

Février 2026

Symbioses

n° 146 | Le magazine de l'Éducation relative à l'Environnement

Santé & environnement

Apprendre
à prendre soin

Comprendre

Une seule santé, parce
que tout est lié. **p.9**

S'inspirer

Nature sur prescription.
p.17

Appliquer

Quatre activités reliant
environnement et santé. **p.28**

SYMBIOSES est réalisé par

réseau
idée

Quadrimestriel, le magazine **Symbioses** s'adresse à toutes les personnes qui pratiquent ou qui s'intéressent à l'éducation relative à l'environnement.

Éditeur responsable et diffusion

réseau
idée

Réseau d'Information et de Diffusion en
éducation à l'environnement

266 rue Royale
1210 Bruxelles
T : 02 286 95 70
symbioses@reseau-idee.be
www.reseau-idee.be

Le Réseau IDée fédère près de 150 associations actives en éducation relative à l'environnement (ErE) en Wallonie et à Bruxelles. Il a notamment pour mission d'informer et conseiller sur tout ce qui existe en ErE : outils pédagogiques, organismes ressources, formations, activités, projets éducatifs, analyses, etc.

Equipe Symbioses

- * coordination : Christophe Dubois, Sophie Lebrun
- * Ont collaboré : Marie Bogaerts, Corentin Crutzen, Sandrine Hallet (*S'outiller, Nouveautés*), Christophe Piron, ainsi que Maëlle Dufrasne et Emeline De Bouver (*Ecotopie*), Frédéric de Thier, Laetitia Fernandez, Céline Teret (*Question Santé*), Dominique Willemsens.
- * abonnements : Sandrine Hallet
- * mise en page : César Carrocera Giganto
- * couverture : © John Cardamone / Unsplash

Symbioses est imprimé sur papier recyclé par **Print Products & Services**, emballé sous film biologique et envoyé par l'ETA L'Ouvroir.

Symbioses bénéficie du soutien de la Wallonie, de Bruxelles Environnement et de la Fédération Wallonie-Bruxelles (Education permanente), ainsi que des aides à l'emploi de la Wallonie et de la Région bruxelloise.



Déjà 146 numéros parus



S'abonner ou acheter un N°

Abonnement (3N°/an) : 12€ (Belgique) - 23€ (Europe) - 28€ (Suisse)

Achat : 4€/N° (+ frais d'envoi)

via www.symbioses.be/boutique

Ecoles : un exemplaire de chaque numéro est envoyé gratuitement à toutes les écoles francophones (maternelle, primaire, secondaire et Haute école à section pédagogique). Symbioses peut aussi être acquis à l'aide de la subvention Manolo. Infos sur www.symbioses.be/prof

Contactez-nous

Réseau IDée asbl - Magazine Symbioses
+32 (0)2 286 95 70 - symbioses@reseau-idee.be - abonnement@reseau-idee.be

Lire les articles en ligne ?
Télécharger le magazine ?

www.symbioses.be

Les textes de ce Symbioses sont mis à disposition selon les termes de la licence Creative Commons « Attribution - Partage dans les Mêmes Conditions 4.0 International



Pour une pédagogie du soin

Photo © Freepik

Ces derniers temps, nous assistons, sidéré-es et inquiet-es, à la fissuration des digues qui semblaient assurer notre sécurité. Les valeurs de notre modèle social – justice, démocratie, liberté, solidarité – sont menacées par l'extrême droite, dont le virus se répand à travers le monde, jusque chez nous. L'ordre mondial titube. Les grandes puissances imposent leur force pour asservir leurs voisins et voler leurs ressources. Le pétrole du Venezuela ¹, mais aussi les ressources agricoles, minières et énergétiques de l'Ukraine, pour ne citer que deux pays. Les richesses naturelles comme motifs de guerre. Une stratégie de prédation archaïque, empreinte à la fois de l'empereur, de l'affairiste et du caïd de quartier.

Heureusement, chez nous, la guerre n'est pas (encore) armée. Mais elle est déjà culturelle ², donc éducative. Partout, on entend se multiplier les discours hostiles à la transition écologique. Les militants environnementaux sont de plus en plus réprimés. Les scientifiques et les associations sont définancés. Au Parlement européen, la droite conservatrice et l'extrême droite – encouragées par le trumpisme – s'allient pour détricoter progressivement les récentes mesures prises dans le cadre du *Green Deal*. Ce pacte vert, hérité des manifs climat, visait à transformer nos modes de production et de consommation pour qu'ils soient plus propres, plus sains et climatiquement neutre d'ici à 2050.

C'est désormais le *Green Backlash* ³, le retour de bâton face à des politiques écologiques jugées trop contraignantes, et pourtant factuellement insuffisantes au regard de l'immensité des défis climatiques et sanitaires. Ce mouvement mondial réactionnaire, sponsorisé par l'industrie fossile, extractiviste et agro-alimentaire ⁴, trouve écho jusque chez nous, propagé notamment par les réseaux sociaux.

Dorénavant, les discours alertant sur les risques de sacrifier l'environnement sur l'autel de la compétitivité ne semblent plus entendus, ni même entendables. La fenêtre d'opportunité des défenseurs de l'environnement se referme. Et si nous poussions alors la porte de la santé et du soin ? Le bien-être, lui, reste une préoccupation majeure de la population, dont le politique peut moins facilement se soustraire. Après tout, santé humaine et santé de l'environnement sont les deux faces d'une même pièce, comme le démontre le concept *One Health* (« Une seule santé ») abordé dans ce *Symbioses*.

Ce serait quoi, alors, une éducation à l'environnement qui relie notre santé à celle de la planète ? Une pédagogie du soin ! Une pédagogie qui valorise l'attention portée aux autres, quel-les qu'ils ou elles soient, de l'enfant à l'insecte. Une éducation qui apprend à prendre soin de la Terre, des êtres qui l'habitent et de ceux qui l'habiteront ⁵. Où la fragilité est une force et l'interdépendance une chance. Où on apprend par l'expérience sensible, par le cœur et le corps. Où on prend conscience et soin de notre nature, tant intérieure qu'extérieure. Où le soin est à la fois individuel, collectif et politique, partant de soi pour s'élargir au quartier puis à la société. Une pédagogie qui cultive le pouvoir d'agir. Où on (ac)cueille les émotions. Une pédagogie de la relation et de la réparation. Pour se remettre de l'oppression, pour nous relever du choc, pour offrir un autre discours que le « chacun pour soi ».

Si tous les petits Donald et Vladimir avaient bénéficié d'une telle pédagogie, peut-être le monde serait-il moins malade...

Christophe Dubois

¹ Pétrole qu'on devrait laisser dans le sous-sol si on veut limiter le réchauffement global à +2 C°

² « Une véritable guerre culturelle se mène en Belgique francophone » a notamment déclaré Georges-Louis Bouchez à Pascal Praud (CNews).

³ L. Teulière, S. Hagimont, J.-M. Hupé (dir.), *Greenbacklash. Qui veut la peau de l'écologie*, Paris, Seuil, 2025.

⁴ E. Darian-Smith, *Global Burning : Rising Antidemocracy and the Climate Crisis*, 2022. <https://tinyurl.com/globalburning>

⁵ Selon la formule de Marta Lopez et Isabel Fernandez, parlant des apprentissages positifs de la pandémie de Covid en lien avec l'éducation à l'environnement <https://tinyurl.com/opinion-lopez-fernandez>



Photo © Xavier Istasse

Reconnaître la rivière Sambre

Depuis 2023, un réseau d'acteurs et de partenaires divers (citoyen-nes, associations, enseignement supérieur, acteurs publics...), réunis sous l'appellation *Sambre 2030*, travaille à l'obtention de la personnalité juridique au profit de la rivière Sambre, à l'instar d'autres cours d'eau dans le monde, désormais protégés juridiquement. Convaincus que le cours d'eau fait partie intégrante de leur équilibre, ces acteurs cherchent à le protéger et à défendre la qualité du vivant – humain et non humain – de son bassin versant. Les actions se répartissent en 4 volets : juridique, culturel, environnemental et socio-économique. Le collectif mène aussi des actions de sensibilisation à l'importance de la rivière.

Infos : www.sambre2030.org

Fête des mots

Du 14 au 22 mars 2026, *La Langue Française en Fête* revient, autour de la thématique de la science-fiction, avec le slogan *Dis-moi dix mots d'un monde à venir*. Cette campagne de la Fédération Wallonie-Bruxelles propose une programmation détonante, faite d'animations, de créations, de concours, d'un cahier pédagogique et d'une journée destinés aux profs, etc. La réflexion sur notre avenir étant indissociable d'une compréhension des enjeux environnementaux, le Réseau IDée propose une compilation d'articles du magazine *Symbioses* sur ce thème, ainsi qu'une sélection d'outils pédagogiques (voir www.reseau-idee.be/ressources-prospective).

Info : <https://lalanguefrancaiseenfete.be>



Du côté de la recherche



Résilience face aux changements climatiques /

Les signes du réchauffement global sont de plus en plus visibles : inondations, vagues de chaleur, pression sur les milieux naturels et le logement, etc. L'AWAC (Agence wallonne de l'Air et du Climat) a commandité **une étude sur la résilience du territoire wallon**, prenant comme base de réponse les méthodes de l'atténuation – limiter la hausse des concentrations de gaz à effet de serre – et de l'adaptation – réduire la vulnérabilité des territoires. Avec l'objectif de permettre la mise en œuvre concrète de mesures via la compréhension du phénomène. Après avoir effectué des projections climatiques jusqu'à l'horizon 2100, le groupe de 40 experts (coordonné par l'ICEDD) a établi les risques climatiques pouvant peser sur les écosystèmes, l'agriculture, l'économie, les populations et l'environnement bâti, ainsi que les coûts matériels et humains (en cas d'inaction). Avec, à chaque fois, les mesures susceptibles d'améliorer les choses. Un tableau montrant comment pourraient évoluer les paysages wallons, qui peut inspirer les profs et les animateur-ices. **C.P.**

Étude *Diagnostic de vulnérabilités pour augmenter la résilience wallonne face aux changements climatiques*. Résumé : tinyurl.com/3nXPun5n - Portail cartographique montrant comment se répartissent les risques sur le territoire : <https://portailclimat-awac.be>.

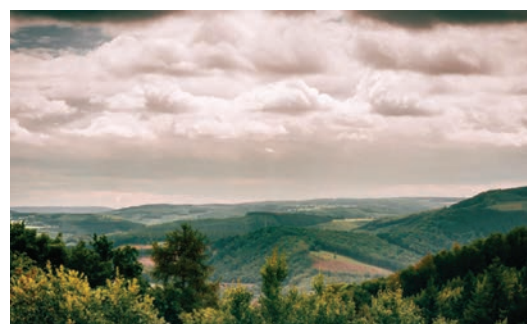


Photo ©Jonas Jaeken from Unsplash

Retrouvez l'actualité de
l'éducation à l'environnement sur

www.reseau-idee.be

L'agenda des activités,
les formations, les appels à projets,
etc.

Le coin des militant·es



Stop au béton / C'est une décision remarquable : la justice bruxelloise a ordonné **un moratoire sur l'urbanisation des espaces naturels à Bruxelles**, par un jugement prononcé le 29 octobre 2025. C'est une victoire de la mobilisation citoyenne. Petit flash-back : dès le mois de juin 2023, l'association WeAreNature, constituée de citoyen·nes, interpelle le Gouvernement bruxellois pour que cesse la destruction des derniers espaces naturels de la capitale. En vain. L'association décide alors d'introduire l'affaire en justice. Et elle vient d'obtenir gain de cause. Concrètement, la Région est contrainte de prendre les mesures nécessaires pour « suspendre l'urbanisation et l'imperméabilisation des sites et terrains non bâtis de plus de 0,5 ha ». Ce moratoire restera en vigueur jusqu'au 31 décembre 2026. Ce qui laisse le temps à l'administration pour revoir le PRAS (Plan Régional d'Affectation du Sol) qui ne prenait pas suffisamment en compte les nécessités climatiques et le rôle des espaces verts en la matière. Ce verdict majeur permettra de préserver des sites bruxellois à haute valeur écologique, comme la Friche Josaphat (Schaerbeek) ou le Marais Wiels (Forest). Revers de cette décision : elle ralentit certains projets de construction de logements sociaux, autre enjeu très important dans la capitale. **C.P.**

Infos sur <https://tinyurl.com/moratoire-Bxl>

Vu ailleurs



France / L'éducation au développement durable est en perte de vitesse dans l'enseignement. Selon un baromètre réalisé par l'observatoire Ecolhuma durant l'été 2025, les enseignant·es français·es accusent un recul dans l'adhésion à l'EDD par rapport à 2023. En cause notamment : la lassitude, le manque de temps, la tendance à privilégier d'autres urgences socio-éducatives et la crainte d'aborder un sujet de plus en plus politisé. Sont aussi pointés l'isolement, le manque de soutien de la hiérarchie, des collègues et des parents d'élèves ou encore le besoin de davantage de ressources concrètes et d'activités prêtes à l'emploi. Résumé de l'enquête sur <https://tinyurl.com/nrejnnts>

Il n'empêche que des initiatives inspirantes en matière d'éducation aux enjeux environnementaux continuent à se développer dans le réseau scolaire en France. Preuve en est avec *Demain c'est nous*, mouvement éducatif visant la préservation du vivant, l'information sur les enjeux du dérèglement climatique et la construction d'une société durable. Ce projet, initié en 2017 à La Rochelle par un enseignant, s'est mué en réseau : actuellement, 11 collèges et lycées proposent l'option *Demain c'est nous*, et 25 établissements bénéficient d'un accompagnement en lien avec l'usage de la pédagogie développée par l'association. Son objectif est de continuer à essaimer dans d'autres écoles. Consultez www.demain-c-nous.com, où vous trouverez notamment une série de ressources pédagogiques via un padlet : <https://padlet.com/rubiafanny/inspirations-wore48lqiiyrrnq1> **C.P.**

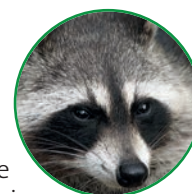
Se former à l'école du dehors

On vous parle souvent des bénéfices apportés par l'école du dehors. Vous êtes prof ou animateur·rice et avez envie de vous former à cette approche ? Plusieurs associations d'éducation à l'environnement wallonnes et bruxelloises proposent des formations sur le sujet. Consultez notre site internet (www.reseau-idee.be > Agenda > Formations > mot-clé « dehors »). Le n°136 du magazine Symbioses est également dédié à ce thème :

www.reseau-idee.be/fr/symbioses-magazine?numero=136



Espèces exotiques envahissantes



Riveo, centre de découverte de la vie aquatique en Wallonie, vous invite à son exposition **STOP INVASIONS !** Consacrée aux espèces exotiques envahissantes, elle explique en quoi la prolifération de certaines espèces végétales ou animales venues d'ailleurs (par le biais des activités humaines) est une menace pour la faune et la flore indigènes. Didactique et ludique, elle apporte également des éléments de solution concrets. L'expo, à voir jusqu'au 3 janvier 2027, s'accompagne d'un dossier pédagogique, et peut se vivre sous forme d'animation scolaire.

Infos : www.riveo.be

Photo © Creative Commons Attribution-Share Alike 2.5

Pédagogique



Mallette climat

Vous connaissiez déjà la **Compil' Climat**, sélection de ressources en ligne (www.reseau-idee.be/fr/climat) pour sensibiliser les 10-18 ans aux enjeux climatiques ? Voici son complément « physique » : la **Mallette climat**, que vous pouvez désormais emprunter au Réseau IDée, à Namur et à Bruxelles ! Elle regroupe, dans un sac à dos, des outils d'animation (photolangage, jeux...) ainsi que des albums, BD et ouvrages documentaires jeunesse pour sensibiliser plus spécifiquement les 10-15 ans ! Complémentaires, Compil' et mallette proposent donc des outils différents, mais structurés selon une démarche pédagogique identique en 4 étapes, plus un module pour aborder les émotions. **S.H.**

Ed. Réseau IDée, 2025. Prêt gratuit (+ caution) sur réservation auprès de : sandrine.hallet@reseau-idee.be (Bxl) & laetitia.fernandez@reseau-idee.be (Namur).



