



GRAINE Pays de la Loire

Réseau d'éducation à l'environnement et à la citoyenneté
vers un développement durable

Les journées d'échanges de l'éducation à l'environnement

Sortir dans la nature, c'est bon pour sa santé

Actes de la journée

30 septembre 2016

GRAINE Pays de la Loire

27 rue Félix Faure 44400 REZÉ

Tel/Fax : 02 40 94 83 51 - Courriel : contact@graine-pdl.org

www.graine-pdl.org

SOMMAIRE

1. Contexte.....	3
2. Problématique.....	3
3. Objectifs.....	3
4. Programme de la journée.....	3
5. Déroulement et Résumé des ateliers.....	4
5.1. Plénière.....	4
Sortir dans la nature, c'est bon pour sa santé » !.....	4
5.2. Atelier 1	5
5.3. Atelier 2	9
5.4. Atelier 3.....	10
5.5. Atelier 4.....	11
5.6. Atelier 5.....	11
5.7. Atelier 6.....	14
5.8. Atelier 7	16
6. Conclusion.....	17

1. Contexte

La dynamique "sortir" du réseau national Ecole et Nature a mis en avant, suite à de nombreuses études, le syndrome du manque de nature.

À Frossay, au bord du canal de la Martinière, le Quai vert a accueilli plus de 60 participants. Durant cette journée rythmée par des ateliers en plein air, des échanges, des témoignages d'acteurs de la santé, du sport et de l'éducation à l'environnement ils ont pu croiser leurs expériences et voir ce qu'il était possible de construire ensemble.

2. Problématique

Comment s'activer en plein air contribue à nous maintenir en bonne santé ? Quels sont les freins et les leviers à ces activités en extérieur ? Comment faciliter leur accès aux personnes les plus éloignées ? Comment promouvoir cette éducation hors les murs ?

3. Objectifs

- permettre des échanges pédagogiques
- mettre en valeur des actions concrètes réalisées sur le territoire régional
- mutualiser sur ces thèmes, voire créer des actions collectives

4. Programme de la journée

9h00 : accueil au quai vert à Frossay et présentation de la journée

9h30-10h45 : séance plénière « sortir dans la nature, c'est bon pour sa santé » !, comment les activités physique de nature contribuent-elles à nous maintenir en bonne santé, transversalité (EEDD/ARS/SPORT), freins et leviers. Syndrome du manque de nature (réseau école et nature)- Plan Régional Sport Santé Bien être.

Invités : Bertrand Bulciaghy (formateur sports CREPS Pays de la Loire)- **Stéphanie Fasoli** (conseillère sports DRDJSCS) - **Sophie Descarpentries** (réseau école et nature)

Animateurs: David Picot, journaliste spécialisé sport/santé et **Pierre-Yves Leroux**, journaliste.

11h00-12h30 : deux ateliers en intérieur et deux ateliers d'immersion

Atelier 1: présentation de la dynamique sortir.

Intervenants : Antoine Delarue (association Hirondelle) – **Sophie Descarpentries** (réseau école et nature)

Atelier : 2 : Mathilde André, animatrice nature au quai vert, vous propose une balade à vélo pour découvrir la richesse des marais de l'estuaire. Au programme : des contes, des observations, de l'air frais et de la bonne humeur ! (12 personnes)

Atelier 3 : les bienfaits des activités de pleine nature. Gains attendus en matière de santé (surpoids, diabète, maladie cardio-vasculaire...). Les actions mises en œuvre entre le sport et la santé en direction

des publics fragilisés (en raison d'une pathologie chronique ou lourde). Comment faciliter l'accès aux activités de pleine nature aux personnes les plus fragilisées (transversalité avec l'EEDD).

Intervenant : **Dominique Leray** (*éducateur sportif-accompagnateur moyenne montagne*) – **Gérard Lemonier** (*président du SNOS Saint-Nazaire Olympique sportif – Canoë Kayak : Pink Dragon Ladies*)

Atelier 4 : vivre une activité physique de nature (canoë et éducation à l'environnement) (12 personnes)

Intervenants : **Bertrand Bulciaghy** (formateur sports CREPS Pays de la Loire) et **Samuel Poupin** (ADEV)

Pause déjeuner : 12h30-14h00

14h00-14h30 : balade digestive

14h30-16h00

Atelier 5 : pédagogiques nouvelles et activités de plein air : présentation des bases de loisirs à la ferme des CEMEA.

Intervenant : **Stéphane Bertrand** (formateur CEMEA)

Atelier 6 : handicaps et troubles du comportement les bienfaits des activités de plein air

Intervenants : **Virginie Joguet** (*médiation animale / La clé des Champs ferme pédagogique*) – **Docteur Soizick Legarec** (*Pédopsychiatre – Centre hospitalier Georges Daumezon Bouguenais*).

Atelier 7 : vers la constitution d'un réseau régional « Sortir »

Intervenants : **Antoine Delarue** (*Hirondelle*) – **Bertrand Bulciaghy** (formateur sports CREPS Pays de la Loire)

16h30 : FIN EVALUATION Sophie et Séverine Bonnet

5. Déroulement et Résumé des ateliers

5.1. Plénière

Sortir dans la nature, c'est bon pour sa santé » !

Résumé :

Comme le disait Georges Courteline : « *Mieux que n'importe quel médecin au monde, la nature sait ce qui nous convient* ».

