Joseph Bharat Cornell

VIVRE LA NATURE AVEC LES ENFANTS

Un programme de découvertes

Traduit de l'anglais (U.S.A.) par Susan et Emmanuel Coudel

Jouvence nature

Dans la même collection aux Éditions Jouvence

Prendre soin de ses poules avec Papy Nounn, Pascal Clausen et Christine Virbel Alonso
Réussir mes conserves maison, Sandrine Duport
Le Guide des petits aventuriers de la forêt, Jane Worroll et Peter Houghton
Oser la ferme florale, Hélène Taquet et Céline Petitdidier
Planter des haies refuges pour les pollinisateurs, Association Pollinis
Mes notes de jardinage et d'autonomie alimentaire, Sandrine Duport
Chic, des « mauvaises » herbes dans mon jardin !, Christine Virbel Alonso
Le Guide pratique du cueilleur de champignons, Dr Roger Poirier
Jardiner avec ma tribu, Sylvie Hennebicq
Nourrir sa famille grâce à son potager, Sandrine Duport

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
E-mail : info@editions-jouvence.com

Titre de l'édition originale : *Sharing Nature with children*
© 1979 by Joseph Bharat Cornell
Publishing by arrangement with Dawn Publications, Navada City, California
Crystal Clarity, Publishers, 23305 Bothell-Everett Highway, Bothell, WA 98021, USA, tel.206-601-0430,
Sharing Nature Foundation, tel. 530-478-7650 ; 14618 Tyler Foote Rd., Nevada City, CA 95959, www.sharingnature.com.
© 1995, Éditions Jouvence pour l'édition française
© Éditions Jouvence, 2023 pour la présente édition
ISBN : 978-2-88953-721-1

Maquette de couverture et mise en pages intérieure :
Frank Pitel [grad-design.fr]
Illustrations couverture et intérieurs : Marianna Fontaine,
sauf Adobe Stock : p. 42, 55, 69, 107, 127, 137, 143, 151 : © Marina Zlochin et PawLoveArt ;
p. 95 : © oleon17 (feuilles numérotées)

SOMMAIRE

Préface de Philippe Roch 11

Le guide-nature des parents, animateurs et enseignants 15
Introduction 17
Note aux parents 19
Note aux animateurs et aux enseignants 21
Avant-propos 23
Partagez votre amour de la nature 26
Choisir le jeu adapté au lieu et à l'occasion 31

Première partie
Plus près de la nature 35
- **Les lucarnes** 40
- **Écouter le cœur d'un arbre** 43

Introduction aux activités « les yeux bandés » 44
- **Explorer les yeux bandés** 46
- **Rencontrer un arbre** 47
- **Parcours les yeux bandés** 49
- **Jouer un rôle** 52

Deuxième partie
Savez-vous bien regarder ? 57
- **Sons** 62
- **Couleurs** 62

- **Le sentier des objets camouflés** 63
- **La chenille** 64
- **Retrouver son coin** 65
- **Chercher le double** 66
- **La mini randonnée** 67

Troisième partie

À la découverte de l'équilibre vital de la nature 71
- **La pyramide de la vie** 76
- **Réussir sa forêt** 78
- **La toile de vie** 79
- **Prédateur – Proie** 81
- **Découverte à quatre pattes** 82

Quatrième partie

Apprendre, c'est amusant 85
- **Le jeu des animaux** 90
- **Quel animal suis-je ?** 93
- **Jeu d'identification** 94
- **Chouettes et corbeaux** 96
- **Silhouettes d'arbres** 97
- **La chasse aux trésors** 98
- **La mêlée des animaux** 100
- **L'arche de Noé** 104
- **Le théâtre des animaux** 106

Cinquième partie

Jeu et découverte 109
- **Attraper le cheval** 112
- **Camouflage** 114
- **Les sauvages dans la forêt** 115
- **L'avare endormi** 117

Chauve-souris et papillons de nuit 119
Le guetteur sur le chemin 121

Sixième partie
Apprendre à repérer et à attirer les animaux 123
Appeler les oiseaux 128
Oiseau perché ! 130
Attirer les prédateurs 132
Mission de reconnaissance 134

Septième partie
Aventures 139
La chasse immobile 144
Le monde de la nuit 146
Sortie de survie 147
S'ouvrir 149
Pour aller plus loin 153

Annexes 157
La plaidoirie des animaux et des plantes 159
Devinettes pour le jeu des animaux 163
Utilisation pratique du livre 169
Index 175
L'auteur 181
Remerciements 185
Marianna Fontaine 187
Livres, stages 189

