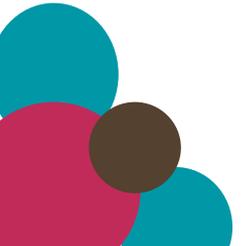


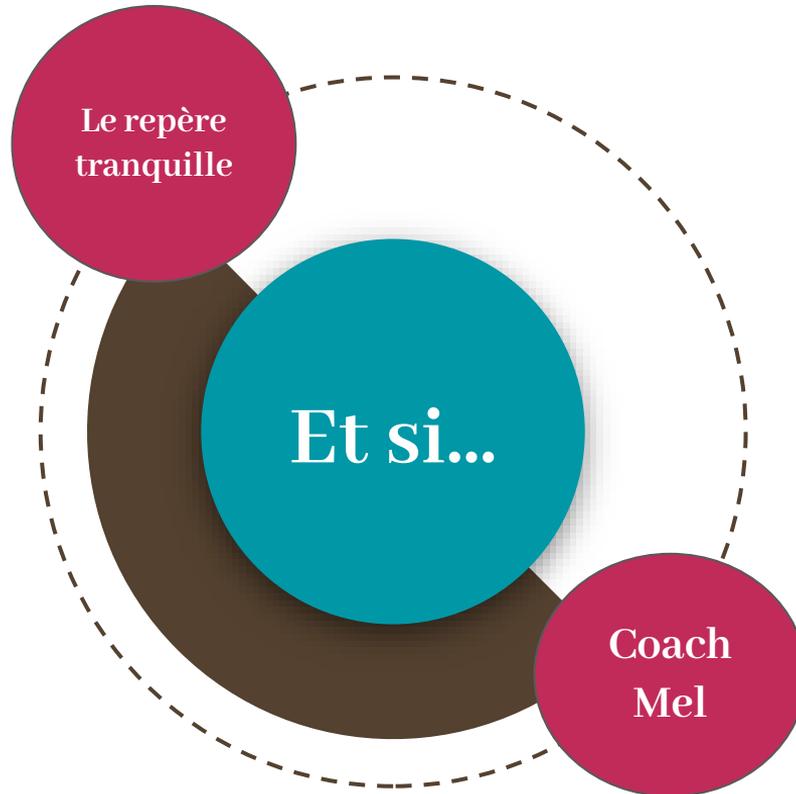


Et si...

un atelier pour le personnel
curieux d'élargir ses horizons
en reconnectant avec la nature



Présentations



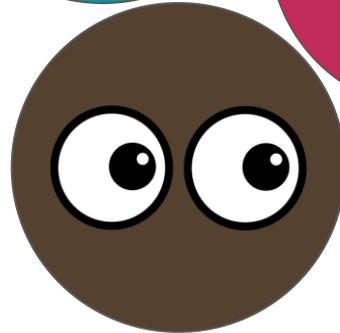
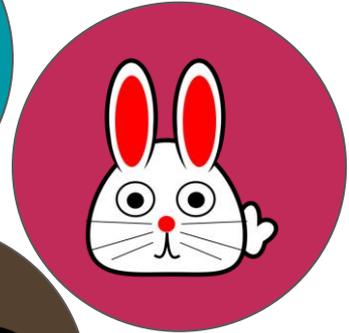
Introduction