En effet, chacun sait aujourd'hui ô grand combien la nature est importante pour le développement à la fois physique, psychique et social. Les bienfaits du contact avec la nature sur la santé sont nombreux et confirmés par les études scientifiques depuis les années 1980. En France, c'est le début d'une prise de conscience.

Le troisième plan national santé environnement (**PNSE3**) adopté pour la période 2015-2019 prend en compte l'impact positif de la nature sur la santé.

La sédentarité est un enjeu de santé publique. Pratiquer une activité physique régulière et adaptée offre des apports incontestables sur le plan physique, psychique et social. La signature du plan Régional Sport Santé Bien Etre a eu lieu le 17 juin 2013 par l'Agence Régionale de Santé et la DRDJSCS avec pour objectif prioritaire la pratique d'activité physique et sportive.

Des outils de communication seront mis en place pour assurer la promotion du sport santé avec notamment la création d'un site internet <http://www.sport-sante-paysdelaloire.fr/>

On note que les actions communes sont donc déjà en place et vont se développer entre le sport et la santé.

Est-il envisageable d'associer à ce partenariat les réseaux d'éducation à l'environnement ? Nous avons essayé de répondre à cette question avec nos invités, Bertrand Bulciaghy, formateur sports CREPS Pays de la Loire qui a mis en exergue les actions menées entre le sport et les activités de pleine nature. Stéphanie Fasoli conseillère sports DRDJSCS a présenté le plan Régional Sport Santé Bien Etre 2013-2017 et Sophie Descarpentries nous a éclairé sur le réseau école et nature et la dynamique sortir qui travaille sur des actions concrètes sur les activités pédagogiques dehors.

Lien pour télécharger le fichier audio pour écouter l'intégralité de la séance plénière.

Lien pour le powerpoint de Sophie Descarpentries et celui de Stéphanie Fasoli

file:///C:/Users/Fixe/Downloads/Dynamique%20Sortir_JE_160930.pdf

file:///C:/Users/Fixe/Downloads/SORTIR_SANTE.pdf

diaporama de Stéphanie Fasoli

5.2. Atelier 1

5.2.1. Interventions

Présentation de la dynamique nationale Sortir !

Intervenants : Sophie Descarpentries (Réseau école et nature) Antoine Delarue (Association Hirondelle, membre de la dynamique Sortir ! Nationale)

Nombre de participants : 10 personnes

Pour commencer, les participants ainsi que les intervenants, sont partis déambuler autour du Quai Vert avec pour consigne de ramasser un élément naturel. Cet élément naturel devait faire penser à un souvenir ou une anecdote de sa relation avec le milieu naturel. Les participants se sont réunis et ont pu faire un retour en grand groupe afin de se présenter et de faire partager son expérience avec la nature qui fut d'ailleurs humide pour les participants.

Retour en salle avec une présentation animée de Sophie de la dynamique Sortir ! Née en 2008 à l'initiative de 4 structures d'éducation à l'environnement (Le mat, Jeunes et Nature, Éducation Environnement 64 et le Merlet) qui dénoncent, « il est de plus en plus difficile de sortir avec des publics dans la nature. » Le constat est alarmant. Le lien avec la nature se perd, les causes en sont nombreuses : sociétales, culturelles économiques... Cette dynamique est animée par le

réseau école et nature.

Elle représente actuellement 300 membres et une dizaine de groupes locaux qui s'organisent dans cette démarche. Les objectifs de la dynamique SORTIR sont de :

- Valoriser les richesses pédagogiques de l'éducation dehors
- Mettre en synergie les acteurs de l'éducation dehors
- Défendre l'éducation dehors comme enjeu de santé publique
- Permettre l'accès pour tous à l'éducation dehors

Chaque année, la dynamique Sortir organise des Rencontres en janvier. Elles sont l'occasion de construire et mettre à jour le plan d'action. De ce plan d'action va découler des groupes thématiques qui vont travailler plus ou moins en autonomie sur différentes thématiques (accueils collectifs de mineurs, Éducation nationale, Activités physiques de nature, etc.).

Quelques exemples d'actions et de travaux réalisés depuis 2008 :

- Actions en éducation populaire : Livret pour directeurs et animateurs Argumentaire pour organisateurs, parents et enfants, Développement des PAJ/Opération Marabout, Guide d'accompagnement pour les formateurs BAFA & BAFD.

- Actions éducation nationale : La nature dans mon école, mon collège, mon lycée / la cour, Enseigner dehors : pratiques de classe.

- Édition : Manuels « Sortir ! ... dans la nature avec un groupe » Tome 1 et Tome 2 : Permettre, faciliter et encourager les séjours de groupes dans la nature, le « vivre dehors », Outil d'appui éducatif et juridique aux situations dehors, syndrome de manque de nature, situations d'autonomie.

- Représentation et communication : Ambassadeurs Sortir, Plans de diffusion des outils de communication.

La dynamique Sortir regroupe des animateurs nature, des enseignants, des élus, des sportifs de pleine nature, des encadrants sportifs, des bénévoles...

Suite à cette présentation, 2 groupes ont été constitués afin de réfléchir concrètement aux freins qui peuvent apparaître à sortir en pleine nature en tant qu'éducateur mais aussi en tant que participants. Ils ont donc eu 20 minutes pour réfléchir en petits groupes puis 10 minutes ont été consacrées à un retour en plénière de ces freins. Ce même travail a été réalisé 8 ans plus tôt par les participants des premières rencontres de la dynamique Sortir. Il leur a permis de réaliser ensuite le plan d'action national.

