

SORTONS JOUER DANS *la* NATURE

UNE STRATÉGIE POUR RAPPROCHER LA
NOUVELLE GÉNÉRATION CANADIENNE
DE LA NATURE PAR LE JEU



Prenez le livre de jeux. Planifiez votre jeu. Changez les choses.

Ce livre de jeux est un projet mis en œuvre et soutenu par le Conseil canadien des parcs en collaboration avec un groupe de citoyens provenant des quatre coins du Canada. Toutes les personnes y ayant participé avaient à cœur de rapprocher une nouvelle génération de la Nature. Ce document est le fruit des engagements pris lors de la réunion des ministres responsables des parcs fédéraux, provinciaux et territoriaux du Canada, en 2014, à Toronto, Ontario. Il vient aussi donner suite aux recommandations contenues dans le rapport *Connecter les Canadiens à la nature – Un investissement dans le mieux-être de notre société* publié en 2014.

http://www.parks-parcs.ca/french/ConnectingCanadians-French_web.pdf

2016

Ce document est aussi disponible en anglais sur www.parks-parcs.ca

1. Sortons jouer dans la Nature — Une stratégie pour rapprocher la nouvelle génération canadienne de la Nature par le jeu.

Imprimé : R62-465/2016F

978-0-660-05646-3

PDF : R62-465/2016F-PDF

978-0-660-05645-6


Table des matières

Nous sommes la Nature.	2
Comment la Nature nous affecte-t-elle?	4
Comment pouvons-nous jouer pour la Nature?	8
Orientation stratégique 1 Amener les jeunes enfants dans la Nature	10
Orientation stratégique 2 Trouver et partager le plaisir dans la Nature	14
Orientation stratégique 3 Découvrir la Nature en ville	18
Orientation stratégique 4 Avoir recours à la technologie	22
Orientation stratégique 5 Évoquer nos racines culturelles et nos ancêtres dans la Nature	26
Orientation stratégique 6 Établir des partenariats	30
Orientation stratégique 7 Inspirer une nouvelle génération de chefs de file	34
La Nature est en nous tous.	38
Planifiez votre jeu.	40
À propos des auteurs	42



NOUS SOMMES LA NATURE.



 **Il était une fois, dans une contrée voisine une** fillette et un garçon qui étaient les meilleurs amis. Ils jouaient dehors tous les jours ensemble. Ils construisaient des châteaux dans les arbres et les fées venaient se poser sur les plus hautes branches pour se joindre à leurs cérémonies royales. Ils trouvaient des forteresses dans les grottes et les animaux se joignaient à eux dans ces havres qui leur offraient protection. La crique tout près était un océan. Il leur fallait parfois naviguer pendant des jours pour retrouver la terre ferme.

Les rêves des deux petiots étaient si grands et si vastes qu'ils en changeaient le cours des rivières. Les nuages s'imprégnaient eux aussi de ces rêves et créaient de nouvelles formes au-dessus de leur tête. Ils se sentaient vivre au contact du soleil sur leur visage et du vent dans leur chevelure. Bien que leur corps vieillît, leur cœur restait jeune. Ils croyaient profondément que peu importe la distance parcourue lors du voyage ou jusqu'à quel point ils se sentaient perdus, ils pourraient toujours retrouver leur place dans la Nature, là où l'herbe pousse et les oiseaux chantent.



Ce récit nous parle de notre terre, de l'eau, du ciel, des plantes, des animaux et des gens. Il y est question de fusion et d'amour. Cette histoire évoque la seule chose qui nous unit tous et que nous ne pourrions jamais perdre.

Nous sommes la Nature. Nous sommes faits d'eau; notre corps est composé à quatre-vingt-dix pour cent d'eau. Nous nous élevons vers le ciel; notre corps a besoin d'oxygène pour respirer. Nous vivons de la terre; nous comptons sur d'autres animaux et des végétaux pour les éléments dont notre corps a besoin pour vivre et se développer. La Nature vit en nous, peu importe d'où nous venons ou qui nous sommes. Créer des liens avec la Nature, c'est aussi entrer en contact avec soi-même.

Ce livre de jeux se veut une invitation à découvrir en nous-mêmes et dans notre milieu notre façon unique de nous rapprocher de la Nature tout en aidant les autres à le faire.



COMMENT LA NATURE NOUS AFFECTE-T-ELLE?

La Nature est bonne pour les Canadiens. La science nous le prouve sans cesse. Le temps passé à l'extérieur nous procure des bienfaits irremplaçables. La présente stratégie est un document connexe à celui intitulé *Connecter les Canadiens à la nature – Un investissement dans le mieux-être de notre société* publié en 2014 qui met en exergue les recherches à ce sujet. Il constitue un excellent tour d'horizon des bienfaits découlant du temps passé dans la Nature.