PRÉFACE
Apprendre par les enfants

Un jour, alors que je vois par la fenêtre de la cuisine ma fille Lea, alors âgée de dix ans, seller et brider son poney Top Jessy, je lui lance : « tu vas te balader ? ». Elle me répond qu'elle va voir son ami. Elle m'explique alors que chaque fois qu'elle se rend dans la forêt avec son poney, un écureuil la rejoint, qui saute et danse dans les branches au-dessus d'elle. Cette histoire m'a beaucoup touché car moi aussi, dans mon enfance, j'ai établi une relation personnelle avec les oiseaux, les écureuils, les hérissons et les arbres du parc familial. Cette relation intense avec la nature a déterminé mes choix de vie, et elle m'a beaucoup aidé lors de doutes et de difficultés[1].

Apprendre la nature dans les livres est une bonne chose, mais insuffisante, car notre relation à la nature dépasse notre seule raison discursive. Nos ancêtres ont co évolué avec la nature pendant des millions d'années, depuis les premières cellules qui pulsaient dans les mers originelles. Chaque étape

1 – Philippe Roch, *Méditer dans la Nature*, Éditions Jouvence, 2015.

de l'évolution s'est faite dans une interaction entres tous les êtres vivants et leur milieu, à chaque époque. Nos yeux se sont construits dans le regard d'autres yeux, notre odorat en interaction avec les odeurs des plantes et des animaux, nos oreilles en réagissant au tonnerre, au bruissement des feuilles, à l'écoulement de l'eau, aux chants et aux cris, et notre toucher s'est adapté aux écorces, à la terre et aux textures de la nature. Depuis les origines de l'humanité c'est donc la totalité de notre personne qui est en relation avec la nature, et c'est en nous plaçant dans la nature, avec tous nos sens ouverts et nos émotions que nous pouvons vraiment la connaître, en faire l'expérience.

Certains enseignants craignent d'emmener leur classe dans la nature par peur de ne pas pouvoir répondre aux innombrables questions des enfants curieux et enthousiastes. Le but d'une journée en nature n'est pas d'accumuler une foule de connaissances, mais de faire l'expérience de la nature, et sur ce point les enfants sont meilleurs que les adultes ; ils ont une relation spontanée avec la vie sauvage qui leur ouvre des portes infinies de connaissances, d'émotions, de rencontres et de liberté. Jean-Jacques Rousseau avait bien compris le potentiel immense des enfants, et il recommandait de favoriser leur propre développement plutôt que de leur ingurgiter un savoir stérile, et le meilleur contexte pour cela est la nature. « Pour guider l'homme, la marche de la nature est toujours la meilleure[2]. » Ce sont les enfants qui vont apprendre aux adultes à retrouver leurs sensations, leurs émotions, leur dimension animale étouffée par une société trop mécaniste et rationnalisée. Notre équilibre personnel dépend de notre capacité de vivre pleinement notre être dans toutes ses dimensions. En accompagnant des

2 – Jean-Jacques Rousseau, *La Nouvelle Héloïse,* La Pléiade, II, p 379.

enfants dans la nature et en lâchant prise, vous allez vivre des moments merveilleux qui vont réenchanter votre vie.

Les générations actuelles ont besoin d'innombrables artifices pour fuir une frustration profonde, celle d'être coupées de la nature. Le monde du béton et de l'électronique est un reflet de la seule raison humaine, dépourvu des dimensions naturelles de la vie. Dans la course effrénée de la consommation, les gens ont besoin de superflu parce qu'il leur manque l'essentiel. Carl Gustav Jung a montré combien cette absence de nature se fait profondément ressentir dans le psychisme individuel et collectif et comment elle conduit à des désordres, des fuites, des insatisfactions et des dépendances artificielles.

Une expérience d'immersion dans une vaste nature sauvage restera inoubliable. Mais l'on peut aussi la vivre plus facilement et plus souvent dans des espaces de nature plus restreints et pourtant bien sauvages, dans un jardin, un parc public, un bois ou au bord d'un cours d'eau proches de chez soi. Très vite le contact avec cet autre qu'est la nature, avec ce que l'homme n'a pas fait, développera le sentiment d'appartenir à la grande communauté vivante. Se construisent alors des sentiments de plénitude, de sérénité et de confiance en soi.

