

Cinq principes pour respecter la nature

Nourrir un lien d'empathie avec la nature se fait en fréquentant régulièrement des espaces naturels. Une forêt, un champ, une cour extérieure... toute occasion est bonne!

Dans cet esprit, il est important de nous rappeler que nous ne sommes pas à l'écart de la nature : nous faisons partie à part entière d'elle. Nous sommes donc responsables de la respecter et de réfléchir aux répercussions de nos choix envers elle. Voici donc quelques principes à considérer pour guider des interactions responsables et respectueuses avec la nature.



Avant de partir en randonnée avec les enfants, prenez le temps de faire de petites mises en situations pour leur modeler les bonnes habitudes à adopter.



Partage l'espace

Ils sont peut-être parfois difficiles à voir, mais plusieurs êtres vivants, petits et grands, habitent là où vous êtes. Rappelez aux enfants que vous n'êtes pas seuls et qu'il est important de ne pas déranger les plantes et les animaux dans leur aire naturelle. Discutez avec les enfants des façons dont vous pouvez les respecter lorsque vous partez en randonnée. Vous partagez également l'espace avec les autres membres de la communauté. Prenez le temps de reconnaître les territoires autochtones sur lesquels vous vous retrouvez.



Explore avec tes sens

Émerveillez-vous devant la beauté de la nature. Servez-vous de vos sens pour bien discerner ce qui vous entoure. Que voyez-vous? Qu'entendez-vous? Que sentez-vous? Trouvez-vous un endroit calme et prenez un « bain de forêt ». Avec les enfants, arrêtez-vous un moment et respirez profondément. Que ressentez-vous? Encouragez les enfants à explorer leur entourage avec leurs sens pour réduire le piétinement et la cueillette de plantes, de fleurs et de champignons. D'autres animaux et plantes ont besoin d'eux pour survivre. Certains peuvent même être dangereux pour les humains!



Reste sur les sentiers

Les sentiers désignés dans les espaces naturels ont plusieurs utilités, dont notamment réduire le piétinement de la végétation, le contact avec les plantes dangereuses et l'érosion du sol. Encouragez les enfants à emprunter les sentiers lorsque vous vous déplacez. S'il n'y a pas de sentiers, limitez-vous aux surfaces plus durables où vous ne risquez pas d'abimer la végétation, comme le sol nu, les roches, le sable, l'herbe sèche, la neige épaisse, etc.



Limite ta cueillette

Les fleurs, les feuilles, les pommes de pins, les branches... tous ces éléments, vivants et morts, occupent des rôles importants dans leur écosystème. Veillez à ne cueillir qu'une petite quantité de feuilles ou de fleurs mortes et de brindilles ou pommes de pin déjà tombées pour ne pas déséquilibrer une aire sauvage.



Rapporte ce que tu as apporté

Lorsque vous êtes en promenade en nature, rappelez aux enfants que vous êtes des visiteurs de ces espaces sauvages. Rapportez ce que vous avez apporté, ne laissant aucune trace de votre passage. Les écosystèmes dans la nature ont déjà tout ce dont ils ont besoin et les déchets ou objets laissés pourraient nuire aux animaux ou aux végétaux qui s'y retrouvent.

Vous voulez en apprendre plus?

Ces organismes proposent plusieurs conseils pour vous guider dans vos sorties :

[Les grands penseurs se rencontrent dehors](#)

[Child and Nature Alliance of Canada](#)

[Sans Traces Canada](#)



5 principes pour respecter la nature



Partage l'espace



Explore avec tes sens



Reste sur les sentiers



Rapporte ce que tu as apporté



Limite ta cueillette

