



# Allons dehors !

Les enjeux pour  
la santé et l'environnement  
de l'éducation dehors

⊕ Livret d'accompagnement  
des panneaux



Avec le soutien financier de

## Le contexte



**L**a dégradation de notre environnement, la sédentarité, le temps passé sur les écrans, la déconnexion au vivant, la perte de sens, l'isolement, le mal-être, l'amnésie environnementale, la difficulté à gérer nos émotions face aux crises sociales et environnementales... La liste des raisons pour lesquelles nous aurions intérêt, collectivement, à favoriser l'éducation dehors, est longue.

Nous faisons le choix de parler d'éducation dehors pour désigner tous les temps d'éducation formelle ou informelle qui ont lieu en extérieur dans des espaces végétalisés.

L'idée est simple : ouvrir les portes et sortir. Dans le petit coin d'herbe de la crèche, dans la cour de l'école, dans le parc municipal, dans le bois à proximité du centre social, dans le jardin partagé du quartier ou dans le pré du voisin. Plus les lieux sont proches et mieux c'est ! Vous aurez la garantie de pouvoir sortir régulièrement et de favoriser la création d'un lien affectif entre vos participants et cet espace de nature.

Depuis plusieurs années, des acteurs de réseaux divers œuvrent pour favoriser l'éducation dehors. Et de nombreuses structures, collectivités, équipes de professionnels souhaitent agir pour favoriser le climat scolaire, la coopération et la nécessaire (re) connexion des humains à la nature.

Face aux multiples enjeux actuels, sortir et favoriser le jeu libre en extérieur, prendre le temps de se balader et d'observer, sentir, ressentir, avoir conscience du lien qui nous unit au reste du vivant et des émotions qui nous traversent, sont des éléments essentiels pour retrouver du pouvoir d'agir individuel et collectif.

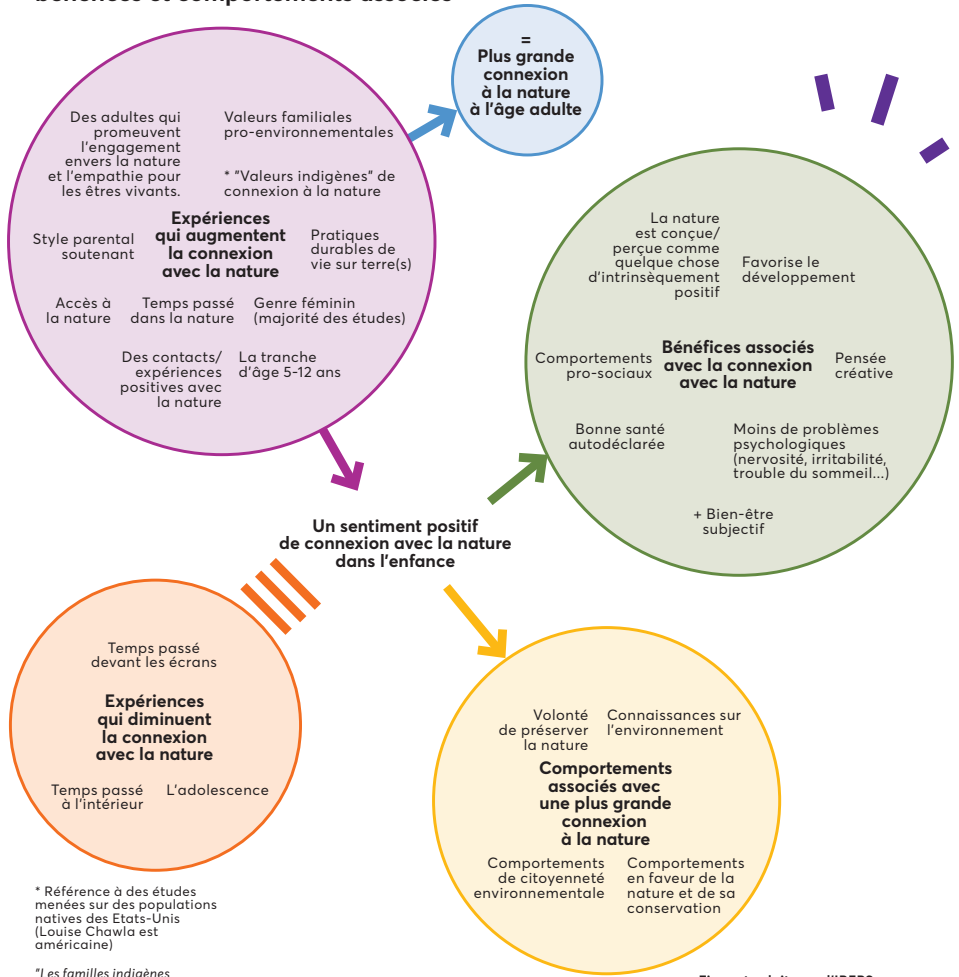
En 2021, nous avons créé une première exposition (nommée exposition 1 dans la suite de ce document), destinée aux professionnels qui ressentaient le besoin de se construire un argumentaire, pour défendre l'intérêt de sortir avec leurs publics.