Photolangage - Entrer dans la transition écologique

Ce livre-outil est parfait pour mettre un climat d'écoute et d'intérêt autour de la transition à laquelle nous aspirons. Prêt à l'emploi, grâce à son guide d'utilisation et son bel éventail de photos, il permet aux enseignant·es ou animateur·rices de donner la parole à leurs publics. On y trouve également une bonne explication des concepts clés ainsi que des idées, des pistes pour pouvoir agir. C'est un outil qui permettra d'aider à surmonter le sentiment de peur que certaines personnes pourraient ressentir face à la crise environnementale. **D.W.**

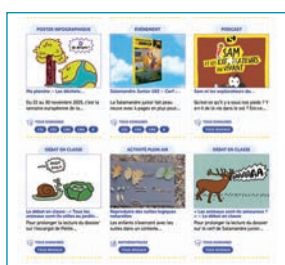
C. Bélisle (dir.), éd. Chronique sociale, 77 p.+ 48 photos, 2024. 40€



Trésors du dehors

Fraîchement sorti de chez l'imprimeur, la nouvelle édition actualisée de ce guide nous ravit ! Vigilant, le collectif Tous dehors y a ajouté quelques éléments tels que la définition de l'école du dehors, des liens plus clairs vers les associations, de nouvelles ressources bibliographiques, une actualisation de la législation, une page concernant les études belges liées à l'école du dehors, sans oublier l'arrivée des QR codes vers les sites des associations mentionnées dans le livre. En tout, une quinzaine de pages supplémentaires enrichissent ce petit trésor belge encourageant les sorties dehors. **D.W.**

Ed. Tous dehors, 176p., 2025. Gratuit auprès des associations (voir site) et téléch. sur www.tousdehors.be



Salamandre Ecole

Cette plateforme pédagogique en ligne offre de nombreuses ressources gratuites et inspirantes (issues des revues et livres des éditions La Salamandre) pour enseigner avec la nature : fiches pédagogiques, vidéos, kits pour monter des projets (jardin, nichoirs...), activités en plein air, etc. Un outil clair, pratique et riche pour les enseignant·es de maternelle et de primaire qui veulent intégrer la nature dans les apprentissages et encourager l'observation du vivant au quotidien. **C.C.**

Ed. La Salamandre, 2025. Accessible sur ecole.salamandre.org (après création d'un compte)



Vivre la forêt

Comment vivre la forêt et renouer avec le vivant ? Ce tout petit livre vous attirera d'abord par ses dessins qui allient à merveille fibre artistique et précision naturaliste. Le contenu aussi vacille entre ode sensible à la forêt et astuces extrêmement pratico-pratiques pour entrer en relation avec elle. Ici, l'expérience de la forêt à travers tous nos sens devient la porte d'entrée pour comprendre cet écosystème. Vous trouverez aussi bien des pistes pour se connecter au vivant que des éléments théoriques sur le fonctionnement des forêts. A mettre dans la poche de toutes celles et ceux qui aiment en forêt ! **L.F.**

E. Angenot, éd. Ulmer, 144p., 2025. 11,90€

Jeunesse



Une histoire de rien du tout

Cet album alterne le plein et le vide. Les planches fourmillant de détails, parfois absurdes, dépeignent un monde finalement proche du nôtre où s'accumulent les objets, les véhicules, les produits, les bureaux... Un savant un peu excentrique va alors imaginer une machine à fabriquer du Rien ! Curieux, les enfants s'engouffrent les premiers dans ces bulles de vide, bientôt imités par de plus en plus de gens. Petit à petit, chacun-e réapprend le goût de l'espace et du temps disponibles. Une ode joyeuse à un peu plus de calme et de sobriété dans nos vies si remplies. Dès 5 ans. **S.H.**

M. Dorléans, éd. Seuil jeunesse, 48p., 2025. 15€



Où habiter demain ? Comprendre les migrations climatiques

Afin d'échapper aux conséquences du dérèglement climatique, des millions de personnes doivent fuir leur lieu de vie. Ces migrations sont souvent décrites de manière simpliste comme des phénomènes négatifs et déstabilisants pour les territoires d'accueil. Ce livre offre une perspective nuancée sur ces réalités complexes, démontant une série de clichés trop souvent entendus. Non, les migrations climatiques ne sont pas neuves, ne vont pas provoquer un « grand remplacement », ou n'arrivent pas qu'aux autres ! Loin des clichés, ce petit ouvrage, accessible dès 15 ans, donne des clés de compréhension de cet enjeu crucial, pour combattre les idées reçues et défendre la solidarité. **S.H.**

J.-M. Billioud & M. Denturck, éd. Casterman, 48p., 2025. 10€



Le meilleur des deux mondes, à la recherche d'un futur enviable

Cette BD accompagne l'exposition *Urgence climatique* de la Cité des Sciences et de l'Industrie de Paris. L'histoire débute par l'inquiétude d'Alice, une mère confrontée à l'angoisse de son fils face à l'état de la planète. Le récit onirique qui suit va aborder la question environnementale non pas comme une fatalité lointaine, mais comme une préoccupation intime et générationnelle, et ce via des rencontres avec des figures historiques et des scientifiques contemporains. Un bon ouvrage pour atténuer l'éco-anxiété mais aussi orienter vers plus d'engagement constructif. Dès 15 ans. **F.dT.**

A. Desbiolles & A. Defréville, éd. Futuropolis, 128p., 2025. 21€

Infos / réflexion



On a mangé la mer

Cette BD documentaire propose une exploration des défis auxquels l'océan mondial est confronté, examinant quelques menaces spécifiques (surpêche, pollutions, réchauffement) et nous rappelant que la mer est un système vivant essentiel mais fragile. Le ton adopté se veut factuel, didactique et nuancé, évitant de diaboliser les acteurs pour se concentrer sur les mécanismes systémiques qui mènent à l'épuisement des ressources. Découpée en courts chapitres, cette BD pourrait être utilisée afin d'initier des débats sur des sujets variés comme la pêche, ou les choix de consommation éthiques. **F.dT.**

M. de Lisle & O. Martin, éd. Futuropolis, 128p., 2025. 22€



Et si on imaginait l'école de demain

En cette période où l'enseignement subit de lourdes réformes, ce docu-fiction nous invite à avoir le courage de rêver l'école autrement. Le récit nous projette en 2042, à travers le regard de Camille, journaliste d'investigation. On y explore des pratiques pédagogiques telles que la classe multi-âges, l'apprentissage coopératif, la démocratie scolaire... Les auteur-rices s'inspirent de pratiques existantes pour engager un débat concret. Le livre stimule l'imagination tout en donnant des pistes d'action pour transformer l'institution scolaire. Un ouvrage facile à lire, rafraîchissant et essentiel pour se poser des questions sur l'école de demain. En écho à cet essai, pointons la sortie de **Disputes d'écoles** (éd. Couleurs Livre) : un ouvrage pragmatique mais réflexif, qui explore les grandes controverses de l'éducation (évaluation des enseignant-es, mixité, différenciation, autorité, etc.), pour dépasser les oppositions stériles et mieux comprendre les positions de chacun-e. **C.C.**

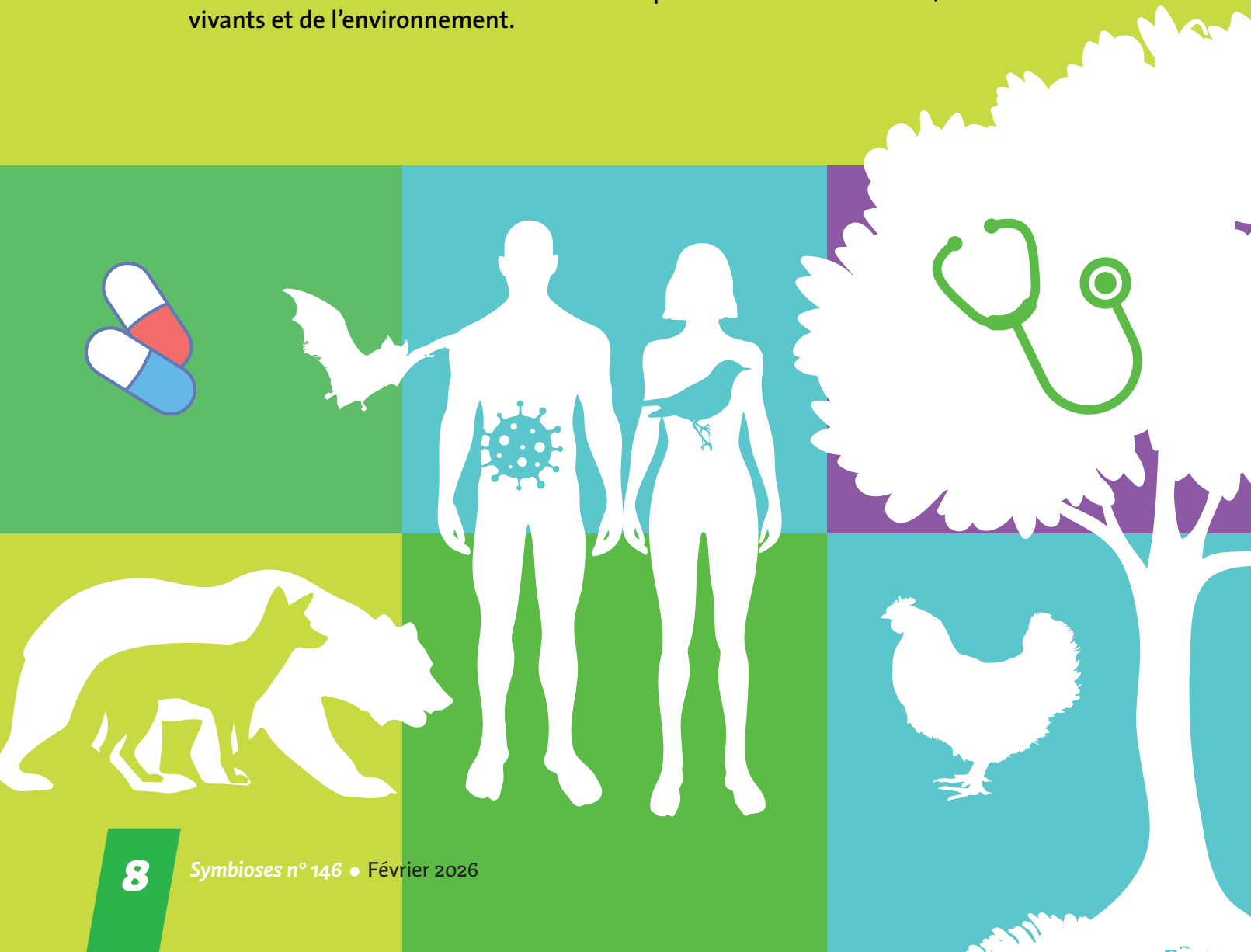
C. Cael & L. Reynaud, éd. École vivante, 128p., 2025. 14,50€



Santé et environnement

Apprendre à prendre soin

Ce dossier de *Symbioses* ausculte les liens entre santé et environnement, à différents niveaux. Il explore l'approche *One Health*, basée sur les interdépendances entre les santés (humaine, animale, végétale et des écosystèmes), les vertus thérapeutiques du contact avec la nature (prescriptions vertes, jardins de soin...), ou encore l'écoanxiété. Autant d'invitations à prendre soin des humains, des autres vivants et de l'environnement.



Une seule santé, parce que tout est lié

L'approche One Health (Une seule santé) nous rappelle que les santés humaine, animale, végétale et des écosystèmes sont interdépendantes, et invite à travailler en interdisciplinarité, pour les préserver. Entretien avec Nicolas Antoine-Moussiaux (ULiège).

L'approche *One Health* (*Une seule santé*) est de plus en plus mise en avant dans nos sociétés. Nicolas Antoine-Moussiaux (docteur en médecine vétérinaire et diplômé en sociologie et économie du développement) nous explique cette démarche, qui guide ses missions d'enseignant-chercheur en santé publique et en santé internationale à l'ULiège.

Comment définir le concept One Health (Une seule santé) ?

Le terme *One Health* – en fait l'expression *One World, One Health* – a vu le jour en 2004 lors d'un symposium international organisé par l'ONG Wildlife Conservation Society ¹. En 2021, un panel d'experts mandaté par quatre organisations internationales (OMS, FAO, OMSA et PNUE ²) en a donné une définition intéressante, assez large, qui pour l'instant fait figure de convention ³. D'abord, *One Health*, c'est une approche. On pourrait dire une méthode, une façon de penser, une démarche scientifique et un processus politique. C'est aussi un idéal... En sachant que ce qui est visé, ce sont des démarches pratiques, des actions. Cette manière d'aborder les choses consiste d'abord à reconnaître que la santé des êtres humains, la santé des animaux, la santé des plantes et la santé des écosystèmes sont étroitement liées et interdépendantes, et doivent être prises en compte conjointement. Bien sûr, cette manière de lister les santés peut être sujette à discussions, mais la base, c'est l'unicité du vivant : on reconnaît qu'on partage une même vulnérabilité, que celle des autres formes de vivants est aussi la nôtre. De là, on reconnaît que la mise en œuvre de cette approche nécessite de l'interdisciplinarité, de l'intersectorialité et des actions concertées entre de multiples niveaux – du local jusqu'à l'international. Cela nécessite donc de se coordonner, pour comprendre et pour agir.

Quels enjeux l'approche One Health vise-t-elle, à la base ?

Elle s'est surtout focalisée sur les collaborations nécessaires sur deux enjeux. D'une part, surveiller et faire face à l'émergence de maladies infectieuses telles que le SRAS, Ebola, la grippe aviaire ou le Covid-19, à savoir des zoonoses (maladies susceptibles de se transmettre de l'animal à l'humain et vice-versa). Et, d'autre part, limiter l'antibiorésistance, qui se situe au carrefour des santés : les antibiotiques sont utilisés en médecine, en médecine vétérinaire et dans l'agriculture, et les gènes de résistance aux antibiotiques se disséminent dans les écosystèmes, par leur partage entre espèces bactériennes.

Peu à peu s'est aussi imposé, plus difficilement, un autre narratif, qui est le véritable cœur de l'approche *One Health* à mon sens : ce qu'on appelle la promotion de la santé, qui est non seulement de la prévention, mais aussi le fait de favoriser et générer de la santé. La prévention peut être très spécifique, liée à *un* risque (par exemple le fait de se vacciner contre *une* maladie), ou un peu moins. En se lavant les mains, en prenant des mesures de biosécurité dans un élevage, on se protège de plusieurs maladies. De façon générale, on peut dire que plus on agit en amont, plus on couvre de risques différents. Sur le sujet des maladies émergentes, si on réfléchit sur les causes en amont, on se rend compte qu'une cause profonde, c'est la perte de biodiversité et la destruction des écosystèmes. Donc, la manière de prévenir la plus précoce, c'est de respecter, protéger et régénérer les écosystèmes – ce qui demande de revoir nos systèmes économiques et politiques.

Des constats qui ne sont pas nouveaux...

En effet ! L'approche *One Health* utilise un mot nouveau mais prolonge des combats anciens. En s'inscrivant dans le domaine de la santé, elle permet

toutefois de toucher la société à travers un autre discours, peut-être plus porteur pour certains publics que de parler de la protection de la nature. La santé est une priorité au niveau politique (et les budgets suivent cette priorité), et cela touche aussi directement les personnes car on leur parle de leur santé ; et puis, parler d'écosystèmes « en mauvaise santé » suscite une empathie qui est intéressante.

Quelles sont les limites du One Health ?

L'approche *One Health* est très englobante. Le champ d'action peut être perçu comme trop large. La définition dit d'ailleurs aussi qu'il faut tenir compte des besoins des humains en eau potable, en énergie, en air pur et en aliments, aider à combattre les changements climatiques... Cela paraît énorme, au final.

Par ailleurs, certains pourraient l'interpréter comme une invitation à centraliser, à rassembler des compétences dans une même organisation, sous un même portefeuille ministériel, à rationaliser. Or, ce qu'il faut, pour réagir à une pandémie de coronavirus par exemple, c'est un écosystème d'actions qui soit diversifié, riche en idées, en dialogues entre des personnes de différentes disciplines, de différents secteurs. Pour nourrir l'interdisciplinarité. Notez que celle-ci n'est pas évidente non plus, en pratique : on

travaille de manière très cloisonnée. Et faciliter cette collaboration est bien l'objet de l'approche.

