

# Feuille du GRAINE

N°45  
Avril 2024

Bonjour,

« En avril, ne te découvre pas d'un fil, en mai, fais ce qu'il te plaît »...

Ce dicton populaire qui daterait, dans cette forme, des années 50 est particulièrement bien adapté à notre région cette année ! Et j'ai bien l'impression que certains végétaux, dont les arbres fruitiers, ont encore besoin de temps pour s'adapter aux importantes variations de températures des printemps actuels. Se seraient-ils précipités un peu trop vite dans leur période de floraison ? Serait-ce leur manière à eux d'assurer la survie de leur espèce ?

J'espère qu'à la mi-mai, nous pourrons effectivement « faire ce qu'il nous plaira » à La Rivière-Drugeon, petit village du Haut-Doubs qui accueillera notre AG, journée organisée en partenariat avec le CPIE du Haut-Doubs, une des structures co-fondatrices de notre association il y a... 15 ans. Retour aux sources donc cette année pour l'AG !

L'activité du GRAINE a bien évidemment évolué depuis 2009, s'adaptant par périodes aux besoins de ses adhérents et de ses partenaires, et donc du contexte socio-économico-environnemental. Une des évolutions récentes est la création de la dynamique incitant au rapprochement des domaines de l'EE et de l'éducation et promotion de la santé. La pratique des sports de nature et l'alimentation font partie des sujets phares de l'éducation santé-environnement. Cette lettre vous invite à prendre connaissance des actions et réflexions dans ces domaines.

D'une dynamique régionale à l'instauration de temps conviviaux « juste » pour échanger entre adhérents, le GRAINE essaye toujours de maintenir l'équilibre délicat entre stratégie et convivialité.

Je vous souhaite une bonne lecture et au plaisir de se retrouver à l'AG.

Isabelle Lépeule  
Co-présidente

Graphisme et dessin : Steven Grah  
Mise en page : Amélie Hoang  
Rédaction à plusieurs mains  
Retrouvez les précédents numéros sur le site Internet rubrique "[communiquer](#)"

GRAINE Bourgogne-Franche-Comté  
9 rue Jacquard - BP 41607  
25010 BESANÇON CEDEX  
03 81 65 78 37 - [contact@graine-bfc.fr](mailto:contact@graine-bfc.fr)  
[graine-bourgogne-franche-comte.fr](http://graine-bourgogne-franche-comte.fr)



# Vie du GRAINE



## Ils ont rejoint le réseau

### Adhérents individuels

Anne-Cécile CHAZAL (25)

Charline CHANAL (39)

Christine ABT (39)

Gaëlle MONTMARON (71)

Kevin WALKIEWIEZ (25)

Marie-Laure ROUZÉ (71)

### Travailleurs indépendants

Frédéric FAIVRE - Green Fishing (25)

Moniteur Guide de Pêche ancré dans la Vallée de la Loue. Soucieux de faire perdurer le lien entre les habitants de la vallée et leur environnement, qui plus est les milieux aquatiques. [+ d'infos](#)

Pierre-Henri VELUT - Les cartes en main (21)

Éducateur à l'environnement ayant exercé pour le CPIE de la Vallée de l'Ognon, je me suis installé en 2023, en tant que travailleur indépendant dans le domaine de l'EEDD. [+ d'infos](#)

Stéphanie GAUVAIN - Le Pied de la Biche (39)

Conception et fabrication d'outils pédagogiques et de reconnexion sensorielle à partir de matériaux collectés dans la nature.

Mon objectif est d'offrir du soin par la nature et d'aider à la création d'un lien intime à notre environnement naturel et donc à soi. [+ d'infos](#)

Véronique MASSET - Résonance nature (89)

Éducatrice à la santé et à l'environnement, je pratique la naturopathie et la sylvothérapie.

Mon accompagnement favorise des contacts réguliers avec la nature pour les bienfaits et le soutien qu'elle procure.

Je propose des consultations individuelles et des sorties sur le terrain pour des groupes, des formations de "contact nature" auprès des naturopathes et j'anime des ateliers sur les plantes médicinales. [+ d'infos](#)



## Assemblée générale du GRAINE BFC

L'AG du GRAINE aura lieu le mercredi 15 mai à La Rivière-Drugeon (25). Une journée organisée en partenariat avec le CPIE du Haut-Doubs pour se remémorer les actions du GRAINE en 2023 et présenter les projets de 2024, le tout dans la joie et la bonne humeur ! Nous vous attendons nombreux ! [+ d'infos](#)

# Vie des commissions

## Éducation santé-environnement

La commission Éducation santé-environnement rassemble des acteurs qui se sentent concernés par cette thématique.