Réduction
du stress



Diminution
de la tension
artérielle



Amélioration de la
concentration et des
autres processus
mentaux



Prévention des
symptômes du
TDAH

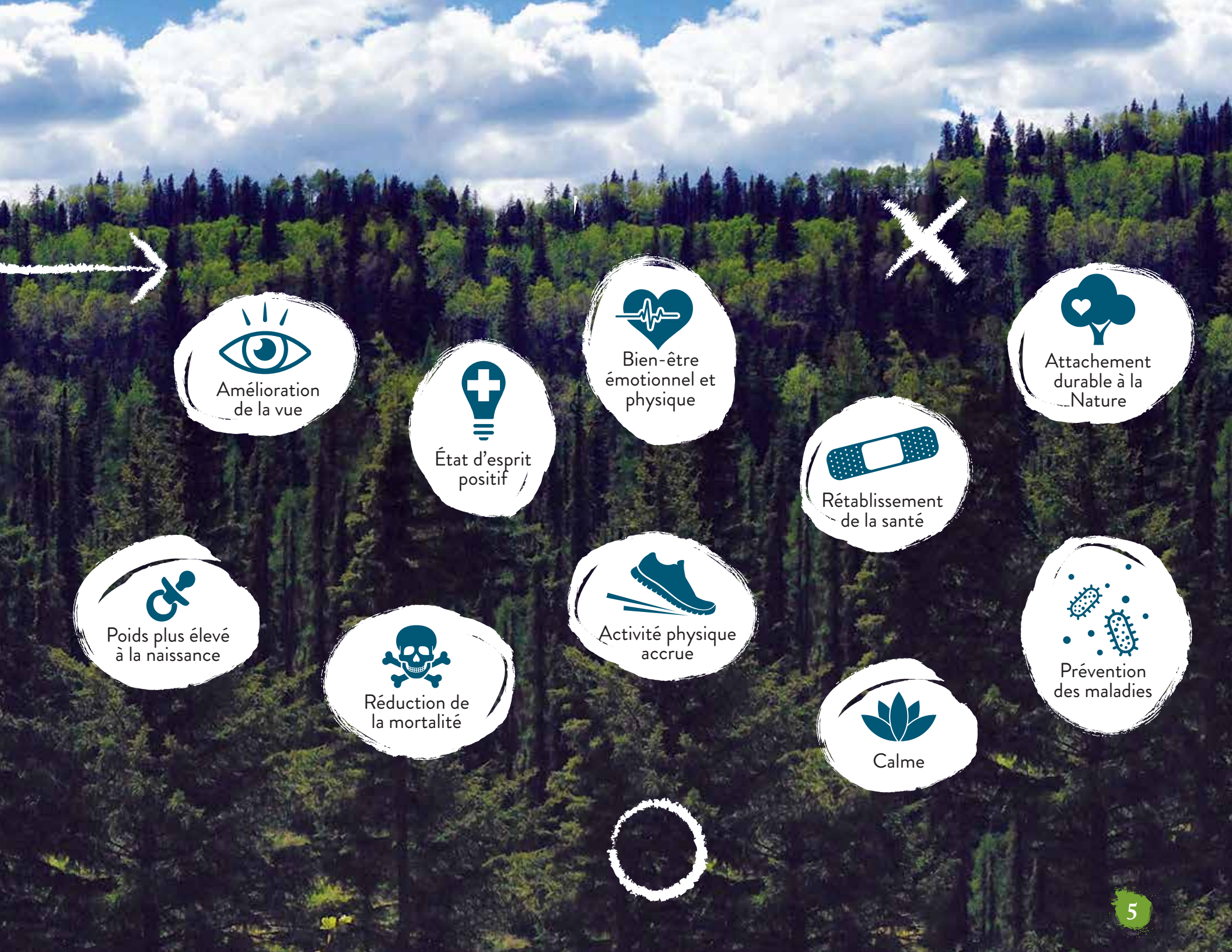


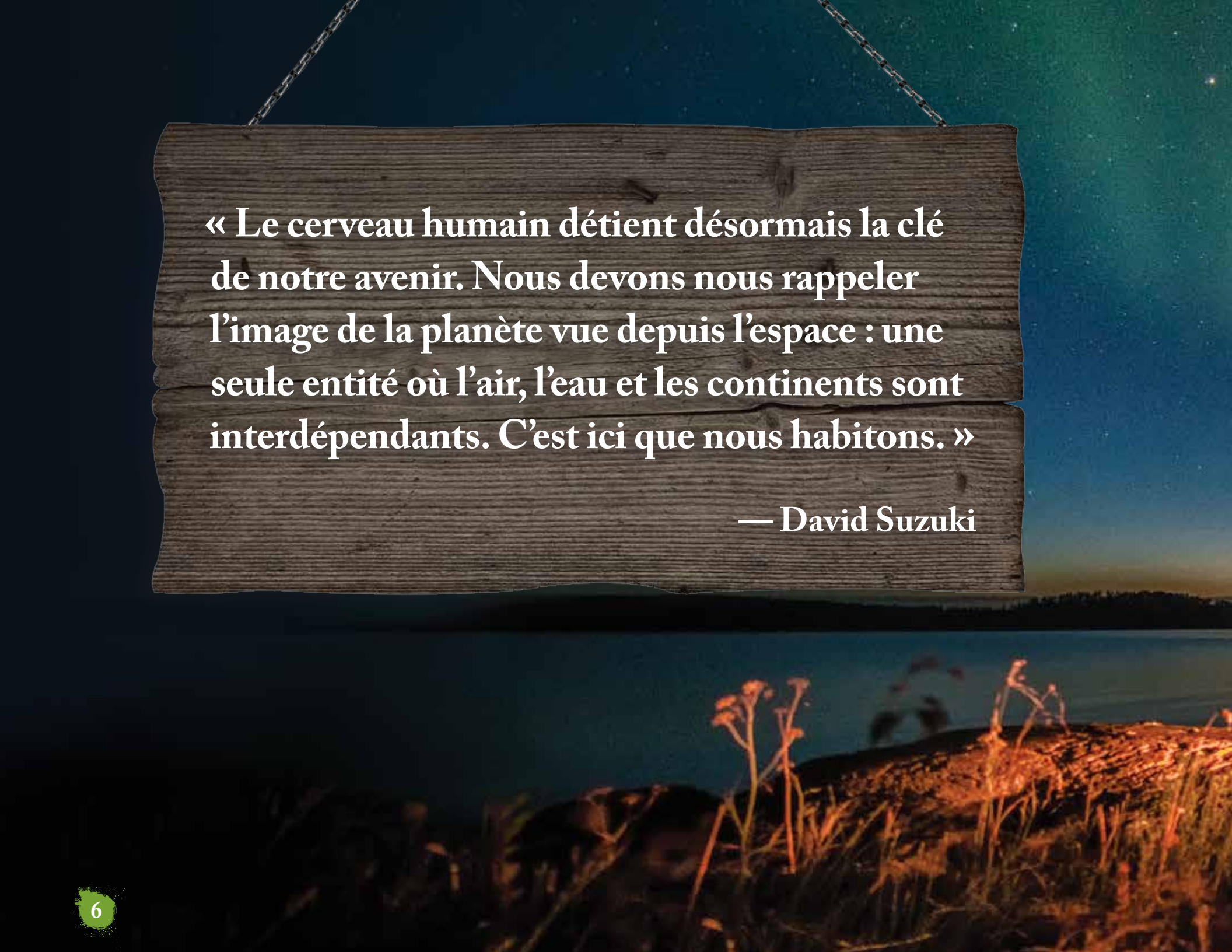
Renforcement
du système
immunitaire



Meilleur
équilibre
mental







« Le cerveau humain détient désormais la clé de notre avenir. Nous devons nous rappeler l'image de la planète vue depuis l'espace : une seule entité où l'air, l'eau et les continents sont interdépendants. C'est ici que nous habitons. »

— David Suzuki



COMMENT POUVONS-NOUS JOUER POUR LA NATURE?

Tout comme l'entraîneur qui se sert des astuces contenues dans son manuel pour favoriser le jeu d'équipe, ce livre de jeux a pour but d'amener les Canadiens à jouer dans la Nature. Quel défi que de mettre une nouvelle génération en contact avec la Nature! Par où commencer? Ce manuel renferme certaines des réponses, qui sont elles-mêmes le fruit d'un travail considérable et de nombreuses années de recherche. Maintenant que nous disposons de ces connaissances, il est temps d'amener plus de joueurs et, si vous tenez ce document entre vos mains, c'est que vous faites partie de l'équipe sur la ligne de départ pour le Canada.

Le document se divise en **ORIENTATIONS STRATÉGIQUES** et en **JEUX** :



ORIENTATIONS STRATÉGIQUES POUR FAVORISER LE CONTACT AVEC LA NATURE

- 1 Amener les jeunes enfants dans la Nature
- 2 Trouver et partager le plaisir dans la Nature
- 3 Découvrir la Nature en ville
- 4 Avoir recours à la technologie
- 5 Évoquer nos racines culturelles et nos ancêtres dans la Nature
- 6 Établir des partenariats
- 7 Inspirer une nouvelle génération de chefs de file

Les sept orientations stratégiques offrent des solutions à un problème mondial découlant du fait que les êtres humains ne passent plus assez de temps dans la Nature. Elles sont fondées sur la recherche de pointe et les programmes novateurs présentés au Congrès mondial sur les parcs de l'UICN qui a eu lieu en Australie en 2014. Elles continuent de s'étendre dans le monde entier dans le cadre de l'initiative #NaturePourTous. Les jeux (moyens d'action) contenus dans le livre s'appuient sur ces orientations stratégiques.

QU'EST-CE QUE LE JEU DANS LA NATURE?

Le jeu spontané : des activités simples et efficaces que l'on peut pratiquer partout.

Le jeu emblématique : des initiatives concrètes qui ont été retenues en raison de leur potentiel, de leur adaptabilité et des répercussions qu'elles ont eues au Canada. Ce sont les meilleurs exemples parmi de nombreux autres projets inspirants.

Le jeu visionnaire : des idées audacieuses portant sur la situation actuelle du Canada. Elles ouvrent la voie à un brillant avenir pour notre pays et rien n'empêche leur réalisation à condition d'y mettre du financement et du dévouement. Elles s'adressent à tous, donc si l'une d'entre elles vous intéresse, lancez-vous!



MONTEZ VOTRE PROPRE PROJET!

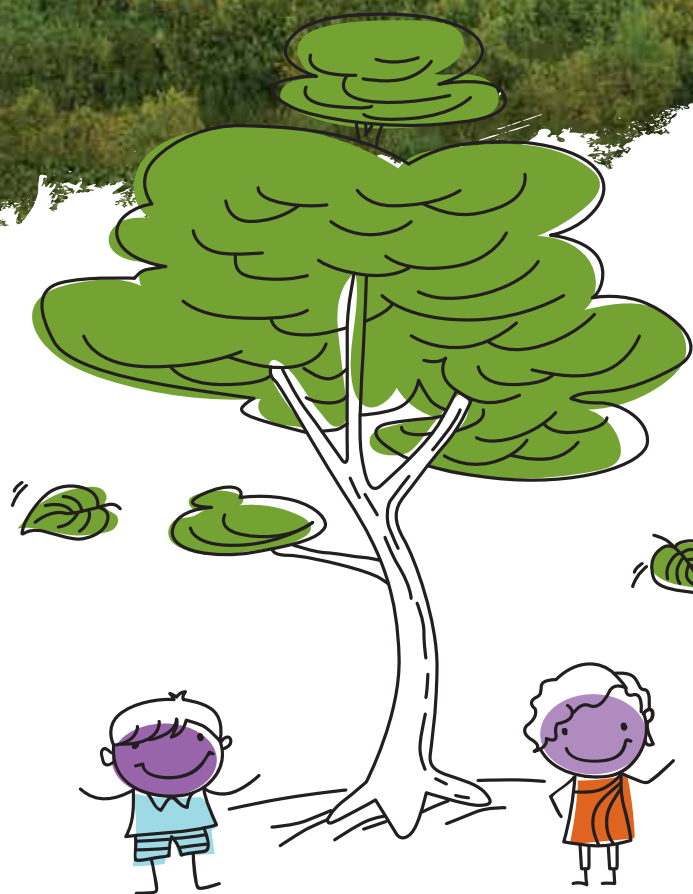
Au fil de votre lecture, vous découvrirez de nouveaux moyens d'action à exploiter au Canada. Reprenez ces nouvelles idées pour créer votre propre jeu dans l'espace prévu à la section **Planifiez votre jeu.** à la page 40... Vous pouvez le créer par vos propres moyens ou avec l'appui d'amis, d'un parent, de collègues, de camarades de classe... Le projet — tout comme ce manuel — est entre vos mains.

Les jeux présentés font partie de nombreuses perspectives géniales. Nous vous les présentons pour orienter — et non dicter — votre démarche. À vous de trouver votre façon et votre inspiration en fonction de votre situation, de vos aptitudes et des moyens à votre disposition. Créez un jeu ambitieux ou facile, simple ou élaboré, éprouvé ou inédit. Grâce au livre de jeux, vous apprendrez comment vos actions peuvent contribuer à bâtir un avenir meilleur pour le Canada.

Avez-vous remarqué le « N » majuscule? En épelant le mot « Nature » avec une majuscule, nous voulons souligner son importance comme la seule réalité qui nous lie tous les uns aux autres. Quand vous voyez cette lettre majuscule, rappelez-vous que vous aussi, vous faites partie de la Nature.

ORIENTATION STRATÉGIQUE 1

AMENER LES JEUNES ENFANTS DANS *la* NATURE



ans une contrée qui nous est familière, la fillette et le garçon s'étaient lancés à la découverte d'un monde secret. Ils savaient à peine marcher, mais ils pouvaient humer l'odeur de la terre humide au printemps. Il y avait un arbre gigantesque dans leur cour, mais ils ne le craignaient pas et ils voulurent voir ce qui se trouvait à son sommet.

Ils aimaient le contact de son écorce rugueuse contre leurs petites mains et ils rêvaient de gravir son tronc massif. À l'instar de cet arbre, les deux bouts de choux grandissaient peu à peu chaque saison. Les bambins passaient des heures de jeu d'un bonheur absolu sous les branches de l'imposant feuillu.



L'histoire continue à la page 14

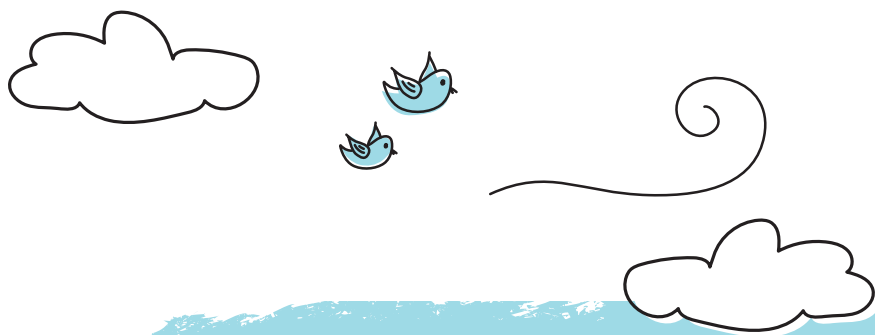
Quel était l'endroit où vous préféreriez jouer quand vous étiez enfant?



Jeu spontané : Sans pluie, on s'ennuie

Quand il pleut, sautez à pieds joints dans les flaques pour faire jaillir l'eau! Mettez au défi une plus jeune personne de vous affronter dans une épreuve de saut dans l'eau. Si vous restez au sec, vous avez un gros bec! Ressentez l'eau sur votre peau et prenez conscience du fait que votre corps est aussi fait d'eau.

Des points bonis si votre jeune ami prend le relais et vous montre comment un enfant joue sous la pluie. Laissez-le faire pour qu'il vous enseigne.



