

Soline Bourdeverre-Veyssiere



Sensibiliser les enfants aux questions écologiques



De la même autrice aux Éditions Jouvence :

J'accompagne les émotions de mon enfant

J'ai confiance en toi

Être mère sans s'oublier

Dans la même collection aux Éditions Jouvence :

La famille s'agrandit, Catherine Dumonteil-Kremer

Zen avec mon ado, Aude Jaubert

Mon yoga postgrossesse, Romana Lorenz-Zapf et Holger Zapf

Vivre la pleine conscience en famille, Sophie Raynal

Éveiller nos enfants à leur spiritualité, Dominique Hubert

J'initie mon enfant au yoga, Catherine Blondiau

Les Quatre Accords toltèques transmis à mon enfant,
Mélissa Monnier et Olivier Clerc

Mon guide naturo spécial enfant, Nina Bossard

Mon enfant médite en pleine conscience, Ilios Kotsou et Candice Marro

Catalogue gratuit sur simple demande

ÉDITIONS JOUVENCE

France : BP 90107 - 74161 Saint-Julien-en-Genevois Cedex

Suisse : Route de Florissant, 97 - 1206 Genève

Site Internet : www.editions-jouvence.com

Mail : info@editions-jouvence.com

© Éditions Jouvence, 2020

ISBN : 978-2-88953-315-2

Maquette de couverture : Claire Morel Fatio

Couverture : Virginie Cauchy

Maquette intérieure : Frank Pitel

Mise en pages : Stéphane Angot

Images : Adobe Stock : couverture © davit85, p. 3 ©kusuriuri, p. 26 ©David, p. 31 ©Marina Lohrbach, p. 52 ©Caftor, p. 61 ©Zichrini, p. 66 ©Netrun78, p. 74 ©sunny_bunny, p. 75 ©yavdat, p. 77 ©Juan Aunió, p. 83 ©New Africa, p. 89 ©FreeProd, p. 92 ©frizza, p. 93 ©Pixel-Shot, p. 94 ©Tatyana A.-somepie, p. 97 ©alfa27, p. 101 ©Gcapture, p. 106 ©Prod. Numérik, p. 112 ©Shangarey, p. 114 ©robert, p. 120 ©igishevamaria, p. 129 ©terovesalainen, p. 132 ©pingpao, p. 136 ©Eigens, p. 138 ©Tunatura, p. 139 ©ekramar, p. 144 ©Maria, p. 146 ©Mudretsov, p. 151 ©Fevzzie, p. 153 ©New Africa, p. 155 ©timolina, p. 160 ©Seventyfour, p. 168 ©Luminelimages.

Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction réservés pour tous pays.

Et si on lisait ?



Gaspard et le flocon de neige

Gaspard aime la forêt, les tomates, la pêche aux canards, la musique, la soupe de potiron et sauter dans les flaques d'eau.

Inventer des mots nouveaux et rigolos, voilà son passe-temps préféré !

Mais aujourd'hui, Gaspard ressent dans son ventre un mélange d'émotions. L'incompréhension se mêle à la colère naissante. Que se passe-t-il ?

Il rentre de l'école, Maman lui donne l'un de ses goûters préférés. Un cookie géant à partager. Dedans, se trouve un ingrédient magique. Dedans, il y a tout l'amour de Maman.

Alors qu'il commence à manger, Maman le questionne sur sa journée, comme à son habitude. Elle est très maligne Maman ! Gaspard voit clair dans ses petites questions !

En effet, aux questions « Qu'as-tu fait à l'école aujourd'hui ? » ou « Comment s'est passée ta journée ? », Gaspard ne répond jamais. C'est l'école des secrets ! Alors Maman tente d'en poser des différentes.

Maman demande avec qui Gaspard a joué. Le moment de la journée durant lequel il a éprouvé le plus de joie. Ce qui l'a fait le plus rire. Ce qui l'a rendu triste aussi.