Toutes les personnes qui auront vécu cette expérience auront envie de protéger la nature comme leur propre famille, afin de la poursuivre cette expérience et de la partager avec d'autres.

Partez dans la nature avec Joseph Bharat Cornell, et vous ne pourrez plus vous en passer.

Philippe Roch
Ancien Secrétaire d'État à l'environnement, Suisse

Le guide-nature des parents, animateurs et enseignants

INTRODUCTION

Avec la découverte de ce livre aux USA s'est ouverte pour nous et nos enfants une nouvelle porte vers la nature. Avant, nous aimions sortir, mais nous ne nous rendions pas compte de la diversité et de la richesse des activités à vivre en plein air, simples mais pleines de vie. Nous allions loin pour voir la nature spectaculaire, grandiose ; maintenant nous savons que l'extraordinaire est sous nos pieds, si seulement nous prenons le temps de regarder, d'écouter, de sentir. Tout est devenu matière à découverte : une forêt miniature de lichens et de mousses qui croît au bord d'un trottoir ; une banale plantation de sapins qui cache toutes les couleurs de l'arc-en-ciel…

Toute la fraîcheur de cette approche, nous l'avons trouvée incarnée par Joseph lors d'un stage de quelques heures, un soir de printemps. Par ses jeux simples et clairs, il a sur le champ capté l'attention des participants, éveillant nos sens, nous faisant rire, et créant un lien fort entre nous. Sa gaieté et sa profondeur nous ont frappés, ainsi que le vécu de la nature dont il était imprégné. Cinq ans après, certains détails

de cette soirée restent encore très nets, tel le mime expressif de Joseph imitant un cerf qui broutait, frottant même ses bois sur des arbres imaginaires.

Ce contact a été un déclic. Au cours de sorties avec des enfants et de rencontres d'animateurs, cette approche a connu un succès grandissant en France. À chaque fois, les effets de ces activités – la convivialité, le recueillement, la joie – nous ont presque surpris ! Ces jeux si simples ont l'extraordinaire capacité de révéler le meilleur de soi-même chez chacun. Cette qualité est la meilleure raison d'éditer en français *Vivre la Nature avec les Enfants.*

Ce livre est publié alors que de nouvelles approches relatives à la découverte de l'environnement se développent et sont proposées, tant en France qu'à l'étranger. Elles se déroulent dans un contexte ludique avec un brin de merveilleux, tout en gardant leurs objectifs initiaux, à savoir la création de liens avec le monde naturel ainsi qu'une meilleure compréhension de la vie sur terre.

Au siècle dernier, Henry Thoreau écrivait : « La Terre est plus à admirer qu'à utiliser ». Et Rachel Carson, l'auteur du Printemps Silencieux et l'inspiratrice de tout un mouvement de sensibilisation à la nature aux États-Unis, affirme que, pour apprendre à un enfant à aimer la nature, « l'essentiel n'est pas tant de savoir que de sentir ». C'est dans cet esprit que Joseph a écrit ce livre : comme un appui aux parents et aux éducateurs pour aider les enfants à s'éveiller au monde qui les entoure et à ressentir la profonde satisfaction personnelle procurée par le contact avec la nature.

PARTAGEZ VOTRE AMOUR DE LA NATURE

QUELQUES SUGGESTIONS POUR MIEUX ENSEIGNER

Avant de commencer à explorer la nature avec les enfants, réfléchissons un peu à notre rôle de parent, d'enseignant ou d'animateur. Quelles sont les règles de base pour donner de la joie aux enfants – et à nous-mêmes – et passer avec eux un bon moment ?

J'aimerais partager avec vous cinq principes d'enseignement en plein air qui m'ont aidé à travailler avec des enfants énergiques et vivants, les amenant de l'espièglerie à des occupations plus constructives et finalement plus satisfaisantes. Derrière ces principes se profile une attitude de respect envers les enfants et la nature, attitude à laquelle ils répondront sûrement.

1) Moins d'enseignement, plus de partage.

Tout en parlant aux enfants de simples faits naturels (« Voici un sapin »), j'aime leur exprimer mes propres sentiments

en présence de cet arbre. Je leur parle de mon émerveillement et de mon respect devant la façon dont un sapin peut survivre dans des conditions subalpines – où l'eau est rare en été et gelée en hiver ; où les violents vents d'hiver tordent, courbent et tuent les branches. Je leur dis que je me demande toujours comment, pour survivre, les racines du sapin arrivent à trouver assez de nourriture dans ces crevasses rocheuses.