Le jeu libre près de la maison, que ce soit dans le parc du quartier ou le carré de sable dans la cour, est l'une des meilleures façons pour les jeunes enfants d'entrer en contact avec la Nature. Quel modèle offrez-vous à vos enfants en ce qui concerne le jeu en plein air? Vous voient-ils vous amuser dehors?



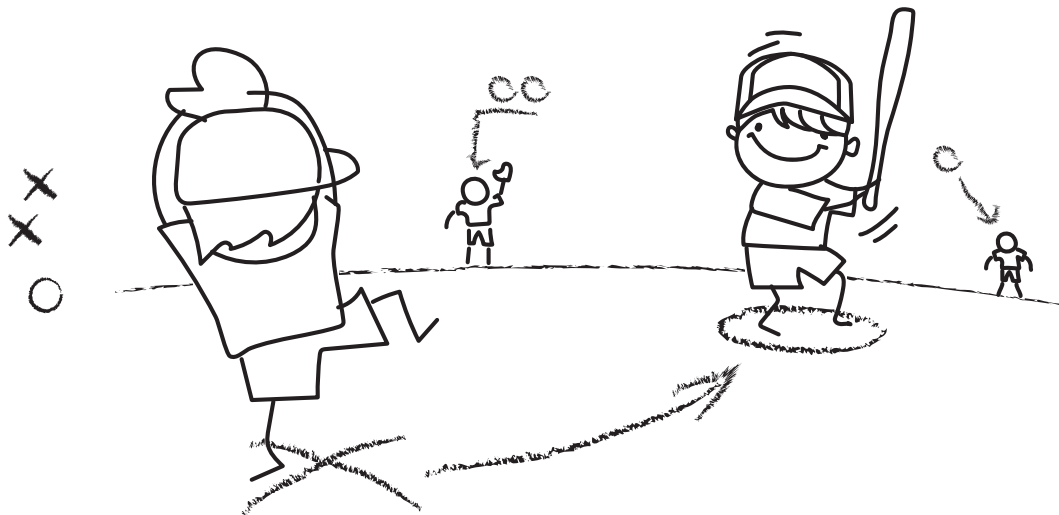
Jeu emblématique : Écoles et garderies favorisant l'éducation par la Nature

« Le modèle éducatif de l'école de la forêt et de la Nature s'adresse aux enfants en bas âge et aux élèves du primaire. Le concept de "l'école de la forêt" a pris naissance au Danemark dans les années 1950 et il s'est propagé au Canada en 2008, mais il existe ici depuis beaucoup plus longtemps. Ce sont les peuples autochtones qui en ont été les pionniers il y a des milliers d'années.

À l'école de la forêt, les enfants peuvent participer à toutes sortes d'activités : raconter des histoires, faire du feu, fabriquer des instruments, construire des abris, utiliser des outils, errer, explorer, dessiner des cartes géographiques... Les enseignants deviennent des "complices" dans le jeu, en s'immergeant dans l'imaginaire des enfants et en favorisant l'approfondissement de l'apprentissage par le questionnement émanant des enfants. Ils cherchent à créer des liens de confiance en favorisant une communication ouverte et en multipliant les possibilités d'apprentissage pair-à-pair.

La joie et l'apprentissage transformateur que je constate chez les gamins qui jouent dans la forêt, les ruisseaux et les flaques de boue m'encouragent à œuvrer pour que TOUS les enfants du pays puissent trouver leur place dans la Nature. Pour de plus amples renseignements, veuillez nous envoyer un courriel à admin@childnature.ca ou visitez notre site Web à www.childnature.ca. »

— Marlene Power, fondatrice, Forest School Canada



D'AUTRES FAÇONS D'AMENER LES ENFANTS DANS LA NATURE

Groupes parents-enfants en bas âge :

Grâce au programme *Sprouts Parent and Tot Play* de Evergreen Brick Works à Toronto, les jeunes enfants peuvent s'amuser en plein air avec les adultes qui les accompagnent.

Clubs familiaux : *Les clubs Nature pour la famille* de la Fédération canadienne de la faune favorisent les expériences familiales dans tout le pays.

Programmes de mentorat :

Le programme *Take a Kid Trapping* du gouvernement des Territoires du Nord-Ouest recrute des mentors pour enseigner aux jeunes les techniques traditionnelles dans la Nature.



Le jeu visionnaire : Une folle escapade en autobus!

Le bus s'arrête devant l'école et l'on sent l'excitation dans l'air; c'est électrisant! Les élèves se mettent la tête sur le bord des fenêtres pour voir ce qui se passe à l'extérieur sous le regard amusé des éducateurs. Quelle merveilleuse journée pour tout le monde! Le chauffeur accueille gaiement ses passagers à bord. L'autobus file vers des forêts denses couvertes de neige et l'on peut voir le soleil entre les arbres. La destination? Un magnifique parc forestier dans un endroit caché. La meilleure partie de la journée commence. Toute la classe profite de l'occasion pour apprendre, jouer et explorer. C'est le moment de s'aventurer dans les sentiers creusés par les lièvres dans la neige ou de jouer à cache-cache entre les arbres.

LA VISION :

En plus de l'enseignement régulier à l'extérieur, toutes les classes primaires des arrondissements scolaires auraient une sortie scolaire dans un milieu naturel au moins une fois par saison (quatre fois par an). En s'inspirant d'un réseau ontarien qui œuvre en faveur d'un retour vers la Nature, on intégrerait des excursions régulières en plein air dans toutes les écoles. Grâce à de telles activités, les éducateurs comme les élèves pourraient profiter librement d'une journée complète de jeu et d'apprentissage dans la Nature.

LES JOUEURS :

- ✕ Les conseils scolaires
- ✕ Les champions de l'éducation en plein air
- ✕ Les parents bénévoles
- ✕ Les sociétés de transport
- ✕ Les commanditaires et partenaires
- ✕ Les élèves, bien sûr!

POURQUOI ÇA POURRAIT FONCTIONNER:

L'enseignement en plein air s'avère un excellent moyen d'enrichir l'apprentissage. Si les programmes scolaires des écoles publiques comprenaient des périodes dans la Nature, cela aurait une grande portée dans tout le pays!

« En fin de compte, nous ne conserverons que ce que nous aimons. Nous n'aimerons que ce que nous comprenons. Nous ne comprendrons que ce que l'on nous aura enseigné »

— Baba Dioum



ORIENTATION STRATÉGIQUE 2

TROUVER ET PARTAGER LE PLAISIR DANS *La* NATURE



ans une contrée, tout près, la fillette et le garçon avaient suffisamment grandi pour s'aventurer un peu plus loin de la maison. La gamine explorait une forêt près de chez elle quand elle trouva un gros rocher. Elle monta sur sa surface couverte d'une étrange mousse pour mieux voir les environs.

Tout à coup, la pierre se souleva et se mit à lui parler! « Ne me prends pas pour un simple rocher », lui dit-elle. « En réalité, je suis un orignal. Maintenant que tu le sais, monte sur mon dos et nous allons explorer un nouvel endroit, d'accord? » Ravie, la fillette appela son compagnon qui accourut. Ils partirent tous trois à l'aventure pendant des jours ou, en tout cas, jusqu'à l'heure du souper.

L'histoire continue à la page 18



Y a-t-il quelque chose que vous avez toujours voulu essayer?

↳ ↳

↳ ↳

↳ ↳

↳ ↳

↳ ↳

↳



Jeu spontané : Allez, on sort!

Qu'aimez-vous faire à l'intérieur? Pensez-y... prenez votre temps. Ça y est? Bon, allez le faire dehors. Ça pourrait demander un peu de planification. Si ça vous semble un peu excentrique, c'est d'autant plus une raison de l'essayer! Vous cherchez des idées? Écouter votre musique préférée, boire votre boisson du matin, jouer un jeu de société, prendre une collation...

Des points bonis si vous partagez ce moment dehors avec un ami... deux fois plus de plaisir, c'est garanti!



Alors, où EST le plaisir? Les gens ont tous leur propre notion du plaisir, bien sûr. On peut le trouver n'importe où, si l'on est libre de se lancer à sa poursuite. Comment pourriez-vous aider à façonner un avenir qui permettrait d'avoir du plaisir et des échanges en plein air? Seriez-vous en mesure de repousser vos limites ou d'innover?

D'AUTRES FAÇONS D'AVOIR DU PLAISIR DANS LA NATURE

Les arts : Faisant appel à des musiciens, le projet *Nos Forêts chantées* au Québec permet aux adolescents d'apprendre à exprimer en musique leur attachement à la Nature.

Les activités de type aventure : La course à pied en plein air jouit d'une grande popularité au Canada. *Mudd, Sweat & Tears* est une entreprise qui s'adresse à des équipes d'aventuriers qui n'ont pas peur de se salir.

Expériences en liberté : Le *Adventure Earth Centre* à Halifax a conçu de magnifiques visites en liberté que les visiteurs peuvent faire en compagnie de leurs propres groupes sociaux au moment qui leur convient.

Jeu emblématique : Les programmes d'initiation

« Les programmes d'initiation permettent aux visiteurs canadiens d'essayer de nouvelles activités dans les parcs fédéraux, provinciaux et territoriaux. Le programme d'initiation au camping de Parcs Canada, offert en partenariat avec MEC, en est un exemple. Il a vu le jour en 2011 dans le but de vaincre les réticences des jeunes, des jeunes familles et des nouveaux arrivants en ce qui a trait aux activités en plein air. Comme pour les autres programmes d'initiation, nous fournissons tous les éléments de base (transport et tout l'équipement) et nos participants n'ont plus qu'à s'improviser hardis aventuriers.

La plupart des participants à notre activité au parc national de l'Île-du-Prince-Édouard n'avaient jamais campé. L'initiation au camping, c'est le moment fort de mon année! C'est merveilleux de voir ces campeurs hésitants se lancer et prendre personnellement plaisir à l'expérience. Une chanson autour du feu se transforme en aria lyrique et en solo de luth. Le repas du soir devient un vrai festin où le menu comprend du homard grillé et du thé persan. Le minaret de confiture afghan vole la vedette parmi les structures érigées lors de l'activité de construction de châteaux de sable sur la plage.