On constate surtout qu'il y a un hiatus entre le *One Health* tel que défini et ce qui est mis en place. L'environnement est trop peu convié et financé. Il est le parent pauvre du *One Health*, la dernière roue de la charrette. Dans les faits, ce sont surtout les secteurs de la médecine et de la médecine vétérinaire qui sont mobilisés, dans une vision très anthropocentrée, trop focalisée sur le seul risque pour l'être humain. Et même là, la prévention est négligée : elle ne pèse que 2% dans le budget de la santé. Ce qui s'éloigne aussi de l'idée *One Health*.

Vous restez optimiste, pour autant ?

Oui, cela prend du temps, mais c'est en chemin. La pandémie de Covid-19 a mis l'approche *One Health* à l'agenda politique. L'environnement commence à y prendre une plus grande place : le PNUE a rejoint, en 2021, la tripartite initiale OMS-FAO-OMSA. La pandémie a aussi porté cette approche à la connaissance d'un plus large public. Cela a visibilisé le plaidoyer d'acteurs qui mettaient l'accent sur les atteintes à la biodiversité et leurs effets. Je conseille, à ce sujet, le documentaire *La Fabrique des pandémies* de Marie-Monique Robin⁴.



Illustration © OMS

Pourriez-vous citer des domaines où l'approche *One Health* est particulièrement pertinente et pourrait être davantage promue ?

Une porte d'entrée majeure, c'est l'alimentation, les systèmes alimentaires. Une plante qui pousse dans un sol en bonne santé, avec un microbiote riche, est plus apte à se défendre elle-même contre des agresseurs, et on doit donc moins la « protéger » avec des pesticides. Elle sera aussi plus nutritive. À l'inverse, les pesticides sont un risque pour la santé, de celles et ceux qui mangent mais aussi de celles et ceux qui cultivent, et des écosystèmes ! En effet, la manière dont on produit les aliments est l'un des premiers facteurs de notre impact sur l'environnement (émissions de CO₂, pollutions des écosystèmes, déforestation...). À cela s'ajoutent les enjeux du bien-être des animaux d'élevage, ou encore le fait que les élevages intensifs, notamment industriels, jouent un rôle démultipliateur dans le risque zoonotique. Les liens entre les santés sont nombreux. On voit que l'alimentation est un levier d'action important. Changer la manière dont on s'alimente est un acte relativement simple et qui agit profondément pour *Une seule santé*.

Une autre porte d'entrée, c'est l'aménagement du territoire, rural et urbain. On peut parler de *santé urbaine* et même d'*Une seule santé urbaine*. En végétalisant les villes, en y ramenant de la biodiversité, en favorisant la mobilité douce, en améliorant la qualité de l'air. Ce sont là des voies vers une santé partagée.

A propos d'impacts environnementaux, l'approche *One Health* supposerait aussi d'analyser et de réduire ceux que produit le secteur des soins de santé lui-même...

C'est en effet un enjeu qui est en train d'émerger. Le ministre Coppieters a d'ailleurs lancé une initiative autour de la transition durable dans les systèmes de soins [NdLR : un appel à s'engager dans une *Alliance Santé en Transition en Wallonie*, adressé aux hôpitaux, maisons de repos et autres acteurs de santé].

On voit aussi des structures de santé qui s'emparent de la question à travers des pratiques de prescriptions de nature, de (re)connexion avec la nature (*lire pp. 17 et 20*). C'est une manière de réduire les (sur)prescriptions de médicaments, de « dé-prescrire », de limiter la production pharmaceutique et de proposer d'autres manières de prévenir, de guérir, de prendre soin. Les écosystèmes sont alors vecteurs de santé pour les humains – qui, en plus, apprennent à mieux les connaître.

Vous êtes chercheur et enseignant. Qu'est-ce que la démarche *One Health* apporte, d'un point de vue éducatif ?

Le cœur de l'approche *One Health*, au fond, c'est la reconnaissance de la complexité et de la nécessité d'une approche systémique. Elle invite donc à pratiquer et enseigner ces démarches. Cela inclut d'accepter ce qu'elles supposent de débats et d'incertitude sur les solutions qui vont émerger. Ce n'est pas si évident. Les enseignants sont plutôt formés dans un spectre limité de disciplines et d'objets de recherche, et censés délivrer des savoirs de façon assurée aux étudiants.

L'approche invite à entrer davantage dans des pratiques réflexives, d'apprentissage continu, à avoir un autre rapport à l'erreur, à reconnaître ses limites et à aller chercher les gens qui sont capables de nous aider à les dépasser ; à chercher des solutions ensemble, à co-construire. Non seulement entre disciplines scientifiques, mais aussi avec d'autres formes de savoirs. Des savoirs traditionnels, expérientiels ou pratiques, qui ne sont pas forcément formalisés et validés selon des critères scientifiques mais apportent beaucoup à cette co-construction de solutions innovantes et adaptées aux contextes.

Invitez-vous des étudiants et étudiantes de différentes disciplines, de différentes facultés, à travailler ensemble selon l'approche *One Health* ?

C'est compliqué en termes organisationnels, mais on parvient à le faire de façon récurrente, souvent lors de journées thématiques ou de cours communs. C'est chaque fois un grand plaisir. Parfois, je suis invité à intervenir sur l'approche *One Health* dans d'autres facultés, en philosophie et lettres par exemple⁵. Mais il faudrait en effet donner bien plus d'opportunités aux étudiants et étudiantes d'apprendre à travailler en interdisciplinarité, et aussi au contact de la société dans sa diversité, que l'on parle explicitement de santé ou pas.

Propos recueillis par **Sophie Lebrun**

¹ www.oneworldonehealth.org

² L'Organisation Mondiale de la Santé, l'Organisation des Nations Unies pour l'Alimentation et l'Agriculture (Food and Agriculture Organization), l'Organisation Mondiale de la Santé Animale et le Programme des Nations Unies pour l'Environnement.

³ <https://tinyurl.com/definition-one-health>

⁴ Documentaire sorti en 2022, faisant suite au livre éponyme, éd. La Découverte, 2021 (*voir S'outiller p.32*).

⁵ Nicolas Antoine-Moussiaux dispense principalement des enseignements dans la Faculté de Médecine et la Faculté de Médecine vétérinaire.

« Il y a une superposition des précarités sociales et environnementales »

La qualité de notre environnement impacte fortement notre santé. Et, inversement, notre système de soin impacte l'environnement. Interview d'Anne Berquin, médecin et coordinatrice du Certificat interuniversitaire Soins de santé durable : agir pour transformer.

Dans quelle proportion la qualité de l'environnement impacte-t-elle notre santé ?

Tout dépend de ce que l'on met derrière le mot « environnement ». On peut distinguer – même si c'est très artificiel – d'une part l'environnement physico-biologique, les molécules que nous croisons un peu partout ; et, d'autre part, l'environnement social, économique, culturel. L'environnement physique déterminerait environ 7 % de notre santé, et l'environnement social et économique près de 24 %. Mais en réalité, les comportements individuels sont eux-mêmes largement déterminés par l'environnement social. Si l'on additionne l'ensemble des facteurs sociaux et environnementaux, ils déterminent notre santé à près de 70 %.

Quels sont les facteurs environnementaux les plus déterminants en matière de santé ?

Il y a évidemment la pollution de l'air, de l'eau et des sols, qui influence aussi la qualité de l'alimentation. La qualité du logement est également très importante : pollution de l'air intérieur, isolation thermique et acoustique. L'accès aux transports en commun, aux espaces verts et à la nature jouent aussi un rôle majeur ; pourtant, beaucoup de personnes n'y ont pas accès.

Pouvez-vous expliquer le concept d'exposome ?

On parle beaucoup du génome, qui est l'ensemble des gènes qui nous constituent, hérités de nos parents,

rapidement et sont plus vulnérables aux agressions environnementales. L'exposome permet de mieux comprendre pourquoi les inégalités sociales ont un impact si fort sur la santé : vivre dans un environnement plus précaire, c'est cumuler davantage d'expositions défavorables tout au long de la vie.

Nous ne sommes pas toutes et tous égaux face à ces facteurs environnementaux...

Non, clairement pas. On le sait, la qualité du lieu dans lequel je vis dépend de mes revenus. Et mes revenus dépendent de l'accès à l'emploi, de l'accès à l'éducation ; qui eux-mêmes dépendent des revenus de mes parents, de mon contexte culturel et familial... C'est ce qu'on appelle le *gradient social de santé*. Quel que soit l'indicateur utilisé – revenu, niveau d'éducation, type de logement, quartier –, la relation est presque linéaire : plus le niveau socio-économique est élevé, meilleure est la santé.

Comment expliquer que certains quartiers et populations cumulent les facteurs de risques environnementaux ?

Il y a une superposition des précarités sociales, environnementales et de santé. C'est très visible à Bruxelles, par exemple, où les cartes montrent que certains quartiers cumulent tous les risques : pollution, surpopulation, précarité financière et sociale, manque d'espaces verts, vagues de chaleur, bruit... Pour changer la donne, il faudrait davantage de régulation politique, tout en anticipant les effets indésirables de certaines

« Seulement 2,5 % du budget de l'INAMI sont consacrés à la prévention »

et qui sont à l'origine de certaines pathologies héréditaires. On sait de plus en plus que l'expression du génome est modulée par des facteurs environnementaux, on parle alors d'*épigénétique*. La notion d'*exposome* désigne l'ensemble des expositions environnementales tout au long de notre vie, de notre conception jusqu'à notre mort – cette interaction entre le génome et l'environnement –, qui sont déterminantes pour la santé et les maladies. Certaines périodes sont particulièrement sensibles, notamment les mille premiers jours de la vie et plus largement les phases de croissance, car les cellules se multiplient

politiques publiques. Par exemple, rénover un quartier sans mesures complémentaires, comme un contrôle du marché immobilier, peut conduire à l'exclusion des populations les plus précaires.

L'école a-t-elle un rôle particulier à jouer face à ces inégalités ?

Outre le fait que l'école veille à diminuer en son sein les expositions aux pollutions, les enseignants peuvent ouvrir les esprits, informer sur ces liens entre santé et environnement, sensibiliser sans culpabiliser, et créer

sociales, environnementales et de santé »

du lien avec la nature, ce qui peut donner envie de la protéger. Je rêve d'aller donner cours en forêt. Des activités en extérieur, le simple fait de proposer aux élèves d'aller réfléchir dehors en sous-groupe, de marcher, peuvent faciliter la réflexion et les apprentissages. Et c'est bon pour la santé. Je le fais parfois à Louvain-la-Neuve, avec mes étudiants de l'université, et ils sont impressionnés par les effets immédiats de ces dispositifs.

Les déterminants environnementaux sont-ils pris en compte par les professionnel·les des soins de santé ?

Ça commence... C'est davantage pris en compte dans les maisons médicales, où la prévention et la promotion de la santé font partie des missions. Mais chez les spécialistes, par exemple, c'est plus rare. Cela demande d'y consacrer du temps et de bien connaître le milieu de vie du patient. Le système de soins reste très centré sur le curatif : seulement 2,5% du budget de l'INAMI sont consacrés à la prévention, alors que beaucoup de maladies sont évitables. Tant les soignants que les patients sont formatés pour répondre à une plainte par une prescription de médicaments. Un changement culturel est nécessaire, et l'enseignement peut évidemment y contribuer.

Sans parler de la durabilité des soins de santé...

Les soins de santé, c'est environ 5% de l'empreinte carbone de la Belgique. La moitié, ce sont les médicaments et les dispositifs médicaux. 25 à 30% des soins sont considérés comme inutiles, non justifiés, par

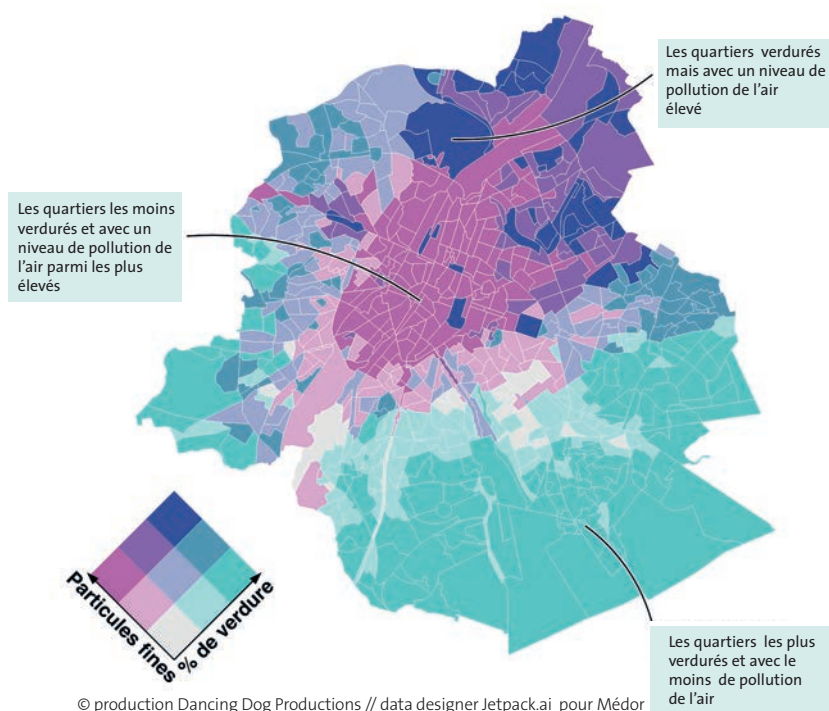
exemple des radios ou des médicaments qui ne sont pas nécessaires. En tant que médecin prescripteur, j'ai donc un impact. Des activités en nature peuvent diminuer l'usage de médicaments, on parle alors de co-bénéfices : pour le patient et pour l'environnement. Mais là, de nouveau, on s'attaque à des questions culturelles, donc éducatives, tant pour le médecin que pour le patient. Il y a une question économique aussi : notre système de soins de santé est financé à l'acte, donc supprimer des soins considérés comme inutiles, ça veut dire moins de revenus pour l'hôpital...

Par quoi commencer pour réduire ces inégalités de santé environnementale ?

Spontanément, je dirais : arrêter l'économie de marché et la marchandisation de la santé. Mais ce n'est pas pour demain, tant qu'il y aura des gens qui cherchent à faire du bénéfice en vendant des produits polluants, de la malbouffe, des médicaments...

C'est le pot de terre contre le pot de fer. Néanmoins, à l'échelle individuelle, l'information et l'éducation sont importantes. Sans culpabiliser, car les déterminants sont en grande partie sociaux, culturels et économiques. Les leviers principaux restent politiques : logement, alimentation, mobilité, aménagement du territoire. En la matière, réduire les inégalités sociales est essentiel. Les études montrent que le niveau global de santé et de bien-être d'une population dépend davantage du niveau d'inégalités que du revenu moyen. Tant que les inégalités augmentent, la santé collective se dégrade. Les mesures gouvernementales actuelles, qui augmentent les inégalités, vont pourtant tout à fait dans l'autre sens.

Propos recueillis par **Christophe Dubois**



A Bruxelles, les quartiers les plus pollués (en rose et mauve sur la carte) sont aussi ceux où les ménages ont de plus faibles revenus et une mauvaise santé. Lire à ce sujet l'enquête interactive « Bruxelles Malade » du magazine Médor : <https://bxl-malade.medor.coop>.

Pour l'ensemble de la Belgique, Sciensano a développé l'indice belge de défavorisation multiple : www.sciensano.be/fr/projets/indice-belge-de-defavorisation-multiple.



Éduquer pour la santé de tous les êtres vivants

Comment aborder la santé en tant que professionnel·les de l'éducation ? Et si nous jetions un regard plus large, pas uniquement axé sur la santé des individus et des populations mais aussi sur celle des vivants autres qu'humains autour de nous ?

Commencer par se demander « De quoi ai-je besoin pour être en bonne santé ? » est un bon point de départ pour aborder les enjeux de santé avec des jeunes ou moins jeunes. Cela permet de comprendre que pour être en bonne santé, chacun·e a besoin d'un environnement sain, de ressources suffisantes, de relations sociales, ainsi que d'un accès équitable à l'éducation, à l'information, à une alimentation saine, aux soins...