L'objectif est de favoriser la connaissance des différents acteurs de la santé-environnement dans la région, identifier les actions menées sur cette thématique, se faire connaître et créer des opportunités pour travailler ensemble et nous enrichir des expériences des uns et des autres autour de projets concrets.

La commission a contribué en ce début d'année à l'organisation de la journée "Croisons nos regards sur l'éducation à la santé-environnement" du 9 avril 2024, avec notamment la constitution d'un petit groupe de travail aux expériences et profils variés pour faire de cette journée un événement inspirant au service des acteurs de l'éducation à l'environnement et de la promotion de la santé ! Une centaine de participants étaient présents. Un compte-rendu et une vidéo seront bientôt disponibles.

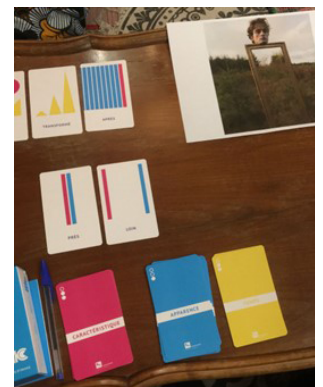
## Café dé'croissant : du nouveau pour les adhérents !

Le GRAINE BFC souhaite que cette année 2024 soit propice aux **échanges et à des temps de rencontres entre les adhérents de manière conviviale**.

Parce qu'il n'y a rien de plus **nourrissant et reboostant** que de se voir « **en vrai** », nous vous proposons un moment plus court qu'une journée d'échange de pratique sur un format réduit d'une ou deux heures.

**Les Cafés dé'croissant sont nés !**

Le 1<sup>er</sup> a eu lieu le 15 février à Besançon, il avait pour thème : [semis, boutures et graines d'idées !](#) Les 8 participants ont mis les mains dans la terre afin de repiquer/replanter toutes les différentes plantes ramenées par chacun. Ils ont pu découvrir des essences locales et exotiques.



Le 2<sup>e</sup> s'est déroulé le 28 mars à Besançon avec comme idée de [tester des jeux \(jeux nature, jeux éducatifs...\)](#) que les participants aimeraient expérimenter avant de les faire vivre à leurs publics !

**Retour de Romy, une participante :**

*" Très heureuse d'avoir retrouvé Zoé et Morgane autour de la découverte d'un jeu qui a mêlé art et environnement par le fruit du hasard. Très enrichissant de partager des points de vue sur l'animation des groupes, partager un moment ensemble autour d'un sujet qui nous anime, l'éducation à la vie. "*

Depuis les années 1970, l'engouement pour les activités récréatives et de loisirs en nature s'inscrit dans une « courbe ascendante », aux points de vue quantitatif (nombre de pratiquants : 77 % des sportifs ont pratiqué au moins un sport ou loisir de nature en 2020<sup>1</sup>) et qualitatif (diversité des relations à la nature). Derrière cette hausse et cette diversification, se dissimule une pluralité de pratiques et de relations avec les écosystèmes, allant du « terrain de jeu » de l'hominidé à l'écohabitation. Ces activités révèlent des quêtes d'aventure, d'évasion, de sensation, d'immersion, d'apprentissage via un contact plus ou moins sensuel avec la nature. Mais cet attrait peut aller jusqu'à provoquer de la sur-fréquentation, avec des impacts divers sur les écosystèmes (déchets, pollution sonore...). La nature est devenue objet de consommation et de marchandisation. Nous sommes bien installés dans la « civilisation du loisir ».

En même temps, aujourd'hui, 80% de la population française est urbaine, la durée passée devant un écran et le temps total passé assis ou allongé sont en augmentation. Quelques 73% des jeunes de 11 à 17 ans n'atteignent pas les recommandations en matière d'activité physique et 30% des enfants de 6 à 10 ans ne pratiquent pas de jeux de plein air les jours d'école<sup>2</sup>. Des maladies chroniques se manifestent prématurément tandis que l'aptitude cardiorespiratoire a également connu un déclin significatif. Sédentarité se marie avec amnésie environnementale, syndrome de manque de nature et éco-anxiété. Le corps et l'esprit sont donc atteints par ces changements socio-écologiques.