En montrant des techniques de base en plein air à nos participants, ils acquièrent l'expérience et la confiance pour vivre des moments mémorables lors d'un prochain séjour. Outre le camping, d'autres activités extérieures pourraient se prêter à ce genre de programme, par exemple la pêche à la mouche, l'escalade, la randonnée et l'art de faire du feu. Si vous souhaitez en savoir davantage à ce sujet, écrivez-nous à activities.activities@pc.gc.ca. »

— Janette Gallant, agente de diffusion externe et d'éducation du public,
Parcs Canada, Île-du-Prince-Édouard



Le jeu visionnaire : Oser s'amuser dans la Nature

Les équipes sont formées et les fanions ont été plantés dans le sol. Le soleil se couche lentement en baignant le terrain d'une lumière dorée. Au jeu! Les joueurs s'élancent sur la terre battue et poussiéreuse et enjambent un ruisseau. Certains se précipitent dans les bois environnants pour trouver un abri. Quelle équipe va repérer le fanion et s'en emparer pour s'approprier la victoire une fois la poussière retombée? Faisons un bond à la semaine suivante où l'on retrouve le même groupe d'amis assis confortablement à côté d'un tas de feuilles d'automne colorées, prêts pour une soirée scène ouverte dans l'un des parcs de la ville. Ces amitiés nouvellement forgées créent déjà des occasions uniques de jouir de la Nature en groupe. Voilà bien un jeu auquel tout le monde peut se prêter.

LA VISION :

En s'inspirant d'activités de masse comme celles proposées par Newmindspace et Run or Dye, on pourrait recruter dans toutes les régions du Canada des adeptes à la recherche d'expériences uniques en plein air comme des jeux de drapeau et de prédateur et proie, des courses au trésor, des spectacles musicaux, des concours de poésie et des clubs de lecture. Les activités auraient lieu fréquemment.

LES JOUEURS :

- ✕ Les clubs sociaux ou les organisations de jeunesse
- ✕ Les voyageurs
- ✕ Les écoles secondaires, les clubs sur les campus collégiaux et universitaires
- ✕ Les commanditaires et partenaires (équipes de sport professionnel?)
- ✕ Le personnel des parcs
- ✕ Les Canadiens qui veulent se joindre à la fête

POURQUOI ÇA POURRAIT FONCTIONNER :

De telles activités pourraient s'avérer un moyen unique de créer des liens entre les habitants des villes, grandes et petites, tout en misant sur les bienfaits du temps passé en plein air. Comme la gamme de possibilités est des plus vastes, chacun y trouverait son plaisir.

« Nous ne cessons pas de jouer parce que nous vieillissons; nous vieillissons parce que nous cessons de jouer. »

— George Bernard Shaw



ORIENTATION STRATÉGIQUE 3

DÉCOUVRIR LA NATURE *en* VILLE



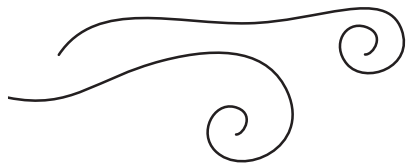
ans une contrée que nous connaissons, la fillette et le garçon continuaient à grandir et leur monde aussi évoluait. Il était maintenant peuplé d'autobus, de voitures, d'écoles, de centres commerciaux, de centres récréatifs et d'immeubles à bureaux.

Dans cet univers bourdonnant d'un fébrile affairément, ils pouvaient quand même trouver la magie de la Nature en observant cette rampe où s'agrippait une chenille et ce brin d'herbe qui poussait dans la fissure d'un trottoir. Ce temps passé dans la Nature leur donnait la force de relever de nouveaux défis, grands ou petits, avec curiosité et confiance.

L'histoire continue à la page 22

En ville, où aimez-vous aller vous détendre?





Jeu spontané : Marche au gré du vent

Allez faire une promenade. Si vous ne pouvez décider où aller, suivez le vent. Continuez jusqu'à ce que vous trouviez une aire naturelle. Passez au moins cinq minutes (300 secondes) dans cet endroit. Quelles odeurs vous entourent? Que pouvez-vous toucher? Quels sons entendez-vous?

Des points bonis si vous passez du temps à observer un objet du microcosme (comme un flocon de neige ou un motif sur un arbre) au point que vous en oubliez le monde plus grand qui vous entoure.



Huit Canadiens sur dix vivent maintenant en milieu urbain; c'est là que se déroule toute leur vie professionnelle ainsi que leurs loisirs. Vivez-vous dans une ville ou visitez-vous des amis ou des membres de votre famille qui habitent en ville? Connaissez-vous tous les espaces verts qui se trouvent près de chez vous? Comment pourriez-vous les faire connaître à d'autres?



Jeu emblématique : Terrains de jeux naturels

« Les villes canadiennes ont beaucoup progressé dans la création d'espaces naturels qui protègent les habitats fauniques, qui absorbent le carbone, qui adoucissent le temps et qui améliorent la qualité de l'eau. Les enfants bénéficient également des espaces naturels de la ville... Alors, pourquoi ne pas créer aussi des espaces verts qui deviendraient des habitats où les enfants pourraient jouer ? »

Les enfants qui jouent dans des aires naturelles sont en meilleure condition physique, sans compter que cela éveille leur curiosité et leur créativité. Dans le cadre d'études comparant des groupes d'enfants qui avaient accès à des aires de jeu naturelles à d'autres qui évoluaient dans des terrains de jeux traditionnels, on a constaté que les premiers avaient acquis une plus grande motricité et étaient plus aptes à coopérer. Par mon travail à Vancouver, j'ai appris que les bambins qui jouent dans les terrains de jeux traditionnels n'utilisent l'équipement coûteux que pendant 13 pour cent du temps et ne s'en servent de la manière prévue que trois pour cent du temps.

Les habitats qui plaisent le plus aux jeunes sont ceux où l'on retrouve des plantes, de la terre, des rochers pour l'escalade, ainsi que d'autres éléments avec lesquels ils peuvent s'amuser comme de l'eau, du sable, du gravier, de la boue et des objets épars. Ces matériaux sont relativement peu coûteux ou gratuits s'ils se trouvent déjà dans l'environnement régional, mais la valeur des bienfaits qu'ils procurent aux enfants est inestimable ! Si cela vous intéresse, il existe au Canada des architectes paysagistes qui conçoivent des aires de jeux naturelles. On peut aussi trouver de tels endroits près des villes. »

— Susan Herrington, professeure, École d'architecture et d'architecture paysagère,
Université de la Colombie-Britannique

OÙ PEUT-ON TROUVER LA NATURE DANS LES ZONES URBAINES CANADIENNES ?

Accès aux secteurs riverains publics : Chaque jour, des milliers de Canadiens profitent du *Vancouver Seawall*, un sentier de 28 kilomètres longeant Burrard Inlet.

Verdure surprise : Partout au Canada, des villes ont transformé des espaces de stationnement en petits parcs publics.

Transport en commun : Le service de transport *Parkbus* en Ontario permet aux citoyens de se rendre dans des parcs hors des zones urbaines.

Le jeu visionnaire : Le mieux-être en attente

Imaginez votre prochain rendez-vous. En entrant dans le stationnement, vous constatez que la journée est occupée, car il y a déjà une longue file d'attente. « Parfait », pensez-vous, « plus j'attendrai, mieux ce sera ». Car la salle d'attente n'a rien d'ordinaire. Il s'agit en fait d'un beau parc recouvert d'un luxuriant gazon vert et planté de grands arbres feuillus. Vous signalez votre présence et votre attente commence. Que ferez-vous en premier? Irez-vous vous promener pieds nus dans l'herbe douce ou vous contenterez-vous de trouver un peu d'ombre sous le tremble doucement ballotté par la brise? Votre tour ne viendra pas tout de suite, mais ça ne vous dérange pas, car cette salle d'attente vous procure un réel bien-être.

LA VISION :

Partout au Canada, on favoriserait l'aménagement et la croissance de parcs urbains à proximité des établissements de service. On encouragerait les gens à passer leur temps d'attente dans ces espaces naturels et l'on mettrait en place un système pour leur signaler qu'il est temps de revenir pour leur rendez-vous.

LES JOUEURS :

- ✕ Les fournisseurs de soins de santé et de services sociaux
- ✕ Les établissements bancaires et institutions financières
- ✕ Les assureurs et les constructeurs automobiles
- ✕ Les buanderies
- ✕ Les salons de coiffure desservant une clientèle familiale
- ✕ Les agences de relations publiques et de publicité
- ✕ Les commanditaires régionaux
- ✕ Les Canadiens qui vont en ville dans un but particulier

POURQUOI ÇA POURRAIT FONCTIONNER :

Le contact avec la Nature réduit le stress de la vie quotidienne. Il faut parfois se prêter à de longues attentes pour voir à nos besoins et responsabilités. C'est vrai autant pour les familles que pour les individus. En créant de telles « salles » d'attente, on pourrait transformer le temps perdu en temps dans la Nature.

« Les gens me demandent souvent :
“Jane, comment arrives-tu à rester si calme quand tout autour de toi, il y a des gens qui veulent que tu autographies leur livre et qui te posent des questions. Tu sembles toujours très zen.” Je leur réponds que c'est la quiétude de la forêt qui m'habite. »

— Jane Goodall

ORIENTATION STRATÉGIQUE 4 AVOIR RECOURS À *la* TECHNOLOGIE



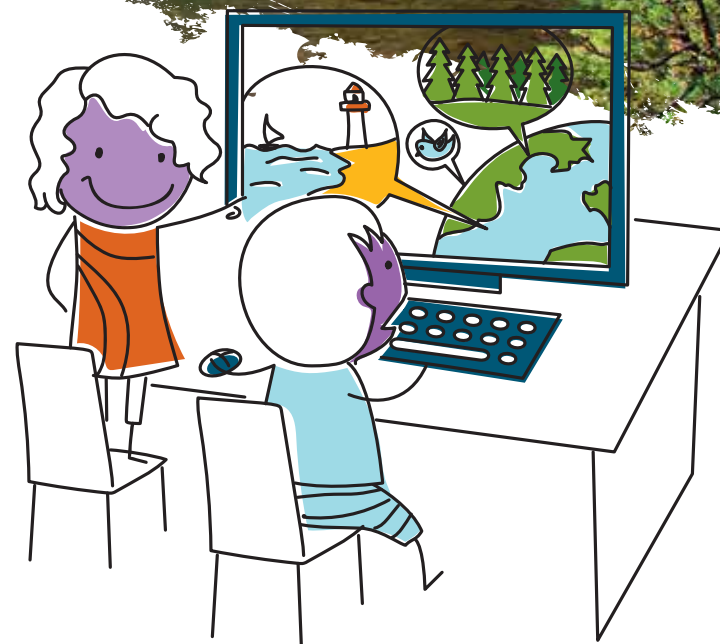
ans une contrée le long de la route, la fillette et le garçon

découvrirent de nouveaux mondes à l'intérieur de leurs ordinateurs. Ils y virent des forêts tropicales luxuriantes et de vastes déserts. Tous ces lieux étrangers les fascinaient. Ils apprirent même l'existence d'une plage tout près de leur maison. Sur leur écran, ils aperçurent du sable blanc, une eau azurée et de nombreux sentiers de randonnée.