Puis, nous pouvons nous décentrer et ouvrir le regard : de quoi les autres espèces autour de moi ont-elles besoin pour préserver leur santé ? Les abeilles, les oiseaux, les insectes... que mangent-ils ? Quel est leur habitat ? De quel territoire ont-ils besoin ? De qui sont-ils dépendants pour être en bonne santé ? Il s'agit ici de découvrir de façon active le fonctionnement des écosystèmes et de faire les liens avec des notions-clés de l'éducation à l'environnement telles que les corridors écologiques, la biodiversité, la qualité de l'eau, des sols, les réseaux trophiques (l'ensemble des chaînes alimentaires reliées entre elles au sein d'un écosystème), les pollutions...

Comprendre les interdépendances

Connaître le fonctionnement du vivant s'avérera ensuite fort utile pour analyser les interdépendances entre la santé humaine, la santé animale et celle des écosystèmes, comme le suggère le concept *One Health*, ou *Une seule santé* en français (lire à ce sujet l'interview de Nicolas Antoine-Moussiaux, pp.9-11).

Il s'agira ensuite de questionner l'impact de nos modes de vie, de nos normes sociales et réglementaires, ou de nos modes de production sur notre santé et celle du vivant dans son ensemble, pour identifier les mesures comportementales et réglementaires qui encouragent les co-bénéfices pour la santé humaine, animale et écosystémique. Si un comportement est « bon » pour notre santé individuelle mais a un impact négatif sur la santé du vivant, tôt ou tard cet impact se répercutera sur nous. Prenons l'exemple des avocats : ces fruits sont très bons pour la santé individuelle, mais si on prend en compte leur production industrielle au Chili et leur transport, générant des impacts sur la santé des autres êtres vivants humains ou non humains, on se rend compte que commercialiser et manger ces avocats n'est pas nécessairement très « *One Health* compatible ».

Aussi à l'école

Cette logique de co-bénéfices est également intéressante à prendre en compte dans les projets à mettre en place à l'école. Par exemple, venir à pied ou à vélo à l'école permet de pratiquer une activité physique et d'être en extérieur, ce qui favorise la santé physique et mentale individuelle. Cela permet aussi de réduire le bruit et la pollution de l'air autour de l'établissement (moins de personnes qui déposent leurs enfants en voiture). Et si, en plus, on en profite pour verdurer les abords de l'école, non seulement on améliore la qualité de l'air, mais la nature augmentera également le bien-être des habitant·es et des élèves, leur vitalité et leur immunité, comme le démontre une récente étude scientifique menée en Belgique ¹. Cet

espace de nature pourra servir de zone refuge ou de corridor écologique pour les animaux, rendre les sols plus perméables pour contribuer à lutter contre les inondations et diminuer la température de l'air (utile en cas de canicule).

Ceci permet de considérer l'école comme un acteur important de la santé des populations au niveau local, en s'inspirant d'une vision communautaire de la santé ; un lieu intéressant et stratégique pour améliorer la santé environnementale des élèves ainsi que celle de leur famille et de tous les êtres vivants alentour. Et ce qui est vrai pour l'école l'est aussi pour une association, une maison de quartier ou une entreprise.

Le contact avec la nature est bon pour la santé

Fort de ces constats, les secteurs de l'environnement et de la santé se rapprochent lentement mais progressivement sur le terrain wallon et bruxellois. Parmi les fondements de cette collaboration, le constat scientifiquement avéré que le contact avec la nature est bénéfique pour la santé physique et mentale. C'est démontré : emmener régulièrement les enfants dans la nature renforce leur système immunitaire, réduit l'asthme et les allergies, et même la myopie². Par ailleurs, « *le contact avec la nature réduit le stress et l'anxiété, améliore l'attention, diminue les émotions et les humeurs négatives et augmente les positives. 45 minutes passées dans un parc ou une forêt urbaine suffisent à améliorer l'humeur, la vitalité et le sentiment de restauration psychologique* »³.

Récemment, un projet pilote de « prescription nature » s'est même développé chez nous (*lire pp.17-19*). Le principe est simple : le ou la médecin prescrit des activités en nature à son ou sa patient·e de façon préventive ou curative. Il est intéressant de constater que, lors de la phase test, les activités proposées en groupe avec l'encadrement de partenaires du secteur de l'éducation à l'environnement ont été davantage poursuivies dans le temps que celles proposées seules, à réaliser en autonomie par le/la patient·e avec l'aide d'un carnet. Parmi les hypothèses qui expliquent ce constat, Nolwenn Lechien – coordinatrice du projet de prescriptions de nature – souligne que les personnes qui ont bénéficié des premières prescriptions nature ont autant exprimé le bien-être ressenti au contact de la nature que celui de rencontrer de nouvelles personnes et d'apprendre au contact de la nature.

Renforcer les compétences psychosociales 4

C'est également ce qu'a pointé une étude française⁵ qui a analysé les effets de l'école du dehors sur la santé mentale et physique des élèves : les bénéfices pour la santé de celles et ceux qui participent à des activités nature en groupe dépassent ceux liés au « simple » contact avec la nature. L'école du dehors permet le développement de compétences psychosociales, essentielles pour le bien-être des individus tout au long de leur vie, telles que la sensibilité, l'autonomie,

l'attention, la gestion des émotions, la maîtrise de soi, l'adaptation, la curiosité, l'empathie, le vivre ensemble... Ces aptitudes permettent aux individus de prendre soin d'eux-mêmes en ayant de meilleures relations avec eux-mêmes, les autres et leur environnement.

Ceci explique pourquoi de plus en plus de projets pilotes tentent de favoriser les activités en nature dans d'autres cadres que les écoles : hôpitaux, prisons, maisons de repos... « *Quand on sait que l'activité avec et dans la nature a de puissants effets préventifs et curatifs sur la santé mentale et physique, pourquoi ne pas en faire un pilier de notre système de santé, complémentaire à d'autres outils médico-psycho-sociaux ?* », questionne d'ailleurs le programme *Soins Verts*⁶. Ces acteurs de la santé sollicitent les associations d'éducation à l'environnement pour qu'elles les accompagnent ou proposent des activités d'immersion en nature à leur public.

Des immersions pour ressentir

Le ou la professionnel·le de l'éducation à l'environnement et à la nature aura ici pour rôle de transmettre les façons d'aller en nature, de rendre cette dernière familière, pour l'apprécier et y vivre des moments de (re)connexion. Il s'agira aussi de mieux la comprendre et se comprendre à travers elle, d'expérimenter ses multiples bienfaits, d'y mettre des mots, de conscientiser, d'échanger avec d'autres sur ce vécu. Car nous savons que l'approche théorique ne suffit pas. Ces liens ont besoin d'être ressentis dans le corps : comment te sens-tu avant / après une balade ? Comment te sens-tu après avoir mis tes mains dans la terre ?... Et c'est exactement ce que viennent chercher les acteurs de la santé à travers les concepts de « soins verts » et de « prescriptions de nature » : faire ressentir les effets bénéfiques du contact avec la nature sur la santé, via une approche immersive, sensible, émotionnelle et expérientielle, tout en développant les compétences psychosociales utiles pour prendre soin de sa santé et du vivant. Les partenariats permettent à chacun·e de rester dans son champ de compétences. Car, même si l'animateur ou l'animatrice nature adapte ses pratiques à des publics fragilisés en termes de santé, cela ne fait pas de lui ou d'elle un·e écothérapeute.

Vers une santé solidaire

Enfin, alors que la politique actuelle tend à nous responsabiliser individuellement par rapport à notre santé, et aborde la santé majoritairement par le prisme des soins curatifs (qu'elle désinvestit par ailleurs), le secteur de la prévention santé vient nous rappeler que nous ne sommes pas tous et toutes égaux et que, « *parmi les facteurs qui impactent la santé, le système de soins et la biologie ne représentent que 30 % ; les autres 70 % sont le résultat de l'impact des modes de vie et des environnements* »⁷. La qualité de notre environnement et de notre lieu de vie a donc

une influence prépondérante sur notre santé. A cet égard, la recommandation 3-30-300 est particulièrement imagée : voir au moins trois arbres depuis chez soi, vivre dans un environnement dont la couverture arborée est de minimum 30 % et avoir accès à un espace vert à moins de 300 mètres de chez soi ⁸. Cette situation idéale est, hélas, loin d'être la norme pour tous et toutes, créant même un effet pervers depuis la Covid : le prix de l'immobilier proche des espaces verts a augmenté, renforçant ainsi les inégalités socio-environnementales. Une autre étude a pointé une corrélation entre le taux de pollution atmosphérique des différents quartiers bruxellois, la densité de population, le prix des loyers, le statut socio-économique, les températures (canicules) et la distance à un espace vert ⁹. Si le concept *One Health* vient ainsi démontrer l'interdépendance du vivant, le secteur de la promotion de la santé vient nous rappeler que les crises sanitaires, sociales et environnementales renforcent les inégalités.

Cet élément est essentiel à prendre en compte pour éviter une forme de marchandisation et d'instrumentalisation du vivant pour le bien-être qu'il nous procure, mais sans remise en question des systèmes sous-jacents responsables des dérèglements de nos santés (individuelles, collectives et écosystémiques). C'est pourquoi, en éducation relative à l'environnement, la santé ne peut être abordée que de façon globale et solidaire pour tous les êtres vivants.

À l'heure où les discours de protection de l'environnement paraissent pour certain-es « moins prioritaires », passer par la prise de conscience que préserver l'environnement c'est aussi et surtout préserver notre santé sera peut-être plus efficace. Car s'il y a bien une valeur qui traverse toutes les frontières, c'est celle de la santé. Que ne ferions-nous pas pour préserver la santé des êtres qui nous sont chers ? Et si parmi ces êtres chers, nous comptons autant d'amis humains que non humains ?

Laetitia Fernandez

¹ L'étude *Biodiversity at School Environments Benefits for ALL*, menée en 2024 par l'Université d'Anvers, en collaboration avec Sciensano, INBO, l'UCLouvain, MOS et GoodPlanet, se penche sur les effets positifs de la biodiversité dans et autour de l'école sur la santé physique et mentale des élèves. <https://tinyurl.com/biodiversity-school>

² *Des bienfaits pour la tête et le corps*, Symbioses n°136, 2022.

³ Conférence « Nature & Santé » — Synthèse — Auteurs : Trelohan M. et Stefan J., 2025. <https://tinyurl.com/conference-nature-sante>

⁴ Ce sont des compétences de vie qui permettent de faire face efficacement aux situations et problèmes du quotidien. Elles contribuent à favoriser le bien-être mental, physique et social, la réussite éducative, l'insertion professionnelle, et à prévenir des comportements défavorables à la santé.

⁵ *Comment la nature nous fait du bien ? Renforcer les compétences psychosociales des jeunes par des activités en lien avec la nature*, M. Penloup et H. Strilka, REEB & Promotion Santé Bretagne, 2025. <https://tinyurl.com/SanteBretagne>

⁶ Le Programme *Soins Verts* a initié en 2024 une étude centrée sur les effets d'activités en milieu agricole pour des personnes souffrant de dépression liée au travail ou de burn-out. www.soinsverts-groenezorg.be

⁷ www.maisonmedicale.org/agir-sur-les-determinants-de-la-sante/

⁸ <https://tinyurl.com/iweps-sante>

⁹ <https://curieuzenair.brussels>



Les acteurs de l'éducation à l'environnement et de la promotion de la santé sont invités à tisser des liens

Photo © Arnaud Chys



Photo © Centre de Santé Intégrée des Carrières

Nature sur prescription

Et si les médecins prescrivaient des doses de nature ? En Wallonie, l'association Kodama Px accompagne des centres de santé pour intégrer la prescription de nature dans leurs pratiques médicales, en partenariat avec le secteur environnemental. Découverte.

É prouvé en différents endroits du monde, du Japon au Canada, en passant par l'Ecosse ou l'Angleterre, le concept de « prescription de nature » se décline sous le nom de prescription verte, prescription de parc ou soins verts¹. Leur point commun ? « *La proposition faite par un professionnel de santé à son patient de passer du temps au contact de la nature, pour améliorer son état de santé* », souligne Nolwenn Lechien, coordinatrice de l'asbl Kodama Px.

Inspirée par le programme de *green prescription* né en 1998 en Nouvelle-Zélande, Nolwenn Lechien, infirmière de formation et fervente marcheuse au grand air, a fondé Kodama Px. Son association soutient les professionnel·les de santé dans l'intégration de la prescription de nature au cœur de leurs pratiques médicales et paramédicales. L'aventure a commencé au Centre de santé des Carrières de Sprimont et fait aujourd'hui des petits ailleurs en Wallonie.

Bienfaits de la nature sur la santé

Plusieurs constats émaillent la démarche de Nolwenn Lechien et de ses partenaires de la santé. Le premier est

de plus en plus flagrant : nous sommes déconnectés de la nature. Nos modes de vie, surtout en ville, nous éloignent de notre environnement naturel, de son observation, de la lenteur... A cela, l'infirmière ajoute un constat lié aux soins de santé : « *Prendre soin, c'est essentiel, mais je ne me retrouve pas dans la tendance actuelle de prendre soin de manière curative, à coups de médos et de baxter. J'ai envie de réfléchir différemment cette santé, en y intégrant la prévention et la promotion de la santé.* » Il ne s'agit pas de bannir les traitements traditionnels, mais d'agir en parallèle et de venir questionner le réflexe de la prescription médicamenteuse qui montre ses limites.

D'autant que, depuis quelques années, on assiste à une « *explosion d'études qui tendent à démontrer l'impact de la nature sur la santé humaine* ». Appuyée par la science, la liste des bénéfices sur la santé physique et mentale est longue : diminution du taux de cortisol (hormone du stress) et donc des risques de stress, d'anxiété et de dépression, réduction de la fréquence cardiaque et de la tension artérielle, renforcement du système immunitaire, amélioration des capacités cognitives... « *On a observé, auprès des patients qui*

marchent minimum 20 minutes en extérieur 3 à 4 fois par semaine, une diminution de 33% de prise de psychotropes, donc d'antidépresseurs et d'anxiolytiques, poursuit Nolwenn Lechien. La nature est également notre meilleur médicament sans effets secondaires. On touche donc à toute une série de dimensions de promotion de la santé en termes d'exercices physiques, de lien social, de bien-être au contact des milieux naturels... »

Une nature dont il est fondamental de prendre soin. « *La prescription de nature ne peut pas être délétère pour la nature. Il ne s'agit pas d'exploiter la nature au bénéfice de la santé humaine.* » La démarche s'imprègne donc du concept de *One Health*, qui montre combien la santé des humains, des animaux et des écosystèmes est étroitement liée. « *L'idée est de prendre soin du vivant avec un grand V.* » Et quoi de mieux, pour éveiller la conscience écologique que de se (re)connecter à la nature ?

Un carnet, des activités

Sur le terrain belge, la démarche de prescription de nature proposée par Kodama Px a pris concrètement son envol au Centre de Santé Intégrée des Carrières (CSIC), à Sprimont. Séduite par l'idée, l'équipe du CSIC (médecins généralistes, infirmières, secrétaire...) et quelques patient-es-bénévoles se sont réunies aux côtés de Nolwenn Lechien pour penser la prescription de nature dans les pratiques du centre de santé et façonner le projet à leur échelle. De ce processus de co-construction est né un carnet de prescription de nature. « *En développant le projet, l'équipe s'est vite rendu compte que juste prescrire de la nature sur un bout de papier ne suffisait pas,* raconte Nolwenn Lechien. *Il était nécessaire de prévoir des activités concrètes pour accompagner les patients dans leur démarche.* » Ce carnet présente un programme évolutif de deux mois d'activités individuelles et collectives, pour observer, ressentir, s'émerveiller, se connecter, apprendre de et dans la nature.

Ces activités sont proposées par des bénévoles, dont des patient-es du CSIC, qui initient des balades, des visites, de la remise en forme douce dans la nature, ou encore des moments de découverte des oiseaux ou des plantes sauvages, au centre de santé ou aux alentours. Une autre partie des activités est le fruit d'un travail de réseautage avec des associations et acteurs locaux actifs dans le secteur environnemental, afin de proposer des animations aux patient-es du centre de santé.

