



Plein phare sur...

Comment la nature nous fait du bien?

La newsletter sur les outils

EDITO



© Halfpoint

Cette newsletter a pour objectif de vous informer sur les outils « Coups de cœur » repérés par le groupe « Outils » de l'IREPS Bretagne et disponibles dans vos centres de documentation.

Les mois de mai et juin sont consacrés aux « bienfaits de la nature sur la santé ».

Depuis toujours, et partout dans le monde, l'homme s'est tourné vers la nature pour se soigner. De nombreuses études scientifiques confirment les bienfaits de la nature sur la santé psychique ; certaines thérapies comme l'écothérapie, les bains de forêts, etc. reposent même sur le contact avec la nature.

Comment la nature agit sur notre bien-être ? Quelles sont les relations entre la nature et la santé psychique ? Comment développer des activités liées à la nature ?

Prenez rendez-vous dans le centre de documentation le plus proche de chez vous pour découvrir la sélection que nous vous avons concoctée.

A VOS AGENDAS !

Les prochains numéros

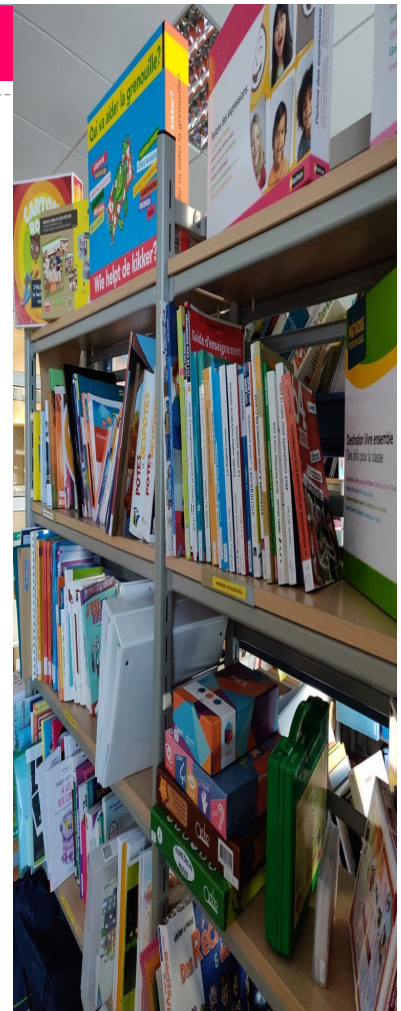
SEPTEMBRE - OCTOBRE
« L'avancée en âge »

NOVEMBRE - DECEMBRE
« Prendre soin de soi et de son environnement »

Je-ux déambule - 2023 « Vie affective, sexuelle et relationnelle »

Inscriptions à venir

- À Auray : le 12 octobre
- À Quimper : le 19 octobre



DANS CE NUMÉRO

A vos agendas	1
Nos coups de cœur !	2
A découvrir en plus !	4
Sites ressources	5
Vidéos	6
Pour aller plus loin	6



« NOS COUPS DE COEUR »



Publics : Enfant 7-11 ans, adolescent 11-14 ans

Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56

Capsule Santé. La santé environnement [Mallette pédagogique]. Tours : Fédération Régionale des Acteurs en Promotion de la Santé Centre - Val de Loire, 2020.

CAPSule santé est un classeur d'activités en promotion de la santé qui a pour objectif de permettre le développement des compétences psychosociales (CPS) des jeunes de 7 à 12 ans tout en leur apportant des connaissances et compétences sur 5 thématiques importantes de santé publique, dont l'environnement et la santé. Les fiches d'activités de "CAPSule – Santé environnement" permettent de mettre en place une démarche éducative de santé basée sur les recommandations de prévention, d'éducation et promotion de la santé. Elles sont divisées en 3 chapitres qui permettent de travailler les différentes CPS et d'organiser une progression dans les séances : C'est quoi la santé-environnement ? ; la santé-environnement et moi ; La santé-environnement, moi et les autres.