Enfourchant leur bicyclette, les deux petits lurons pédalèrent jusqu'à cette plage. L'endroit se révéla encore plus magique dans la vie réelle. Ils firent part de leur découverte à des enfants du monde entier avec qui ils étaient en contact par l'entremise de leur ordinateur.

L'histoire continue à la page 26

Si la technologie pouvait faire n'importe quoi pour vous, que souhaiteriez-vous qu'elle fasse?



Jeu spontané : La Nature mise en application

Servez-vous d'un appareil pour trouver un parc ou une zone naturelle à proximité, puis allez-y. Choisissez un arbre, une bestiole, un oiseau ou peut-être même un chant d'oiseau et voyez si vous pouvez l'identifier sur Internet ou en utilisant une application (par exemple, Pl@ntNet, iBird, iNaturalist, MyNature Animal Tracks, le guide des plages Waterkeeper et Google Sky).

Des points bonis si vous racontez votre sortie à d'autres en l'illustrant d'images et de vidéos. #MevoicidanslaNature



« La technologie ne peut ni nous sauver ni nous détruire. Elle ne peut qu'exécuter notre volonté et ce sont donc nos choix et notre volonté qui déterminent tout. »

— Bryant H. McGill

Nous savons que les générations futures vont vouloir profiter de chaque nouveau progrès technologique, alors pourquoi attendre? Nous utilisons la technologie tous les jours pour nous rapprocher les uns des autres. Comment pourrions-nous aussi y avoir recours pour nous rapprocher de la Nature?

Jeu emblématique : La géocachette

« Je suis une fervente adepte de la géocachette et c'est pourquoi j'intègre cette activité à ma vie quotidienne, à mon travail et à mes voyages. La géocachette, sorte de chasse au trésor en plein air utilisant la technologie GPS, est née peu après mai 2000, lorsque les gouvernements ont officiellement mis les données satellitaires à la disposition du public. La première capsule contenant un journal de bord fut cachée dans une région boisée de l'Oregon, puis les coordonnées de son emplacement furent diffusées en ligne. Maintenant, il existe des millions de caches dans le monde entier!

J'en ai trouvé dans les rues fourmillantes du centre-ville de Toronto aussi bien qu'en escaladant des montagnes lors de randonnées dans les régions éloignées du Yukon. Peu importe l'endroit où l'on se trouve, il y a probablement plusieurs capsules dissimulées non loin. La technologie GPS est essentielle à la géocachette, mais on peut avoir recours à de nombreuses applications pour téléphone et autres appareils pour y jouer.

Les enfants aiment la géocachette, car c'est amusant pour eux de découvrir les capsules et de les remettre à leur place. Les adolescents et les jeunes adultes peuvent apprendre à naviguer et parler de leurs expériences à leur cercle d'amis. On trouve aussi une communauté en ligne qui pratique la géocachette compétitive et c'est un vrai plaisir d'en faire partie. Pour en savoir plus sur la géocachette et sur l'utilisation du GPS, consultez www.geocaching.com. »

— Shailyn Drukis, Canadienne passionnée de géocachette



COMMENT A-T-ON SU S'ADAPTER À LA TECHNOLOGIE AU CANADA?

Wi-Fi dans les parcs : De nombreux parcs nationaux, provinciaux, territoriaux et municipaux offrent maintenant des services *Wi-Fi*.

Science citoyenne : Sur certains sites de Parcs Ontario, les visiteurs peuvent facilement signaler les espèces sauvages observées à l'aide d'*ardoises sans fil*.

Plates-formes en ligne : Le magazine *The Starfish Canada*, publié par de jeunes adultes, offre une plate-forme nationale qui contribue au réseautage de jeunes écologistes.





Le jeu visionnaire : L'(app)réciation des espaces verts

Imaginez que vous sillonnez les routes du Canada. Le légendaire réseau routier canadien est plus vaste que vous n'auriez jamais pu le penser! À chaque arrêt après des heures de conduite, vous sortez de la voiture pour vous dégourdir les jambes. Dans votre coin de pays, vous connaissez tous les bons endroits, mais en terrain étranger, vous êtes plutôt perdu. Heureusement, il y a une application pour ça! Vous sortez votre téléphone, dont la fonction de cartographie détermine votre position et vous indique ensuite les parcs urbains, provinciaux et nationaux ainsi que les aires naturelles les plus proches. Aujourd'hui, vous optez pour un endroit parfait où casser la croûte : on peut y accéder en voiture et la vue sur l'océan est imprenable. Votre téléphone vous indique l'itinéraire le plus rapide pour s'y rendre.

LA VISION :

En s'inspirant d'applications existantes telles que Google Maps et Yelp, on mettrait au point une application canadienne pouvant afficher tous les espaces verts accessibles au public. L'information comprendrait une description des divers endroits, ainsi que des activités qu'on peut y pratiquer et des indications pour s'y rendre. Pour satisfaire le voyageur curieux, l'application pourrait aussi servir d'outil d'interprétation de l'histoire et des caractéristiques du lieu. Les utilisateurs pourraient téléverser des photos de la flore et de la faune locale, des types de minéraux, des formations terrestres et autres dans une base de données interactive partagée à laquelle d'autres utilisateurs pourraient avoir accès par l'entremise d'un moteur de recherche.

LES JOUEURS :

- ✕ Les concepteurs d'application et les entreprises technologiques en démarrage
- ✕ Les créateurs de bases de données canadiennes
- ✕ Les commanditaires et partenaires
- ✕ Les technophiles aimant explorer la Nature

POURQUOI ÇA POURRAIT FONCTIONNER :

Les applications d'interaction avec la Nature pour téléphones intelligents présentent un potentiel énorme puisque deux Canadiens sur trois possèdent un tel appareil. Grâce à une application de ce genre, n'importe qui pourrait créer son expérience ultime en plein air à l'aide d'un outil familier.



ORIENTATION STRATÉGIQUE 5

ÉVOQUER NOS RACINES CULTURELLES *et* NOS ANCÊTRES DANS LA NATURE



Dans une contrée à travers champs, la fillette et le garçon avaient compris que la forêt qu'ils aimaient n'était pas qu'un terrain de jeu. Un jour, ils rencontrèrent une grand-mère qui leur parla des plantes et des animaux qui dépendaient aussi de la forêt. Elle leur raconta des histoires qui remontaient à un passé pas si lointain où les gens vivaient dans la forêt et non dans des maisons.

Elle leur décrit des faisceaux de lumières ensorcelants qui virevoltaient dans le ciel nocturne du Nord et de grandes célébrations accompagnées de chants et de danse dans le Sud. La grand-mère enseigna aux enfants comment respecter et protéger leur forêt. Elle leur montra les baies qu'ils pouvaient manger, ainsi que les branches et les pierres qu'ils pouvaient utiliser pour faire un feu qui les réchaufferait même en hiver.

L'histoire continue à la page 30

Savez-vous d'où venaient vos ancêtres et quel lien ils avaient avec la Nature?





Jeu spontané : Retraçons nos origines

En prenant le temps de comprendre l'histoire de notre région, nous pouvons approfondir nos liens avec la Nature. Connaissez-vous le nom de la nation autochtone qui occupait le territoire traditionnel où vous vivez? Découvrez un fait illustrant comment les premiers habitants vivaient en harmonie avec la terre dans le passé et un autre montrant comment c'est encore le cas aujourd'hui. Si vous vivez dans votre territoire traditionnel, demandez à un détenteur du savoir de vous raconter une histoire sur la région.

Des points bonis si vous transmettez ces nouvelles connaissances à une jeune personne dans les 24 heures.

En apprenant à connaître la philosophie autochtone et les modes de vie traditionnels, les Canadiens de toutes origines peuvent nourrir un profond sentiment d'appartenance à la terre. Comment pourrions-nous favoriser une telle prise de conscience au sein de la nouvelle génération?

POURQUOI EST-IL IMPORTANT D'ÉVOQUER NOS RACINES CULTURELLES ET NOS ANCÊTRES?

La vision du monde des peuples autochtones se fonde sur l'harmonie avec l'environnement qui les soutient spirituellement, physiquement, socialement et culturellement. Au premier contact dans les années 1500, les relations entre Autochtones et Européens reposaient sur la Nature. Les colons virent la beauté vierge du Canada avec le regard des premiers peuples. Avant de s'aventurer encore plus loin dans ces nouvelles terres, les explorateurs d'outre-mer apprirent le savoir-faire des autochtones et les moyens qu'ils prenaient pour survivre. Les rapports se sont dégradés depuis cette époque, mais nous pouvons aujourd'hui chercher à les rétablir.

Et si les endroits naturels pouvaient servir à la compréhension et aux échanges culturels? Partout au Canada, nous voyons chez les peuples autochtones une conscience renouvelée de leur rôle en tant que gardiens de la terre. La Commission de vérité et réconciliation a ouvert la voie à des solutions, et il est clair qu'il faut mettre tous les efforts possibles pour rétablir les relations entre les nations autochtones et le reste de la société canadienne. Mais si nous voulons avancer, il est essentiel que nous comprenions ce qui a provoqué la fracture dans le passé. En prenant le temps d'assimiler l'histoire et la vision du monde des Autochtones du Canada, nous pouvons approfondir notre compréhension des espaces naturels. Tout dialogue sur la culture du Canada devra toujours tenir compte de la Nature. Au XXI^e siècle, nous devrions, par nos paroles et nos actions, ouvrir la voie à un monde nouveau où les liens qui nous unissent à la Nature et les uns aux autres prendront encore une plus grande valeur.