En 2024, nous avons souhaité compléter cet outil-expo par une seconde version plus illustrée (nommée exposition 2 dans la suite de ce document), pouvant être utilisée auprès du grand public.

*L'objectif principal de cet outil pédagogique est de sensibiliser les professionnels et le grand public aux bienfaits de l'éducation dehors pour la santé et l'environnement. Il permet aussi d'aborder les inégalités sociales et environnementales.*

# Comprendre les enjeux en un coup d'œil

**Ce qui contribue à la connexion à la nature pendant l'enfance :  
bénéfices et comportements associés**



\* Référence à des études menées sur des populations natives des Etats-Unis (Louise Chawla est américaine)

"Les familles indigènes considèrent généralement la terre comme une communauté étendue où les humains ne sont qu'un des nombreux membres." p.627

Figure traduite par l'IREPS extraite de l'article de L. Chawla (2020) "Childhood nature connection and constructive hope: A review of research on connecting with nature and coping with environmental loss"

Accès à [l'article original complet.](#)

# Le contenu



Cet outil pédagogique est constitué de deux expositions et de son livret d'accompagnement.

## L'exposition 1

contient 25 panneaux écrits,  
répartis en 5 thèmes :



**Enjeux de justice sociale**



## L'exposition 2

contient 28 panneaux :



✓ **24 panneaux illustrés** faisant référence aux enjeux éducatifs, sanitaires, environnementaux et de justice sociale.



✓ **4 panneaux écrits** synthétisant de façon vulgarisée les savoirs scientifiques actuels.

**L**es 4 premiers thèmes mêlent savoirs scientifiques et savoirs expérimentiels. En effet, les informations de ces affiches sont issues de la recherche et des acteurs de terrain.

Le thème "pour aller plus loin" permet d'initier une réflexion individuelle, de découvrir des réalités internationales et de légitimer le contenu des panneaux au regard des études mises en références.

**N**ous avons choisi des photos représentant aussi bien des enfants que des adultes afin que vous puissiez sélectionner les panneaux selon votre public cible.

**Ces deux jeux d'expositions peuvent être utilisés ensemble ou séparément.** Cela dépendra de vos intentions pédagogiques, et de l'espace et du temps dont vous disposez.

# Les modalités d'utilisation

## Public cible

Cet outil pédagogique s'adresse à toute personne souhaitant sensibiliser le grand public, les professionnels et élus, aux enjeux de l'éducation dehors.

## Objectifs pédagogiques

- ✓ Découvrir les enjeux pour la santé et l'environnement du temps passé dehors
- ✓ Favoriser une culture commune sur l'éducation dehors
- ✓ Initier une réflexion sur les inégalités sociales et environnementales
- ✓ Réfléchir à ses pratiques (professionnelles ou personnelles) pour favoriser l'éducation dehors

## Installation

Les affiches ont été conçues pour être utilisées en extérieur, dans un espace calme, vert et agréable (forêt, bord de lac, ferme, espace vert municipal, jardin pédagogique, cour d'école végétalisée, etc...).

Nous vous conseillons d'imprimer chaque page en format A3, puis de les plastifier et de les perforer. Ainsi, les panneaux pourront être accrochés facilement, aux arbres par exemple, avec une ficelle ou un bout de laine.



Afin de faciliter la découverte et la compréhension des affiches, nous vous invitons à les regrouper dans l'espace par types d'enjeux.

Il est possible de sélectionner une partie des panneaux seulement selon vos objectifs pédagogiques.