Mélanie Watt

Frisson l'écureuil



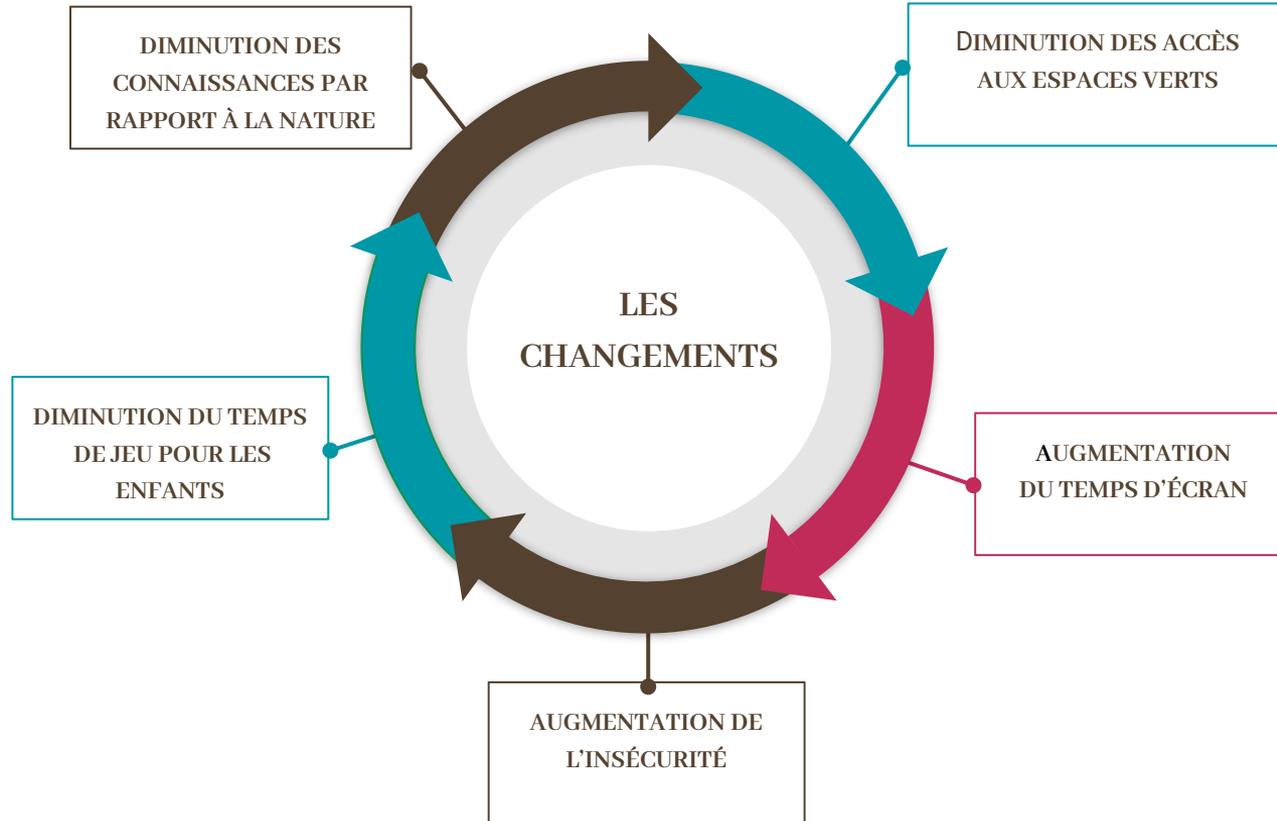
Exercice 1



La nature selon toi c'est...

Ta réalité nature c'est...