Une nature à protéger

Parmi la petite dizaine de partenaires externes, Les découvertes de Comblain, à Comblain-au-Pont. L'association d'éducation relative à l'environnement

(ErE) accueille des personnes sous prescription de nature pour quatre animations à la carte : visite silencieuse dans la Grotte de Comblain, activité de regard photographique sur la nature, promenade en pleine conscience, découverte de la biodiversité de sites naturels. Illico emballé par l'approche de prescription de nature, Benoît Houbeau, directeur des découvertes de Comblain, partage néanmoins quelques points d'attention : « *Avec la prescription de nature, le monde médical s'empare de la nature. C'est une bonne chose, mais il faut aussi veiller à ne pas instrumentaliser la nature uniquement pour du soin. La nature a ses bienfaits pour la santé et c'est aussi pour cela qu'il faut la protéger. On insiste là-dessus au début de chaque séance. Par ailleurs, nous, on n'est pas des soignants, on ne fait pas de la thérapie. Notre métier, c'est l'éducation à l'environnement. Il faut être clair à ce sujet.* »

Pour accompagner les patient-es du CSIC, une partie de l'équipe des découvertes de Comblain s'est formée au brevet de premier secours en santé mentale. Il a fallu aussi s'adapter quelque peu, mettre en place des « *règles du jeu* », poursuit Benoît Houbeau. Notamment, limiter la taille du groupe à 6 patient-es maximum par activité « *pour répondre à un besoin renforcé de contact et de proximité* ». Ou encore prévoir des balades plus courtes pour les personnes rencontrant des difficultés pour se déplacer. « *Nous ne connaissons pas les raisons pour lesquelles les patients se sont vu prescrire de la nature. Nous tenons à ce secret médical afin de maintenir une distance nécessaire et rester dans notre zone qu'est la sensibilisation à l'environnement. Mais quand c'est nécessaire pour la santé et le confort de la personne au cours de l'activité, des éléments sur son état de santé nous sont communiqués en amont par le CSIC.* »

Référent nature et accessibilité

Depuis le démarrage du projet à Sprimont, en mars 2024, près de 90 patient-es se sont vu prescrire de la nature par un médecin traitant du CSIC. Un-e « *référent-e nature* » a été désigné-e au sein de l'équipe pour faire le lien entre les médecins, les patient-es, les bénévoles et les partenaires. « *Le référent nature assure tout le suivi,* explique Nolwenn Lechien. *Il questionne aussi le patient sur ce qu'il aime faire en nature, sur ses aptitudes en fonction de son état de santé, et sur des aspects pratiques comme les déplacements jusqu'au lieu de l'activité.* »

Quant aux patient-es qui se reconnectent à la nature grâce à ce projet, « *ce sont principalement des personnes qui ont des problèmes de santé mentale : anxiété, burn-out, dépression... Il y a aussi des personnes qui sont seules chez elles, surtout des personnes âgées, et, plus rarement, des personnes qui rencontrent des problèmes physiques. On tente d'être le plus inclusif possible. Avec le temps, on*

s'est créé un réseau qui permet des activités beaucoup plus adaptées, comme de la mobilisation douce en nature. » L'accessibilité se veut financière aussi, puisque la participation aux activités est souvent gratuite ou n'excède pas 5 euros, grâce aux bénévoles et à quelques subsides ponctuels.

Pour consolider et pérenniser des projets de prescription de nature, d'autres leviers doivent être activés, comme celui du remboursement. « Les médecins avec qui je travaille le disent eux-mêmes : on rembourse bien des médicaments, alors pourquoi est-ce qu'on ne rembourserait pas des activités dehors aussi ?, partage la coordinatrice de Kodama PX. Donc, je me bats pour ça actuellement. Les mutuelles ne sont pas fermées à l'idée, mais ça prendra énormément de temps de penser ces remboursements-là. »

Une autre relation thérapeutique

Pour l'heure, et avec le soutien financier des Mutualités Chrétiennes pour une période de deux ans, l'association Kodama Px poursuit ses accompagnements auprès d'autres structures de soin. Comme au Centre de santé de l'Ourthe, à Tilff. Cyril Le Bras y est médecin généraliste. Il ne cache pas son enthousiasme : « Quand j'ai découvert le projet, les preuves scientifiques sur les bienfaits de la nature m'ont interpellé. Tout comme cette possibilité d'offrir à nos patients autre chose que des médicaments qui créent de la dépendance et des effets secondaires. Les gens sont souvent en errance dans leur souffrance psychologique et dans leur prise en charge. Donc, prescrire de la nature, pour moi qui suis émerveillé par la nature, ça avait du sens dans la société dans laquelle on vit, afin de remettre l'humain au centre des soins et de la nature. »

Ecolé-es par Kodama Px, le médecin et ses collègues font leurs premiers pas dans la prescription de nature. « Chacun avance à son rythme, poursuit Cyril Le Bras. Prescrire de la nature sort moins facilement de la plume des plus jeunes collègues, encore fort attachés aux pratiques médicales telles qu'enseignées à l'école. Pour ma part, quand je prescris de la nature, je suis à chaque fois surpris. C'est incroyable de voir la réaction des patients. Il y a comme une étincelle qui s'allume à l'intérieur, ça éveille quelque chose en eux. Un échange se crée autour de la nature et la consultation devient juste incroyable ! On est dans une autre relation thérapeutique, dans quelque chose de plus humain. »

Céline Teret, Question Santé asbl

¹ Des approches similaires existent chez nous. Pointons le programme *Soins Verts – Groene Zorg*, visant à aider les patient-es en burn-out grâce à des activités régulières dans des fermes pratiquant l'agriculture sociale. Ou encore le projet européen de thérapie forestière *Forest4Youth*, à destination des jeunes rencontrant des troubles de santé mentale, piloté par le Centre Neuro Psychiatrique Saint-Martin (Namur) et dont un des partenaires est la Société Royale Forestière de Belgique (voir p.34).

Photo © Sophie Lebrun



Un jardin pour prendre soin

Avec l'association Therra, le jardin devient un espace de promotion de la santé, d'éducation à l'environnement et de justice sociale. Reportage dans les racines de l'hortithérapie.

Les premiers flocons tombent sur la Belgique en ce jeudi de fin d'automne. Mais pas encore ici, sur les hauteurs de Wépion. Au bout du chemin qui s'écarte de l'imposant centre spirituel La Pairelle, une large prairie fait place à un jardin un peu sauvage. C'est l'un des « jardins de soins » de l'association Therra, reconnue à la fois comme organisation d'éducation à l'environnement et opérateur de promotion de la santé. En cette saison, la nature s'endort, mais ici la vie reprend. *« Je suis venue voir ce que la nature apporte spécifiquement aux personnes qui, comme certains d'entre nous, ont été ou sont en épuisement »*, résume Sophie, venue en groupe dans le cadre d'un programme d'orientation et de reconnexion organisé par le Centre Européen du Travail. *« Comment le brouillard mental peut être apaisé par la nature »*, prolonge sa voisine, emmitouflée dans son écharpe.

En guise de mise en jambes, Anne-Claire Orban, formatrice et coordinatrice de Therra, propose à chacun-e de se retourner, dos au groupe : *« Ecoutez ou observez si un élément en particulier retient votre attention »*. Au loin, les arbres se mettent à nu, l'ocre et le rouge laissent progressivement la place au brun. Silence, contemplation, puis partage entre participant-es : *« Le calme et la vue dégagée, ça change de la ville »* ; *« Je me suis demandé quelle vie abritait le mur de ronces »*.

« Vous venez d'expérimenter la restauration de l'attention », explique Anne-Claire, qui opère un petit détour par une théorie développée par Kaplan¹. Au quotidien, nous sollicitons principalement notre attention dirigée, afin d'être plus efficaces. L'hyperconnectivité accentue le phénomène. Le fait d'activer nos sens et de visualiser des paysages comportant des éléments naturels, de les mettre à distance et de les contempler, va capter notre attention involontaire, permettant à notre attention dirigée de se diluer et à nos capacités attentionnelles d'être « restaurées ». *« Cela fonctionnerait même*

partiellement en réactivant nos souvenirs de tels moments, par exemple en regardant la nature par la fenêtre ou sur une photo, ou en écoutant des sons de la nature », illustre la diplômée en anthropologie médicale et en hortithérapie².

Une approche éducative et non thérapeutique

Les participant-es sont ensuite invité-es à trouver dans le jardin cinq éléments naturels symbolisant respectivement le stress, le stress chronique, l'épuisement, le burn-out et la dépression. *« Pour la dépression, il faudrait trouver quelque chose qui dessèche »*, lance l'un d'eux à ses deux comparses, se faufilant entre les plantes médicinales, la grande serre, la mare et les bacs potagers réservés aux écoles. Les sous-groupes reviennent ensuite sous le vieux porche, pour partager leurs trouvailles et les classer dans l'ordre :

- ✿ des orties pour symboliser le stress ;
- ✿ une ronce pour le stress chronique (*« parce que ça laisse des traces plus longtemps »*) ;
- ✿ une feuille fanée pour l'épuisement (*« on perd de l'énergie »*) ;
- ✿ une branche qui casse pour le burn-out (*« il y a vraiment un truc qui casse – par exemple le travail – mais on peut avoir d'autres branches qui sont encore vivantes, comme la famille par exemple, ou ça peut être l'inverse »*) ;
- ✿ un arbre mort pour symboliser la dépression (*« le burn-out peut mener à la dépression, mais la différence c'est que lorsqu'on est déprimé rien ne fait plaisir, tout est gris »*).

L'approche développée ici se veut avant tout préventive et éducative. *« Notre objectif n'est pas de guérir les gens ou de faire baisser leur taux de cortisol [ndlr : l'hormone du stress], mais de les sensibiliser, de leur faire expérimenter la nature comme une ressource pour la santé, qu'ils comprennent par le vécu que la nature peut, par exemple, diminuer ce taux de cortisol »*, souligne la coordinatrice.

L'association multiplie donc les expériences positives de la nature : observation des insectes, land art, jardinage, ateliers sensoriels, balade d'écoute, cuisine de légumes frais, visites chez les maraîcher-es... « *Nous allions toujours expérience et information : ressentir et comprendre permet par la suite d'agir en conscience.* » Au-delà des effets directs sur la santé mentale et physique, les activités habituellement proposées au jardin génèrent un sentiment d'utilité et de résilience ; alors que la stimulation sensorielle (goût, odorat, toucher) permet à chacun-e de se reconnecter à soi et à l'environnement, comme en témoignent les participant-es. L'une d'elle, Carmen, résume : « *Le soin qu'on donne à la nature, elle nous le rend.* ».

S'adapter

Le petit groupe quitte alors le jardin pour se réchauffer à l'intérieur, avec un bon thé. L'occasion pour Anne-Claire d'expliquer les différents stades du burn-out, les facteurs individuels et collectifs – dont ce fichu modèle socio-culturel de la performance.

L'animatrice avait prévu de fabriquer ensuite des couronnes végétales avec des éléments ramassés au jardin, « *pour passer de la tête aux mains, créer, se vider la tête.* ». Mais le groupe préfère qu'elle prolonge ses explications sur les apports de la nature en termes de santé globale ³. « *On construit toujours avec le partenaire, sur mesure, puis on s'adapte à l'énergie du groupe et à ses aspirations du moment* », confie en aparté Anne-Claire, en expliquant la posture bienveillante et non moralisatrice valorisée chez Therra. « *Tous nos animateurs et animatrices – qu'ils ou*

elles soient kiné, nutritionniste, psy ou naturaliste – sont formé-es ou sensibilisé-es à la fois à l'écologie et au bien-être du groupe. Si une personne a un souci, on s'arrête, on y prête attention. »

Des groupes d'adultes, l'association en accompagne beaucoup, dans différents formats, du séjour de ressourcement au cycle d'ateliers. Des adultes le plus souvent fragilisés socialement ou économiquement, que ce soit par l'exil, la précarité, les troubles psychosociaux ou la maladie chronique. « *En éthique de promotion de la santé, tu ne peux pas aggraver les inégalités. Or il y a des inégalités profondes d'accès à la nature. C'est pour cela qu'on privilégie comme partenaires des structures sociales qui touchent des personnes qui ne pourraient pas s'offrir nos activités par ailleurs. Agir pour la santé n'a pas de sens si on n'intègre pas les dimensions sociales et environnementales* », estime Anne-Claire Orban. En effet, selon plusieurs études, la santé d'une population dépend surtout des modes de vie et conditions sociales (environ 51 %), ainsi que de l'environnement (19 %), tandis que le système de soins et la biologie n'en expliquent respectivement qu'environ 20 % et 10 % ⁴.

Cultiver l'autonomie

Une poignée de femmes en exil, hébergées au centre Croix-Rouge de Jambes, fait partie de ces groupes fragilisés qui font vivre le jardin. Depuis avril, chaque jeudi, elles viennent jardiner, cuisiner et discuter sur les hauteurs de Wépion. « *Travailler dans le jardin nous apporte santé et énergie, tant pour le corps que pour l'esprit,* témoignent-elles dans leur langue. *J'attends le*



Photo © Therra

Selon plusieurs recherches, intégrer la nature dans les politiques d'accompagnement des personnes en situation d'exil améliore leur bien-être mental et physique. Comme ici au jardin de soins de Therra, à Wépion.

jeudi avec impatience. Ça fait du bien de bouger, c'est mieux que de rester dans notre chambre ». Jardiner peut en effet être tantôt méditatif, tantôt sportif. Alice, animatrice chez Therra et kinésithérapeute de formation, en profite d'ailleurs pour leur faire prendre conscience de leur corps et de l'importance d'en prendre soin. « *Progressivement, les liens et la confiance se sont tissés. Aujourd'hui, elles se sont approprié le lieu, c'est leur bulle d'oxygène* », constate-t-elle. Alors que chacune s'affaire à mettre les cultures en hivernage, cela sent la fin de la saison. Voilà venu le temps de se dire au revoir. C'est hélas leur dernier jeudi, l'accompagnement se termine. Mais des graines ont été semées dans leurs esprits pour prolonger l'expérience, ailleurs... Le groupe réfléchit aux ressources proches de leur milieu de vie pour perpétuer l'expérience en nature. Elles iront, en 2026, visiter divers lieux verts accessibles depuis le centre croix-rouge et s'investiront dans la mise en place d'un jardin au sein du centre. L'idée n'est pas de lâcher les participant-es mais de leur faire découvrir les bienfaits de la nature sur leur santé et de réfléchir ensemble aux possibilités offertes dans leur quotidien par la suite.

Therra cherche de plus en plus à intervenir – ou à encourager à agir – sur les lieux de vie. L'objectif est de rendre les participant-es autonomes dans leur lien à la nature et à la santé, pour favoriser une continuité des effets positifs. « *On ne peut pas séparer la santé du territoire où l'on vit*, souligne Anne-Claire Orban. *Durant le projet, certaines participantes ont ramené des semis et de la terre au centre de la Croix-Rouge. Elles ont fait pousser leur plante dans leur chambre, en ont pris soin semaine après semaine. Ça leur permet de se vider la tête, de trouver du sens, d'être utiles pour un autre être vivant. Ce sentiment d'utilité est très important pour nos publics.* »

À Dinant, pour un autre projet avec des mamans solos, chaque atelier a lieu dans un espace vert proche de chez elles : « *L'objectif est qu'après, elles sachent où aller.* » Même logique à Waremmes, où un groupe du CPAS cultive une parcelle collective dans un jardin communautaire : « *En fin de cycle, on les encourage à prendre leur propre parcelle.* »

Mise en réseau

Therra accompagne par ailleurs les structures dans la création d'un jardin de soins⁵ adapté à leurs publics et à leurs objectifs. Comme à l'Unité de Soins palliatifs du CHR de Sambreville. Des essences fleuries aux nichoirs, du banc de contemplation au massif aromatique, l'espace nature y est pensé et construit collectivement depuis plus d'un an, en collaboration étroite avec les équipes soignantes. Il comporte une zone PMR, une zone de ressourcement et une zone pour patients psychiatriques, avec des fonctions spécifiques : solliciter la vue, l'odorat, favoriser la biodiversité afin de s'émerveiller de la vie, apaiser ou au contraire stimuler... Le jardin devient alors un prolongement du soin, un espace où « le beau, la joie, le léger » peuvent exister, même dans la fin de vie.