L'usage de la biodiversité dans les activités récréatives en nature questionne alors les possibilités de la génération et de la ré-génération physique, physiologique, énergétique, culturelle, existentielle. Les travaux scientifiques montrent que les effets peuvent être préventifs et curatifs. Ici, l'environnement est restaurateur et éducateur (des corps, des esprits, des consciences<sup>3</sup>). Là, les pratiquants s'engagent plutôt dans des relations de corps à corps avec les éléments constitutifs de la nature. Les « sports de nature », par essence, occupent, usent, s'approprient, modèlent les espaces dits naturels. Pour autant, les expériences sensorielles y sont authentiques et permettent bien souvent de développer un sentiment de connexion à la nature. Toute activité récréative et sportive en nature peut ainsi contribuer à une éducation relative à l'environnement, comme un éveil ou un réveil du corps et de ses sens et du sens, dans une économie de la conscience écologique et du partage de l'espace.

Réseau REBBEL

<sup>1</sup> Dietsch B., 2021, *Les sports de nature en France, Points de repère et tendances 2020*, INJEP Notes & rapports/Note thématique.

<sup>2</sup> Verdot, C., Salanave, B., Deschamps, V. (2020). *Activité physique et sédentarité dans la population française. Situation en 2014- 2016 et évolution depuis 2006- 2007*. *Bull Epidémiol Hebd.* 2020;(15), 296-304. [http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2020/15/2020\\_15\\_1.html](http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2020/15/2020_15_1.html)

<sup>3</sup> Drique, M. (2018). *Cynthia Fleury, Anne-Caroline Prévot (dir.), 2017, Le souci de la nature. Apprendre, inventer, gouverner*, Paris, CNRS éditions, 378 pages. *Développement durable et territoires*, Vol. 9, n°1. <https://doi.org/10.4000/developpementdurable.12096>

## Concilier la pratique des sports de nature et le respect de la biodiversité

La randonnée pédestre, le vélo et le VTT figurent parmi les activités les plus populaires, motivées par la quête de détente et le besoin d'être en contact avec la nature. En revanche, ces pratiques, qu'elles soient fédérées par des clubs ou non, peuvent avoir un impact avéré sur la faune sauvage et notamment sur certaines espèces particulièrement sensibles au dérangement, comme les rapaces rupestres par exemple.

La LPO BFC a débuté depuis quelques années des travaux de sensibilisation pour des sports de nature plus respectueux des milieux naturels. Comment agir, que l'on soit un(e) adepte d'activité outdoor, une collectivité, une institution ou encore un club ? Suivez le(s) guide(s) !

En se rendant sur le site internet de la LPO, les pratiquant(e)s peuvent télécharger des dépliants contenant plusieurs informations et conseils spécifiques à leur discipline : trail-randonnée, canoé-kayak, vtt... De plus, la LPO BFC est présente sur les sites où sont organisés divers événements autour du sport et du tourisme (Festival Grandes Heures Nature à Besançon, Journée de la randonnée en Côte-d'Or, conférence sur les rapaces rupestres pour le Club Alpin Français du Doubs...). Le message est simple : informez-vous sur les zones de tranquillité ou de reproduction des animaux avant de sortir et adoptez les bons réflexes pour limiter votre impact.



En parallèle de cette sensibilisation du grand public, l'association travaille avec les collectivités, institutions et clubs via le dispositif Biodiv'sports, qu'elle contribue à déployer à l'échelle régionale, aux côtés d'autres acteurs (RNF, PNR Haut-Jura...). Ce dispositif participatif est chargé de définir de manière collective des zones de sensibilité des espèces, accompagné de messages de sensibilisation et de les porter à connaissance des pratiquants via un flux de données vers des plateformes partenaires. La force de cette démarche : mettre des acteurs de tout horizon (clubs sportifs ou fédérations, collectivités, gestionnaires de sites, associations de protection de la nature...) autour de la table. Le projet se découpe en 2 phases clés. Dans un premier temps, via des réunions de concertation, où plusieurs paramètres vont être pris en compte - diagnostic du site, enjeux écologiques, dynamique économique... -, les participant(e)s vont définir les zones sensibles à protéger. Ensuite, ces zones, ainsi que les zonages réglementaires (arrêtés préfectoraux de protection de Biotope par exemple) sont enregistrées dans une base de données puis relayées sur les plateformes partenaires (CamptoCamp, VisoRando, Geotrek, Whympr, etc.) où elles se retrouvent à disposition des pratiquants.

