Visit Sweden News Room

Nature et durabilité 2026 : cap sur la Suède

Chaque début d'année, la volonté de « prendre soin de sa santé » arrive en tête des bonnes résolutions, comme le confirment régulièrement les sondages YouGov (UK et US). Et pour celles et ceux qui souhaitent vraiment passer à l'action, la Suède a de sérieux atouts : c'est le premier pays jamais recommandé par des professionnels de santé — et une destination idéale pour se ressourcer, retrouver son équilibre et recharger les batteries. Voici nos suggestions pour bien commencer l'année et prendre soin de soi, version suédoise :

Bain froid dominical à Umeå, Nord de la Suède – tous les dimanches à 10h



Photo: Umeå Kallbad

Depuis un an, une communauté grandissante d'amateurs de bains froids se réunit chaque dimanche à 10h pour un plongeon revigorant près d'Umeå, dans le nord de la Suède.
Née d'un projet bénévole, l'initiative a conduit à la construction d'un sauna entièrement réalisé à partir de matériaux recyclés. L'expérience s'est enrichie d'un rituel guidé mêlant feu, glace et *fika* traditionnel, pour celles et ceux qui souhaitent découvrir le bien-être à la suédoise dans sa version la plus authentique et sensorielle. Ouvert à tous.

Kullahalvön Winter Wine Run sur la péninsule de Kulla, en Scanie – 24 janvier 2026

Le 24 janvier 2026, la Suède accueillera sa toute première *Winter Wine Run* dans le district viticole pittoresque de la péninsule de Kulla, au sud du pays. Loin de l'esprit de compétition, cette course de 10 kilomètres, inspirée du festif Marathon du Médoc, encourage aussi les déguisements, et mise avant tout sur le plaisir.

L'objectif ? Faire découvrir la nature environnante tout en initiant les participants à la production viticole locale. Plusieurs arrêts de dégustation sont prévus tout au long du parcours avec dîner festif en fin de journée. Des forfaits incluant une nuit sur place sont proposés et peuvent se réserver auprès des hôtels participants, comme le vignoble d'Arild et le Grand Hotel Mölle. Une occasion simple et ludique de découvrir l'une des régions viticoles suédoises en plein essor, même en hiver.



Le domaine viticole d'Arild, sur la péninsule de Kullaberg. Photo: Apelöga (Télécharger)

Imaginée en collaboration avec des acteurs locaux — Kullabergs Vingård, Arilds Vingård et l'hôtel Rusthållargården — cette initiative entend prouver que la péninsule de Kullahalvön ne se limite pas à une destination estivale. Ici, l'hiver se savoure… un verre à la main.

Le concept est aussi simple que réjouissant : les participants (jusqu'à 250 attendus) s'élanceront simultanément depuis quatre points de départ — les vignobles et hôtels partenaires — qui servent également de stations de dégustation. Objectif : éviter les files d'attente et favoriser une expérience fluide et immersive.

Pour s'inscrire à la course et au package, cliquer ici.

Mariages de la Saint-Valentin à Skansen, Stockholm – 14 février 2026

Vous cherchez une façon vraiment spéciale de célébrer la Saint-Valentin ? Dites « oui » dans le plus ancien musée en plein air du monde. Le 14 février 2026, Skansen organise des mariages d'hiver dans ses lieux historiques magnifiquement préservés. Situé au centre de Stockholm, Skansen offre un cadre romantique, avec des cérémonies possibles tout au long de la journée. Réservation obligatoire avec certificat de capacité à mariage.

Coupe du monde de natation hivernale 2026 à Skellefteå – du 27 février au 1er mars 2026

Se jeter dans une eau glacée n'est déjà pas à la portée de tous. Mais nager 20, 50, 100 ou même 200 mètres en maillot de bain, entouré de glace… c'est un autre niveau.
Du 27 février au 1er mars 2026, la Suède accueillera la *Winter Ice Swimming World Cup*, une compétition extrême — et spectaculaire — ouverte aux nageurs du monde entier.