[En ligne](#)

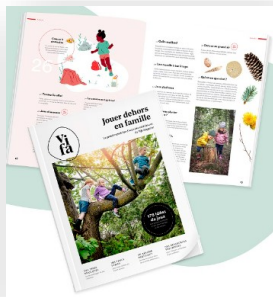
Les différentes activités proposées ont pour objectif de développer les compétences psychosociales des enfants de 7 à 12 ans afin d'éveiller leur esprit critique, la possibilité de faire des choix, de mieux gérer leurs émotions et leur rapport à la santé, en lien avec l'environnement. Idéal pour mettre en œuvre le parcours éducatif en santé en milieu scolaire !!

Nous aimons particulièrement la proposition de programmation sur plusieurs séances. Les fiches de chaque activité sont très claires et détaillées, permettant aux enseignants/éducateurs une prise en main rapide. Le projet comporte 16 fiches d'activités qui permettent de travailler sur l'ensemble d'une année scolaire.



Un grand merci aux collègues de la FRAPS pour le partage de ce travail colossal !

Groupe Outils IREPS



Jouer dehors en famille [Guide pédagogique]. Vifa magazine, 09/2021. 49 p.

Saviez-vous que le jeu extérieur permet aux enfants d'être deux fois plus actifs physiquement? C'est dans cette optique que Vifa Magazine vous propose un grand répertoire de 175 idées d'activités extérieures classées par tranches d'âge et par saisons. L'outil parfait pour profiter du plein air en famille!

[En ligne](#)

Publics : Parent, enfant 0-3 ans, enfant 3-7 ans, enfant 7-11 ans

Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56

« Je n'ai pas le temps, il ne fait pas beau, que faire ?... », ce guide permet de repositionner les activités extérieures au cœur des activités familiales. Il propose une multitude de jeu classés par tranche d'âge, par saison, par type d'activités avec peu de moyen et beaucoup de créativité.

Le jeu libre, plébiscité dans ce guide, comporte de nombreux avantages pour les enfants et notamment le développement de leurs compétences psychosociales : autonomie, résolution de problèmes, interaction sociales, résilience, etc.

Des infos pratiques, des trucs utiles, des ressources précieuses pour s'inspirer et jouer dehors en famille !!



Groupe Outils IREPS

Jeux pour habiter autrement la planète avec les 8-11 ans [Ouvrage]. Paris : Les Presses d'Ile-de-France, 2010. 119 p.

Voici une véritable boîte à idées pour l'animateur de mouvement de jeunesse soucieux de proposer des activités ludiques et citoyennes aux 8-11 ans. Les enseignants aussi y trouveront l'inspiration pour développer des situations-problème autour de 3 axes : vivre la nature, vivre ensemble et comprendre le monde. Chaque fiche reprend les objectifs pédagogiques, les détails pratiques et ancre l'activité proposée dans une histoire imaginaire ; un bon moyen pour parler de choses sérieuses avec légèreté. Deux autres tomes sont consacrés aux 11-15 ans et aux 15-25 ans.

Publics : Enfant 7-11 ans

Localisation : IREPS 22, 29, 56



Véritable carnet fourmillant d'activités ludiques et variées, cet ouvrage permet d'aborder la solidarité et le respect de l'environnement afin de permettre aux enfants de grandir en citoyen responsable et engagé de notre planète, tout en s'y sentant bien ensemble. Les fiches pratiques, classées en 3 parties, sont très bien détaillées afin de faciliter la préparation et le déroulement des activités mêlant exploration nature, activité physique, coopération, expression/débat, créativité... A l'issue de chaque activité pédagogique, il est indispensable de proposer un temps de retour réflexif afin de permettre aux enfants de partager leur vécu de l'activité, leur expérience, ce qu'ils en retiennent, avec un élargissement possible sur le transfert des compétences dans la vie quotidienne.

Le petit + : le lien avec les programmes scolaires et les compétences abordées lors des activités sont récapitulés en fin d'ouvrage.