En Pays de la Loire, les participants ont relevés l'ensemble de ces freins. Ceci est une synthèse.

Les freins culturels	- Peur de la nature - Peur de la saleté, de la boue, de l'eau, de la poussière du froid : recherche d'un environnement propre, ordonné et confortable
Les freins juridiques et législatifs	- La représentation excessive de cette réglementation (parfois le « déconseillé » est interprété en interdiction) - L'excès de responsabilité reposant sur les seuls enseignants,

	directeurs de centres, encadrants
Les freins sociétaux	<ul style="list-style-type: none"> - Rapport aux autres usagers de ce territoire - La démocratisation et la facilité d'accès des nouveaux appareils du son et de l'image ont des répercussions sur les loisirs des jeunes - Tout obtenir, tout de suite - Recherche de l'exceptionnel, du clinquant
Les freins économiques	<ul style="list-style-type: none"> - Financements trop faibles pour des actions éducatives organisées dehors (transport, activités, hébergements) - Manque d'informations sur des financements possibles - Mise en concurrence des associations, des entreprises et des structures publiques
Les freins propres aux métiers de l'EEDD	<ul style="list-style-type: none"> - Manque d'actions de communication - Manque de présence sur la scène politique - Manque d'organisation du métier (diplômes, syndicats, etc.)
Les freins éducatifs	<ul style="list-style-type: none"> - Vision négative de l'éducation à la nature, prépondérance à une éducation au développement durable - Manque d'études et de références théoriques en sciences de l'éducation sur les effets positifs d'une éducation dans la nature - Manque de mise en valeurs des valeurs socioéducatives à travers les activités de pleine nature - Manque de lien entre le réseau environnement et le réseau sportif

L'identification de ces freins permet à chacun de partir d'un constat et de se faire une culture commune.

A la suite de ces échanges, une présentation des ressources a été faite aux participants. Ci-dessous vous retrouverez des liens, des ressources bibliographiques ainsi que des contacts si vous désirez en savoir plus.

Site internet Sortir : <http://biodiversite.reseaucoleetnature.org/content/dynamique-sortir>

5.2.1. Général

[Dehors !, la nature pour apprendre](#), n°100, Symbioses, Réseau Idée, 2013

[Quelles natures voulons-nous ?](#), Jean-Claude Guénot, chargé de protection de la nature au Parc naturel régional des Vosges du Nord, intervention Rencontres 2012

[Education nature et politique](#), Roland Gérard, co-directeur du Réseau Ecole et Nature, intervention Rencontres Sortir, 2009

[Mesures issues de la table ronde n°5 sur l'EEDD](#), Conférence environnementale, 2013

[Jeunes en refuge, guide pratique pour réussir sa sortie en refuge de montagne pour mineurs encadrés](#), REEMA, Coordination Montagne, 2014

[L'accès du public aux espaces naturels](#), Jean-Michel Darolles, expert-consultant, intervention Rencontres 2009

5.2.2. Santé environnement

[Base de données sur les études scientifiques menées sur le syndrome de manque de nature](#)

[Sortir, c'est vital pour ta santé](#), Réseau Ecole et Nature, Dynamique Sortir, 2015

[Conférence Syndrome de manque de nature](#), Maison de l'Environnement, Lyon, février 2015

[Synthèse sur le syndrome du manque de nature](#), Dynamique Sortir, 2013

[Syndrome de manque de nature, Interview d'Ingrid Robinet](#), animatrice nature, Radio Grésivaudan, salon Naturissima, novembre 2015

[Ecominds effects on mental wellbeing](#), Essex Sustainability institute and School of Biological Sciences, University of Essex, 2013

[Les liens entre santé et biodiversité](#), rapport du Conseil général de l'environnement et du développement durable, avril 2013

[Comment on a interdit aux enfants de marcher ?](#), Terra Eco, septembre 2014

5.2.3. Accueils collectifs de mineurs

[L'accessibilité des jeunes aux séjours collectifs de loisirs](#), Michel Ménard, juillet 2013

[Bilan des colos d'été 2012 - 2013 et point de situation sur la réforme des rythmes éducatifs](#), Francis Labreuche, adjoint au chef de bureau de la protection des mineurs, intervention Rencontres Sortir 2014

5.2.4. Education nationale

[L'enseignement de la biodiversité dans l'enseignement scolaire](#), Jacques Moret, Recteur de l'Académie de Poitiers, mars 2013

[La nature nourricière, une étude du potentiel d'apprentissage dans les cours d'écoles](#), Evergreen, 2002

[Sortir dans la nature avec de jeunes enfants](#), Sarah Wauquiez, pédagogue par la nature, intervention Rencontres 2012

[Enseigner dehors avec de jeunes enfants](#), Crystèle Ferjou, professeur des écoles et maître-formateur, intervention Rencontres 2013

5.2.5. Activités physiques de nature

[Rôle éducatif des sports de nature](#), lettre n°87, Pôle ressources national sports de nature, mai 2013

[Quand sport et environnement font chemin commun](#), Polypode, REEB, 2004

[Les jeunes et la montagne](#), Grégoire Bel, Grande Traversée des Alpes, intervention Rencontres 2013

Réglementation des activités physiques dans les accueils collectifs de mineurs - sports de nature, Francis Labreuche, adjoint au chef de bureau de la protection des mineurs, intervention Rencontres Sortir 2012

Contact :

Samuel Moktar, cordinateur de la dynamique nationale Sortir !

