La crèche dehors !

Les participants découvrent d'abord leur propre parcours et lien intime avec le vivant, puis expérimentent des pratiques simples de reconnexion sensorielle et émotionnelle. La seconde étape est consacrée à la dimension collective : l'identification et la mise en valeur des valeurs partagées par l'équipe, incarnées à travers des créations symboliques en extérieur.
Ce parcours favorise à la fois le développement personnel, le renforcement de la dynamique de groupe et l'ouverture à des pratiques inspirées d'autres cultures (bains de forêt, friluftsliv nordique, etc.). Les participants repartent avec des clés concrètes pour intégrer plus de nature dans leur quotidien et nourrir leur pratique auprès des enfants, tout en consolidant leur bien-être et celui de l'équipe.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES ET MOYENS TECHNIQUES
- Apports théoriques et scientifiques
- Intelligence collective
- Retours d'expériences des participant·e·s
- Cas pratiques et mises en situation
- Réflexion individuelle et collective

Formateur·rice(s) :

- Stéphanie Tourame

Objectifs visés

- Identifier les écosystèmes et espèces rencontrés dans le parcours personnel de l'apprenant, afin de prendre conscience de son propre rapport à la nature.
- Se reconnecter à son enfant intérieur et au vivant et à la nature.
- Analyser l'impact positif des sorties en extérieur sur l'équilibre de chacun, et pouvoir ainsi se prendre, reprendre ou partager son lien avec l'environnement vivant qui nous entoure.

Méthodes d'évaluation

- Cas pratique
- Quiz

Impact for Change — Entreprise unipersonnelle à responsabilité limitée (EURL)
Tél : 0616416416 – Mail : formation@i-forchange.com
68 Rue Sainte — 13001 Marseille France
SIRET : 88754825300020
Déclaration d'activité enregistrée sous le n°93131938913 auprès du préfet de région de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur
Ce numéro d'enregistrement ne vaut agrément de l'État

• Expérimenter des activités sensorielles et créatives en extérieur (dans la cour, le trottoir- jardin, ou le toit-terrasse) pour enrichir ses propres expériences quotidiennes dans son environnement. • Expérimenter la coopération à travers des créations collectives symboliques (mandala, totems), Partager un moment de cohésion avec le groupe. • Découvrir des pratiques inspirantes (bains de forêt, sylvothérapie, friluftsliv nordique, etc.) et réfléchir à leur transposition en contexte urbain. • Développer des idées concrètes pour intégrer davantage la nature et le vivant dans le quotidien personnel et professionnel.	

Déroulé pédagogique

Journée 1

- 1. Les apports des activités extérieurs pour soi et pour tous
- Accueil & brise-glace
- Cercle d’ouverture avec un objet naturel choisi par chacun (feuille, galet, branche…).
- Chaque participant reconstitue son parcours de vie en lien avec la nature :
- Présentation rapide des attentes et envies de chacun.
- 2. Atelier CV environnemental
- Quels écosystèmes ai-je connus (mer, montagne, forêt, campagne, ville…) ?
- Quelles espèces (plantes, animaux, arbres) m’ont marqué(e) ?
- Quels souvenirs positifs ou négatifs j’ai associés à ces expériences ?
- Travail individuel (dessin, frise chronologique, carte mentale) → puis partage en petits groupes.
- Mise en commun : comment ces expériences influencent ma manière de voir le monde ? Est-ce un refuge pour moi ?

- 3. Comprendre les bienfaits de la nature pour soi et pour tous
- Mini-apport théorique sur ce qu'est l'enfant intérieur, ce que lui apportent le vivant et la nature, ce que cela apporte à l'équilibre personnel et au le lien avec les autres
- Panorama de pratiques inspirantes : bains de forêts, sylvothérapie, pratiques nordiques
- Faire un point sur mon lien avec la Nature et le vivant aujourd'hui dans mon quotidien
- Discussion sur les obstacles rencontrés (sécurité, météo, habitudes) et pistes pour les dépasser.
- 4. Atelier pratique : sortie dans la Friche dans les espaces autour de la crèche ou au Parc Borély ou au Parc Pastré + création d'un mandala sur le toit de la crèche ou au Parc Borély ou au Parc Pastré
- En petits groupes, collecter des éléments naturels trouvés sur place (feuilles tombées, cailloux, morceaux de bois, fleurs).
- Créer ensemble un mandala ou une fresque éphémère sur le toit terrasse
- Débrieff : comment vous êtes vous sentis ? en quoi le fait d'être dehors a modifié les relations interpersonnelles ? et avec soi-même ?
- 5. Retour collectif & carnet d'idées
- Chaque participant note une idée ou un souvenir inspirant qu'il pourrait intégrer dans sa journée au quotidien (voire dans sa pratique quotidienne).
- 6. Déclusion
- Retour à chaud sur la matinée
- Evaluation
- Prochaine étape en vue de la demi-journée 2

Journée 2

- Développement personnel, cohésion de groupe et lien avec la Nature
- 1. Échauffement ludique
- Jeu collectif inspiré des animaux ou des éléments naturels.

Impact for Change — Entreprise unipersonnelle à responsabilité limitée (EURL)
Tél : 0616416416 – Mail : formation@i-forchange.com
68 Rue Sainte — 13001 Marseille France
SIRET : 88754825300020
Déclaration d'activité enregistrée sous le n°93131938913 auprès du préfet de région de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur
Ce numéro d'enregistrement ne vaut agrément de l'État

- 2. Atelier sur les valeurs collectives du groupe
- Apport théorique sur ce qu’est une valeur
- Identification de valeurs personnelles grâce à un photolangage
- Mise en commun en 4 sous groupes de 4 à 5 personnes, identification des valeurs du sous-groupe, réalisation d'un support de photolangage
- 3. Atelier d’expérimentation : Réalisation d’un totem pour chaque sous-groupe avec les éléments de la nature trouvés à l’extérieur de la Crèche
- En sous-groupes, les participants construisent un “totem” éphémère avec des éléments trouvés (branches, cailloux empilés, feuillage, herbe…).
- Chaque élément choisi représente une valeur du sous-groupe (ex. solidité, légèreté, créativité).
- Présentation au grand groupe → chaque “totem” devient un symbole de la cohésion.
- 4. Debrieff et conclusion
- Débrieff : qu’est ce que ce moment a apporté à soi même ? au collectif ?
- Cercle de clôture avec un moment sensoriel (respiration dehors, gratitude).

Informations complémentaires

Durée : 7 heures de formation sur 2 jours

Pré-requis :

- Il n'y a pas de prérequis pour cette formation

Public concerné : Personnel de crèche (éducateurs, auxiliaires, animatrices, équipe administrative et direction, agents d’entretien, éventuellement parents invités en fin de parcours).

Impact for Change — Entreprise unipersonnelle à responsabilité limitée (EURL)
Tél : 0616416416 – Mail : formation@i-forchange.com
68 Rue Sainte — 13001 Marseille France
SIRET : 88754825300020
Déclaration d'activité enregistrée sous le n°93131938913 auprès du préfet de région de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur
Ce numéro d'enregistrement ne vaut agrément de l'État