D'AUTRES MOYENS DE RESSERRER LES LIENS AVEC LA NATURE PAR L'ENTREMISE DE LA CULTURE

Camps culturels pour la transmission du

savoir : Les camps de transmission du savoir du parc territorial Katannilik au Nunavut permettent aux étudiants de s'entretenir avec les aînés et les détenteurs du savoir dans la Nature.

Tourisme culturel : Dans le cadre du programme de stages pour les Premières Nations de Alberta Parks, de jeunes adultes autochtones sont embauchés pour transmettre leurs connaissances culturelles à un large public.

Programmes d'échanges : Échanges Racines canadiennes est un programme national qui bâtit des ponts entre les Autochtones et des jeunes de toutes cultures.



« En langue crie, il n'existe aucune distinction entre choses animées et inanimées. Les animaux ont une âme qui a autant de valeur que celle des êtres humains. Les pierres ont une âme, les arbres aussi. Un arbre pour nous, c'est un être vivant, pas un simple objet. »

— Tomson Highway

Jeu emblématique : Centre Dechinta pour la recherche et l'apprentissage

« Bienvenue à Denendeh (la terre du peuple) dans les Territoires du Nord-Ouest. Ici, la terre est notre professeure émérite. En partenariat avec d'autres universités, le centre Dechinta, établi dans un pavillon hors réseau, offre depuis six ans un programme universitaire accréditif axé sur la Nature.

Chaque semestre, nous passons huit semaines à profiter des connaissances des peuples autochtones, des aînés et des professeurs qui vivent sur ce territoire nordique. Nous chassons, nous participons aux récoltes, nous coupons du bois, nous transportons de l'eau, nous lisons des textes, nous faisons des recherches et nous réalisons même des films. Le centre Dechinta s'adresse aussi aux familles. Les enfants sont donc invités à passer des semestres complets à l'université des enfants (KidU). Chez nous, les gens se lient à la terre et aux autres. Nous travaillons fort, nous apprenons beaucoup et nous rions tout autant.

Personnellement, je vois la transformation chez les gens qui participent à notre programme, et je sais qu'il a un grand impact sur eux dans les années qui suivent. Voilà pourquoi j'aime mon travail! Nous recevons avec plaisir toute demande de renseignements : composez le 1-877-388-2874, écrivez-nous à mandee@dechinta.ca ou visitez notre site Web à www.dechinta.ca. »

— Erin Freeland (Ph. D.), doyenne des programmes d'enseignement sur le terrain,
de la recherche et de l'innovation, Centre Dechinta

Le jeu visionnaire : Des ambassadeurs dans la Nature

Bien emmitouflé, une casquette sur la tête et des mitaines aux mains, vous voilà prêt à braver le froid hivernal. Vous allez à la rencontre de votre groupe organisé et vous partez en direction du parc. À son arrivée, le groupe est accueilli par des guides locaux qui en savent plus sur cette région que vous ne pourriez l'imaginer (ou trouver sur Internet!). Aujourd'hui, vous allez découvrir les animaux qui vivent ici et vous instruire sur leur relation de longue date avec les peuples autochtones. Les guides vous expliquent les choses d'une manière tout à fait inhabituelle; leurs récits renferment de nombreuses leçons sur l'environnement. En creusant vos propres pistes dans la neige fraîche, vous rendez compte que vous faites partie de cet endroit avec toutes les autres créatures qui s'y trouvent.

LA VISION :

En s'inspirant d'un réseau de surveillants côtiers déjà établi en Colombie-Britannique, on formerait des jeunes pour travailler comme guides, moniteurs et gardiens de la Nature partout au pays. On recruterait de jeunes Canadiens de toutes origines, mais plus précisément de jeunes autochtones dans chaque région. Grâce à ces ambassadeurs, les gouvernements autochtones et les gestionnaires de parcs et d'espaces naturels établiraient des partenariats en vue d'offrir des expériences culturelles uniques, des échanges et des activités éducatives pour tous.

LES JOUEURS :

- ✕ Les dirigeants et les gouvernements autochtones
- ✕ Les jeunes guides (âgés de 15 à 30 ans environ)
- ✕ Les organismes de protection de la Nature œuvrant à tous les paliers : national, provincial, territorial, municipal
- ✕ Les commanditaires et partenaires
- ✕ Les habitants de la région ou les visiteurs qui s'intéressent à la culture et à la Nature

POURQUOI ÇA POURRAIT FONCTIONNER :

De nombreux peuples et communautés autochtones ont des connaissances au sujet de leur territoire qui remontent à des milliers d'années. En laissant la liberté à de jeunes guides de recueillir et de transmettre ces connaissances, nous pourrions avancer vers un avenir fondé sur l'acceptation, la compréhension et la gestion responsable de l'environnement au Canada.



ORIENTATION STRATÉGIQUE 6

ÉTABLIR *des* PARTENARIATS



Dans une contrée voisine, la fillette et le garçon

s'étaient fait de nombreux amis. Unissant leurs efforts, ils construisirent une cabane dans un arbre — la plus imposante et la plus solide de la forêt. Une gamine qui habitait à deux pas de là y mit des pierres pour la soutenir et le petit nouveau en ville eut l'idée d'y aménager une galerie.

Les renards camouflèrent habilement l'extérieur de branches mortes et les oiseaux parcoururent la planète pour recueillir les astuces de tous les autres constructeurs de cabane du monde entier. Le fruit de leur travail fut encore plus beau que tout ce qu'ils avaient pu imaginer!

L'histoire continue à la page 34

*Avez-vous un ami qui pense très différemment de vous?
Comment faites-vous pour vous entendre?*





Jeu spontané : La pensée latérale

Y a-t-il un problème qui vous préoccupe? Pensez-y... prenez votre temps. Ça y est? Bon, voici maintenant la partie amusante : Allez demander conseil à une personne et montrez une ouverture d'esprit, même si elle présente une idée ou une solution que vous n'auriez pas envisagée normalement.

Des points bonis si vous approchez un inconnu ou une personne que vous n'avez pas l'habitude de consulter.

« Nous devons cesser de considérer le contact avec la Nature comme un problème à résoudre et plutôt commencer à y voir la solution à d'autres problèmes. »

— Adam Bienenstock



Nous savons que les partenariats nous permettent de progresser à pas de géant. Avec qui pourriez-vous collaborer pour mettre une nouvelle génération en contact avec la Nature? Jusqu'où pourriez-vous aller? Pourriez-vous faire appel à un ami ou une grande entreprise ou même à votre propre concurrent?



Jeu emblématique : Programme Mood Walks pour les jeunes en transition (santé mentale et bien-être)

« La Nature est bonne pour le corps comme pour l'esprit! Le programme Mood Walks pour les jeunes en transition appuie des programmes provinciaux de randonnée gérés par l'Association canadienne pour la santé mentale en partenariat avec Hike Ontario et Conservation Ontario.

Grâce à leur participation, les jeunes peuvent créer des liens avec leurs pairs, acquérir des connaissances et découvrir des sentiers et des espaces naturels à proximité. Le temps passé à marcher dans la Nature avec d'autres peut prévenir la maladie mentale ou soulager les symptômes de troubles existants en atténuant l'anxiété ou la dépression. Le programme Mood Walks s'avère ainsi un moyen pour les jeunes de découvrir les bienfaits de la Nature sur leur santé mentale et physique.

Le plus beau dans le programme, c'est qu'il peut s'appliquer dans n'importe quel lieu en plein air. Les excursions sont gratuites et toujours adaptées au niveau d'habileté des participants. Pour savoir comment participer à un programme Mood Walks ou en démarrer un dans votre collectivité, visitez le site www.moodwalks.ca pour accéder aux ressources et télécharger le manuel gratuit. »

— Jasmine Ferreira, gestionnaire de projet, programme Mood Walks



D'AUTRES DOMAINES PROPICES AUX PARTENARIATS POUR LA NATURE AU CANADA

Industrie du tourisme : Dans le cadre d'un partenariat avec Parcs Canada en Colombie-Britannique, BC Ferries renseigne ses passagers sur l'écologie et la biologie.

Entreprises : La Fondation TD des amis de l'environnement crée des espaces verts urbains et finance des programmes de sensibilisation à l'environnement à la grandeur du pays.

Organismes à but non lucratif : Un propriétaire foncier privé a aménagé le parc naturel Solitude sur le bord du lac Érié, afin que les gens puissent y entrer en contact avec la Nature.

Le jeu visionnaire : La Journée canadienne de la Nature

Imaginez que votre journée préférée de l'année est arrivée et que vous mourrez d'impatience de la commencer. Toute la matinée, vous vous surprenez à rêver au bel après-midi qui vous attend. Les souvenirs heureux de ce même jour de l'année dernière vous reviennent à l'esprit. C'est aujourd'hui la Journée canadienne de la Nature et vous caressez de grands projets. Peut-être une promenade dans le parc ou une excursion au lac. Peu importe l'activité choisie, vous savez que ce sera formidable. L'heure approche et vous sentez déjà la tension se relâcher. Quel magnifique cadeau que cet après-midi où vous pouvez en toute liberté profiter de la Nature comme bon vous semble!

LA VISION :

Créer un évènement d'envergure nationale semblable à Une heure pour la Terre et qui s'appellerait la Journée canadienne de la Nature. Les écoles, les entreprises et les organisations participantes tiendraient des activités collectives ou accorderaient du temps aux individus pour profiter de la Nature et de ses bienfaits. Grâce aux entreprises, célébrités et médias partenaires, les participants pourraient se renseigner sur les bienfaits de l'activité en plein air alors même qu'ils en profiteraient.

LES JOUEURS :

- ✕ Les organisations nationales de santé et de mieux-être
- ✕ Les écoles, les universités, les milieux de travail
- ✕ Les partenaires gouvernementaux (fédéral, provinces, territoires, municipalités, collectivités autochtones)
- ✕ Les entreprises partenaires
- ✕ Les célébrités partenaires
- ✕ Les Canadiens de tous âges!


POURQUOI ÇA POURRAIT FONCTIONNER :

C'est à l'ensemble de la société canadienne que revient la responsabilité de mettre la nouvelle génération en contact avec la Nature. Les organismes pourraient montrer du leadership en faisant de la Nature une priorité. Un évènement de grande envergure permettrait à tout le monde, sans égard à la sphère professionnelle, de prendre un peu de temps pour profiter de la Nature et d'ainsi prendre conscience des bienfaits que toute la population en retire.



