



*Un peu
de nature
dans
la ville*

LES ENFANTS DES VILLES AUX CHAMPS

Pendant trois numéros, *La Vie* vous présente des expériences pédagogiques originales à l'attention des petits ou des plus grands. Cette semaine, ces associations qui emmènent les citadins en herbe au contact de la nature...



Un enfant et sa mère, très chic et digne, devant un champ où broute une vache, conversent : « Mais enfin Eudes, réfléchis. Ça ne peut pas être un mouton. Le mouton est frisé, rose, avec une petite queue en tire-bouchon. » Par ce dessin humoristique, Voutch croquait avec mordant, il y a déjà plus de 15 ans, ces citadins qui ne connaissent pas bien le monde rural. Aujourd'hui, on ne se moque plus ! Car les chiffres sont là : plus de la moitié des individus de la planète vit dans une zone urbaine, 39 % des enfants ne jouent jamais dehors. Et plus l'enfant grandit, plus il prend plaisir à rester devant la télé ou sur sa console. Dans ce reportage, Constance de Buor nous présente l'éclosion d'initiatives menées par diverses associations pour pousser les enfants dehors, à travers une nouvelle approche de la nature. Ici et là, fleurissent des jardins partagés et même des fermes pédagogiques, en ville, qui deviennent des terrains de jeu de prédilection ! En les initiant à la culture du potager, en stimulant leurs sens et leur curiosité – dès qu'ils sont bébés –, nos enfants recueilleront de nombreux bienfaits. Alors, ne leur boudons pas le temps passé à traverser un parc sur le chemin de l'école, à se balader le week-end, à jouer le soir dans le jardin ou sur un balcon, ce sont mille petits moments de bonheur, qui les éduquent à la préservation de la nature.



VÉRONIQUE DURAND
SECRÉTAIRE GÉNÉRALE DE LA RÉDACTION, V.DURAND@LAVIE.FR

Filer dehors après l'école pour ne rentrer qu'à la nuit tombée, aller chercher le lait à la ferme voisine, arroser les tomates, ramasser les champignons, les mûres... Autant d'images qui, si vous êtes né avant les années 1980, vous inspirent sans doute de la nostalgie. Selon une étude de l'Institut de veille sanitaire, 39 % des enfants d'aujourd'hui ne jouent jamais dehors ! Derrière cette « migration à l'intérieur », le temps passé par les enfants sur les écrans, mais aussi la peur de les laisser sans surveillance, les emplois du temps scolaire et périscolaire surchargés et l'urbanisation galopante. Depuis 2008, plus de la moitié de l'humanité vit en zone urbaine (selon un rapport de l'Onu). Pourtant, médecins, psys et éducateurs observent que la fréquentation de la nature réduit le stress, favorise la concentration, développe l'endurance, l'agilité, renforce le système immunitaire, stimule la créativité, l'envie d'apprendre, l'autonomie et la faculté de coopérer !

On n'attrape pas les mouches avec du vinaigre : pour donner aux enfants du XXI^e siècle le goût de la terre et de la vie animale, on ne commence pas par l'extinction des baleines et le tri sélectif ! « Évitez les tragédies avant le CE1 », conseille le biologiste canadien Scott D. Sampson, auteur du très complet *Comment élever un enfant sauvage en ville*. Et de citer le biologiste de l'évolution Stephen Jay Gould : « Nous ne gagnerons pas la bataille pour sauver les espèces et les environnements sans forger un lien affectif entre nous-mêmes et la nature – car on ne se bat pas pour sauver ce qu'on n'aime pas. » La petite enfance, jusqu'à 6 ans, est à ce titre décisive. Mais « si le monde naturel vous laisse indifférent, ne comptez pas que vos enfants s'y intéressent », remarque Scott D. Sampson, qui préconise, au lieu de foncer vers sa voiture le matin, de s'arrêter pour « éprouver la réalité de l'air et le humer », observer les nuages et les arbres, écouter les oiseaux, « savourer le coucher du soleil », « l'odeur



« Le petit escargot qu'on a trouvé dans la marre, je voulais l'appeler Tarzan. En fait c'est une limnée ! »

MARTIN, 3 ANS

n'est pas une grenouille qui a vomi ? », « Et on va faire comment pour savoir comment elles s'appellent les petites bêtes ? » Accroupie autour de la mare, la petite équipe recueille à l'aide de chinois en plastique une mousse végétale

dans laquelle s'accrochent des gerris et des larves de demoiselles.

Forte de 400 clubs et d'une expérience de 30 ans en France, la fédération (FCPN) accueille tous les curieux de nature (www.nature-en-famille.org). À Metz, l'association travaille avec une cinquantaine d'écoles et reçoit aussi les familles du quartier trois fois par semaine. Pour répondre à une demande croissante, la FCPN vient, au niveau national, de créer un réseau Nature en famille destiné aux parents qui souhaitent reconnecter leurs enfants au monde du vivant. Elle leur délivre chaque mois une proposition de sortie avec des fiches pédagogiques limpides.

