

Tous ensemble dans la nature, c'est bon pour la santé !

À l'Association Départementale d'Éducation à la Santé du Rhône (ADES), les thématiques santé et environnement se travaillent de concert depuis déjà de nombreuses années : qualité de l'air intérieur et extérieur, qualité de l'eau, impact du changement climatique sur la santé, environnement sonore, alimentation durable... Dernièrement, un nouveau champ est apparu : le « besoin de nature ». Ce terme est né d'un ouvrage : *Last child in the wood*, écrit par le journaliste Richard Louv en 2005. Dans son ouvrage, Louv aborde la question du lien entre l'humain et la nature et qu'il nomme « syndrome de manque de nature ». Il explique, grâce à des recherches scientifiques, comment la nature influence l'humain, ce qu'il se passe quand le lien est rompu mais aussi ce qui arrive quand ce lien est valorisé.

Ce sujet a été repris par le Réseau École et Nature à travers la Dynamique Sortir, qui cherche notamment à promouvoir l'éducation dans la nature. Qu'est-ce que le « besoin de nature » ? Ce concept désigne les bienfaits « du contact avec la nature sur la santé au sens large : dimensions physique, mentale et sociale. C'est donc tout naturellement que le sujet a intéressé l'ADES du Rhône, et que le projet « tous ensemble dans la nature, c'est bon pour la santé ! » est né. Ce projet réunit Julie Grammont (chargée de projet santé-environnement à l'ADES du Rhône) et Damien Lamothe (éducateur au Grand Parc de Miribel-Jonage), qui ont souhaité explorer ce thème en co-animation. La ville de Villeurbanne en tant que territoire pilote, intéressée par ces questions et par le projet, constitue le troisième partenaire indispensable à la réalisation du projet. En plus de l'investissement de la ville de Villeurbanne et du Grand Parc de Miribel Jonage, un cofinancement de la fondation Nature & Découvertes et de l'Agence Régionale de Santé a permis la mise en œuvre de ce projet. Une analyse psychosociale des bénéfices du contact avec la nature sur la santé des enfants est réalisée par une stagiaire de master présente à toutes les séances.

L'objectif de ce projet est de contribuer à la santé des enfants en favorisant leur contact avec la nature, sur le temps scolaire et périscolaire. Sur le volet périscolaire, il s'agit, par la formation, d'inciter des animateurs du périscolaire à mettre en place des actions de santé-environnement en animant dehors. Cette formation de quatre matinées leur a apporté des astuces concrètes et pratiques pour réaliser plus facilement des activités en extérieur avec les enfants. Après la formation, les animateurs qui le souhaitent peuvent être accompagnés dans la réalisation de leurs animations.

Concernant le volet scolaire, une école de Villeurbanne a été choisie pour sa proximité avec le parc et pour l'engagement et la volonté des institutrices à travailler sur le lien entre la santé et l'environnement. Deux classes de CM2 bénéficient du programme, soit environ 50 enfants. Ce programme se découpe en 8 séances. La première séance a eu lieu dans le quartier autour de l'école, pour faire le lien entre les enfants et les espaces verts qu'ils connaissent déjà. La deuxième séance a consisté en l'utilisation du jeu de plateau « Envi'santé » (créé par l'ADES du Rhône) sur les questions de santé et d'environnement. Les séances suivantes se sont déroulées au Grand Parc Miribel-Jonage, que les élèves ont découvert grâce à de nombreuses activités. Cela leur a permis à la fois de (re)découvrir la nature mais également d'explorer leur rapport, personnel et collectif, à l'environnement, et les liens avec leur propre santé. Pour ces séances au parc, les élèves ont expérimenté différentes façons de s'y rendre (autocar, transports en commun, navette fluviale). Une dernière séance à l'école sera l'occasion de conclure ce projet en partageant toutes les découvertes des élèves et en recueillant les derniers éléments d'analyse pour l'évaluation des bénéfices du projet.