Groupe Outils IREPS

Grandir dehors : des clés pour emmener les enfants dans la nature [Guide pédagogique]. Ariena (Réseau d'éducation à la nature et à l'environnement en Alsace), 2019. 122 p.

Depuis 2016, l'Ariena, avec le soutien de plusieurs partenaires, coordonne le dispositif pédagogique "Grandir dehors" (initialement intitulé "La nature, c'est la classe") sur le territoire alsacien. Ce programme pédagogique expérimental a permis à six structures (écoles, périscolaires et hôpital) d'être accompagnées pendant deux ans dans la mise en œuvre de sorties régulières dans un espace de nature.

Afin de partager cette expérience très riche qui a eu des impacts évidents sur les pratiques éducatives des pédagogues et sur les jeunes, l'Ariena a réalisé un guide pédagogique et méthodologique. Ce document, élaboré à partir du vécu de ces enseignants, animateurs socio-culturels, éducateurs, psychologues, animateurs nature, et bien sûr des jeunes, regroupe de nombreux conseils pratiques, des idées d'activités et des ressources pour faciliter la mise en œuvre de ce type de projet.

Commandez, gratuitement, la version numérique du guide : [ici](#)



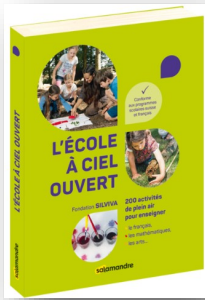
Publics : Enfant 3-7 ans, enfant 7-11 ans

Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56

Ce guide pédagogique et méthodologique très complet est « une vraie pépite » pour dénicher les conseils indispensables et oser se lancer dans l'éducation dans la nature avec les enfants ! Il permet de comprendre tous les bénéfices, à la fois pour les enfants mais également pour les adultes, de s'organiser et de préparer les premières sorties. Il propose également des pistes d'activités afin d'aborder les domaines d'apprentissages (notamment scolaires) dans la nature, sans oublier les temps de jeu libre tout aussi essentiels pour rendre les enfants entièrement acteurs de leurs propres apprentissages. Dans la nature, chacun va pouvoir mobiliser diverses compétences comme l'autonomie, la coopération, la créativité, la curiosité, la motricité, la confiance en soi, la concentration, l'expression orale, l'appropriation de son environnement, l'écologie... par l'expérience « grandeur nature » ! Prêts à commencer l'aventure ?!

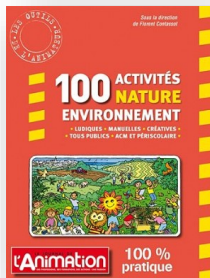
Groupe Outils IREPS





Publics : Professionnel, enfant 0-3 ans, enfant 3-7 ans, enfant 7-11 ans

Localisation : IREPS 22, 35



Publics : Enfant 3-7 ans, enfant 7-11 ans, adolescent 11-14 ans, adolescent 14-18 ans

Localisation : IREPS 29, 56



Publics : Tout public

Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56



Publics : Tout public

Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56

A DÉCOUVRIR EN PLUS !

L'école à ciel ouvert [Ouvrage] / WAUQUIEZ Sarah, BARRAS Nathalie, HENZI Martina. La Salamandre, 2019. 304 p.

Cet ouvrage de référence a été conçu par les pédagogues de la Fondation Silviva et testé par plus de 170 enseignants.

Classées par disciplines (langues, maths, arts, sciences humaines et sociales, corps et mouvement) et organisées en 40 séquences, ces 200 activités pédagogiques proposent de mettre en scène les apprentissages du Plan d'Études Romand des cycles I et II dans des situations concrètes en extérieur. L'ouvrage comprend également un argumentaire sur les bénéfices d'enseigner dehors.



100 activités nature environnement : ludiques, manuelles, créatives, tous publics, ACM et préscolaire [Guide pédagogique] / BOURCY Viviane, CALIN Isabelle, CONTASSOT Florent, et al. Le Journal de l'Animation, 2017. 144 p.