Sur ce point-là, Gaspard sent qu'il a besoin de se confier. Faire sortir les mots de sa bouche pour commencer à guérir d'un épisode qui ne lui a pas fait du bien dans son cœur¹.

Mais que s'est-il donc passé ?

Gaspard raconte à Maman que cet après-midi, alors qu'il était en récréation avec ses camarades, il a vu Émilien, l'un de ses amis, passer à côté d'un papier au sol et donner un coup de pied dedans. Gaspard lui a alors suggéré de le mettre à la poubelle afin de faire un geste pour la planète.

Mais Émilien n'a pas réagi comme Gaspard l'aurait souhaité : il lui a répondu que cela ne servait à rien, que ce n'était pas un papier mis à la poubelle qui allait aider la planète à mieux se porter !

Gaspard n'a pas su quoi répondre. Il en a même oublié de ramasser lui-même le papier !

Gaspard se rend alors compte qu'il est triste pour la planète, triste pour son ami Émilien, et également en colère contre lui-même. C'est donc ça, ce mélange d'émotions à l'intérieur de son ventre !

Gaspard met des mots sur ses émotions. Maman l'écoute avec attention, elle sait que Gaspard va chercher et trouver une solution.

« Je sais que ce qu'a dit Émilien est faux. Moi, je ne suis pas d'accord ! Il dit que ça ne sert à rien. Ce n'est pas vrai ! J'ai une idée ! Demain, je vais faire une présentation à la classe. Comme quand Tom est parti à Paris et qu'il nous a présenté sa boule à neige de tour Eiffel. Je n'ai pas d'objet à apporter mais je vais raconter une histoire. »

Gaspard sait que Maman en connaît plein. Il adore quand elle les raconte. Il lui demande alors : « Maman, quelle histoire tu choisirais, toi ? »

Il ne faut que deux secondes à Maman pour choisir le conte inspirant qu'elle s'apprête à raconter à Gaspard.

Elle dit alors :

« Je choisis un conte qui s'appelle Le Poids de rien. Écoute attentivement... »

Une mésange interroge une colombe : « Sais-tu ce que pèse un flocon de neige ? »

« Rien d'autre que rien... » répond la colombe.

Alors, la mésange raconte un souvenir : « Un jour, j'étais perchée sur la branche d'un sapin lorsque la neige s'est mise à tomber, à tomber. Ce n'était pas une tempête,

oh non, mais une chute progressive, lente et majestueuse. Les flocons se posaient sur ma branche : on aurait dit un rêve blanc.

Je me suis amusée à les compter ! Il en est tombé 3 751 952. Au moment où le 3 751 953^e s'est posé, rien d'autre que rien, comme tu dis, la branche a cassé... »

Sur ce, la mésange s'envole. Restée seule, la colombe, bien perplexe, se met à réfléchir. Depuis la nuit des temps, elle ne pense qu'à la paix, la paix dont elle est devenue le symbole... Hochant la tête, elle se dit alors : « Il ne manque peut-être qu'une personne pour que tout bascule et que le monde vive en paix... »²

Maman plonge son regard dans celui de Gaspard et le regarde intensément.

« Gaspard, que l'on parle de paix ou d'écologie, c'est pareil. Il suffit d'une personne pour tout faire basculer. Et si cette personne, c'était toi ? Et si c'était Émilien ? »

Gaspard se sent écouté. Il a posé des mots sur sa tristesse et sa colère. Et il a, avec l'aide de Maman, trouvé une solution pour aller mieux.

Gaspard remercie Maman. Il a très bien compris le message. Le lendemain, à l'école, il demande l'autorisation à son enseignant de raconter cette histoire devant tout le monde.

Que c'est dur de s'adresser à tous ! Gaspard raconte alors *Le Poids de rien*. À sa façon, bien sûr. Car il a un peu oublié les grands chiffres donnés par maman. Il se demande si elle ne les a pas inventés d'ailleurs...