Les enfants répondent à mes observations beaucoup plus librement que face aux explications d'un livre. Voici l'exemple d'un sapin qui poussait près d'un camp de vacances où j'ai travaillé. Cet arbre se dresse entre deux énormes blocs de pierre, si bien qu'il a dû descendre ses racines jusqu'à sept mètres pour atteindre le sol rocailleux en-dessous de lui. À l'époque, il avait au moins deux cents ans et ne mesurait que deux mètres cinquante. Les enfants faisaient fréquemment un détour au cours de leurs promenades, juste pour vider leurs gourdes sur ses racines. Plusieurs d'entre eux revinrent au camp plusieurs années de suite, observant la lutte obstinée de l'arbre pour vivre dans un environnement hostile. En fait, dès qu'ils arrivaient, ils se précipitaient pour voir comment il avait, supporté la sécheresse de l'automne et le froid de l'hiver. Leur intérêt affectueux éveilla en moi un respect d'autant plus profond pour le sapin de nos montagnes.

Je crois qu'il est important pour un adulte de partager ses sentiments intérieurs avec un enfant. Simplement en exprimant nos pensées et nos sentiments les plus profonds, nous communiquons et inspirons aux autres l'amour et le respect de la terre. En partageant nos idées,

nous encourageons l'enfant à explorer ses propres sentiments et ses perceptions. Une merveilleuse amitié et une confiance mutuelle se créent alors entre l'adulte et l'enfant.

2) Soyez réceptif.

Être réceptif signifie écouter et être éveillé. C'est l'une des attitudes les plus gratifiantes que vous pouvez entretenir en travaillant avec des enfants. Être en plein air apporte à l'enfant un enthousiasme spontané que vous pouvez utiliser adroitement pour enseigner.

Soyez sensible : chaque question, chaque commentaire, chaque exclamation de joie est une occasion pour communiquer. Répondez à l'attitude et aux sentiments de l'enfant. Élargissez ses sujets d'intérêt en enseignant ce qui correspond à sa propre curiosité.

En respectant ses pensées vous vous rendrez compte que le temps que vous lui consacrez s'écoule aisément et gaiement.

Soyez attentif aussi à ce que fait la nature autour de vous sur le moment. Il se passe presque toujours quelque chose d'intéressant. Si vous vous laissez toucher, le déroulement de votre sortie se présentera à vous minute après minute.

3) Fixez sans attendre l'attention de l'enfant.

Donnez le ton de la sortie dès le début. Faites participer chacun autant que vous pouvez, en posant des questions et en remarquant les choses à voir et à entendre. Certains

enfants ne sont pas habitués à observer la nature de près, il vous faut donc trouver des choses qui les intéressent, et les amener peu à peu à avoir un sens vif de l'observation. Qu'ils sentent que leurs découvertes vous intéressent aussi.

4) L'observation et l'expérience d'abord, les discours ensuite.

À certains moments, le spectacle de la nature saisira complètement l'attention de l'enfant : une libellule récemment éclose qui gonfle ses ailes, un cerf solitaire qui broute dans une clairière. Mais même si ces événements marquants font défaut, l'enfant peut avoir une expérience du merveilleux rien qu'en regardant des choses très ordinaires avec attention. Les enfants ont la capacité fantastique de se laisser captiver par ce qu'ils regardent. Ils comprennent beaucoup mieux ce qui les entoure s'ils en deviennent partie intégrante que s'ils en entendent seulement parler. Les enfants oublient rarement une expérience directe.

Ne vous préoccupez pas de votre ignorance des termes. Les noms des plantes et des animaux ne sont que des étiquettes superficielles par rapport à ce qu'ils *sont* vraiment. Tout comme votre être n'est pas défini par votre nom, ni même par votre physique ou votre personnalité. Il y a beaucoup plus à apprendre d'un chêne, par exemple, que d'un nom et d'une série de caractéristiques. Vous apprécierez beaucoup plus profondément un chêne en observant l'arbre changer à la lumière des différents moments du jour. Regardez l'arbre à partir de points de vue inhabituels. Touchez et sentez son écorce et ses feuilles. Asseyez-vous tranquillement sur ou sous ses

branches, et prenez conscience de toutes les formes de vie qui existent dans et autour de l'arbre et qui dépendent de lui.

Regardez. Posez des questions. Devinez. Amusez-vous ! Lorsque vos enfants commenceront à établir un lien intérieur avec la nature, votre relation avec eux évoluera de celle d'un éducateur à celle d'un camarade d'aventures.