04 67 06 18 68

samuel.moktar@ecole-et-nature.org

<http://sortir.reseauecoleetnature.org>

Réseau Ecole et Nature

Le Réseau national d'éducation à l'environnement

164 rue des albatros

34000 Montpellier

Les Rencontres 2017 auront lieu du 9 au 13 janvier en Lozère. Elles sont co-organisées par le Réseau Ecole et Nature, le Réseau Education à l'Environnement Lozère (REEL 48) et le domaine du Ventouzet.

Pour s'inscrire aller sur le site de la dynamique

5.3. Atelier 2

Intervention

Mathilde André, animatrice nature au quai vert a proposé une balade à vélo pour découvrir la richesse des marais de l'estuaire. Au programme : des contes, des observations, de l'air frais et de la bonne humeur ! (12 personnes).

« Sortir c'est bon pour ma santé »... et même si c'est sous la pluie ! En effet, la météo a voulu mettre notre motivation à l'épreuve. Même pas peur puisque les participants ont tous répondu présents. Les 12 places disponibles sur les vélos du Quai Vert ont trouvé preneurs. Première épreuve : le tandem ! Trouver son compagnon, se parler, s'accorder pour démarrer et avancer. Premier arrêt pour lire le paysage. A l'aide d'anciennes cartes, les participants sont amenés à comprendre que s'offrent devant eux d'anciennes îles de Loire devenues aujourd'hui des prairies humides.

Ensuite, les participants ont échangé sur leurs pratiques d'éducation à la nature : port du casque et du gilet jaune, consignes de sécurité, les tiques dans la forêt, le lavage des mains après une sortie, découverte sensorielle des plantes...

Après avoir vu quelques chevaliers, hérons et autres oiseaux de l'estuaire, la balade se termine au bord de la Loire face à la centrale de Cordemais, panorama entre industrie et nature.

C'est le moment de rentrer, comme une envie d'être au sec et au chaud plane sur le groupe !

5.4. Atelier 3

Intervention

Atelier 3 : les bienfaits des activités de pleine nature. Gains attendus en matière de santé (surpoids, diabète, maladie cardio-vasculaire...). Les actions mises en œuvre entre le sport et la santé en direction des publics fragilisés (en raison d'une pathologie chronique ou lourde). Comment faciliter l'accès aux activités de pleine nature aux personnes les plus fragilisées (transversalité avec l'EEDD).

Intervenant : **Dominique Leray** (*éducateur sportif-accompagnateur moyenne montagne*) – **Gérard Lemonier** (*président du SNOS Saint-Nazaire Olympique sportif – Canoë Kayak : Pink Dragon Ladies*)

Dominique Leray est coach athlétisme santé depuis 2009. Il a créé une section de marche nordique à Saint Herblain. 300 adhérents sont inscrits au club et 9 séances sont proposées par semaine sur 18 créneaux. Différents créneaux sont proposés avec des niveaux différents pour que chacun puisse s'y retrouver. Toute activité physique doit être pratiquée plusieurs fois par semaine. Notre objectif est d'influer sur la sédentarité. La peur des clubs sportifs est réelle quant à l'accueil de publics à risque. Par conséquent l'offre est très restreinte pour les publics présentant des problèmes de santé : parkinson, opération, problèmes cardio-vasculaires, cancers du sein...

Gérard Lemonier est président du SNOS (**Saint-Nazaire Olympique Sportif**) canoë-kayak créé en 1963 à Saint Nazaire. En 1987 il y avait 8 licenciés. Grâce à la diversification, le club compte désormais 150 licenciés.

Depuis la rentrée de septembre 2013, le service oncologie de Saint Nazaire et le SNOS CK proposent une activité de canoë-kayak destinée exclusivement à des femmes traitées ou ayant été traitées pour un cancer du sein.

L'action de pagayer a été reconnue médicalement efficace pour la rééducation fonctionnelle et le bien être psychologique des femmes atteintes par cette maladie. Il permet une rééducation du bras et de l'épaule afin d'éviter le lymphœdème après une chirurgie du sein. Cette activité permet aussi un soutien psychologique pendant et après les traitements et contribue à créer du lien social afin d'éviter l'isolement engendré par la maladie : l'objectif est le retour à une vie normale.

Cette activité s'inscrit dans une pratique sportive régulière, reconnue scientifiquement comme bénéfique pour éviter la récurrence.

Le club vient de faire l'acquisition d'un nouveau bateau : baptisé « éclats de rire » pouvant accueillir 22 femmes. Ces dernières ont participé à la course mythique qu'est la Vogalonga de Venise en mai 2016. Il s'agit d'une course nautique annuelle qui rassemble plus de 1500 embarcations propulsées par des pagayeurs de toutes nationalités. La distance à parcourir s'échelonne de 20 à 30 kilomètres à travers les lagunes et les canaux de Venise.

Cette activité sportive a des effets physiques notables et participe à la dynamique de groupe. Cette expérience a ouvert le club sur la société. Au travers de cette activité et des manifestations qui en découlent, l'accent est mis aussi sur la solidarité et la convivialité, facteurs de bien-être et de partage.