Devant la classe, Gaspard, la voix tremblante d'émotion annonce clairement : « Je sais qu'on ne peut pas tout faire. Mais je sais aussi que nous, les enfants, on peut aider la planète ! »

Sommaire

Introduction.....	9
1 – C'est quoi l'écologie ?.....	11
1. Essai de définition.....	12
Éducation à l'environnement ?	12
L'écologie	14
2. Est-ce trop tard ?.....	16
3. Des petits gestes ou non ?.....	24
Se documenter et comprendre.....	24
Les petits pas ne servent-ils vraiment à rien ?	25
Les petits pas, l'assurance d'un non-découragement.....	27
2 – Sensibiliser le petit écolo	33
1. La force de l'exemple	34
2. Le poids de la répétition	40
3. Avec quels supports communiquer ?	40
4. Communiquer sans traumatiser.....	46
L'éco-anxiété.....	46
Accueillir les émotions	47
3 – Quand le petit écolo apprend à suivre le rythme des saisons, de l'année, de la vie	49
1. Le rythme des saisons.....	50
2. Le rythme de l'année	66
3. Et le rythme de la vie aussi !.....	75
4 – Quand le petit écolo vit et joue en respect avec la nature	79
1. Une vie slow.....	80
Favoriser le jeu libre.....	80
Désencombrer	83
2. Jouer avec ce que nous offre la nature	87
Jouer dans la nature	88
Jouer avec la nature.....	89
3. Fabriquer son propre matériel dans une démarche écologique.....	97

5 – Quand le petit écolo agit à la maison107

1. Dans la cuisine110
2. Dans la salle de bains.....120
3. Dans le dressing.....125

6 – Quand le petit écolo adopte les bons gestes au jardin.....131

- Du balcon au jardin.....132

7 – Quand le petit écolo fait vivre l'écologie quotidienne à l'extérieur de la maison (école, sorties, etc.).....141

1. À l'école.....142
 - La transition écologique à l'école, quelques idées pratiques.....142
 - La généralisation du développement durable au sein de l'Éducation nationale.....150
 - Le label E3D.....150
2. En déplacement.....151

8 – Quand le petit écolo s'engage individuellement et collectivement157

- La force de l'engagement158
- Actions158
 - Les *Cleanwalk* en famille.....159
 - En ligne160

9 – Quand le petit écolo médite pour la planète167

- Des pensées pour la Terre.....168

10 – Pour une approche holistique de l'écologie177

- Une vision globale178

Conclusion.....183

Bibliographie.....185

Notes.....188

Introduction

Accompagner les enfants d'aujourd'hui sur la voie de la préservation de la planète est un objectif presque obligatoire. Le réchauffement climatique, l'environnement, la disparition de la faune et de la flore, la planète en danger sont autant de thématiques qui bercent notre quotidien, avec leur lot d'inquiétude. L'enfant a besoin de comprendre le monde dans lequel il vit et son empathie naturelle le pousse à agir au quotidien. Ce livre va vous aider à l'accompagner au mieux dans cette quête.

« Nous n'héritons pas de la terre de nos parents, nous l'empruntons à nos enfants. »

Antoine de Saint-Exupéry

Cet ouvrage se donne pour mission de sensibiliser. Sensibiliser, c'est plus engageant que simplement informer. Mais on ne peut faire l'impasse sur les informations et la compréhension. Sensibiliser, c'est *rendre sensible à et faire réagir à* quelque chose. L'approche sensible par les cinq sens, les sensations, voire les émotions, est également de rigueur. En résumé, sensibiliser à l'écologie, c'est informer et communiquer sur fond d'approche sensible.

Qu'est-ce qu'on peut faire ? Comment ? Par où commencer ? Doit-on en parler aux enfants et si oui, comment ? Autant de questions que vous vous posez certainement et auxquelles la lecture de ce livre vous apportera (je l'espère !) des réponses.

Y a-t-il un âge requis pour commencer l'éveil à la sauvegarde de la planète ? La réponse est non ! Il n'y a pas d'âge minimum. De plus, il n'est jamais trop tard pour commencer ! Nul besoin de partir élever des chèvres dans le Larzac (soyons clair, je n'ai rien contre cette activité) : on peut tout à fait être sensibilisé à l'écologie sans changer radicalement de vie.