Parce que le respect et la préservation des espaces naturels est un levier d'action important face à la chute de la biodiversité, il est nécessaire que les pratiquant(e)s d'activité de pleine nature agissent à leur échelle pour limiter leur impact. ++



# Quels liens entre alimentation et éducation à l'environnement ?

Article  
thématique

Dans un monde où les défis liés à la santé et à l'environnement sont de plus en plus préoccupants, l'éducation à l'alimentation et à l'environnement sont des leviers pour promouvoir des modes de vie durables et équilibrés. Au cœur de cette dynamique, des initiatives locales et régionales se déploient, mobilisant des acteurs diversifiés pour sensibiliser et agir en faveur d'une alimentation saine, durable et respectueuse de l'environnement. Les acteurs de notre réseau sont de plus en plus sollicités sur les questions d'alimentation, en particulier dans le cadre des Projets alimentaires territoriaux (PAT).

Ces initiatives allient connaissances en nutrition, en santé et en environnement. À travers des partenariats innovants et des projets de recherche-action, ces initiatives se traduisent sur le terrain par des expériences immersives et participatives. Des balades-lectures de paysages aux dégustations paysagères, ces actions encouragent une réflexion profonde sur nos habitudes alimentaires, tout en offrant des perspectives sur la préservation des écosystèmes locaux et la valorisation des traditions culinaires.

## GRAINE BFC

### Formation PRALINES

Le GRAINE et ses partenaires, Promotion santé, RéPPOP BFC, Eveil'o'Gout, IRTESS de Bourgogne, URCPIE BFC, co-construisent une formation qui s'inscrit dans une déclinaison territoriale du Programme National de l'Alimentation et de la Nutrition. Elle contribue au Projet Régional Santé Environnement n°4 par la promotion d'une alimentation saine et durable pour tous. Il s'agit de professionnaliser une diversité d'acteurs pour développer une éducation alimentaire saine et durable auprès des publics, en intégrant les connaissances croisées en santé et environnement.

Les contenus abordés sont :

- les enjeux autour de l'approche transversale de la nutrition qui englobe l'alimentation et l'activité physique : One Health, déterminants de l'alimentation, activité physique, besoins nutritionnels, résilience alimentaire, éveil au goût.

- la découverte de ressources et acteurs territoriaux pour promouvoir une alimentation saine et durable dans une dynamique participative
- l'initiation à l'éveil sensoriel
- la réalisation de projets en s'appuyant sur les retours d'expériences de territoires de la région BFC

Le format est participatif, favorisant l'interactivité, le travail de groupes et la réflexion individuelle pour le développement de projets structurants autour de l'alimentation.

La formation a lieu sur deux jours, et deux sessions sont prévues ce printemps à :

Collonge la Madeleine (71) :

- Mardi 21 mai 2024 de 9h30 à 17h30 et
- Mercredi 22 mai 2024 de 9h00 à 17h00

Nancray (25) :

- Mardi 28 mai 2024 de 9h00 à 17h00 et
- Vendredi 07 juin 2024 de 9h00 à 17h00 ++

### Paysages alimentaires de demain

Lauréat du Programme national pour l'alimentation pour son projet « De l'eau dans les Projets alimentaires territoriaux (PAT) », le CPIE Yonne et Nièvre s'est engagé avec des partenaires dans une recherche-action destinée à accompagner localement des actions pour renforcer la résilience alimentaire. Une de celles-ci, intitulée « Paysages alimentaires de demain », s'est déroulée dans l'Auxerrois et la Forterre (Yonne).

Elle a consisté, entre autres, entre 2021 et 2023, en :

- des balades-lectures de paysages, tout public, en utilisant différents outils d'animation : des transparents pour dessiner son paysage, des assiettes pour y imaginer une recette qui en est issue ;
- des dégustations paysagères « Cuisinons nos paysages », animées par l'association Le P.a.r.c. (Produire - S'Alimenter - Se Réunir - Créer) et sa cuisine mobile, afin de se reconnecter aux paysages par le goût de ses produits, en préparant des plats avec des produits locaux (recettes inspirées des paysages actuels ou recettes anciennes) et permettant d'interroger les participants sur les traditions culinaires ;

- une restitution-échange auprès du grand public, « Venez imaginer ensemble l'avenir de ces paysages », avec une exposition sur les paysages alimentaires et un « jeu sérieux » afin de réfléchir autour de nos paysages passés, actuels et futurs, et de la valorisation des produits alimentaires.