Plusieurs intervenants ont fait part de leur expérience suite à des problèmes graves de santé : le lien social et les échanges avec d'autres sont revenus à plusieurs reprises. Les rando-nature

peuvent être un prétexte pour refaire du sport doucement tout en maintenant des liens sociaux forts pouvant aider à la guérison.

Le manque de temps reste un frein important pour s'inscrire à un club sportif. Le facteur économique également.

Un développement est possible entre le sport et la nature en direction des enfants et notamment dans le cadre des nouveaux rythmes scolaires.

Plusieurs participants ont mis en avant l'importance de prendre en compte les espaces de nature au sein des établissements hospitaliers et ce, dès la conception du projet. Avec un espoir que cet axe soit pris en compte dans le projet de construction du nouvel hôpital de Nantes ! On a également besoin de nature lorsqu'on est malade. Il en est de même dans la conception des projets d'urbanisme. Philippe Trotté, ancien élu, souligne également que lorsqu'il y a consultation publique, peu de citoyens viennent s'exprimer sur les projets d'aménagement des communes.

Dominique Leray est également accompagnateur de moyenne montagne. Il déplore ne plus voir beaucoup d'enfants en montagne. Il souligne également le manque de refuges car les normes sont trop strictes. Il s'inquiète de la fermeture de certains espaces de montagne.

Plusieurs participants ont partagé le constat que les écrans prenaient une place considérable dans la vie des enfants. Peu de choses aujourd'hui ne les incitent à sortir.

On peut noter qu'il existe un lien entre le sport et la santé et que les activités de pleine nature pourraient également faire partie du dispositif pour permettre à des publics en difficulté de participer à un retour vers une activité physique de manière régulière. Et pourquoi ne pas intégrer les associations d'éducation à l'environnement dans le dispositif de sport sur ordonnance ?

Ecoutez l'intégralité de l'atelier :

5.5. Atelier 4

Intervention

Vivre une activité physique de pleine nature. Sortie Kayak.

Les retours sur la sortie kayak sont bons. Nous avons pu leur faire vivre une situation EEDD intégrée et une juxtaposée. Les échanges étaient riches.

5.6. Atelier 5

Intervention

L'Association dite des « Centres d'Entraînement Aux Méthodes d'Education Actives » (Ceméa) fondée en 1937, déclarée le 20.09.1944 à la Préfecture de Police et reconnue d'utilité publique en 1966, a pour but la diffusion des idées d'Education Nouvelle dans une dimension nationale et internationale. C'est un mouvement d'Education Nouvelle qui œuvre dans les différents terrains de l'action éducative, sanitaire, sociale et culturelle.

Les CEMEA sont des mouvements d'éducation populaire et d'éducation nouvelle. Ils sont aussi organismes de formation (principalement aux métiers de l'animation).

Stéphane Bertrand, responsable de formation au CEMEA nous présente le projet de base de loisirs à la ferme. **Pour partir en mini-camp autrement...**

Dans le monde des bases de loisirs, nombreux sont les lieux qui appuient leurs communications sur une offre dite «de consommation ». Que ce soit de la voile, du kayak, de l'escalade, ou du parachute ascensionnel, l'idée est toujours la même : attirer les groupes à travers une surenchère d'activités toutes plus « incroyables » les unes que les autres. Il en résulte un programme de vacances pré-établi, sur lequel le groupe ne pourra que peu ou pas donner son avis et des journées rythmées par les interventions de prestataires. Le rythme des interventions, les contraintes qui en découlent ne permettent pas la mise en place d'un projet où les journées se construisent selon les envies et projets des enfants.

Les Ceméa souhaitent soutenir des alternatives à ce phénomène. En 2006, nous avons choisi de nous associer à la gestion d'une base de loisirs, en partenariat avec Animation et la Métairie d'Ardenne, afin de permettre à des groupes de vivre des vacances à un rythme choisi, de construire les activités en lien avec l'environnement et les envies des enfants. Cette base de loisirs, installée dans un environnement suscitant, regorge de possibilités : sorties en kayak, observations des insectes, création de vivarium, fabrication de cabanes, participation à la traite des chèvres, fabrication de son propre fromage ...

Grâce à la présence d'une personne ressource, nous accompagnons les groupes dans la découverte des richesses de l'environnement, du réseau d'agriculteurs locaux, et la mise en place d'activités (kayak, cabanes, atelier bois...). Par sa présence, et ses fonctions, cette personne rend également possible l'échange de savoirs entre équipe d'animation, et la poursuite de la formation de chaque personne présente sur le site.

Neuf ans plus tard, le bilan positif de cette base de loisirs nous encourage à poursuivre avec de nouveaux et nouvelles agriculteurs et agricultrices, maraîchers et maraîchères gérants « d'accueils paysans » pour les accompagner dans le développement de lieux d'accueils. Ainsi, le projet des bases de loisirs évolue. Cette année 3 bases voient le jour dans la région...

Les principes

Les principes de fonctionnement qui guident ce réseau sont les suivants :

- La mise à disposition d'un animateur responsable de la base, en compétence pour accompagner les groupes dans leur découverte de ce nouvel environnement (faune, flore, construction de cabanes...).
- Un large matériel pédagogique (activités manuelles, bois, livres, jeux de sociétés, cannes à pêches, jeux extérieurs) et de cuisine (four, plaques, frigos) mis à disposition des groupes pour faciliter l'organisation de mini-séjours.
- Des contacts avec le réseau des agriculteurs du territoire pour favoriser une alimentation locale, et la rencontre avec le monde paysan.
- Un accueil limité à 36 enfants pour profiter de l'environnement de manière sereine.