La diversité est l'un des maîtres mots de cet ouvrage. En effet, éveiller à l'écologie c'est avoir à sa portée une diversité d'approches, de stratégies, de démarches, de disciplines. Il n'y a pas de pratique uniformisée. Cet ouvrage est conçu pour vous donner des pistes et des clés. Libre à chacun d'y puiser ce qui lui parle et de laisser libre cours à sa propre créativité. En effet, « il n'y a pas un profil type d'éducateur à l'environnement mais une diversité d'acteurs qui pratiquent l'éducation à l'environnement dans des contextes variés. Il n'y a pas une seule façon de penser l'éducation à l'environnement, ni une seule façon de vivre et faire vivre cette éducation³ ».

L'engagement aussi a toute sa place. Chacun a le pouvoir d'agir pour peu qu'il soit en mesure de mobiliser ses connaissances, ses compétences et ses ressources.

Cet ouvrage s'adresse aux accompagnateurs d'enfants (parents, enseignants, etc.) plutôt néophytes sur le sujet, mais les lecteurs plus chevronnés pourront l'utiliser en guise de rappel (vive la réactivation expansée dans le temps, parole d'enseignante !) ou pour y puiser de nouvelles ressources.

Plusieurs éléments sont nécessaires à l'enfant afin qu'il assimile totalement une donnée : l'exploration, le mimétisme et la compréhension. Ce dernier point sera évoqué dans le premier chapitre. L'exploration et la force de l'exemple seront les points d'appui des chapitres suivants.

« Quand le dernier arbre aura été abattu, quand la dernière rivière aura été empoisonnée, quand le dernier poisson aura été pêché, alors on saura que l'argent ne se mange pas. »

Geronimo



*C'est quoi
l'écologie ?*

« *Naturel. Chassez-le, il ne reviendra jamais* ⁴. »

Alexandre Vialatte

1. Essai de définition

L'écologie peut se résumer simplement par l'envie de protéger la planète et l'environnement au sens large, en particulier de la pollution liée à l'activité humaine.

Saviez-vous qu'il existait moult façons de nommer l'éducation à la préservation de la planète ? Chaque vocable est riche de sens.

Éducation à l'environnement ?

Pendant de nombreuses années, je ne percevais pas la nuance entre tous ces dénominatifs. Nous allons voir que la terminologie choisie peut parfois en dire beaucoup.

En France, deux tendances émergent ⁵ :

- **L'éducation pour l'environnement**, dont le but est de responsabiliser les humains dans la gestion de leur environnement. Il s'agit de connaître, gérer et veiller à sa conservation. Changer les comportements en adoptant les gestes favorables est l'objectif privilégié.
- **L'éducation par et dans l'environnement** qui se focalise sur l'individu, l'environnement étant alors considéré comme un moyen éducatif. Le but est de véritablement construire un lien entre l'individu et son environnement, en favorisant l'empathie.

« *Il n'existe pas de crise énergétique, de famine ou de crise environnementale. Il existe seulement une crise de l'ignorance.* »

*Richard
Buckminster Fuller*

Ces nuances nous interpellent car on remarque qu'il peut être intéressant de se focaliser tant sur l'humain que sur son environnement naturel et physique. Coupler ces deux tendances paraît être l'idéal.

Qu'en est-il ailleurs dans le monde francophone ? Les Québécois et les Belges parlent d'**éducation relative à l'environnement** (ERE au Québec, ErE en Belgique). Les glissements sémantiques ont même été observés au sein de l'Éducation nationale. Dans les années 1990, on parlait d'**éducation à l'environnement pour un développement durable (EEDD)**. Aujourd'hui, le terme « environnement » a disparu et on parle d'**éducation au développement durable (EDD)**. Cette évolution de la langue montre que les institutions souhaitent mettre l'accent sur les individus, pour qu'ils soient au cœur de ce changement.