Dans tous ces projets, Therra ne se conçoit pas comme un prestataire isolé, mais comme un acteur de réseau, au croisement du social, de la santé et de l'environnement. L'association privilégie les partenariats de long terme, parfois sur plusieurs années, afin de tisser des liens durables entre acteurs. Pour faire germer les collaborations et stimuler les échanges entre praticien-nes des soins verts, l'association a même récemment lancé un réseau wallon mêlant actuellement une quarantaine de thérapeutes, psychologues et professionnel-les de l'éducation et de la nature. Avec déjà un constat partagé : « *les activités en nature sont tout autant bénéfiques pour les bénéficiaires que pour les professionnels. Mettre en place un jardin à visée thérapeutique réduit le turnover et le burn-out dans les équipes* ».

Au fil des saisons, l'association continue de faire pousser les soins verts, vers plus de prise en compte des apports de la nature dans le secteur social et celui de la santé, et inversement. Avec un prescrit : prendre soin du vivant, par le vivant, en le vivant.

Christophe Dubois

A lire par ailleurs : Symbioses n°136 *Dehors pour apprendre* (2022), notamment les articles *Des bienfaits pour la tête et le corps*, *Se ressourcer par la nature* (ateliers nature pour adultes en insertion sociale), *Un espace d'évasion à l'intérieur des murs* (jardin naturel aménagé au sein d'un établissement pénitentiaire psychiatrique)... En libre accès sur www.symbioses.be

Photo © Christophe Dubois



¹ La théorie de l'attention de Kapla, <https://therra.be/2024/10/27/nature-et-sante-mentale-comment-2/>

² L'hortithérapie utilise les activités de jardinage et la relation avec les plantes pour améliorer la santé physique, mentale et sociale d'une personne.

³ Therra a écrit plusieurs articles sur ces apports, notamment sur la biophilie, les soins verts, la régénération du cerveau, les liens entre nature et santé mentale, etc. A lire sur <https://therra.be/nos-articles/>

⁴ Cantoreggi N., Simos J. 2010 CDC 1993 Environmental Health & Sustainable Development, Université de Genève, repris par <https://www.fbpsante.brussels/promotion-de-la-sante/>

⁵ A ce sujet, citons l'ouvrage *Créer un jardin de soin*, éd. Terre vivante (voir *S'outiller* p.31)



Photo © ESPRist

Relier les santés par le jeu

Créé par ESPRist, l'outil ludopédagogique *Wagyl* fait vivre le concept *One Health* en suscitant réflexion, débat et prise de conscience.

C'est à l'initiative du Réseau Inter-syndical de Sensibilisation à l'Environnement (RISE) que des syndicalistes se retrouvent autour du grand plateau coloré de *Wagyl*. Ce jeu a été créé, à la suite de la crise Covid, par l'équipe interfacultaire ESPRist de l'ULiège (voir p.33). L'outil *Wagyl* vise à faire comprendre, par le jeu, les interconnexions entre les santés humaine, animale et végétale (*One Health*). Son nom renvoie au serpent arc-en-ciel des cultures aborigènes, gardien des eaux et symbole d'interdépendance. Tout un programme !

Le plateau de jeu représente un territoire articulé en trois zones : santé humaine, santé animale, santé végétale, reliées par des zones d'interconnexion. Trois types de cartes sont utilisées : 65 cartes « métier », des cartes « action » vierges (à remplir librement) et des cartes « actualité » qui, une à une, viennent bousculer le territoire. Au fil de ces actualités (fermeture pour raison sanitaire d'une PME charcutière, projet d'extension d'un élevage de poulets, potagers collectifs installés sur un ancien site industriel, etc.), les participant-es réagissent en posant une carte métier et/ou action sur le plateau dans l'une des zones, expliquent pourquoi ils la placent à cet endroit, et décrivent ses liens avec les différentes sphères de la santé. Le jeu se déroule en mode « pop-corn » : pas de tour strict, chacun-e intervient spontanément selon ses cartes et le rôle qu'il ou elle a envie de jouer.

Réagir, s'interroger, coopérer

En une demi-heure de jeu, la table s'anime : des cartes s'empilent, des décisions s'additionnent, les enjeux se densifient. Une participante se questionne face à la fermeture de la PME charcutière : « *En tant que bourgmestre, je veux protéger la santé de mes concitoyens, mais en même temps cela a un impact sur l'économie locale* ». Un autre a peur de manger les légumes provenant du sol potentiellement contaminé de son potager et de l'impact que cela peut avoir sur la biodiversité du site. Santé, économie, emploi, pollutions, préservation de l'environnement... à chaque nouvelle actualité, le territoire et les actions se complexifient.

Après quoi, chacun-e reprend sa posture de professionnel-le (ou de citoyen-ne) et sort du jeu pour faire le lien avec sa propre réalité : « *Et moi, où me placerais-je sur le plateau ? Quel impact voudrais-je avoir ?* ».

La phase de débriefing révèle un certain anthropocentrisme : la quasi-totalité des cartes se concentrent dans la zone « santé humaine ». « *Ce n'est pas étonnant : ce qui touche les humains nous inquiète d'abord* », note une participante. Une autre ajoute : « *Derrière la santé humaine, il y a aussi des réalités sociales, économiques...* ».

One Health à l'école aussi

Quelques jours plus tard, *Wagyl* s'est invité dans le cours de citoyenneté de la Haute École HELMo Saint-Roch, à Theux. Les étudiant-es, futur-es instituteur-ices, y ont exploré ce que signifie « agir » dans un monde marqué par les dérèglements climatiques, les inégalités sociales, les crises environnementales et sanitaires. Autour du plateau de jeu, on a parlé prévention, adaptation, solidarité, espèces invasives, urbanisme, accueil de migrant-es, santé mentale... On a ri aussi. Mais derrière l'humour, une même question est revenue : comment concilier les besoins humains avec ceux des autres vivants ? Et puis, en tant qu'enseignant-es, que transmettre, et comment ? Sorties nature, potagers scolaires, éducation par le dehors, rencontres avec les acteur-ices du territoire... : autant de portes d'entrée pour tisser d'autres relations au vivant et en prendre soin, apprendre à mieux cohabiter.

Constats partagés par les différent-es participant-es : le concept *One Health*, dans la réalité, c'est tout sauf simple. Mais l'utopie, disent-ils et elles, reste indispensable pour imaginer autre chose et ouvrir l'avenir. *Wagyl* n'est pas un jeu où l'on « gagne » : il invite à débattre, à confronter les regards. Il rappelle que santés humaine, animale et végétale sont indissociables ; que nos décisions, même modestes, influencent un système ; et que la coopération plutôt que l'isolement crée des trajectoires plus vivables.

Corentin Crutzen

Info sur *Wagyl* : www.wagyl.be

L'alimentation

pour jeter des ponts

Des associations aident les enseignant-es à sensibiliser leurs élèves à l'alimentation durable, à la fois bonne pour la santé et respectueuse des écosystèmes. Exemple avec les animations Good Cook de GoodPlanet. Reportage à Faulx-Les Tombes.

« **B**onjour Sophie ! On les met là, nos couteaux et nos planches à découper ? »
« On cuisine quoi aujourd'hui ? » Les élèves de P5-P6 de l'école communale de l'Envol (Faulx-Les Tombes) rejoignent leur classe sourire aux lèvres, visiblement impatient-es de connaître le menu de la seconde animation Good Cook guidée par Sophie De Staercke.

L'animatrice de l'association GoodPlanet les invite d'abord à se remémorer le contenu de l'activité vécue trois semaines plus tôt. « On a appris beaucoup à propos des fruits et des légumes », se souviennent les élèves. D'une part « l'importance d'en manger au moins cinq portions par jour » et leurs apports, notamment « des fibres, et des vitamines qui nous donnent une bonne santé, un bon système immunitaire ». Mais aussi le fait de privilégier « ceux qui sont de saison, bios, et qui poussent chez nous et pas au bout du monde », ajoutent-ils. De quoi, au final, « prendre soin à la fois de notre santé et de celle de la planète », résume l'animatrice. Tel est le leitmotiv des animations Good Cook.

« Aujourd'hui, on va approfondir ces objectifs, et cuisiner des collations », poursuit-elle, en déroulant des nappes imprimées façon plateaux de jeu, et en y déposant des enveloppes de cartes et d'autres éléments ludico-pédagogiques. Par groupes de 4 ou 5, les élèves vont se remuer les méninges et nourrir leurs connaissances, en faisant progresser leur pion-chevalier en quête d'une alimentation à la fois saine et durable. Après quoi, ils et elles mettront, au sens propre, la main à la pâte.

Le végété, c'est bon pour les santés

Côté santé, les élèves (re)découvrent nos « alliés » (eau, vitamines et minéraux, protéines...), nos « ennemis » (graisses saturées et sucres rapides, consommés avec excès) et leurs « pouvoirs » respectifs, comparent différentes collations, et se plongent dans les étiquettes alimentaires. Non sans ouvrir de grands yeux. « Ouh là, on croirait qu'il y a surtout du cacao et

des noisettes dans ce choco, mais il n'y en a que 7% et 13%... et par contre 50% de sucre ! » « Moi je retiens qu'il ne faut pas manger des frites trop souvent : il y a trop de mauvaises graisses, ce n'est pas bon pour le cœur. »

D'autres défis mettent en évidence, de manière très visuelle, l'empreinte environnementale de nos choix alimentaires, en termes de consommation d'eau, d'occupation des sols et d'émissions de CO₂. Les élèves prennent ainsi conscience qu'une alimentation végétale est moins délétère qu'une alimentation carnée.

« Je n'avais pas pensé au fait que les vaches, il faut aussi beaucoup de champs pour cultiver leur nourriture, confie l'un d'eux. Et je ne savais pas que leurs rots et leurs pets augmentaient le réchauffement climatique. »

Un focus est mis sur une famille-clé de l'alimentation végétarienne, les légumineuses (lentilles, pois chiches, soja...), et sur d'autres graines également riches en protéines (quinoa, noisettes...). Des protéines indispensables, notamment pour la construction de nos tissus musculaires et de notre peau, comme les élèves viennent de l'apprendre. « On croit souvent qu'il n'y en a que dans la viande, les œufs et le poisson, alors qu'il y en a aussi beaucoup dans certaines plantes ! », souligne l'animatrice.

Fort bien, mais pour ce qui est d'intégrer ces pois chiches, lentilles et autres légumineuses dans les habitudes, on sent, à quelques moues très perplexes, que ce n'est pas gagné d'avance pour tous et toutes. Des photos de plats (falafels, wok au tofu, salade sucrée-salée...) sont là pour y aider. Et, parfois, l'avis éclairé d'un copain. Quoi qu'il en soit, rien de tel que de cuisiner soi-même pour avoir envie de titiller ses papilles et ses a priori.

Vitaminer les compétences

Les élèves se lavent les mains, enfilent leur tablier, répartissent les ingrédients et ustensiles et, en petits groupes toujours, vont concocter une collation saine. Pâte à tartiner des chevaliers (à base de pois chiches), Energy bowls (mêlant fruits secs, flocons d'avoine et

carotte), *Thé du dragon* (rooibos aromatisé aux épices et fruits) et *Bouclier de fruits* (« des fruits de saison mais pas tous hyper locaux : on est en hiver », concède Sophie). Chacun-e y va de sa petite découverte (« C'est quoi du gingembre ? ») ou de son petit défi personnel : bien lire la recette au lieu de foncer tête baissée, travailler en groupe, suivre les conseils d'utilisation d'un couteau, façonner avec délicatesse les *boules d'énergie*...

« L'alimentation durable est un thème riche, souligne Juliette Trignon, leur institutrice, qui n'a pas perdu une miette de l'activité. L'animation rejoint différents savoirs, savoir-faire et compétences inscrits dans les référentiels scolaires : en formation géographique et formation économique (occupation du sol, production, consommation, impacts environnementaux des activités humaines...), en sciences, en maths, en français, en formation manuelle et technique (qui prévoit d'ailleurs explicitement la préparation de plats, entre autres compétences liées à l'alimentation), etc.¹ Des compétences relationnelles et organisationnelles sont aussi mobilisées : collaborer, se répartir les tâches, travailler en autonomie... » De plus, ajoute l'enseignante, « je peux faire le lien avec un projet-pilote de sensibilisation aux perturbateurs endocriniens (dont les pesticides) dès le plus jeune âge, auquel notre école participe². Un des gestes-clés est de laver les fruits, et de privilégier le bio. » « L'agriculture bio est évoquée dans les animations Good Cook, mais plus brièvement, tout comme le gaspillage alimentaire », note Sophie De Staercke. Face à un thème riche – et à la volonté de proposer le moment de mise en action qu'est l'atelier cuisine –, le choix a été

fait de ne creuser qu'un ou deux sujets par animation, pour éviter l'indigestion d'informations.

Ouvrir grand ses papilles

« Observez, sentez, touchez, goûtez les ingrédients », encouragent l'animatrice et l'enseignante, en passant d'une table à l'autre. Quand vient le moment de la dégustation collective, Sophie De Staercke invite à se laisser surprendre, à prendre plaisir à tester de nouvelles saveurs : « avant de goûter, essayons d'oublier le goût des boissons et chocos très sucrés auxquels notre cerveau est souvent habitué. »

« Vous avez découvert des plats faciles à cuisiner, sans sucres ajoutés, sains pour vous et pour l'environnement », conclut-elle. Bilan : plus une goutte dans les cruches, plus une miette dans les assiettes. Mais quelques idées-clés plantées dans les têtes, et un dossier pédagogique et des recettes pour les cultiver. Elèves et enseignant-es sont ainsi invité-es à prolonger l'aventure en classe et à la maison.

Sophie Lebrun

¹ A ce sujet, voir l'outil pédagogique *ErE DD & référentiels scolaires* (> thématique alimentation) publié par le Réseau IDée : www.reseau-idee.be/fr/ere-referentiels

² Un volet (mené par l'ULiège) du projet européen *Hypriend*.

Mais encore : plusieurs associations d'ErE proposent des animations scolaires reliant santé et environnement
> Voir notre rubrique « S'entourer » pp.33-35.



Photo © Sophie Lebrun



Par Istema — Travail personnel, CC BY-SA 4.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=129826466>

Une activité pour aborder, avec les ados et les adultes, leurs représentations des écoanxiétés et trouver des stratégies pour les apaiser.

Selon une étude récente menée par des chercheuses et chercheurs de l'ULB, l'écoanxiété touche 2 à 3 jeunes par classe¹.

Ce constat autour de la santé mentale des jeunes a de quoi inquiéter. En tant qu'acteur éducatif, on peut dès lors trouver important de créer des espaces pour exprimer les émotions face à l'actualité et questionner les récits sur l'état du monde auxquels ils et elles sont exposé-es.

Les écoanxiétés (ou écoémotions²) peuvent être vues comme des réactions émotionnelles et psychiques mais aussi comme des symptômes qui nous parlent de notre société, de l'environnement et des liens entre les individus et le collectif. Pour le GIEC, l'écoanxiété est une « anxiété associée aux conséquences actuelles et futures du changement climatique, du manque d'action à son égard, et à l'incertitude quant aux conséquences anticipées »³.

L'activité proposée ici part des représentations des écoanxiétés, afin de mettre en place des stratégies pour les apaiser et de trouver des leviers pour se mettre en action.

Activité adaptée du dossier pédagogique *Quelle éducation face aux enjeux climatiques ?* (Fiche 25), éd. Empreintes, 2024.

Durée

45 minutes

Public

À partir de 14 ans (à adapter selon l'âge du public)

Objectifs

- Permettre l'expression des émotions
- Aborder la pluralité de représentations que le terme « écoanxiété » évoque
- Introduire le contexte sociétal dans lequel l'écoanxiété émerge

Matériel

Des cartes du jeu *Dixit*⁴ ou un autre photolangage

Déroulé

Les cartes sont étalées de manière visible sur une grande table.

1. « Choisissez individuellement une carte qui évoque pour vous le mot écoanxiété. » Si les participant-es ne connaissent pas ce terme, le leur expliquer en vous basant sur la définition ci-dessus. (*Moment en silence, pour garantir la dimension individuelle de l'exercice*)

2. En duo, partager sur ce que les cartes évoquent et provoquent comme idées, comme images, comme émotions et en quoi elles peuvent être liées à la thématique de l'écoanxiété.