Ces bases de mini-camps sont donc pensées comme des espaces permettant de vivre d'autres projets pédagogiques dont la vie quotidienne, la prise en compte du rythme de chacun, et la découverte du milieu seront les objectifs principaux. Nous faisons le pari que ces expériences

participent à l'éducation de futurs adultes soucieux de l'environnement, de l'alimentation, et de leurs capacités à s'organiser collectivement.

Depuis 2 étés, un réseau de proximité s'est créé. Les centres s'inscrivent. Avant l'été, les animateurs sont formés à la base sur laquelle ils vont aller.

L'animateur n'impose certes plus mais il impulse.

Les enfants sont libres des activités qu'ils pratiquent. L'animateur est un lien entre les enfants et le territoire qu'ils découvrent.

Les paysans circulant sur la base sont aussi source de découverte pour les enfants. Les enfants peuvent aussi assister à des événements liés à leur base comme les marchés de producteurs.

Au quotidien les centres ne sont plus pris par des questions logistiques. Progressivement les animateurs prennent leur aise sur leur base et leurs activités se diversifient.

Dans les bases l'activité cuisine est une activité à part entière. Les enfants décident de ce qu'ils veulent cuisiner. L'équilibre alimentaire reste cependant respecté grâce à des systèmes de codage (il faut 2 triangles, 3 ronds...). L'activité cuisine permet aux enfants de retrouver les goûts qu'ils aiment sans pour autant manger au fast-food.

L'activité cuisine n'est pas obligatoire, si les enfants ont d'autres priorités un arrangement est possible (sandwich).

Tous les centres de loisirs n'ont cependant pas le même budget. Les propositions sont faites en fonction des capacités et des priorités de chacun. Le prix de la journée est de 8 euros 50.

Le but de ces bases est aussi que la transmission ne soit pas toujours verticale. L'animateur est là pour quelques compétences techniques et pour sécuriser mais le savoir doit surtout passer d'enfant à enfant.

L'Europe a déjà depuis longtemps créé des terrains d'aventure, espace où les enfants peuvent par exemple fabriquer des cabanes, mais ce n'est arrivé que très tardivement en France.

La principale différence avec les scouts est le processus de décision. Chez les scouts les règles sont posées tandis que dans l'éducation populaire c'est le collectif qui s'interroge sur les règles de fonctionnement.

Comment développer « la culture du sortir » ?

Aujourd'hui l'extérieur est anxiogène, à la fois pour les parents et les enfants.

Il est donc important de faire les choses par étapes, d'où le privilège de voir régulièrement les enfants.

Il y a une différence entre l'activité libre et le laisser faire. L'activité libre nécessite des limites et une réflexion préalable.

Il faut rendre les choses possibles sans créer de danger.

Le sentiment d'aventure restera présent car il y a un risque contrôlé.

On ne confond pas ici réalité et virtualité.

L'espace aménagé est aussi très important. Il permet de faire l'activité de manière sécurisée mais aussi de créer l'envie chez l'enfant. L'animateur se contente de présenter ce qui est à disposition de l'enfant.

Jusqu'à 12-13 ans, les connaissances académiques n'ont aucune importance. Le but est que l'enfant crée un lien avec la nature, qu'il s'y sente bien.

La crainte est aussi présente chez les animateurs qui ont du mal à se libérer de leurs propres barrières et faire face à la peur qu'il y ait un accident.

Quels problèmes et quelles solutions ?

Dès que l'on sort des sentiers battus, il y a des problèmes de réglementation nous précise Hervé Gauvrit, directeur de l'association La Cicadelle qui nous a présenté leurs camps d'été de pleine nature qui rencontrent un vif succès.

Il y a aussi des problèmes d'équilibre de la trésorerie.

Face aux problèmes de réglementation il y a le réseau national jeunesse en plein air, qui se décline régionalement. C'est une plateforme des mouvements d'éducation populaire. Elle construit et cadre la mise à jour des cadres réglementaires. Les articles sont assez lisibles, courts et synthétiques. Le fait de pouvoir s'appuyer sur ces textes la permet de remettre les choses qu'on croyait savoir en question. Par exemple la responsabilité ne se décline pas. Même s'il y a les parents, l'animateur est le responsable.

Infos sur les bases de loisirs des CEMEA

http://cemea-pdll.org/IMG/pdf/cemea_plaquette_bases_de_loisirs_2016_web.pdf

5.7. Atelier 6

Intervention

Atelier 6 : handicaps et troubles du comportement les bienfaits des activités de plein air

Intervenants : **Virginie Joguet** (*médiation animale / La clé des Champs ferme pédagogique*)
– **Docteur Soizick Legarec** (*Pédopsychiatre – Centre hospitalier Georges Daumezon Bouguenais*).

Avec la participation de :

Docteur Soizick Legarec pédopsychiatre auprès d'enfants de 0 à 6 ans dans un Centre Médico Psychologique et un hôpital de jour situé dans le centre-ville de Nantes, Me JOGUET BRETAGNE, responsable animation pédagogique et éducative de l'Association La Clé des Champs à Bouguenais.