LE DÉFICIT NATURE

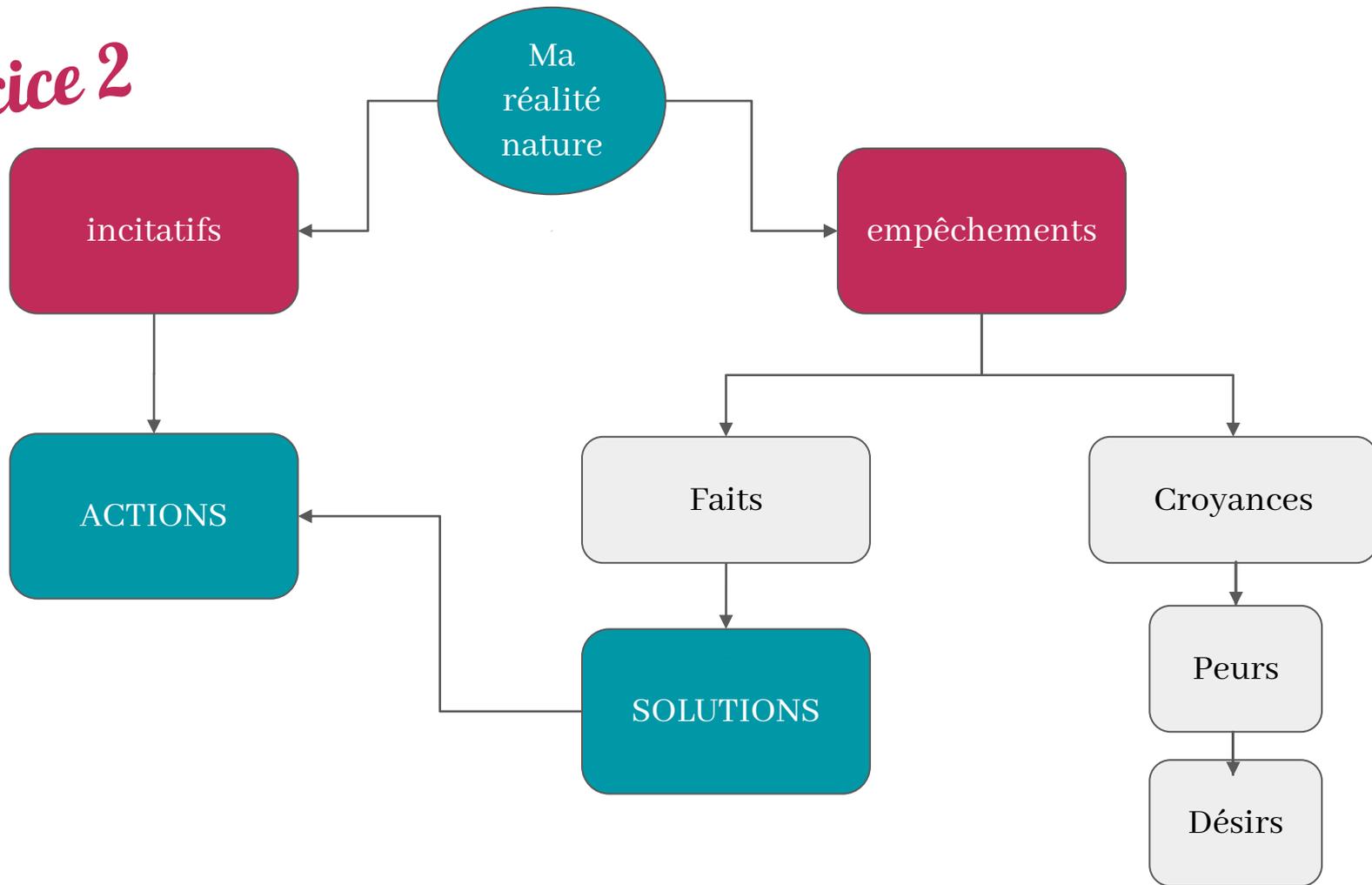


5 bienfaits d'être en contact avec la nature

1. sur le développement d'une conscience écologique
1. sur la socialisation
1. sur la santé physique
1. sur la santé mentale
1. sur le développement des enfants

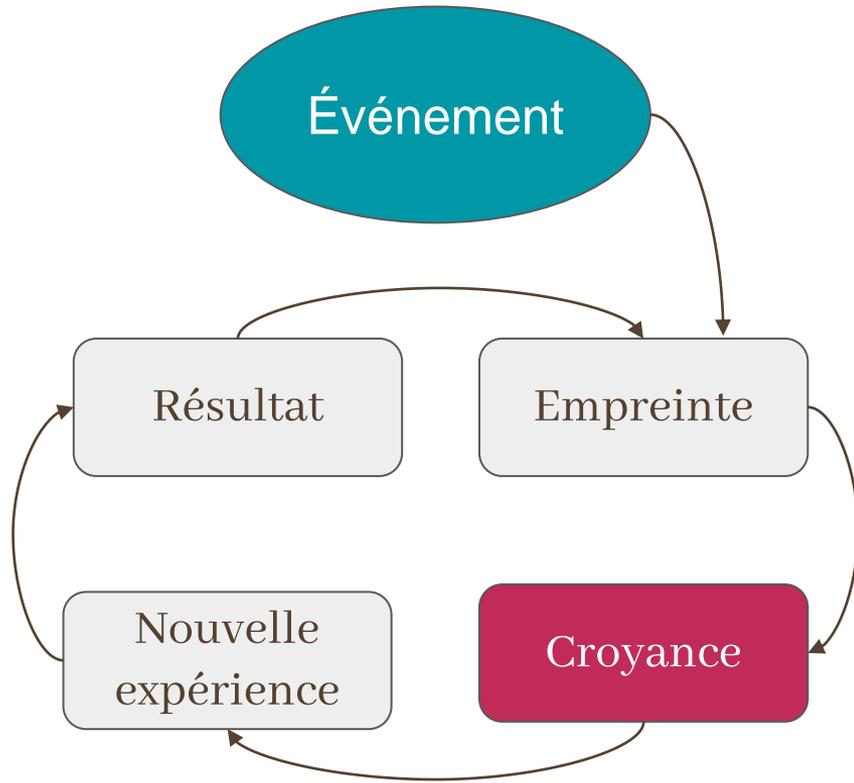


Exercice 2



La croyance c'est ...

Une affirmation personnelle
que l'on pense vraie.



Nous démontrons
ce que l'on croit.

Congruence

Agir en cohérence
avec nos croyances

Croyances limitantes

Il faut, je devrais, je dois, ...