5) L'expérience doit être imprégnée de joie, qu'elle soit gaieté ou recueillement.

Les enfants apprennent tout naturellement, si vous savez rendre l'esprit de la rencontre joyeux et enthousiaste. Rappelez-vous que votre propre enthousiasme et contagieux, et que c'est peut-être là votre meilleur atout d'éducateur.

CHOISIR LE JEU ADAPTÉ AU LIEU ET À L'OCCASION

Les jeux de nature proposés dans ce livre apprendront aux enfants toutes sortes de leçons, certaines évidentes, d'autres assez subtiles. Vous utiliserez certains jeux pour développer des qualités personnelles de l'enfant, ou pour enseigner des concepts. Vous pouvez aussi choisir des jeux pour renforcer l'ambiance de groupe ou pour apporter un changement souhaitable d'attitude ou d'énergie. Pour faciliter votre choix, chaque activité comprend un encart semblable à celui ci-dessous.

A : *La tranche d'âge optimum*
B : *Les lieux adaptés*
C : *Le moment propice / la durée*
D : *Le nombre nécessaire de joueurs*
E : *Le matériel nécessaire*
F : *Les attitudes / les acquisitions*

Le ton de chaque jeu est indiqué par un de ces trois symboles de la page suivante.

Calme / Réfléchi

L'ours est très curieux et mène une vie solitaire et tranquille. Dans la religion des Indiens des Plaines, l'ours est le symbole de l'introspection.

Attentif / Observateur

Le corbeau est extrêmement alerte et attentif à tout ce qui se passe. Il représente l'observation active et minutieuse.

Énergique / Joueur

L'écureuil bondit et saute constamment avec ses congénères. Il personnifie une activité joyeuse et débordante.

Première partie

PLUS PRÈS DE LA NATURE

Il y a quelques années, au cours d'un camp, j'ai suivi un groupe d'enfants pour une promenade exceptionnelle. J'étais plus un participant qu'un éducateur ce jour-là, et je pense encore à cette sortie avec beaucoup de plaisir. L'animatrice avait créé des situations marquantes, qui ont suscité un contact profond et personnel avec le monde de la nature.

La plupart des enfants n'avaient jamais été de leur vie dans une forêt de conifères, et voilà que nous allions dans une des rares pinèdes de la région. (Cette forêt avait été plantée de nombreuses années auparavant dans un arboretum, endroit où les arbres sont étudiés scientifiquement.) Les enfants étaient pleins d'enthousiasme et notre guide canalisait adroitement leur ardeur pour assurer une expérience émouvante dans cette forêt.

L'accompagnatrice nous emmena d'abord dans une plantation de sapins de Noël et nous annonça d'un geste solennel et les yeux brillants : « Voici la pinède ! »

Grognements de déception : les arbres étaient à peine plus grands que les enfants.

Puis, elle nous banda les yeux et nous conduisit à travers une forêt de feuillus très ensoleillée. Bientôt, nous entendîmes

une rivière, et elle ajouta : « Il y a ici un pont étroit, vous allez donc devoir le passer chacun à votre tour. » Le premier enfant commença à traverser, et poussa un cri de surprise. Nous attendions, mal à l'aise, sans savoir ce qui se passait devant.

Mon tour arriva et je m'avançai en tâtonnant. Je fis un premier pas prudent sur le pont. Aha ! Pas étonnant qu'il y ait eu des cris perçants : le pont qui oscillait de part et d'autre et de haut en bas donnait le vertige. Entre les craquements du bois et les grincements des cordages, j'entendais l'eau couler loin au-dessous de moi. Sur l'autre rive, je fus accueilli par des petites mains ; notre guide avait laissé les enfants ôter leurs bandeaux pour me regarder traverser. J'enlevai alors le mien et je vis un pont suspendu bien solide, les garde-fous polis par l'usage.

Nous avons remis nos bandeaux et sommes repartis sur le chemin. Au bout d'un moment, le bruit de nos pas a changé ; nous n'entendions plus le craquement des feuilles, mais seulement un crissement doux et assourdi. Nous avions pénétré dans les ténèbres et nous sentions un calme profond – moins de cris d'oiseaux, plus du tout de bruissement de feuilles dans le vent. Un enfant rompit le silence : « Où est-on ? »

Notre accompagnatrice nous dit : « Allongez-vous sur le dos et essayez de sentir ce qui est particulier à cet endroit. »

Nous restâmes étendus longtemps, goûtant le calme profond et reposant. Finalement, nous avons ôté nos bandeaux. Des pins, innombrables et magnifiques, se dressaient vers le ciel. Mon esprit s'éleva avec eux, et j'étais au comble de l'admiration et de l'émerveillement : jamais auparavant je n'avais

vu une forêt de cette façon. Les enfants étaient complètement abasourdis. Au bout d'un certain temps, nous nous sommes assis et regardés, partageant en silence notre étonnement. Alors chacun est parti librement explorer la forêt, touchant les arbres et contemplant cette voûte de cathédrale.