Handicap

Tout d'abord, rappelons que le terme de handicap est aujourd'hui de moins en moins utilisé. Le mot handicap vient de la contraction de trois mots anglais Hand In Cap (la main dans le chapeau).

Vers 1660, un chroniqueur Anglais découvrait à Londres, un système de troc d'objets entre deux participants. Un arbitre, le « handicapper » déterminait la différence de valeur des deux objets, puis il déposait la somme compensant la différence dans un chapeau. C'était donc un système d'échange où l'on recherchait l'équité.

A partir du milieu du XVIII siècle, ce mot est appliqué à la compétition équestre. Lorsque deux chevaux de calibres différents concourraient ensemble, le meilleur était lesté d'un poids appelé « handicap » afin de maintenir l'égalité de chance entre les deux. Le handicap est donc ici aussi un système qui permet d'améliorer l'équité. Par la suite ce système fut étendu à différents

sports.

Finalement, le terme fut utilisé pour désigner toute action visant à rendre plus équitable une confrontation. Cela conduira à employer l'expression « être handicapé » en parlant des participants désavantagés au départ d'une course. Le sens médical apparaîtra lui vers 1950 et se généralisera ensuite pour donner la définition que la loi reconnaît aujourd'hui et qui est assez proche de celle du sens commun.

Stanislaw Tomkiewicz (psychiatre et psychothérapeute) rappelle : « On ne dit pas un handicapé, mais une personne en situation de handicap », elle est personne avant tout, on ne peut la réduire à son handicap.

La loi 2005 stipule les droits et l'égalité des chances, la participation à la citoyenneté d'une personne handicapée. Par-dessus la loi arrive le handicap social, car ce qui crée le handicap, c'est la société.

Trouble du comportement

Les troubles du comportement peuvent être contextuels, c'est le trouble bruyant qui va alerter l'attention, alors que l'enfant en retrait reste très inquiet.

L'hyperactivité ou THADA (trouble d'hyperactivité avec déficit de l'attention) :

- Hyperactivité motrice
- Impulsivité
- Trouble de l'attention, de la concentration.

Pour un enfant autiste typique avec des troubles envahissants, tout peut être entaché dans son développement. Les formes et l'intensité restent très variés, pour cela aujourd'hui une nouvelle classification : TSA (trouble du spectre autistique). Quelques symptômes :

- Trouble des interactions sociales réciproques
- Trouble de la communication (50% de non verbales)
- Comportement et intérêts restreints, empreints de rituels, stéréotypies,
- Utilisation non fonctionnel des objets
- Trouble alimentaire, sensoriel (hyper/hypoacousie)
- Schéma corporel abimé, morcelé.

Les bienfaits des activités de Plein Air à l'intention de public en difficulté permettent l'appréhension des principes fondamentaux de la vie (naissance, sexualité, reproduction, mort, pérennité, mémoire).

On trouve à la ferme de la Ranjonnière un espace d'éveil sensoriel très important et disponible pour tous, aussi différents soient-ils. Les lapins sont particulièrement appréciés, leur poil est doux, les oreilles chaudes, les pattes griffues... On peut voir des enfants parfois enfermés dans leur « monde » se laisser envahir par l'animal, acceptant alors l'échange de parfois quelques secondes, mais quelques secondes où « l'autre » a bel et bien existé à ces côtés. Les interactions sont favorisées, l'accompagnateur peut alors porter un nouveau regard sur le jeune accompagné, d'habitude si réservé.

Une dynamique de projet instauré entre la ferme et l'institution ou autres établissements demandeurs, permet l'implication propice à l'apprentissage et à la responsabilisation. L'instauration d'une relation privilégiée avec un animal permet à la personne de s'individuer, d'exister autrement, de se sentir reconnu.

Les animaux de la ferme, même s'ils ont l'habitude de voir du monde et d'être manipulés restent des animaux, leur comportement naturels parfois surprenants, peuvent être justement

être mis à profit, ce ne sont pas des peluches, et l'être humain apprend à leurs côtés à ajuster son comportement.

L'enfant agressif va généralement se poser au contact du cheval qui lui imposera naturellement sa force, sa stature. La chaleur de l'animal apporte un sentiment de réassurance à l'enfant agité qui cherchera alors à se « coller » au corps de celui-ci.

Les animaux ne jugent pas, ils établissent des relations dénuées de contraintes et de jugement social.

Les odeurs, le contact physique, l'ambiance sonore, l'espace en plein air d'une ferme éveillent et réveillent les sens de tout individus, mais encore plus chez des personnes en souffrance.

5.8. Atelier 7

Intervention

Vers la constitution d'un réseau régional « Sortir »

Intervenants : Bertrand Bulciaghy (formateur CREPS Pdl), Mathilde André (animatrice nature au Quai Vert), Antoine Delarue (administrateur à Hirondelle)

Intro : brève présentation de la dynamique SORTIR

→ **Pourquoi lancer une dynamique locale ? Et comment ?**

- Nécessité de partir de constats similaires : est-on tous d'accord sur les constats et objectifs identifiés au niveau national ? Oui. A noter que « sortir » est un terme « fédérateur », s'adresse à tous les acteurs, tous les publics. Remarque : ce terme n'est pas si neutre que ça. Pour les citoyens, « sortir » ne fait pas forcément directement appel à la nature (musées, boîtes de nuit...).
- Nécessité de comprendre que tout est basé sur la volonté collective ! En territoire, on trouve différentes formes de « dynamismes ». À nous de trouver le nôtre. Le Graine est d'accord pour porter la dynamique mais c'est aux adhérents de FAIRE ! (Il s'agit juste de soutien).