ORIENTATION STRATÉGIQUE 7

INSPIRER UNE NOUVELLE GÉNÉRATION *de* CHEFS DE FILE

 ans une contrée juste au-delà de nos frontières, la fillette et le garçon se tenaient à côté de l'arbre dans leur cour; c'était l'hiver et ses branches étaient dénudées. Un jonc solitaire était immuablement ancré dans le sol gelé. Rien ne semblait avoir survécu à l'extrême froidure, mais la sève nourricière se répandait pourtant dans l'arbre.

Les lièvres, les oiseaux, et les orignaux déguisés en rochers restaient aussi vivants que jamais. Les ours invisibles ne faisaient qu'hiberner sous la neige. Les renards pointaient leur museau derrière les congères. Les fées étaient parfois visibles aux alentours, mais tout le monde sait que les fées entrent et sortent de notre monde à leur gré.

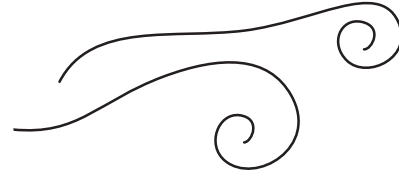
Tous les êtres présents s'entraidaient. La fillette et le garçon pouvaient trouver force et sagesse dans la forêt, même aux plus froids des jours.

L'histoire continue à la page 38



*Quelqu'un vous a-t-il aidé à réussir dans votre vie?
Comment cette personne a-t-elle contribué à votre succès?*





Jeu spontané : Échange de points de vue

Dressez une liste de cinq choses qui comptent pour vous dans votre travail ou vos études. Invitez une personne d'une autre génération à préparer une liste similaire et allez prendre un thé ou vous promener ensemble. Discutez de vos listes. Si vous vous sentez vulnérable, ce jeu pourrait bien vous offrir un moyen de gagner en confiance.

Des points bonis si vous acceptez de revoir la personne ou si vous lui demandez d'amener un ami.



Avec le soutien nécessaire, les jeunes chefs de file arriveront à créer un monde où l'environnement sera apprécié de tous et conservé pour les générations à venir. Il faut donc avoir une vision à long terme et vouloir prendre des risques pour outiller les futurs protecteurs de la Nature. C'est une tâche qui nous incombe à tous — jeunes ou vieux — dans n'importe quel domaine d'activité professionnelle.

D'AUTRES MOYENS POUR FORMER DES CHEFS DE FILE QUI SAURONT DÉFENDRE LA NATURE

Programmes de mentorat : Au Nouveau-Brunswick, le programme *Get Outside!* offre une expérience de travail, en partenariat avec la Société pour la nature et les parcs du Canada, qui permet aux futurs chefs de file d'acquérir de l'expérience dans les parcs provinciaux.

Programmes sociaux : Les projets de réinsertion socioprofessionnelle de la coopérative de solidarité de la Vallée Bras-du-Nord au Québec accompagnent des jeunes de 16 à 30 ans qui connaissent divers problèmes de vie en mettant à profit le travail en Nature et l'aventure thérapeutique comme outils d'intervention et de dépassement de soi.

Stages éducatifs en milieu de travail : Les jeunes embauchés dans le cadre du programme *Students on Ice* de Parcs Canada ont aussi l'occasion de participer à des projets éducatifs dans l'Arctique et en Antarctique.

Jeu emblématique : Brigade jeunesse pour la conservation de l'environnement au Yukon (Y2C2)

« Notre programme a été mis sur pied par le gouvernement du Yukon en 1981 et il se poursuit avec beaucoup de succès depuis ce temps. Il offre des emplois d'été communautaires créés par les Premières Nations et axés sur la conservation qui viennent renforcer les relations et changer la vie de jeunes de 16 à 29 ans, à qui l'on offre l'opportunité de se découvrir de nouvelles passions par l'entremise de la formation et du perfectionnement.

Y2C2 évolue en fonction de la personnalité de chaque étudiant embauché pour l'été, de chaque projet que nous entreprenons et de chaque merveilleux instant que nous passons à travailler en équipe en plein air.

Nous investissons dans des expériences significatives pour outiller les futurs champions de la protection environnementale. Si vous désirez en savoir plus sur notre approche, nous vous en parlerons avec plaisir. Communiquez avec nous au Y2C2@gov.yk.ca ou passez-moi un coup de fil : Morris Lamrock au 867-667-3041. »

— Morris Lamrock, coordonnateur des programmes jeunesse,
Environnement Yukon





Le jeu visionnaire : Écouter pour apprendre

Imaginez que vous entrez dans une salle remplie de jeunes Canadiens animés d'une grande inspiration et profondément engagés. Sur la table se trouvent des plats savoureux et de grandes tasses contenant des boissons chaudes. Les conversations sont ouvertes et honnêtes; on échange librement des anecdotes. De dévoués animateurs voient au bon déroulement des discussions. Passionnés et créatifs, ils savent exactement comment favoriser le dialogue sans imposer leur point de vue. Le débat porte sur un seul sujet : la Nature. La question qui se pose est tout aussi directe : que représente la Nature pour vous? Mais les réponses sont réfléchies et elles ont de larges implications. Les opinions exprimées aujourd'hui importent pour le Canada de demain.

LA VISION :

En s'inspirant du Projet Otesha et de la Génération plein air MEC, on organiserait des tournées de consultation publiques où tous les jeunes seraient invités et encouragés à échanger leurs réflexions. L'objectif serait de comprendre les raisons qui amènent la jeunesse à vouloir se rapprocher de la Nature ou, à l'inverse, ce qui l'en éloigne. On chercherait des moyens de changer les choses pour cette génération au niveau local.

LES JOUEURS :

- ✕ Les chefs de file passionnés
- ✕ Les organismes voués à la protection de la Nature
- ✕ Les groupes communautaires
- ✕ Les commanditaires et partenaires
- ✕ Les jeunes (enfants, adolescents, jeunes adultes)

POURQUOI ÇA POURRAIT FONCTIONNER :

Tout le monde voit le succès de façon différente et il y a plus d'un moyen d'y parvenir. Donc, pour trouver les ingrédients du succès, il nous faut consulter de nombreuses sources. On pourrait aussi faire appel à des aînés et à des professionnels chevronnés pour encourager les échanges entre les générations et en tirer des leçons.

« Nous devons ouvrir les portes et veiller à ce qu'elles restent ouvertes pour que d'autres puissent les franchir. »

— Rosemary Brown

LA NATURE EST EN NOUS TOUS.



Dans cette contrée d'où nous venons, la fillette et le garçon avaient quitté l'enfance. Ils étaient devenus de jeunes adultes. Même s'ils ne jouaient plus dans les cabanes dans les arbres, la forêt n'avait toutefois rien perdu de sa magie à leurs yeux. La brise soufflait toujours dans leurs cheveux et le soleil éclairait encore leur visage.

Ils se promirent de mettre en œuvre tous les moyens possibles pour sensibiliser les gens du monde entier à cette magie. Surtout, ils voulaient que chaque enfant puisse vivre le bonheur de jouer dans la Nature pour une journée.



Ils souhaitaient que tous puissent ressentir un sentiment d'appartenance quand ils humaient l'air parfumé de la forêt, qu'ils formaient une boule de neige parfaitement ronde ou qu'ils entendaient le craquement du lichen sous leurs orteils. Ils savaient qu'il leur faudrait parcourir un long chemin, mais qu'ils pourraient compter sur de nombreux appuis en cours de route. « Nous faisons tous partie de la Nature », pensèrent-ils, en portant leur regard bienveillant sur le sol, l'herbe, les arbres, les prés, les rivières, les océans, les montagnes et le ciel.



PLANIFIEZ VOTRE JEU.



Grâce à notre action, notre pays peut devenir un meilleur endroit où vivre. C'est le but de ce manuel. En amenant une nouvelle génération canadienne à s'imprégner de la Nature — de la plus tendre enfance jusqu'au début de l'âge adulte —, nous contribuerons à la lier à l'environnement plus que jamais auparavant.

Jeunes personnes, jeunes de cœur ou amis des jeunes, nous pouvons tous mettre la main à la pâte. Pour planifier votre propre jeu, inspirez-vous de ceux présentés dans ce manuel ou inventez-en un. La forme qu'il prendra a peu d'importance. L'essentiel, c'est qu'il vous convienne et qu'il reflète votre personnalité et vos talents.

Vous pouvez y investir vos seuls efforts ou encourager la participation de votre famille, de votre collectivité ou du Canada tout entier. Cela ne tient qu'à vous! Allons jouer!

Les sept orientations stratégiques présentées ici s'appuient l'une sur l'autre dans de nombreux cas et peuvent vous fournir des moyens d'action. Concentrez-vous sur une seule orientation ou faites appel à plusieurs d'entre elles pour planifier votre jeu (ou vos jeux).

- 1 Amener les jeunes enfants dans la Nature
- 2 Trouver et partager le plaisir dans la Nature
- 3 Découvrir la Nature en ville
- 4 Avoir recours à la technologie
- 5 Évoquer nos racines culturelles et nos ancêtres dans la Nature
- 6 Établir des partenariats
- 7 Inspirer une nouvelle génération de chefs de file



(NOMMEZ VOTRE JEU.)

**DÉCRIVEZ VOTRE JEU.
(UNE ACTION CONCRÈTE ET RÉALISABLE)**

**DESSINEZ VOTRE JEU. SÉRIEUX,
FAITES-EN UN CROQUIS!**

NOMMEZ LES JOUEURS.

- ✕ _____
- ✕ _____
- ✕ _____
- ✕ _____

**LE PLAN DE JEU : QUELLE EST
LA PREMIÈRE ÉTAPE POUR
DÉMARRER VOTRE JEU?**

- _____
- _____
- _____

À PROPOS DES AUTEURS

Formé au printemps 2015, le groupe de travail qui a produit *Sortons jouer dans la Nature* réunit des Canadiens de toutes générations croyant fermement que tout le monde doit pouvoir profiter de la Nature. Ils veulent vivre dans un monde où leurs enfants et petits-enfants pourront jouir de la Nature qui les entoure, comme ils ont pu en profiter eux-mêmes. Ils tiennent à remercier les nombreux membres éminents de la grande collectivité canadienne qui leur ont fait des commentaires et des suggestions tout au long de la réalisation de cet ouvrage.