Photo: Olaf Schneider (Télécharger)

Les plus frileux peuvent heureusement se contenter d'encourager les participants depuis la rive… ou profiter des performances artistiques insolites prévues en parallèle : récitals de poèmes ou morceaux de musique interprétés par des artistes installés dans un trou creusé dans la glace.

Society Expo 26 : Skellefteå explore les solutions durables de demain – du 27 mai au 9 juin 2026

Durant 14 jours, la ville de Skellefteå, dans le nord de la Suède, accueillera SE26, un événement entièrement consacré aux solutions durables face aux défis à venir. Ancrée dans la stratégie Skellefteå 2030 (la stratégie de développement commune portée par la régio), SE26 mettra en lumière les enjeux environnementaux, économiques et sociaux, avec un accent particulier sur la cohésion sociale.

Habitants, chercheurs, entreprises et décideurs sont invités à échanger, expérimenter et nouer des collaborations au-delà des frontières suédoises. Au programme : discussions, démonstrations, projets concrets.

Temps fort de l'événement : l'inauguration du Wasteland Climate Action Park, un nouveau lieu civique mêlant art, architecture, recherche climatique, industrie et inclusion sociale. On y découvrira notamment l'œuvre **Crystal Sauna**, conçue par le duo d'architectes Bigert & Bergström, réputé pour ses créations à la croisée de l'art et de l'environnement et connu pour leur Solar Egg, sauna en forme d'œuf doré qui avait fait une halte dans les jardins de l'Institut suédois à Paris en 2017.



La Crystal Sauna est à la fois une installation artistique et un véritable sauna pouvant accueillir jusqu'à douze personnes. Il est alimenté par un chauffage fonctionnant sur batterie. Photo : Skellefta.se

Randonnée en autonomie sur la Haute Côte (Höga Kusten) – mai à septembre 2026

Dès le printemps prochain, les randonneurs pourront découvrir la spectaculaireHaute Côte, classée au patrimoine mondial de l'UNESCO, grâce à un circuit pédestre en autonomie de plusieurs jours proposé par Nature Travels. Possibilité de choisir entre quatre itinéraires au choix de 4 à 7 jours, avec hébergement, repas, transferts et, après chaque journée de marche, un moment de détente dans un sauna chauffé au feu de bois.

Le programme « Randonnée en autonomie sur la Haute Côte » est classé niveau facile à modéré. Il s'adresse aux adultes en bonne condition physique, capables de marcher jusqu'à 20 km par jour avec un sac léger. Les randonnées quotidiennes empruntent des portions du **High Coast Trail** (135 km, classé *Sweden Signature Trail*) ainsi que du **World Heritage Trail**, un itinéraire de 100 km inscrit au patrimoine mondial.

La Haute Côte est une région d'un grand intérêt géologique, connue pour avoir enregistré le plus important rebond post-glaciaire jamais observé sur Terre. Depuis le retrait de la calotte glaciaire, il y a environ 10 000 ans, le sol s'est élevé de près de 300 mètres — et continue encore aujourd'hui de monter, à raison d'environ 8 mm par an.



High Coast Hike – La deuxième plus grande randonnée de Suède. Photo:Friluftsbyn Höga Kusten/imagebank.sweden.se (Télécharger)

Excursions en soirée à la rencontre des renards arctiques, Jämtland – été 2026

Discret, élégant et de plus en plus rare, le renard arctique est l'un des emblèmes du Grand Nord suédois. À partir de l'été 2026, Lia Ranch proposera des excursions guidées en soirée sur le plateau de Stekenjokk, dans le Jämtland, avec l'espoir d'apercevoir ces animaux discrets. Organisées dans un paysage culturel sami protégé, ces sorties permettent aussi de mieux comprendre l'écosystème montagnard local et d'emprunter une partie de la plus haute route asphaltée de Suède, la Route Sauvage (« Vildmarksvägen »).



Panorama sur le plateau de Stekenjokk depuis la Wilderness Road. Photo: Jämtland Härjedalen/Flickr

https://press.visitsweden.com/2025-12-17-Nature-et-durabilite-2026-cap-sur-la-Suede