100 fiches d'activités ludiques, manuelles et créatives pour les 3-17 ans, à organiser sur les temps périscolaires et extrascolaires. Un guide Nature Environnement prêt à l'emploi avec des conseils de mise en place, des ressources et des prolongements. Découvrir les milieux naturels, observer la flore et protéger les oiseaux, imaginer des œuvres land art, reproduire la nature, fabriquer des objets en bois flotté, réaliser des fleurs en papier, des masques en forme d'animaux...



Jeu du parachute [Jeu]. Décathlon pro, s.d.

En toile de nylon très légère et très résistante, le parachute permet de mener de nombreux jeux coopératifs, notamment avec des groupes d'enfants de 3 à 12 ans mais aussi d'adultes. L'objectif est de construire le groupe et d'installer la coopération. Le parachute est accompagné d'accessoires et du livre "Les jeux de parachutes" (de Françoise et Georges Kaiser aux éditions Megaform). A l'aide de dessins, cet ouvrage présente de façon simple et concrète des activités et des jeux de parachute à mener en extérieur avec des groupes de 6 à 30 personnes.

IMAGÉMOI. Chemins [Carte illustrée]. Edusanté, 2016.

Cet outil, composé de cartes photos représentant différents types de chemins dans différents milieux (campagne, mer, montagne, ville), permet de favoriser la prise de parole des membres d'un groupe au cours d'un atelier ou d'une formation. Différentes utilisations sont possibles comme « Se présenter par évocation ou analogie » par exemple.



Le jardin des possibles [Guide pédagogique] / DEKEYSER Laurent, CARON Emmanuel, BLANC Olivier, et al. Réseau Ecole & Nature, 2013. 107 p.

Ce guide s'adresse à tous ceux qui souhaitent mener un projet de jardin partagé : un groupe de jardiniers familiaux pour créer un jardin pédagogique accessible à des personnes handicapées, une association d'éducation à l'environnement, des groupes d'écoliers avec leurs enseignants, des adultes en formation, un maire dans un quartier sensible de sa ville, une équipe d'enseignants, un centre social, ... Il est co-écrit par deux réseaux : le Réseau École et Nature et le Réseau Jardin dans Tous Ses États (JTSE), tous deux acteurs de l'éducation à l'environnement. Il constitue une aide, une ligne directrice pour guider la réflexion, les orientations et la mise en place de projets autour du concept de jardin partagé. Il est constitué de trois séries de fiches : repères méthodologiques, repères écologiques, repères pédagogiques.

[En ligne](#)



Connecter les élèves à la nature - Cycle 2 [Mallette pédagogique] / MORICEAU Aurélie. Nathan, 2022.

Les activités proposées dans ce kit ont pour but de permettre aux élèves de découvrir le monde du vivant. Pour cela, ils emprunteront différentes entrées dans ce domaine : mise en œuvre d'une démarche expérimentale, de la germination au développement de la plante, connaissance de la biodiversité au travers du monde des insectes, construction d'un hôtel à insectes... Et en parallèle, afin de mener le projet de façon plus globale, des pistes d'activités transversales seront aussi proposées : productions artistiques, sportives, sorties nature... Les élèves seront tour à tour invités à jouer avec les éléments naturels et à développer leur réflexion et créativité.



SITES RESSOURCES

Réseaux

- Classe dehors . [En ligne](#)
- La dynamique Sortir. [En ligne](#)
- Tous dehors en France. [En ligne](#)
- REEB (Réseau d'éducation à l'environnement en Bretagne). [En ligne](#)

Des sites ressources pour l'école dehors

- Des ressources pour éduquer dehors pour le bien-être des jeunes enfants de 0-6 ans. IREPS (Instance Régionale d'Éducation et de Promotion pour la Santé) Auvergne-Rhône-Alpes, 2022. [En ligne](#)
- Ma petite forêt. [En ligne](#)
- Enseigner dehors. [En ligne](#)
- Les essentiels pour faire classe dehors. Réseau Canopé, s.d. [En ligne](#)

Autres ressources

- Eveil et nature . [En ligne](#)
- Salamandre école. [En ligne](#)