L'écoanxiété est un mot-valise utilisé pour parler de réalités très contrastées. Les images sont donc un support très utile pour aider les participant-es à identifier et à mettre en mots les vécus, les sensations, les réalités que les jeunes associent à l'écoanxiété. L'usage d'images et de l'imaginaire permet à celles et ceux qui en ont besoin de mettre un peu de distance avec leurs propres émotions et leur vécu de la réalité environnementale actuelle. La formule par deux permet de s'exprimer plus facilement qu'au sein d'un grand groupe.

3. Sur base des cartes choisies et de cet échange, imaginer à deux les prémisses d'une histoire (réaliste ou imaginaire) qui a pour thème l'écoanxiété. Cela constituera le pitch (courte accroche qui dit en max 2 minutes de quoi ça parle et donne envie d'en savoir plus) d'un film, d'un roman, d'une BD, d'une série... Essayer d'y insérer des pistes de solutions aux éco-anxiétés (comment vos personnages trouvent des réponses pour faire face à ces émotions ? Quelle(s) action(s) mettent-ils en place ?). Chaque duo devra ensuite présenter son pitch devant le groupe.

Cet exercice donne à voir les différents imaginaires qui coexistent autour des écoanxiétés mais aussi la pluralité de ce qui est perçu comme facteurs d'anxiétés et les solutions que nous esquissons au sein même de nos récits.

4. Partager avec l'ensemble du groupe : « Vous devez présenter votre projet à un-e éditeur-riche ou un-e producteur-riche. Décrivez en quelques lignes votre histoire (pitch). Précisez votre public-cible ».

5. Débriefing et questionner le groupe :

- Quelles sont les histoires racontées par les écoanxiétés ? Que disent-elles sur notre rapport aux autres humains, aux non humains, sur nous, sur notre société ?
- Qu'est-ce que ça dit de nos modes de vie et de notre culture ?
- Ces histoires que vous avez racontées finissent-elles bien ? Quel est le rôle de l'espoir, de l'utopie ou de la dystopie, du rêve pour accompagner nos émotions difficiles ?

- Est-ce que quand on utilise le terme « éco-anxiété », on parle d'une émotion individuelle ? Ou parle-t-on de l'état du monde, de l'histoire qu'on se raconte sur le monde ?

Choisir les questionnements en fonction des profils des participant-es et des objectifs de votre activité.

Les moments 4 et 5 permettent de faire des liens entre le contexte social et l'écoanxiété. Ils visent à faire émerger avec le groupe les lectures plurielles du terme.

Fiche d'activité rédigée par Ecotopie

¹ Mouton, B., Van Petegem, S. & DeSmet, A. (2025). *Eco-émois : étude exploratoire sur l'éco-anxiété chez l'enfant et l'adolescent en Belgique francophone*, Fonds Houtman (ONE).

² Selon Bénédicte Mouton, le terme « éco-anxiété » reste réducteur. « Nous avons préféré parler d'éco-émotions, car d'autres sentiments émergent également, comme la colère, l'impuissance ou la tristesse. » (ULB, 2025)

³ Clayton, S., *Climate anxiety : Psychological responses to climate change*, Journal of Anxiety Disorders, Volume 74, 2020.

⁴ Dixit est un jeu créé en 2008 par Jean-Louis Roubira.



D'autres ressources permettent d'aborder les écoémotions avec les jeunes :

D'autres fiches d'activité issues du dossier *Quelle éducation face aux enjeux climatiques ?*, éd. Empreintes, 2024. Partie 5, notamment *Journal créatif* et *Stratégie de réenchantement*. www.empreintes.be > nos activités > outils pédagogiques

Le dossier pédagogique *Les émotions face aux changements climatiques*, éd. OCE, 2024 : www.oce.global/fr/ > nos ressources

Les séquences éducatives *Le parcours des émotions* et *Je me sens... quand...* issues du dispositif *Planète CPS* créé par le Pôle ESE Auvergne-Rhône-Alpes, 2025 : <https://tinyurl.com/parcoursemotion> et <https://tinyurl.com/jemesensquand>

Le podcast *Éco-émois* (ULB) qui explore les émotions des enfants et des ados face aux changements climatiques et à la perte de biodiversité, en 4 épisodes : <https://tinyurl.com/eco-emois>

Étude *Accompagner et penser les « éco-anxiétés ». Du sentiment d'impuissance à l'émancipation*, éd. Écotopie, 2024 : <https://ecotopie.be/publication/ecoanxietes>

Les formations données par Écotopie : *Ecoanxiété et peurs de notre temps : changer de regard (1/2j)* et, en module 2, *quels leviers pour rebondir ? (1j)* : <https://ecotopie.be/formations/>

Mon environnement

Alimentation, cadre de vie, biodiversité, pollution... : la santé humaine est étroitement liée à l'environnement. Ces liens, à débattre et à imaginer des pistes d'action concrètes.



Photo © Pexels - Photo de Guillaume Hankenne

J'analyse mon environnement

Public cible : P5-6 et S1-3

Durée : 2 périodes

Objectif : comprendre comment l'environnement de vie influence la santé physique et mentale

Déroulement :

Les élèves observent des paysages (photos personnelles ou proposées par l'animateur-riche ou, mieux encore, prises lors d'une sortie de terrain). En classe, ils et elles décrivent les éléments visibles (types de milieux, bâti, activités humaines, pollution, cours d'eau, état de la faune et de la flore, etc.) puis les classent en 3 catégories : ceux qu'ils aiment, ceux qu'ils n'aiment pas et ceux qu'ils n'arrivent à classer dans aucune de ces deux catégories.

Ensuite, en 4 sous-groupes (type *world café*), les élèves analysent les impacts (actuels et futurs, positifs et négatifs) que ces environnements semblent avoir sur la santé : qualité de l'air, stress, sécurité, bien-être, relations sociales...

Une mise en commun permet d'identifier des facteurs favorables ou défavorables à la santé.

En conclusion, chaque élève note dans un journal de bord une action concrète, personnelle ou collective, pour améliorer son environnement quotidien (école, maison ou quartier).

Activité complète disponible

dans la **malle PACTE** (voir *S'outiller p.30*) :
<https://fra.pacte-educ.org/ressources#> > Parcours Santé et Environnement > Activité 3



Photo © Pixabay

Le parcours du chocolat

Public cible : à partir du S1 (adaptable selon le niveau)

Durée : 2 à 3 périodes

Objectif : comprendre les liens entre alimentation, santé humaine et environnement

Déroulement :

À partir de photos, les élèves reconstituent, en sous-groupe, le parcours du chocolat, de la culture du cacao à la consommation de la tablette. Ensuite, collectivement, ils et elles partagent le résultat de leurs frises chronologiques. Dans un deuxième temps, les jeunes classent les photos par secteur d'activité (agriculture, transport, industrie...), puis, en sous-groupe, listent pour chaque secteur (ou pour un secteur en particulier) les impacts négatifs possibles sur la santé humaine, sur la santé des non-humains, ainsi que sur la santé des milieux et sur l'équilibre des écosystèmes. Les élèves réfléchissent ensuite à l'ensemble des actions possibles (à l'échelle individuelle ou collective) pour réduire ces différents impacts. Terminer en les laissant exprimer l'idée-clé que les élèves retiennent de l'activité.

Activité complète disponible sur

<https://agir-ese.org/methode/le-parcours-du-chocolat-effets-sur-la-sante-et-lenvironnement>

ement, ma santé

environnement dans lequel nous évoluons. Voici quatre activités qui invitent les élèves à analyser



Débat mouvant

Public cible : S1-3

Durée : 1 à 2 périodes

Objectif : développer l'esprit critique et comprendre la complexité des enjeux santé-environnement

Déroulement :

Dans un espace partagé en 2 zones (d'accord / pas d'accord), séparées par une ligne, les élèves doivent se positionner physiquement par rapport à des affirmations proposées par l'enseignant-e, telles que : « Ma santé dépend de la santé de mon environnement », « L'humain est le maître de la nature », « Manger sainement et durablement est réservé aux riches »... L'enseignant-e invite quelques élèves à justifier leur choix, en prenant soin de faire s'exprimer des positionnements divergents pour stimuler le débat. L'idée n'est pas d'opposer des arguments les uns aux autres, mais bien de montrer la diversité de ceux-ci. Le débat évolue ainsi au fil des arguments apportés par les pairs et des informations complémentaires amenées par l'enseignant-e.

Une synthèse collective permet ensuite de dégager les facteurs environnementaux, en lien aussi avec les facteurs sociaux, qui influencent diversement la santé.

Activité complète disponible sur

<https://agir-ese.org/methode/debat-mouvant-en-sante-environnement>



Photo © Céline Teret

Qui mange qui ?

Public cible : à partir de P1 (adaptable selon le niveau)

Durée : 2 périodes

Objectif : comprendre les liens entre biodiversité, chaînes alimentaires et santé humaine

Déroulement :

Introduire l'activité en demandant aux enfants ce qui est nécessaire à tout être vivant pour vivre (nourriture, eau, air...). Distribuer à chaque élève une carte représentant un élément d'un « réseau alimentaire » et leur demander de s'éparpiller dans un espace défini. Au top départ, ils et elles courent pour toucher un-e autre élève et comparer leurs deux cartes : si l'un mange l'autre, la proie suit son prédateur en tenant sa main ; sinon, ils continuent séparément. Des chaînes alimentaires se forment ainsi. Après 5 à 10 minutes, rassembler les élèves pour analyser les chaînes formées (producteurs, consommateurs, prédateurs). Rejouer en ajoutant des pastilles rouges sur certaines cartes choisies (végétaux, invertébrés) : quand un-e joueur-se a attrapé 5 cartes avec une pastille rouge, il/elle revient vers l'animateur-ice. Expliquer ensuite que les pastilles rouges représentent du « poison » (herbicide, pesticide, métaux lourds...), qui a contaminé ces plantes et animaux et les rend malades ou peut les faire mourir. Expliquer que cela impacte toute la chaîne alimentaire : les vivants se contaminent les uns les autres en se mangeant. Terminer en soulignant l'interdépendance entre êtres vivants et les impacts sur la santé humaine d'un élément pollué dans la chaîne.

Activité complète disponible sur

<https://www.reseau-idee.be/fr/qui-mange-qui>

Corentin Crutzen

OUTILS PEDAGOGIQUES



Retrouvez ces outils et bien d'autres sur www.reseau-idee.be/outils-pedagogiques • Mot clé : **santé**

Pédagogique

Fiches santé-environnement



Au sein de l'outil *CAPSule Santé* visant le développement des compétences psychosociales des 7-12 ans, ces 16 fiches proposent des activités autour de l'interdépendance entre santé et environnement, au travers de divers thèmes : déchets et pollution, éco-mobilité, qualité de l'air, alimentation... Pour travailler les représentations, éveiller l'esprit critique, mieux gérer ses émotions, et agir.

Ed. FRAS Centre-Val de Loire, 2023. Fiches et Guide d'utilisation téléch. sur <https://frapscentre.org/outil-capsule-enfants>

PACTE - Parcours Santé et environnement



Parmi 6 thématiques pour les 9-12 ans, la malle PACTE propose un parcours éducatif sur le thème Santé et environnement. Les déterminants de la santé, la santé de tous les êtres vivants, ou encore l'impact des pollutions et les actions à mettre en place sont abordés au travers d'activités variées, accompagnées de tous les outils nécessaires (posters, vidéos, Genially...).

Ed. LEEP, Ligue 42 & Le Mille e Una Notte, 2024. Téléch. sur <https://fra.pacte-educ.org>

Comment la nature nous fait du bien



Ce livret démontre l'importance du contact avec le vivant pour développer des compétences psychosociales telles que la sensibilité, l'attention, le lâcher-prise, la confiance en soi ou le sentiment de bien-être avec soi-même, les autres et ce qui nous entoure. Les activités sont des classiques de l'école du dehors, à tester justement si vous ne les connaissez pas encore, avec un public de 3 à 18 ans et plus.

Ed. REEB & Promo Santé Bretagne, 76p., 2025. Téléch. sur <https://reeb.asso.fr> > Les ressources

éCo-Santé



Au départ de cartes illustrées, cet outil invite à mettre en évidence les liens entre santé humaine et santé environnementale, et les actions collectives permettant d'atteindre des co-bénéfices santé-environnement, avec un regard sur les inégalités sociales de santé. Facile à prendre en main sans connaissances préalables, l'outil permet à un-e animateur-riche ou un-e prof d'introduire le sujet avec des adultes ou en fin de secondaire.

Ed. Culture & Santé, 2025. Gratuit ou téléch. sur www.cultures-sante.be > Outils & ressources

Wagyl



Cet outil ludique invite les participant-es à incarner différents métiers et à définir des actions concrètes sur un territoire commun, où les santés végétale, animale et humaine interagissent. Conçu pour animer un groupe de professionnel·les autour du *One Health*, Wagyl encourage une pensée systémique, amenant chacun-e à explorer son pouvoir d'action. Lire aussi p.23

Ed. ESPRIST, 2024. Téléch. sur www.esprist.uliege.be > Formation et diffusion

La Fresque de la Santé Environnementale



Basée sur le modèle de la *Fresque du climat*, cette animation met en lumière les liens entre santé et environnement. Chaque équipe crée une affiche en reliant des cartes entre elles selon une logique cause-conséquence, pour ensuite rechercher des

solutions, individuelles et collectives. Pour une première approche du sujet, avec des adultes ou en fin de secondaire.

Ed. Novabuild, 2023. Vidéo-tuto et téléch. sur www.novabuild.fr/nos-actions/fresquesante

Créer un jardin de soins



Ce guide méthodologique revient sur l'histoire des jardins thérapeutiques, les adaptations par rapport à un jardin classique en fonction des occupant-es, et les étapes de réalisation : analyse de l'existant, choix des plantations, coût, points de vigilance... Il s'attache aussi aux manières de faire vivre les jardins, comment préparer et animer une séance d'hortithérapie dans le respect des patient-es, et livre des témoignages et exemples de jardins existants.

P. Lebay, éd. Terre vivante, 208p., 2022. 25€

Symbioses



Notre magazine a consacré plusieurs dossiers à des thèmes liés à la santé. Le N°144 sur **l'environnement sonore** analyse p.ex. les impacts négatifs du bruit sur la santé humaine et des écosystèmes, mais aussi l'impact positif des sons de la nature. Le N°136 (**Dehors**) aborde les bienfaits de l'apprentissage et des sorties en nature. Pointons aussi les N°120 sur les **émotions**, dont l'écoanxiété, et le N°119 qui traitait déjà du thème **environnement et santé**.

Ed. Réseau IDée - 4€/N° ou téléch. sur www.symbioses.be

Infos & Réflexion

Tout comprendre : la pollution de l'air



Particules, gaz, COV, polluants organiques persistants (POP), métaux lourds... Quels sont les polluants atmosphériques ? Qui les émet ? Avec quelles conséquences sur la santé et l'environnement ? Comment les réduire ? Cette brochure offre un tour d'horizon du sujet, à compléter par d'autres guides : **Comment améliorer la qualité de l'air chez soi ?**, **Comment préserver sa santé et la planète ?...**

Ed. ADEME, 23p., 2025. Téléch. sur <https://librairie.ademe.fr/> > Recherche

Fiches-conseil d'éconso



Le site de l'asbl regorge de fiches et d'articles abordant différentes formes de pollutions (solvants organiques, PFAS, perturbateurs endocriniens, pesticides...) et donnant des conseils pratiques pour en réduire l'exposition par de meilleurs choix de consommation.

A retrouver sur www.ecoconso.be > Recherche p.ex. avec le mot-clé *santé*

Guide Scol'Air



Ce petit guide procure conseils et bonnes pratiques pour un air sain à l'école : aération, contrôle du chauffage, préparation des repas, produits d'entretien, fournitures, bruit, ondes électromagnétiques... Une brochure rédigée avec l'aide d'experts en santé et destinée aux enseignant-es mais aussi

aux gestionnaires d'établissement et médecins scolaires.

Ed. Bruxelles Environnement, 24p., 2019. Téléch. sur <https://document.environnement.brussels>

Santé mentale et environnement



La santé mentale ne dépend pas que de facteurs individuels. Pollution, bruit, manque de nature ou changement climatique influencent notre équilibre psychique. Ce petit guide, rédigé par des professionnel·les de la santé, explore ces liens et présente des pistes de solutions, individuelles et collectives, pour mieux préserver notre bien-être. Une introduction synthétique, pour une première approche de cette problématique.