→ **Quelles sont les envies, motivations, freins et arguments de chacun pour lancer la dynamique régionale ? Tour de table :**

1. Les objectifs seraient de :

- Pouvoir échanger nos expériences
- Valoriser le dehors, le sortir (notamment grâce aux expériences existantes)
- Enlever les peurs/craintes des parents/enseignants, les soutenir et les légitimer grâce au réseau (véritable force). Rassurer également les partenaires et élus et « faire pression » (sorte de lobbying) sur eux pour faciliter le lancement de ce type d'actions (avec le soutien du Graine)
- Disposer des ressources et les partager. Avoir les informations nécessaires pour la mise en place d'actions (notamment sur la législation).

En résumé : la dynamique permettrait de lever les freins grâce au réseau (ne pas rester seul avec ses problématiques). Le travail collectif permettrait d'avoir les arguments pour convaincre toutes les parties prenantes de la nécessité et de la viabilité de ce type de projet éducatif.

2. Les enjeux seraient de :

- Travailler en partenariat avec l'éducation nationale (exemple : en Ardèche : le « parcours enseignant » ça marche !)
- Motiver les animateurs nature à sortir des sentiers battus

- Faire du lien avec les éducateurs sportifs (mise en place de formations?) qui ont un rayonnement important sur les scolaires et les touristes et également moins de freins pour sortir (plus légitimes ? Aux yeux des décideurs du moins)

3. Propositions d'actions concrètes :

- **Organiser des rencontres locales pour échanger au Quai Vert** (en plus du Graine, le Quai Vert peut s'investir dans la mise en route de la dynamique) : **en mars 2017 ?** Sur plusieurs jours ? Avec des objectifs précis (1- état des lieux des ressources et du réseau 2- définir nos enjeux, nos objectifs concrets : promouvoir le sortir, diffuser les outils existants, réfléchir aux problématiques locales, etc). Le tout via des échanges constructifs.

- Aller ensemble aux prochaines rencontres nationales pour VIVRE la dynamique (mettre en place des bus?)

- Organiser les rencontres nationales 2018 ??? (à voir ! Peut-être prématuré).

5.8.1. Idées fortes à retenir

Dans les idées fortes à retenir : très grosse motivation des participants à constituer une dynamique régionale mais attention au manque de temps évident pour chacun
Mot d'ordre : prudence, avancer doucement !

Les acteurs ont un réel besoin de partager et de témoigner de leurs expériences et de leurs difficultés, mise en place d'atelier??

5.8.2. Perspectives

Perspectives : Concernant la constitution d'un groupe sortir régional, l'échéance est les rencontres nationales, véritable volonté de souder une dynamique régionale via ces rencontres ! Après ces rencontres, on se posera pour détecter ce que nous recherchons vraiment régionalement ...

6. Conclusion

Pendant plus de 6 heures nous avons parlé de combien Sortir peut être bon pour sa santé !

De la cohérence

Des intervenants et de leurs domaines d'expertise, au lieu d'accueil en passant par des ateliers de pratiques sportives, ou au moins d'activités physiques de nature, tout était cohérent. Le quai vert, adhérent du GRAINE, était en effet tout indiqué pour accueillir une journée sur cette thématique qui correspond si bien à ses activités toute l'année. La diversité des intervenants a permis de donner une vision très complète de tout ce que le terme Sortir peut couvrir comme champs d'actions et de réflexion. Et la pluie n'a empêché ni les ateliers kayak ou vélo, ni même de manger dehors malgré la température pas trop élevée.

De l'envie et de l'enthousiasme

Les participants ne s'étaient pas trompés de thématique. Qu'ils viennent du monde du sport, de la santé, de l'éducation environnement pure et douce, ils avaient le même désir d'échanger, de co-construire, de faire avec ! Les ateliers ont été d'autant plus riches de cette diversité et de cet

enthousiasme partagé. La dynamique Sortir nationale, les bienfaits du dehors sur la santé physique et mentale, les actions couplées nature-activités physiques, tout cela a été décortiqué, réfléchi collectivement et reconstruit dans une culture commune si évidente aujourd'hui.

Du réseau quoi

Car les acteurs rassemblés à Frossay vendredi le savent bien : on n'y arrivera que tous ensemble. Et on sentait la force et la détermination du réseau dans tous les moments de cette journée. Merci à tous les intervenants et animateurs de cette journée.

Des projets donc !

Et nous voilà maintenant avec des envies et des projets à concrétiser et des participants mobilisés pour le faire. Nous vous annonçons par exemple dès maintenant qu'une délégation des Pays de la Loire ira participer en janvier 2017 aux Rencontres Sortir du Réseau École et Nature en Lozère et reviendra construire sa propre dynamique territoriale chez nous ensuite. Évidemment vous pouvez encore décider de monter dans le bus. Soyez aussi attentifs car d'autres propositions d'actions circuleront prochainement qui pourraient vous embarquer vous aussi et vous emmener dehors pour prendre soin de votre santé.

Sophie Descarpentries, coprésidente du GRAINE Pays de la Loire