouvez d'autres idées pour l'été [ici](#).

\*\*\*\*\*

Sur le site de [Fontainebleau Tourisme](#), l'office de tourisme du Pays de Fontainebleau, est présenté l'ensemble des informations utiles sur la destination pour découvrir toutes les facettes du Pays de Fontainebleau.

**Contacts presse Fontainebleau Tourisme :**

Moreno Conseil

Clara Moreno - 06 12 56 70 07 – [clara@morenoconseil.com](mailto:clara@morenoconseil.com)

Indrani Muller - 06 27 93 60 29 – [indrani@morenoconseil.com](mailto:indrani@morenoconseil.com)

Fontainebleau Tourisme - Christelle Berthevas

Responsable communication et partenariats – 06 73 89 75 64 – [christelle@fontainebleau-tourisme.com](mailto:christelle@fontainebleau-tourisme.com)

Retrouvez Fontainebleau Tourisme sur les réseaux sociaux (cliquez sur les icônes) :