Tim Keenleyside, **Ontario**, génération X, Canadien-distrait-ne-se-prenant-pas-trop-au-sérieux-mais-de-plus-en-plus-inquiet

Samantha Matters, **Alberta**, génération Y, Canadienne-Métis-Introspective-Vagabonde

Guylaine Chabot, **Québec**, génération X, Chercheure-en-croisement des savoirs-santé-communautaire-plein-air

Kevin Chan, **Ontario**, génération Y, Étudiant-à-la-maîtrise-Vancouverois-Torontois

Pascale van der Leest, **Nouvelle-Écosse**, génération Y, Canadienne-d'origine-libanaise-Citadine-Passionnée-de-Parcs-Canada

Chúk Odenigbo, **Alberta**, génération Y, Itinérant-transculturel-francophone-du-Commonwealth-Maniaque-de-nouvelles-technologies

Denis Thibeault, **Nunavut**, génération Y, Canadien-Canadian

Kyle Empringham, **Colombie-Britannique**, génération Y, Écologiste-britanno-colombien-ontarien

Chloe Dragon Smith, **Territoires du Nord-Ouest**, génération Y, Femme-du-Nord-Chipewyan-Euro-rêveuse

Dan Paleczny, **Yukon**, enfant de l'après-guerre, Bâisseur-d'avenir-Optimiste-conscient-des-problèmes-Administrateur-de-parc-au-Yukon

Christian Bagg, **Alberta**, génération X, Penseur-canadien

Bill Kilburn, **Ontario**, génération X, Ontarien-Explorateur-de-la-Nature-curieux-de-connaître-les-gens-Bâisseur

Be'sha Blondin, **Territoires du Nord-Ouest**, enfant de l'après-guerre, Détentrice-de-savoir-traditionnel

Robin Friesen (**Colombie Britannique**), génération Y-enseignante-exploratrice-chanteuse-observatrice-femme d'action

Vous êtes aussi du groupe de bâtisseurs de l'avenir collectif du Canada. Comment vous décrivez-vous?



RÉFÉRENCES

- Agay-Shay, K. et al. (2014). Green spaces and adverse pregnancy outcomes. *Occupational & Environmental Medicine*, 71(8), 562-569.
- Barton, J. and Pretty, J. (2010). What is the Best Dose of Nature and Green Exercise for Improving Mental Health? A Multi-Study Analysis. *Environmental Science & Technology*, 44(10), 3947-3955.
- Berman, M. G. et al. (2012). Interacting with nature improves cognition and affect for individuals with depression. *Journal of Affective Disorders*, 140(3), 300-305.
- Bowler, D. E., Buyung-Ali, L. M., Knight, T. M., Pullin, A. S. (2010). A systematic review of evidence for the added benefits to health of exposure to natural environments. *BMC Public Health*, 10(1), 456
- Brussoni, M. et al. (2015). What is the Relationship between Risky Outdoor Play and Health in Children? A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(6), 6423-6454.
- Cleland, V. et al. (2008). A prospective examination of children's time spent outdoors, objectively measured physical activity and overweight. *International Journal of Obesity*, 32(11), 1685-1693.
- Gray, C. et al. (2015). What is the Relationship between Outdoor Time and Physical Activity, Sedentary Behaviour and Physical Fitness in Children? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(6), 6455-6474.
- Hystad, P. et al. (2014). Residential Greenness and Birth Outcomes: Evaluating the Influence of Spatially Correlated Built-Environment Factors. *Environmental Health Perspectives*, 122(10), 1095-1102.
- James, P., Banay, R. F., Hart, J. E. and Laden, F. (2015). A Review of the Health Benefits of Greenness. *Current Epidemiology Reports*, 2(2), 131-142.
- Korpela, K. M. et al. (2011). Determinants and strength of restorative (stress-alleviating) experiences in favourite green, waterside and urban environments in Finland. In *ELCA Research Workshop: Green City Europe – for a better life in European cities*, 30–32.
- Lee J. et al. (2015). Acute Effects of Exposure to a Traditional Rural Environment on Urban Dwellers: A Crossover Field Study in Terraced Farmland. Tchounwou PB, ed. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(2), 1874-1893.
- Lee, J. et al. (2012). Nature Therapy and Preventive Medicine. INTECH Open Access Publisher.
- Maas, J. et al. (2009). Morbidity is related to a green living environment. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 63(12), 967–73.
- Maller, C., Townsend, M., Pryor, A., Brown, P. and St Leger, L. (2006). Healthy nature healthy people: 'contact with nature' as an upstream health promotion intervention for populations. *Health promotion international*, 21(1), 45-54.
- Mao, G.-X. et al. (2012). Therapeutic effect of forest bathing on human hypertension in the elderly. *Journal of Cardiology*, 60(6), 495-502.
- Markevych, I. et al. (2014). Access to urban green spaces and behavioural problems in children: Results from the GINIplus and LISAplus studies. *Environment International*, 71, 29-35.
- Mitchell, R. and Popham, F. (2008). Effect of exposure to natural environment on health inequalities: an observational population study. *The Lancet*, 372(9650), 1655–1660.
- Mitchell, R. (2013). Is physical activity in natural environments better for mental health than physical activity in other environments? *Social Science & Medicine*, 91, 130-134.
- Mytton, O. T., Townsend, N., Rutter, H. and Foster, C. (2012). Green space and physical activity: an observational study using health survey for England data. *Health & Place*, 18(5), 1034-1041.

Ohtsuka, Y., Yabunaka, N. and Takayama, S. (1998). Shinrin-yoku (forest-air bathing and walking) effectively decreases blood glucose levels in diabetic patients. *International Journal of Biometeorology*, 41(3), 125-127.

Ottosson, J. and Grahn, P. (2008). The Role of Natural Settings in Crisis Rehabilitation: How Does the Level of Crisis Influence the Response to Experiences of Nature with Regard to Measures of Rehabilitation? *Landscape Research*, 33(1), 51-70.

Pasanen, T. P., Tyrväinen, L. and Korpela, K. M. (2014). The Relationship between Perceived Health and Physical Activity Indoors, Outdoors in Built Environments, and Outdoors in Nature. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 6(3), 324-346.

Richardson, E. A. et al. (2013). Role of physical activity in the relationship between urban green space and health. *Public Health*, 127(4), 318-324.

Roe, J. and Aspinall, P. (2011). The restorative benefits of walking in urban and rural settings in adults with good and poor mental health. *Health & Place*, 17(1), 103-113.

Rose, K. A. et al. (2008). Outdoor Activity Reduces the Prevalence of Myopia in Children. *Ophthalmology*, 115(8), 1279-1285.

Takayama, N. et al. (2014). Emotional, Restorative and Vitalizing Effects of Forest and Urban Environments at Four Sites in Japan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 11(7), 7207-7230.

Taylor, A. F. and Kuo, F. E. (2009). Children with Attention Deficits Concentrate Better After Walk in the Park. *Journal of Attention Disorders*, 12(5), 402-409.

Thompson, C. W. et al. (2012). More green space is linked to less stress in deprived communities: Evidence from salivary cortisol patterns. *Landscape and Urban Planning*, 105(3), 221-229.

Ulrich, R. S. (1984). View through a window may influence recovery. *Science*, 224(4647), 420-421.

van den Bosch, M. A. et al. (2015). Moving to Serene Nature May Prevent Poor Mental Health — Results from a Swedish Longitudinal Cohort Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(7), 7974-7989.

van den Berg, A. E. et al. (2010). Green space as a buffer between stressful life events and health. *Social Science & Medicine*, 70(8), 1203-1210.

Villeneuve, P. J. et al. (2012). A cohort study relating urban green space with mortality in Ontario, Canada. *Environmental Research*, 115, 51-58.

Wells, N. M. and Lekies, K. S. (2006). Nature and the Life Course: Pathways from Childhood Nature Experiences to Adult Environmentalism. *Children Youth and Environments*, 16(1), 1-24.

Wilker, E. H. et al. (2014). Green space and mortality following ischemic stroke. *Environmental Research*, 133, 42-48.

MENTIONS DE SOURCE



Page couverture

Hogarth Photography.

Gouvernement de la
Saskatchewan. Parc
provincial Great Blue Heron.

p. 2-3

Inconnu. Parcs Alberta.

Parc provincial Beauvais Lake.

p. 4-5

Inconnu. Parcs Alberta.

Parc provincial Sundance.

p. 6-7

Inconnu. Parcs Ontario.

Parc provincial Quetico.

p. 9, de haut en bas

Parcs Canada. Parc national
du Canada Elk Island.

Enviro Foto. Gouvernement
des Territoires du
Nord-Ouest.

p. 10

Paul Austring Photography.

Gouvernement de la
Saskatchewan. Parc
provincial Buffalo Pound.

p. 11

Adobe Stock.

p. 13

Adobe Stock.

p. 14

Inconnu. Parcs Alberta.

Parc provincial Sheep River.

p. 15

Bolingbroke, J.

Parcs Canada. Parc national
du Canada des Glaciers.

p. 16

Bagg, A.

p. 18

Shutterstock.

p. 19

Shutterstock.

p. 20

Shutterstock.

p. 22

Inconnu. Parcs Alberta.

Parc provincial Spray Valley.

p. 23

Hogarth, K. Parcs Canada.

Lieu historique national
du Canada du Fort-Walsh.

p. 24

Munn, S. Parcs Canada.

Parc national du Canada
Elk Island.

p. 25

Shutterstock.

p. 26

Wilson, D. Parcs Canada.

Parc national du Canada
Terra-Nova.

p. 27

Inconnu. Parcs Canada.

Réserve de parc national
du Canada des Îles-Gulf.

p. 28

Kenney, S. Parcs Canada.

Parc national du Canada
de la Pointe-Pelée.

p. 30

Inconnu. Parcs Alberta.

Parc provincial
Peter-Lougheed.

p. 31

Parker, T. Gouvernement

des Territoires du
Nord-Ouest.

p. 32

Munn, S. Parcs Canada.

Lieu historique national
du Canada de Grand-Pré.

p. 33

Parker, T. Gouvernement

des Territoires du
Nord-Ouest.

p. 34

Inconnu. Parcs Alberta.

Parc provincial Cypress Hills.

p. 35

Erasmus, G. Gouvernement

des Territoires du
Nord-Ouest.

p. 36

Inconnu. Gouvernement

de la Nouvelle-Écosse.
Parc provincial Smileys.

p. 38-39

Shutterstock.

p. 40

Shutterstock.