**Les modalités  
d'utilisation** (SUITE)

**Utilisations proposées  
EN COLLECTIF**

Avec l'exposition 1 ou 2, vous pouvez animer une séquence pédagogique d'environ 1h30 auprès d'une dizaine de professionnels, de jeunes, de parents, d'habitants.

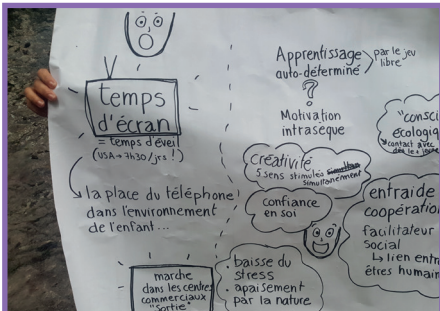
**L'exposition 1** apporte des éléments écrits et scientifiques. Elle est plutôt destinée à des groupes de professionnels et d'élus.

**L'exposition 2** est davantage basée sur des images. Elle est destinée au tout public.

**Dans les deux cas, l'animation se déroule en 3 temps.**

**1 La découverte  
des différents panneaux**

Vous pouvez inviter les participants à déambuler dans l'espace, pour prendre connaissance des affiches, seuls ou en binôme. Selon l'exposition que vous avez choisie et la taille du chemin à parcourir pour découvrir l'ensemble des panneaux, cette première partie dure plus ou moins longtemps ! Au minimum prévoir 20 min de lecture.



**2 Echanges en sous-groupes  
de 3 ou 4 personnes.**

Chaque sous-groupe échange sur son ressenti à la lecture de cette exposition. Par exemple, vous pouvez proposer à chaque personne de partager avec le reste du groupe :

- ✓ Un élément/une photo qui l'a surpris,
- ✓ Un élément/une photo qu'elle va retenir,
- ✓ Un élément/une photo qu'elle pense pertinent de partager avec ses collègues/sa famille/ses amis.

Afin de faciliter le temps de discussion collective, vous pouvez proposer à chaque sous-groupe de réaliser un poster qui résume le contenu de leurs échanges : schéma, dessin, mots clefs, autre idée...

**3 Echange en grand groupe sur les enjeux soulevés par l'exposition.**

Selon le profil des participants vous pouvez questionner et échanger sur :

- ✓ Les pratiques professionnelles : à l'heure actuelle, proposez-vous des activités en extérieur avec vos publics ? qu'est-ce que cela permet ? qu'avez-vous remarqué lorsque vous êtes dehors avec vos publics ? Si vous ne proposez pas de temps, pour quelles raisons ?
- ✓ Les enjeux institutionnels et politiques : quels sont les freins et les leviers à l'éducation dehors ? de votre place, comment pouvez-vous rendre plus accessible les espaces de nature ? comment pouvez-vous contribuer à l'éducation dehors ?

✓ Les pratiques personnelles : à l'heure actuelle, est-ce que vous passez du temps en extérieur ? dans la nature ? à quelle fréquence ? que ressentez-vous quand vous êtes dehors ? est-ce que vous emmenez vos enfants dehors ? qu'observez-vous ? est-ce que vous avez accès à un espace extérieur de qualité à moins de 15 min à pied de chez vous ?

✓ Les envies de changement de pratiques : suite à ces échanges, quel est le "plus petit pas possible" que vous pourriez faire, pour proposer/passé plus de temps en extérieur dans des espaces de nature ?

Afin de permettre à chacun de s'exprimer, nous vous conseillons de limiter le nombre de participants à 20 personnes.

## EN EQUIPE ou GROUPE PROJET

Cet outil pédagogique peut être utilisé en équipe, ou groupe projet (éco-délégués, parents d'un quartier, etc.) pour favoriser une culture commune et l'appropriation des enjeux de l'éducation dehors.

Après la découverte des panneaux, sur le même principe que ce qui est proposé pour une animation collective, vous pouvez réfléchir en équipe aux actions que vous pourriez mener ensemble pour contribuer à favoriser l'éducation dehors : sensibiliser les élus et décideurs, organiser des sorties régulières en extérieur, communiquer sur ces enjeux, organiser un café des

parents, demander aux élus de revégétaliser la cour de l'école, soutenir les enseignants dans leur projet de faire classe dehors, réinvestir collectivement les espaces verts de proximité, etc.

