



## LEVER LES FREINS ?

Rassurer les parents

Sortir en groupe (autres assistantes maternelles / RPE)

Adapter les vêtements : saison, confort, liberté de mouvement

Amener la nature à l'intérieur.



## POURQUOI SORTIR DANS LA NATURE ?

Stimule les sens et l'imagination,

Favorise le mouvement et le bien-être

Apaise les enfants

Soutient le développement global (moteur, cognitif, émotionnel, langage)

Renforce la confiance en soi.

## LES BIENFAITS DE LA NATURE

Le contact avec les minéraux, les végétaux et les animaux est indispensable à l'épanouissement des enfants.

Accompagner leur exploration, leur sensation, des phénomènes naturels, des rythmes et des saisons, les aide à construire leur conscience du temps, de l'espace et du vivant dans sa globalité.

Charte nationale d'accueil du jeune enfant – Point 6



## VALORISER L'EXPÉRIENCE

Inviter les enfants à explorer librement la nature : toucher, sentir, observer, expérimenter

Proposer des activités simples (chasse aux trésors, gadoue, insectes) tout en respectant l'environnement : ne pas arracher les plantes ni déranger les animaux.



ÉVEIL PAR LA NATURE

## LE SYNDROME DU MANQUE DE NATURE

Le manque de contact avec la nature peut provoquer : obésité, stress, fatigue, troubles cardiaques, myopie, asthme, dépression et perte de forme physique.

## SE PRÉPARER ET SÉCURISER LA SORTIE

Repérer à l'avance les trajets sûrs et tester l'accessibilité en poussette

Prévoir collation, eau, change, trousse de secours

Adapter la sortie à l'âge et aux capacités des enfants

Prendre son temps : mieux vaut une courte sortie détendue qu'une longue mal préparée

Prévoir les risques (circulation, trottoirs)

Utiliser des outils adaptés : porte-bébé, gilets, corde à tenir

Apprendre les bons réflexes : traverser

au bonhomme vert, regarder avant de passer

Éviter les heures de forte affluence ou de pollution

Adapter les vêtements, suivant la saison, au chaud, au sec, libre de ses mouvements.





## ÉVEIL PAR LA NATURE

<https://www.lesprosdela petiteenfance.fr/cat/eveil/eveil-par-la-nature/>