Une expérience aussi profonde résulte d'une heureuse combinaison entre le site naturel et la réceptivité des enfants. L'objectif des jeux de cette partie est précisément de nous apporter ce contact neuf et mystérieux avec le monde qui nous entoure.

Les lucarnes

A : *À partir de 7 ans*
B : *Parc, bois*
C : *Jour / 15 à 20 minutes*
D : *1 enfant ou plus*
E : *Sans matériel*
F : *S'unir à la nature / Appréciation esthétique*

La forêt apparaît renouvelée et intéressante pour qui la regarde chaque fois sous un angle neuf. Dans ce jeu, les enfants sont étendus tranquillement sur le sol de la forêt, absorbés par l'observation et l'écoute du balancement des arbres, des oiseaux en vol, et du vent qui souffle. À travers les trous de ce toit de feuillage, les nuages silencieux entrevoient les enfants dans leur cachette forestière. Parfois, des animaux s'approchent de très près, car les enfants sont calmes et cachés.

- Demandez à chaque enfant de s'allonger, de regarder le ciel et de commencer à penser qu'il fait partie de la terre.
- Couvrez chaque enfant de feuilles, de brindilles et d'aiguilles de pin. Ne laissez à découvert que le visage, et mettez suffisamment de feuilles et de brindilles pour donnes aux enfants l'impression qu'ils sont dans la terre. Ensuite, placez des feuilles (ou mieux, des aiguilles de pin) sur leur visage, comme un « patchwork ». Choisissez des feuilles propres, et pendant que vous disposez cette dernière couche, dites aux enfants de fermer les yeux.
- Prévenez-les qu'à votre signal il sera temps de sortir ; cela les aidera à rester calme plus longtemps sous

les feuilles. Vous devez donner le signal avant qu'ils ne s'agitent. À ma grande surprise, j'ai observé que, d'habitude, vingt minutes ne sont pas trop longues. Dans un groupe important, travaillez vite et laissez les enfants se recouvrir l'un l'autre. Progressez dans une direction en vous éloignant de ceux qui ont été recouverts en premier. Puis, quand ces derniers émergent, vous pouvez les écarter de ceux qui profitent encore du calme de la forêt. Tous ceux qui sont susceptibles de parler et de déranger leur entourage peuvent être « enfouis » à quelque distance des autres.

Les enfants apprécieront mieux l'idée d'être recouverts de terre et de feuilles s'ils ont creusé le sol de la forêt et joué par terre juste avant le jeu. Il est important aussi de parler à l'avance des bestioles qui pourraient se promener sur eux. Rassurez-les ! Vous pouvez demander aux enfants de prendre divers insectes en main et de les laisser marcher sur eux. C'est souvent très drôle – les enfants perdent leurs préjugées à l'égard des insectes, et commencent à apprécier ces fascinantes petites créatures.

- Encouragez-les à rester calmes quand ils sont allongés et à accepter que des insectes se promènent sur eux ; demandez-leur de sentir ce que fait la petite bête, pour qu'ils puissent plus tard le raconter aux autres.

Les lucarnes permettent une expérience de la forêt à travers les propres yeux de la forêt.

Explorer les yeux bandés

A : *À partir de 3 ans*
B : *N'importe où*
C : *Jour / 10 à 20 minutes*
D : *1 enfant ou plus*
E : *Bandeaux*
F : *Confiance, concentration / Éveil sensoriel*

Il est très facile d'organiser et de mener une promenade les yeux bandés.

- Formez des couples, soit un adulte et un enfant, soit deux enfants ensemble. Chaque couple décide qui sera d'abord le guide, et qui aura les yeux bandés.
- Le guide conduit son partenaire le long d'un parcours qui l'inspire – en faisant très attention d'éviter les souches, les branches basses, etc. Le guide dirige aussi les mains de son partenaire « aveugle » vers les objets intéressants et le rapproche de sons et d'odeurs particulières.