Privilégier la proximité

Où trouver la nature lorsqu'on habite en ville ? C'est un maître mot de la FCPN et des éducateurs nature : privilégiez la proximité. Facile lorsqu'on a un jardin, sinon mieux vaut le parc proche ou la rivière

des feuilles fraîchement tombées »... Aux parents qui confient leurs petits au réseau Écolo Crèche (www.ecolo-creche.fr), Claire Grolleau, la fondatrice, conseille de « faire pareil que l'enfant au moment où il le fait », pour savoir quel plaisir il ressent quand il touche de la terre, mâche un bâton, etc.

Les reconnecter au vivant

À Metz, en Moselle, Hugues Varachaud a créé pour l'association Connaître et protéger la nature (CPN) un jardin pédagogique où l'on peut caresser des poules, goûter du maïs cru, reconstruire une cabane abandonnée... En cette veille de rentrée, Jeanne, 9 ans, et Martin, 3 ans, ses enfants, rejoints par leurs copines Scarlett et Bérénice l'accompagnent dans ce véritable palais de la découverte. « Papa, pourquoi ces algues ressemblent à la mousse du dessous des vieux canapés ? », « Tu es sûr que ça



« Tout l'enjeu est de recréer un lien »

« Les parents savent stimuler l'imaginaire et les sens de leurs enfants : ils ont juste besoin de "se débrider". Certains se pensent incapables de construire une cabane, alors qu'il suffit de se jeter à l'eau. Et de manière générale d'être curieux, de goûter, sentir, de se fier à ses propres étonnements. Les mots clés de l'éducation à la nature, c'est : le terrain, la proximité et la sensibilité, car tout l'enjeu est de recréer un lien. Ce lien, on le tisse grâce à différents registres d'expériences sensorielles, émotionnelles, ludiques, grâce à l'imaginaire et au registre naturaliste, qui nécessite un peu plus de connaissances. La nature est un espace de liberté extraordinaire. Un enfant qui s'ennuie, laissez-le 10 minutes dehors, il trouvera tout seul comment s'occuper ! »

HUGUES VARACHAUD, ASSOCIATION CONNAÎTRE ET PROTÉGER LA NATURE



À LIRE 
Comment élever un enfant sauvage en ville, de Scott D. Sampson, les Arènes. Dix secrets pour faire découvrir et aimer la nature.



Enfant et nature, de Valérie Chansigaud, Delachaux et Niestlé. Trois siècles d'œuvres jeunesse par une historienne.

qui borde le quartier plusieurs fois par semaine – Sampson suggère au moins trois à cinq sorties hebdomadaires – que la réserve d'oiseaux ou les plus belles falaises du département une fois par mois. Animatrice nature, fondatrice de l'excellent blog *Éveil et Nature*, Émilie Lagoeyte (<http://eveil-et-nature.com>) invite les parents à faire confiance à leurs coins préférés et à leurs propres bonheurs d'enfants, puis de s'adapter à l'âge quand il s'agit de partir à l'aventure. De 0 à 1 an, portage de rigueur. De 1 à 3 ans, on peut alterner marche, pause et portage, et laisser l'enfant toucher, gratter, jeter. De 3 à 6 ans, privilégiez de courtes promenades avec des arrêts pour observer et jouer. De 6 à 12 ans, « donner un but à la balade peut décupler la motivation : marcher jusqu'à ce rocher que l'on peut escalader, ce ruisseau où l'on peut construire un moulin, en proposant aussi un accessoire comme une paire de jumelles, une boîte-loupe, etc. » Cette nature proche doit devenir un terrain de jeu plébiscité.

« Le plus génial aujourd'hui, c'était de cueillir et manger les mûres. Et puis de toucher les poules. Surtout la noire, parce que j'aime beaucoup cette couleur ! »
BÉRÉNICE, 3 ANS

Observer et manipuler

Pour faire entrer la nature chez soi, Émilie propose de créer une table d'observation et le jardin rêvé des oiseaux et des insectes. Sur la table, on pourra utiliser des contenants en matériaux naturels : corbeilles en osier, bocaux en verre, caisses de bois... pour y disposer, avec les enfants de 1 à 3 ans, des pommes de pin, des noix, des glands, avec des pinces à épiler, à toasts, et des cuillères qui permettent de manipuler, transvaser, etc. Avec les 4-7 ans, des « objets fétiches »

Pour ceux qui n'ont pas cette possibilité, Claire Grolleau rappelle que la nature, « ce sont aussi les plantes d'intérieur, les arbres du parking et même les rats dont les capacités d'adaptation sont impressionnantes ! En

– plumes, cailloux, nids, élevages temporaires d'insectes, cultures en pots avec des loupes... Pour les 8-12 ans, un herbier, des fossiles, plumes, cocons, un microscope, un élevage de fourmis... Pour faire de votre jardin ou balcon une oasis microcosmique, Émilie liste les plantes à oiseaux et petits mammifères : sureau noir, noisetier, lierre, tournesol, poirier. Et celles dont raffolent les papillons et les abeilles : lavande, thym, sauge, chèvrefeuille, ortie.