Et pour cela, quel meilleur choix que de faire des enfants de futurs adultes avertis ?

En ce qui concerne les adultes, on se demande souvent comment changer de comportement, ou comment amener à des changements de comportement. Finalement, pour les enfants, c'est beaucoup plus simple : il suffit de les éveiller à cette thématique assez tôt... et ainsi, il n'y aura aucun changement à opérer de leur côté puisque la préservation de la planète fera partie intégrante de la construction de leur être.

Certains parlent de **développement durable** quand d'autres préféreront parler d'écologie. Dans le rapport Brundtland de 1987, le premier est défini comme « un développement qui répond aux besoins du présent sans compromettre la capacité des générations futures à répondre aux leurs ». C'est un terme qui a été popularisé, voire galvaudé, mais qui est parfois remis en question car il peut présupposer qu'il n'existerait qu'un seul type de développement possible. De plus, selon

Edgar Morin, c'est la notion même de développement qui est à revoir, comme si le progrès humain découlait de croissances matérielles. Il préfère parler d'épanouissement que de développement⁶. Louise Browaeyls résume les choses ainsi : « Je ne suis pas à l'aise avec l'oxymore un peu fourre-tout de "développement durable". Comme si le mot "durable" était la dernière stratégie d'un "développement" économique irresponsable pour s'imposer. J'y sens un hymne caché au service de la croissance. Un alibi des intérêts sectoriels pour marginaliser la pensée écologique et diluer l'importance du désastre⁷. »

Dans ce livre nous parlerons donc d'**écologie**.

« Éduquer à l'environnement n'est pas une mission anodine. C'est un acte engageant par lequel l'éducateur, sans aucun prosélytisme, invite les personnes qu'il côtoie à être dans la nature, dans leur environnement rural ou urbain, à s'y frotter et s'y confronter... à vivre cet environnement dans sa complexité, à le toucher, le sentir, le parcourir, l'imaginer, l'expérimenter, le penser et le réfléchir, le construire, le modifier ou le conserver... L'éducateur à l'environnement [...] est un porteur de valeurs [...] »⁸. »

Réseau École et Nature

L'écologie

Vous nommez peut-être l'enfant que vous accompagnez « Petit écolo en herbe » ? C'est affectueux. Mais ça veut dire quoi « écolo » ?

Le mot « écologie » est un issu du grec *oikos* (la maison) et *logos* (la science). Il a été inventé en 1866 par le biologiste allemand Ernst Haeckel. L'écologie désigne la science qui étudie la dynamique des humains, animaux, végétaux ou microbes,

c'est la science qui s'intéresse aux relations des êtres vivants entre eux et avec leur environnement. Elle comprend toutes les interactions entre les organismes et leur environnement au travers de flux d'énergie, de matière et d'information ; elle s'appuie sur des disciplines diverses comme la génétique, l'éthologie, la géologie, la climatologie.

Les pratiques écologiques sont complexes, évolutives, accompagnantes et bienveillantes. Elles ne sont pas dogmatiques, elles permettent l'immixtion du doute. De plus, l'écologie est une science globale, dite holistique, car elle traite non seulement des interactions entre plusieurs éléments d'un même système, mais aussi de l'évolution de ces interactions selon les modifications qui sont apportées à l'environnement.

On parle d'écologues... et parfois d'écologistes (même si ce terme est utilisé à d'autres fins).

« Relier, c'est diminuer la distance (géographique, sociale, politique, économique, cognitive) entre le paysan et sa terre, entre le mangeur et son alimentation, entre l'enfant et ses parents, entre les hommes et les animaux, entre l'homme et son travail, [...] entre les hommes eux-mêmes, entre nos trois cerveaux – tête, cœur et tripes –, et même entre les deux hémisphères du premier. Diminuer la distance, c'est approcher, comprendre – aimer peut-être ? – et diminuer, en tout cas, la souffrance de ne pas vivre. C'est aussi relier les questions économiques aux questions sociales, environnementales et spirituelles ⁹. »

Louise Browaeys