Ressources d'ailleurs

- Au Québec : Enseigner dehors. [En ligne](#)
- En Suisse : La fondation Silviva. [En ligne](#)



Publics : Professionnel

Localisation : IIREPS 22, 29, 35, 56



Publics : Enfant 3-6 ans, enfant 7-11 ans

Localisation : IREPS 56



GROUPE « OUTILS » DE L'IREPS BRETAGNE

L'IREPS Bretagne a décidé d'améliorer ses services et son conseil dans le choix des outils adaptés aux besoins de ses usagers en s'appuyant sur l'expertise du groupe « Outils », constitué de chargés de projet et de documentalistes/chargées de diff. des départements 29 et 56.

-Une sélection d'outils « Coups de cœur » est valorisée dans les centres de documentation et au travers des newsletters « Plein phare sur... »

-Des avis sur les outils formulés par les chargés de projet de l'IREPS Bretagne ainsi que que les emprunteurs des centres de documentation sont consultables sur les portails documentaires. Ils prennent la forme d'un commentaire sur les conseils d'utilisation, les points forts, les points de vigilance, etc.

-Des ateliers « Je-ux déambule »

- À Auray : le 12/10/2023
- À Quimper : le 19/10/2023

IREPS Bretagne et ses antennes

4A, rue du Bignon
35000 Rennes

2 rue Alexander Fleming -
Impasse des Villes Hervé
22190 Plérin

9-11, rue de l'Île d'Houat
29000 Quimper

ZI Porte Océane
9 rue Danemark
56400 Auray

Email : contact@irepsbretagne.fr

Site internet :

<https://irepsbretagne.fr>



VIDÉOS

- **Cycle de webinaires « Santé psychique et environnement : des liens multiples ».** Pôle ESE et IREPS Auvergne-Rhône-Alpes, 2021-2022.

Face au constat des bienfaits de la nature et des impacts négatifs de la crise environnementale sur la santé psychique, le Pôle ESE et la plateforme santé mentale de l'IREPS ARA a proposé une série d'interventions et de rencontres croisant les domaines de la santé psychique et de l'environnement. L'enjeu de ces 7 webinaires est d'apporter aux participants des connaissances et compétences pour accompagner leurs publics ou développer des projets à la croisée de ces deux thèmes. Ce cycle s'adressait aux professionnels et bénévoles des secteurs de la santé, de l'éducation, du social, de l'environnement...

[En ligne](#)

- **Les liens entre la santé et la nature** / COTTEREAU Dominique. Maison de la consommation et de l'environnement, 13/06/2022.

Cette vidéo a été réalisée dans le cadre du MOOC « [Jardiner avec le vivant](#) », formation en ligne diffusée du 28 mars 2022 au 22 mai 2022 sur la plateforme Tela Formation. Ce contenu est proposé par les associations Bretagne Vivante, Eau et Rivières de Bretagne, la Maison de la bio 29, la Mce et Vert le Jardin. [En ligne](#)

- **Eduquer et enseigner dehors.** GRAINE Bourgogne-Franche-Comté, 25/11/2019.

Dans le département du Doubs, le GRAINE et la FCPE accompagnent depuis l'automne 2018, trois écoles dans une démarche expérimentale. En lien avec la recherche-action nationale « Grandir avec la Nature », portée par le Réseau École et Nature, ce projet est soutenu par le PARDIE et en partenariat avec la fondation Silviva. [En ligne](#)

POUR ALLER PLUS LOIN

Le dossier « Nature et santé » d'agir-ese.org

SOMMAIRE

1. Concepts et définitions
2. Enjeux pour la santé et l'environnement
3. Règlements et politiques publiques
4. Pistes pour agir au quotidien
5. Pistes pour éduquer et accompagner les changements

[En ligne](#)

[Comité de rédaction :](#)

Maud Begnic / Alexandrine Gandon (IREPS 56)
contact56@irepsbretagne.fr

Lucie Rigaudière / Flora Carles-Onno (IREPS 29)
contact29@irepsbretagne.fr