C'est trop difficile, je ne pourrai jamais,

Mes croyances limitantes

Jouer dehors c'est se salir.

*Touche pas à ce que tu ne
connais pas.*

On apprend tout dans les livres.

*Les enfants ont besoin de moi en
tout temps.*

*L'adulte est le seul à être
responsable de la sécurité
des enfants.*

*Je dois tout apprendre
aux enfants.*

Exercice 3

Identifier ses croyances

En tant que [votre rôle],
quand je pense à une activité nature, je crois
que je dois
qu'il faut....

Exercice 3

(suite)

Quel désir se cache
derrière cette croyance ?

En tant que [votre rôle]
quand je crois

_____,
c'est que j'ai besoin
d'être / d'avoir / de faire

_____.



De quoi as-tu peur quand
tu as cette croyance ?

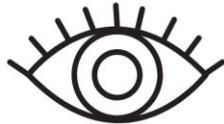
En tant que [votre rôle],
quand je crois

_____,
j'ai peur
de_____.

Et quand j'ai peur
de_____

c'est que j'ai besoin
d'être / d'avoir / de faire

**Une valeur est ce qui est
profondément important à
mes yeux.**



**Une valeur est un critère
qui me permet d'évaluer
une situation.**

Valeurs
respectées



Valeurs non-
respectées



Exercice 4 Identifier ses valeurs

Méthode WOW



Un moment
où tu t'es senti.e
particulièrement bien,
à ta place, sur ton X.

Méthode YARK



Un moment
où tu t'es senti.e
particulièrement mal
à l'aise, peut-être
même révolté.e.

Quels sont les mots qui
viennent ?

Qu'est-ce qui est valorisé ou qui te
révolte dans ce souvenir ?

Je me sens.....

Exercice 4 (suite)

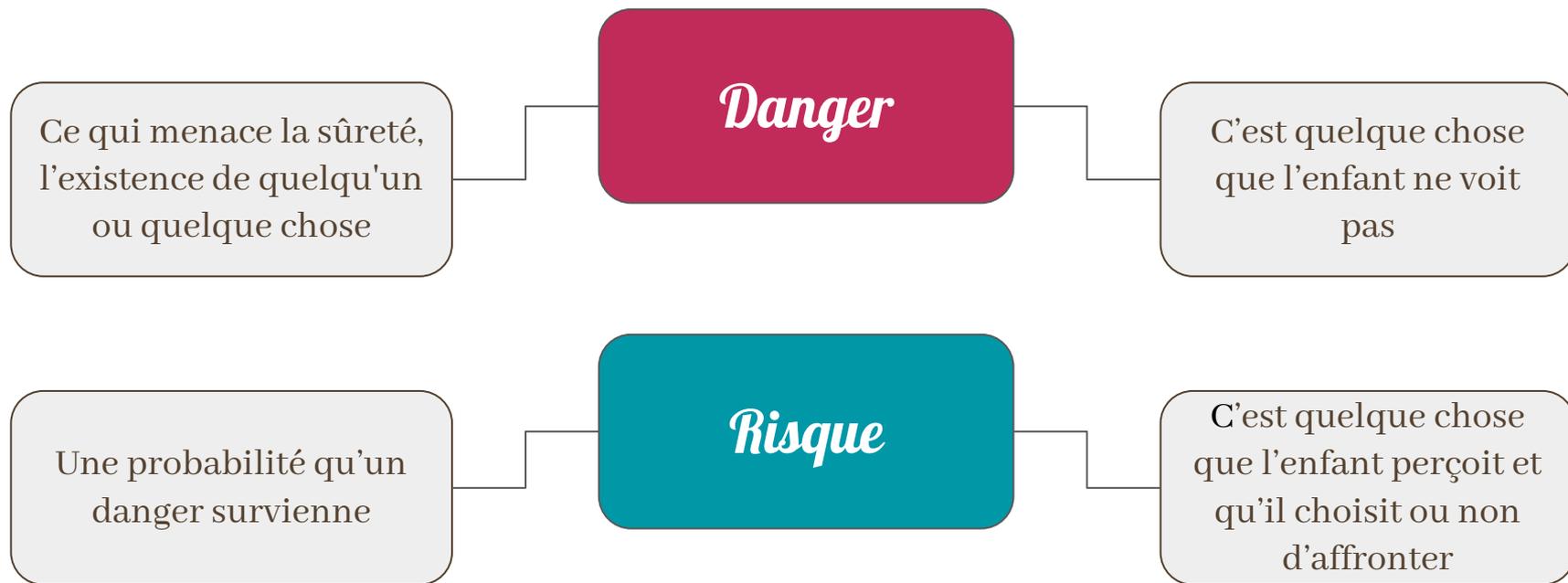
Estimer le niveau de satisfaction de tes valeurs

Sur une échelle de 1 à 10

1 : ma valeur se sent délaissée - 10 : ma valeur est totalement comblée



La gestion du risque



Laissons les enfants prendre des risques

Quand un enfant prend des risques...