ville, on peut aussi s'acheter un pain d'argile pour jouer, s'intéresser à ce que l'on mange, pétrir de la pâte avec les mains... » Chez les petits, toutes les écoutilles sont ouvertes : « L'essentiel passe d'abord par cette connexion physique, sensorielle et primitive que nous avons perdue. On surveille ce qui entre dans la bouche, mais pourquoi ne pas laisser lécher un caillou, un coquillage, un morceau de bois ? Et surtout, roulons-nous dans la boue, jardinons sans gants ! Se salir, c'est bien ! Il y a un plaisir des sensations qu'on ne trouve qu'avec des matières naturelles », poursuit-elle. Aux parents de réprimer leur premier mouvement... et de prévoir l'équipement ! Vieux tee-shirt d'adulte en guise de blouse pour patouiller dans la terre, surpantalon imperméable, bottes ou chaussures adaptées. Dans un jardin ou sur

un balcon, on pensera à laisser un coin de terre à nu ou une jardinière en jachère : « un "coin gratouille" où l'enfant fait sa vie avec des gobelets à remplir, vider, transvaser... », suggère Claire Grolleau.

Réveiller les sens

Des jeux pour réveiller les sens, Arnaud Callec, vice-président de la FCPN, en connaît un rayon. Comme celui du « colimaillard de l'arbre ». On promène l'enfant, dont on a bandé les yeux, dans la forêt, on choisit un arbre qu'on lui fait toucher en détail, on le ramène au point de départ, on ôte le bandeau, et l'enfant doit retrouver l'arbre en question. Arnaud Callec cite encore le jeu de « l'appareil photo ». On emmène en balade le petit les yeux fermés puis on le fait asseoir là où on a choisi de

lui montrer un beau paysage ou un élément naturel (insecte, fleur, etc.) qui sera pour lui une surprise. On tape sur l'épaule de l'enfant : il ouvre les yeux. On tape une deuxième fois, il les ferme. « Alors ce paysage ou cet élément de nature restera dans son esprit de façon remarquable, comme un cadeau », explique Arnaud Callec. « L'expérience sensorielle est une mémoire éternelle », confirme Claire Grolleau.

Si l'émerveillement est un élan naturel, l'observation se cultive ! On glane de bonnes idées chez Émilie Lagoeyte, comme celle de la « randonnée minuscule ». Il s'agit de suivre une cordelette de deux ou trois mètres de long par terre, en parcourant le chemin à quatre pattes avec une loupe, comme si l'on était une fourmi en expédition dans la forêt vierge ! Ou le « mémo nature »,

« On a trouvé une cabane. On a refait le toit, on a organisé les pièces et fait la déco avec des feuilles et un canapé avec des rondins. »

JÉANNE ET SCARLETT, 9 ANS

avec dix éléments naturels sur un drap, 25 secondes pour les mémoriser et dix minutes pour collecter dix éléments identiques aux alentours. Scott D. Sampson suggère d'emmener les enfants dehors à la recherche d'un échantillon de nature qui les intéresse, fleur, feuille, arbre... puis de les inviter à l'observer attentivement pendant quelques minutes, en le touchant, le humant, l'écoutant, le goûtant, et de le dessiner en retenant ses détails marquants. Puis de leur faire écrire un texte expliquant leur choix, et enfin raconter aux autres ce qu'ils ont appris ou qui les a étonnés.

Le récit est bien sûr un grand allié de l'éducation à la nature. Livres du soir mettant en scène des animaux, histoire de l'univers, contes et légendes autochtones, films documentaires, mais aussi les détails de votre dernière nuit à la belle étoile, du jour où vous vous êtes perdu dans la forêt ou du ballet des oiseaux migrateurs observé en rentrant du bureau : faites votre miel de tous les registres. Et apprenez aussi à faire parler vos enfants. Non seulement en les laissant formuler des hypothèses plutôt qu'en donnant les réponses. Mais aussi en leur permettant de raconter ce qu'ils ont observé ou vécu (comme le conseille Scott D. Sampson) : « Que se passait-il au moment où le lapin a détalé ? Qu'as-tu ressenti quand c'est arrivé ? », « Qu'est-il arrivé dehors aujourd'hui ? » « Quelle est la chose la plus cool que tu as découverte ? » « Tu as joué à cache-cache aujourd'hui ? Oui ? Génial. Où étais-tu caché ? » De quoi les aider à comprendre que l'histoire de la nature est bien la leur !

TEXTE CONSTANCE DE BUOR
PHOTOS LÉA CRESPI POUR LA VIE

LA SEMAINE PROCHAINE

2/3 Le potager au lycée

PROLONGEZ CES PAGES 

RCF RADIO Bien vivre Famille sur RCF le jeudi 15 septembre, à 12h 50.

Avec Constance de Buor, au micro de Vincent Belotti dans les Bonnes Ondes. Fréquences RCF au 04 72 38 62 10 ou sur www.rcf.fr