En 2024 est élaboré un outil pédagogique destiné à des expositions gourmandes itinérantes. Les données collectées lors des animations sont utilisées pour créer des schémas de paysages en coupe, à différentes périodes passées et actuelles, mettant en évidence les types de pédo-paysages visités (plateau, vallon sec, vallée humide), leur réserve utile en eau et les différents types de cultures d'antan et à venir. Un stand participatif sous forme de jeu encourage les participants à composer eux-mêmes leur paysage de demain. Par exemple, comment imagineriez-vous le paysage (taille de parcelle, cultures, élevages, haies, etc.) si vous vouliez créer une recette en particulier, ou encore si l'eau venait à manquer, si le climat se réchauffait, etc.

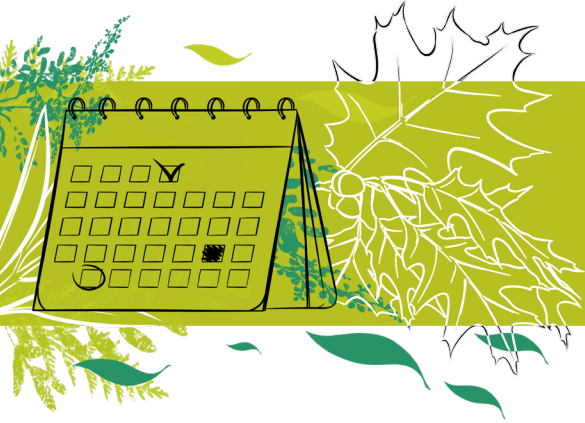
Cette exposition pourrait permettre d'identifier de nouveaux projets d'acteurs locaux sur leurs paysages, voire les accompagner. ++

*Anne Curmi, Ariane Curmi, Lucie Liege*



**Entrée**  
pissenlits aux noix  
farine grillée  
aux plantes sauvages  
**Plat**  
lièvre rôti à l'huile de noix  
**Desserts** de cerises  
pain perdu de cerise





# Les actualités en éducation à l'environnement hors BFC

## Jeudi thématique : Présentation et évolution du dispositif des Aires Éducatives

Le 25 avril 2024 - En visio

Le FRENE organise tous les mois un Jeudi thématique pendant lequel un sujet est abordé en lien avec l'éducation à la nature et à l'environnement, en présence d'un animateur du FRENE et d'intervenants qui viennent exposer leurs travaux et leurs réflexions. Avril sera dédié à la présentation et à l'évolution du dispositif des Aires Éducatives. ++

## Semaine francophone de la classe dehors

Du 20 au 27 mai 2024 - Monde francophone

La Fabrique des Communs Pédagogiques invite tous les enseignants, de la maternelle à l'université, à sortir une demi-journée avec leurs élèves, à proximité de leur lieu habituel d'enseignement, pour la seconde Semaine francophone de la classe dehors. ++

## 23<sup>e</sup> rencontres du Réseau Inter-Universitaire de l'Économie Sociale et Solidaire (RIUESS)

Du 22 au 24 mai 2024 - Metz (57)

Dix ans après la loi relative à l'ESS du 31 juillet 2014, la Chambre française de l'Économie Sociale et Solidaire organise les 23<sup>e</sup> Rencontres du RIUESS 2024 et propose de réfléchir au projet de société que pourrait porter l'ESS à l'heure des crises systémiques. Les projets politiques de l'ESS posent la question des futurs désirables et des récits qu'il est possible de formuler pour les voir advenir. Ce sont aussi avec et sur les territoires que des coopérations se déploient, les territoires et leurs liens translocaux paraissant un terrain fertile pour politiser les débats sur l'économie en envisageant potentiellement des alliances avec des structures hors de l'ESS. ++

## Fête de la nature

Du 22 au 26 mai 2024 - France

Depuis 2007, l'association Fête de la Nature sensibilise à la nature et à sa protection à travers un événement annuel la quatrième semaine de mai. ++