

EXPERIENCES NATURE

POUR TOUS



HAUT LANGUEDOC

L'EXPÉRIENCE NATURE POUR SE RECONNECTER AU VIVANT

Dans un monde de plus en plus urbanisé et numérisé, l'immersion en nature s'affirme comme un moyen puissant de rétablir le lien entre l'humain et son environnement. Cette expérience directe du vivant, loin de la pollution sensorielle de la société moderne, n'est pas seulement bénéfique pour la santé physique et mentale. Elle permet également de repenser notre relation à la biodiversité et de renforcer notre engagement pour sa protection.

Le CPIE du Haut Languedoc s'engage autour de ce fil conducteur, pour conduire ses actions à tous les niveaux, avec différents publics et pour répondre aux trois axes de travail qui sont, agir pour préserver et favoriser la biodiversité, pour protéger et économiser les ressources naturelles, pour bénéficier d'un environnement sain.

Le CPIE est attaché à l'alternance des approches pédagogiques : sensorielle, physique, scientifique, ludique, artistique, imaginaire... Cette diversité permet de toucher chaque être dans sa propre sensibilité.

L'animateur.trice nature aide adultes et enfants à porter un regard curieux sur ce qui les entoure et à partager des activités communes faciles à reproduire en partant à l'aventure dans le carré d'herbe du jardin, au bord des chemins, ou jusque dans la forêt !



EXPÉRIENCES NATURE *POUR TOUS*

DES BIENFAITS DÈS L'ENFANCE



- La nature stimule l'éveil et les 5 sens, nécessaires au bon développement de l'enfant.
- Les activités proposées, privilégiant le jeu et le **contact avec les éléments naturels**, stimulent la créativité. Les moments vécus resteront dans sa mémoire de façon durable.
- L'enfant **expérimente, apprend et découvre la diversité du vivant**, grâce à l'observation. A travers ses expériences, il devient plus sensible au respect de la nature et apprend à reconnaître les animaux et les plantes.
- L'exercice physique dans un espace naturel est bon pour sa santé. En sortant régulièrement et en marchant sur des terrains non nivelés, il met tout son **corps en mouvement** et apprend à **trouver son équilibre**, sa verticalité, ce qui va lui permettre de reconnaître et déprouver ses limites physiques.
- L'enfant développe son **autonomie** et son envie d'explorer le monde
- Au contact du vivant l'enfant développe son **empathie**
- Les activités nature propose une alternative saine à l'usage des écrans



Ceci est un projet qui peut se voir comme un projet de santé environnementale. Cela permet de raisonner l'ensemble du système et de trouver des solutions qui répondent à la fois à des enjeux de santé humaine et des enjeux environnementaux.

**L'association du
CPIE Haut Languedoc
vous accompagne
dans votre projet :**

- **Temps d'échange auprès des familles, des assistantes maternelles, des animateurs, des élus...**
- **Animations et ateliers nature d'immersion**
- **Mise à disposition de documentations**



HAUT LANGUEDOC

contact@cpiehl.org / 09 77 47 59 87