## EXPOSITION LIBRE

Cette modalité d'utilisation est la moins conseillée. En effet, tout outil pédagogique perd de sa valeur lorsqu'il n'est pas animé ni accompagné. Cependant, afin de pouvoir s'adapter à vos contextes et réalités professionnelles, il est possible d'exposer les panneaux dans un lieu de passage de professionnels ou de parents pendant quelques jours.

Dans le cas d'une visite libre de l'exposition, nous vous conseillons de rester à proximité pour présenter l'exposition, guider les visiteurs et répondre aux éventuelles questions que l'exposition suscite.

Nous vous conseillons également de mettre en évidence le panneau "Et vous ?" afin de favoriser la prise de conscience et la réflexion chez les personnes regardant l'exposition.

Enfin, l'exposition 2 nous semble plus adaptée pour un usage de ce type car spontanément les passants seront plus attirés par des photos que des écrits.



## Animations complémentaires :

### J'Y CROIS PAS !

Afin d'échanger avec des parents, des habitants ou encore des professionnels, sur les croyances associées à l'éducation dehors, nous avons créé une séquence pédagogique intitulée "J'y crois !" et disponible sur le site agir-ese.org. <https://agir-ese.org/methode/jy-crois-pas>

Exemples de phrases proposées :

- ✓ Seul et sans jouets mon enfant s'ennuie et n'est pas stimulé. (FAUX : *Le jeu libre favorise la créativité, l'imagination, la curiosité.*)
- ✓ L'air extérieur est trop pollué, il vaut mieux rester dedans. (FAUX : *L'air intérieur est deux à cinq fois plus pollué que l'air extérieur.*)
- ✓ Il n'y a que les humains qui ressentent des émotions. (FAUX : *Des comportements d'empathie ont été observés chez de nombreux espèces animales, tout comme des émotions, telles que la jalousie.*)
- ✓ Les personnes qui vivent dans les quartiers ne s'intéressent pas à la crise écologique. (FAUX : *L'éco anxiété n'est pas réservée à une classe sociale. Les personnes vivant dans les quartiers cumulent de nombreuses inégalités environnementales, comme le fait de vivre dans des espaces plus pollués, d'avoir moins accès à des espaces verts et d'être rarement associés aux débats sur le climat.*)

Cette séance peut venir en complément de la découverte de l'**exposition 2**.

## PHOTO-EXPRESSION

Les panneaux de l'**exposition 2**, s'ils sont imprimés en format A5 peuvent être utilisés comme un photo-expression. Pour cette animation, vous devez étaler l'ensemble des photos sur une table et

inviter les participants (idéalement entre 8 à 15 participants) à choisir une photo, puis à dire pourquoi ils ont choisi ce visuel.

Selon vos intentions pédagogiques, vous pouvez préciser la question. Par exemple :

- ✓ Choisissez une photo qui vous évoque le lien entre santé mentale et santé-environnement.
- ✓ Choisissez la photo qui vous semble la plus proche (ou la plus éloignée) de votre rapport au dehors.
- ✓ Choisissez une photo qui exprime votre lien à la nature.

Cette séquence peut être proposée en complément de l'utilisation de l'**exposition 1**.

## Ressource complémentaire

Si vous souhaitez (faire) découvrir davantage de ressources sur l'éducation dehors, nous vous invitons à consulter notre [bibliographie interactive](#). (Autre accès : taper "éduquer dehors" dans la barre de recherche du site [agir-ese.org](http://agir-ese.org)).

Vous y trouverez, entre autres, des guides méthodologiques, des exemples de projets et des activités à réaliser dehors.



Ce document est téléchargeable sur le site Internet de **Promotion Santé Auvergne-Rhône-Alpes** [www.promotion-sante-ara.org](http://www.promotion-sante-ara.org)

Exposition réalisée sur une idée originale de Adeline MICHEL, avec le soutien de Lucie PELOSSE, Laetitia DI NUNNO, et Marie PAGES.

Ce document est sous licence Creative Commons nommée CC BY + SA (Attribution - Partage dans les mêmes conditions)

Conception et réalisation graphique du document : Clémence de Chambrun | [www.unebiche.com](http://www.unebiche.com)

Décembre 2024