Apprentissages

Évaluer les dangers

Évaluer ses capacités

Tester ses limites

Faire des choix éclairés

Impacts

Acquérir de la confiance

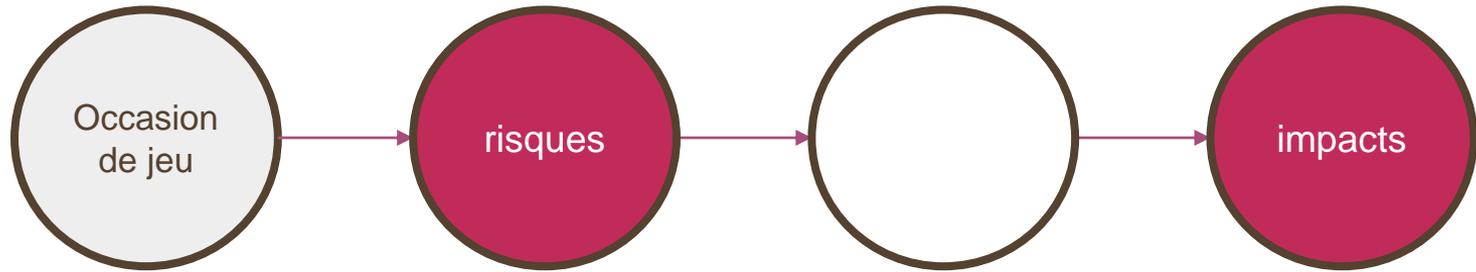
Découvrir ses ressources personnelles

Développer ses compétences

Devenir autonome

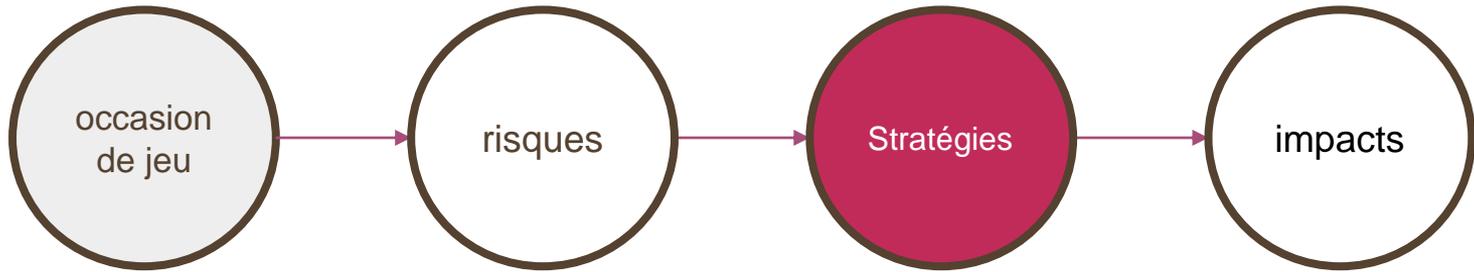
Exercice 6

Apprivoiser le risque



Exercice 6 (suite)

Apprivoiser le risque



Les stratégies pour apprivoiser le risque ensemble

*Différencier la notion de “risque”
et de “danger”*

*Développer son sens de
l’observation*

*Offrir des espaces sécuritaires
pour jouer librement*

Dédramatiser les blessures

*Résister à l’envie
de les assister*

Offrir des occasions de jeu

actions

nature

croyances

risque

valeurs

peurs

impacts

observer

désirs

apprenti
ssages

danger

Quelle sera ta prochaine étape ?

**Quel est le plus petit pas possible que tu vas faire
pour passer à l'action ?**

La prochaine étape

LES CONFÉRENCES

- **Conférence d'introduction**
- **Conférences d'approfondissement (ligne ou présentiel)**
 - Déficit de la nature
 - Valeurs et croyances
 - Gestion du risque

COACHING

- **Coaching de groupe**
 - 1 rencontre 2 h par mois
 - Groupe de 10 parents
 - Modèle d'une communauté d'apprentissage
 - Suivis pour la mise en action
- **Coaching individuel**
 - 1 rencontre 1 h 30 par mois