Ed. ASEF, 9p., 2025. Téléch. sur www.asef-asso.fr > Nos productions > Les petits guides

Préserver la nature pour protéger la santé des populations



Ce dossier éclaire les liens multiples et complexes entre nature et santé (physique et mentale) des individus, à la lumière des récentes publications scientifiques. Au travers de réflexions, entretiens et exemples, il aborde de nombreux aspects : représentations et connexion à la nature selon les cultures, jardins thérapeutiques, syndrome du manque de nature, écoanxiété, inégalités d'accès à la nature, prescriptions de nature, école du dehors.

Ed. Santé publique France, La Santé en action N°467, 60p., oct. 2024. Téléch. sur <https://tinyurl.com/sante-en-action-467>

Santé planétaire - Prescriptions médicales pour un environnement sain



La santé planétaire est une démarche scientifique transdisciplinaire selon laquelle notre santé est indissociable de celle des écosystèmes et du monde vivant. Après avoir exposé les conséquences de la triple crise écologique (climat, pollution atmosphérique, biodiversité) sur la santé humaine, l'ouvrage plaide pour une communication sur ces enjeux recadrée comme un enjeu de santé, afin de provoquer les changements de société qui s'imposent. Exposition à la nature, systèmes de santé résilients, réduction de la dépendance aux fossiles... : les solutions préconisées s'éloignent d'une vision curative et individualiste de la santé.

C. Pétrin-Desrosiers, éd. écosociété, 224p., 2025. 18€

La fabrique des pandémies

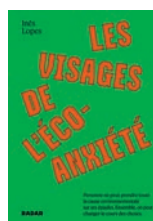
Issu de travaux et entretiens avec des scientifiques, cet essai alerte : les activités humaines, en précipitant l'effondrement de la biodiversité, ont créé les conditions d'une « épidémie de pandémies ». La destruction des écosystèmes par la déforestation, l'urbanisation, l'agriculture



industrielle et la globalisation économique menacent la santé planétaire via la multiplication des zoonoses : sida, dengue, rougeole, SARS, covid-19... Seul antidote : la préservation de la biodiversité, impliquant d'en finir avec l'emprise du modèle économique dominant sur les écosystèmes.

M.-M. Robin, éd. La Découverte, 352p., 2021. 20€ - www.lafabriquedespandemies.com

Les visages de l'écoanxiété



Colère, anxiété ou impuissance, cet essai décrypte différentes émotions ressenties face à l'état du monde, tout en les légitimant et en offrant des stratégies pour soutenir l'action (individuelle, collective et systémique) comme antidote au désespoir. L'ouvrage invite à l'écoute de soi, en prenant soin de sa santé mentale mais aussi de l'environnement. Pour les éducateur·rices souhaitant aborder les éco-émotions avec leurs publics ou les jeunes confronté·es à l'urgence écologique.

I. Lopes, éd. écosociété, 152p., 2023. 14€

Jeunesse

Mon premier bain de forêt



Ce dimanche, Lisia et ses parents partent prendre un bain... de forêt ! Des arbres à perte de vue, l'odeur de terre et de résine... Tous les sens de Lisia sont en éveil. Toucher l'écorce, serrer le tronc contre soi, marcher pieds nus dans la mousse pour se reconnecter à la nature, observer les arbres et imaginer leur longue vie... Un album à utiliser p.ex. après une activité sensorielle en forêt, pour se rappeler ce qu'on y a vécu. Dès 5 ans.

I. Collioud-Marichallot & J. Lagrange, éd. Glénat, 32p., 2021. 12€

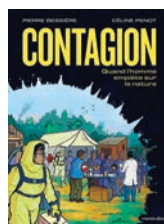
Les couleurs de demain



Déforestation, fonte des glaces, espèces menacées, pollution... Les élèves de M. Christophe sont démoralisé·es ! Mais une rencontre inattendue permet aux enfants de dessiner un nouveau monde. S'autoriser à créer, imaginer et penser différemment, n'est-ce pas le terreau nécessaire pour amorcer le changement ? C'est de manière subtile que cet album aborde la solastalgie et la résilience par la créativité et l'écoute de ses émotions. Dès 6 ans.

M. Roegiers, éd. Alice, 32p., 2023. 14€

Contagion



Centré sur la traque et le traitement du virus Nipah, apparu en Malaisie en 1999, cette BD explique clairement les liens entre les mécanismes d'émergence et de transmission des maladies infectieuses et les dégradations environnementales, l'agriculture intensive et le commerce d'animaux sauvages. L'ouvrage vulgarise des concepts scientifiques pointus sans trop les simplifier, des touches d'humour allégeant le propos. Un ouvrage éducatif et agréable à lire, dès 15 ans.

P. Bessière & C. Penot, éd. Marabout, 128p., 2025. 23,95€

Tout comprendre (ou presque)...



Plusieurs ouvrages de cette collection alliant rigueur scientifique et vulgarisation permettent de relier les enjeux de santé et d'environnement. Afin de **Tout comprendre (ou presque) sur la biodiversité** (maladies émergentes, impacts de la pollution...), **l'eau** (qualité, pollution...), **le climat** (canicules, dégel du pergélisol...), ou encore la **forêt** (bien-être, ressources pharmaceutiques...). Dès 15 ans

Ed. CNRS, env.140p., 2022 à 2024. 19€



ORGANISMES RESSOURCES

Canopea

La fédération wallonne des associations environnementales met à disposition, sur son site, des analyses sur le thème « Santé-Environnement » (pollution sonore, PFAS, pesticides, zoonoses, etc.). Citons aussi le projet CAPTAction, lié à la qualité de l'air. À la demande, Canopea peut intervenir sur ce sujet dans le cadre de formations.

www.canopea.be - 081 39 07 50

D'Une Cime à l'Autre

Cet organisme de la région de Chimay est spécialisé dans l'accompagnement éducatif et psycho-social par la nature et l'aventure (bivouac, escalade, canoë...). Il propose des séjours de « rupture » (immersion totale en nature) pour des jeunes en difficulté et des séjours nature pour adultes en situation précaire.

www.dunecimealautre.be - 0476 88 51 46

écoconso

Cette association encourage des choix de consommation respectueux de l'environnement et de la santé, notamment en publiant des analyses et des fiches conseils sur son site. Sa prochaine campagne, lancée au printemps 2026, sera consacrée aux co-bénéfices santé-environnement.

ecoconso.be - 081 73 07 30

Ecotopie

Parmi les formations proposées par ce laboratoire d'écopédagogie aux éducateur-rices, pointons *Ecoanxiété et peurs de notre temps* (en 2 modules): *changer de regard* (1/2j) et *Quels leviers pour rebondir ?* (1j), et *Émotions, récits, effondrements : prendre du recul pour intensifier nos actions écologiques* (2j). Des études et un podcast sont aussi consacrés à ces thèmes. (*Lire aussi p.26*).

www.ecotopie.be - 04 250 95 84

Empreintes

Cette association propose, à Bruxelles et en Wallonie, divers projets et outils axés sur le bruit à l'école, qui abordent les liens entre environnement sonore et santé/bien-être et visent leur amélioration. En outre, elle évoque les émotions et l'écoanxiété dans ses formations consacrées aux enjeux climatiques.

www.empreintes.be - 081 390 660 - Projets Bruit à l'école à Bruxelles : <https://tinyurl.com/BE-bruit-ecole>

Espace Environnement

Cette asbl hennuyère sensibilise et forme divers publics à des enjeux liant santé et environnement, notamment sur les pollutions dans les espaces intérieurs (avec le kit d'animation *Les perturbateurs endocriniens sous la loupe*) et sur l'alimentation durable (animation, formation de professionnel-les...). Elle a aussi co-créé l'outil *Sanisol*, qui aide à réduire les risques liés à la culture potagère sur des sols pollués.

www.espace-environnement.be - 071 300 300

ESPRIst

Cette équipe interfacultaire de l'ULiège travaille sur les enjeux d'Emancipation sociale, de Santé des Populations, de Réduction des Inégalités, dans des sociétés en transition. Elle a créé le jeu *Wagyl* axé sur le One Health (*lire p.23*) et organise *Ecocom's*, formation (pour demandeur-ses d'emploi) en éducation et communication pour la transition sociale, écologique et la santé.

www.esprist.uliege.be - 04 366 28 97

GoodPlanet Belgium

GoodPlanet propose des animations scolaires axées sur l'alimentation durable, incluant un atelier cuisine : *GoodCook* (P4 à P6) (*lire p.24*) et *GoodStart* (P5 à S2). Pointons aussi le projet *Un Bois Gourmand à l'école* (culture et alimentation saine) et les GoodPlanet Challenges *Croque Local*, *Bougeons mieux* et *Alors on sort*.

www.goodplanet.be/fr - 02 893 08 08

Nature & Progrès

Association des consommateurs, jardiniers et producteurs pionniers du bio, Nature & Progrès se situe au carrefour de la santé humaine et de la santé de la terre, en quête de solutions durables. Elle informe et mobilise via sa revue (et le salon) *Valériane*, des campagnes, des études, un podcast...

www.natpro.be - 081 30 36 90

Programme Soins verts-Groene Zorg

Cette initiative collective portée par la Fondation Terre de Vie étudie l'impact des prescriptions de soins verts (*lire p.17*) et leurs possibles modalités au sein de notre système de santé. Il mène actuellement une étude sur les effets d'activités régulières dans des structures d'agriculture sociale pour des personnes en burn-out professionnel.

www.soinsverts-groenezorg.be

Société Royale Forestière de Belgique

Association visant à promouvoir les forêts et les forestier-es, la SRFB mène, depuis 2023, avec l'unité pour adolescents du Centre Neuro Psychiatrique Saint-Martin, un projet de thérapie en forêt, à destination de jeunes souffrant de troubles de la santé mentale. Celles et ceux-ci vivent notamment de courts séjours d'immersion en forêt. Forts de cette expérience, ces partenaires sont engagés dans le projet européen *Forest4youth*.

<https://srfb.be> (> Formations > Nos projets) - 02 223 07 66

Therra

Reconnue à la fois comme organisme d'éducation à l'environnement et de promotion de la santé, cette association située à Wépion propose des ateliers autour de la santé globale (humaine et environnementale), des formations aux soins verts, des séjours de ressourcement pour personnes en (risque de) burn-out, des accompagnements à la création de jardins de soins... (*Lire p.20*)

www.therra.be - contact@therra.be

► Mais encore

Adalia 2.o., pour ses formations et infos (brochures et site) expliquant comment gérer de manière écologique les espaces verts (espaces publics, jardins...), en évitant l'usage de pesticides. www.adalia.be - 081 39 06 19

Aquascope Virelles, pour son centre ethnobotanique qui propose des formations, stages et livres sur les plantes et leurs usages – médicinaux, comestibles, etc. www.aquascope.be - 060 21 13 63

Comunétic, dans les Ardennes, pour ses formations et animations autour de l'alimentation durable (lien alimentation-santé, impact des divers modèles agricoles, etc.). www.comunetic.com - 0487 300 616

CRIE de Mariemont, pour les animations scolaires *L'alimentation durable, késako ?* (P4 à S6) et *Comment fabriquer une vache ou un poulet ?* (P3 à S6), axées sur les impacts de l'alimentation sur la santé, l'environnement et la société. www.crie-mariemont.be/fr - 064 23 80 10

CRIE de Villers, pour ses animations *Pesticides et chaînes alimentaires* (P4 à P6) et *Pesticides et bio-accumulation* (S1 à S6). Citons aussi *De ma fourchette à ma planète* (P1 à P6). www.crievillers.be - 071 87 98 78

Cuisine Sauvage, pour ses conférences et ses stages *Phytothérapie & plantes sauvages* ou *Nutrition & plantes sauvages* (5j). www.cuisinesauvage.be - 0488 06 52 06

Éducation Environnement/CRIE de Liège, pour ses animations scolaires abordant l'alimentation saine et durable : *Collations saines* (P4 à P6) et *Tiquons sur l'étiquette* (secondaire). www.education-environnement.be - 04 250 75 10

Ekikrok, à Gembloux, pour ses projets axés sur l'alimentation saine et durable : jardin potager collectif (où se côtoient des volontaires et des personnes cérébrolésées ou porteuses de handicap), ateliers *Collations saines*, stages... www.ekikrok.be - 0476 27 14 04

Fédération belge francophone des Fermes d'Animation, pour sa formation *Bien-être animal et éducation au one welfare* (professionnel-les de l'éducation ou de l'élevage), ainsi que les **fermes d'animation** pour leurs activités qui illustrent les liens entre l'environnement, l'agriculture et l'alimentation (santé humaine) www.fermedanimation.be - 0488 55 28 22

La Cité s'invente, à Liège, pour ses ateliers autour de l'alimentation durable (programmés ou à la demande), notamment *Les aliments fermentés, c'est bon pour la santé*. www.lacitesinvente.be - 04 274 13 75

La Leçon verte, pour ses balades de ressourcement et d'apaisement destinées à des personnes fragilisées, proposées dans les provinces du Brabant wallon et de Namur. www.leconverte.org - 0495 50 50 67

Le Début des Haricots, asbl bruxelloise qui accompagne des projets reliant santé et agriculture urbaine et/ou alimentation durable (potager, ateliers cuisine, plantes médicinales...). www.haricots.org - ledebut@haricots.org

Le Prémobile, à Lessive, pour ses *Balades débranchées*, organisées sur demande, pour l'accompagnement de personnes en situation de burn out. www.lepremobile.be - 0494 38 33 38

Musée des Sciences Naturelles, pour ses animations *Biodiversité en ville* (P4, S2) et son exposition permanente *BiodiverCity*. www.naturalsciences.be/fr - 02 627 42 34

Natagora, pour ses projets *Nature pour tous* favorisant le contact avec la nature pour des publics à besoins spécifiques, notamment des personnes porteuses d'un handicap. www.natagora.be/nature-pour-tous - 0486 78 08 85

Nature & sens, à Bois-de-Villers, pour ses projets scolaires d'éducation au bien-être animal, de réflexion sur la relation humain/animal, et de reconnexion à la nature. www.naturetsens.be - 0485 94 31 77

Observatoire de l'environnement, association de citoyen-nes de la région d'Arlon, pour ses ateliers sur l'écoanxiété organisés une fois par an. <https://obse.be>

Pleine Terre, asbl bruxelloise, pour ses animations scolaires (M et P) sur l'alimentation durable, et pour l'accompagnement à la mise en place d'espaces de production alimentaires durables. <https://pleine-terre.be>

Rencontre des Continents, pour ses activités sur l'alimentation durable, notamment des formations et une mallette pédagogique (co-construite avec le CNCD) à paraître au printemps 2026.
www.rencontredescontinents.be - 02 734 23 24

Revert, à Verviers, pour son animation sur la qualité de l'air dans l'habitat et les bons gestes à adopter (sur demande, pour groupe d'adultes ou de professionnel·les).
www.revert.be - 087 33 77 37

Saute-ruisseau, à Sombreffe, pour ses animations nature adaptées à des groupes aux besoins spécifiques (liés à la santé physique ou mentale, à un handicap, etc.).
<https://tinyurl.com/saute-ruisseau-asbl> - 0497 99 57 47

Sparkohl, à Frameries, pour ses expos permanentes *Mon corps, ma santé* et *Lab'expo chimie et sciences de la vie*, et ses animations scolaires (*Immunisés ?*, *Laver l'eau*, *Je suis ce que je mange...*). www.sparkohl.be - 065 61 21 60

Tournesol, à Bruxelles, pour ses animations scolaires sur l'alimentation durable (P3 à P6), en particulier *Notre assiette sous la loupe* (nos besoins alimentaires - fruits, origines et saisons - agriculture bio et conventionnelle).
www.tournesol-zonnebloem.be - 02 675 37 30

De nombreuses associations d'ErE – citées ci-dessus ou non – sensibilisent et développent d'autres projets aux effets bénéfiques sur la santé (école du dehors, reconnexion à la nature, mobilité douce, préservation des ressources naturelles...). Retrouvez-les sur www.reseau-idee.be >Services >Adresses utiles

► Acteurs de la santé

Administrations

En Belgique, les compétences de santé sont réparties entre les autorités fédérales et les entités fédérées – ces dernières sont notamment compétentes en matière de promotion de la santé. Sur les sites de ces administrations, on trouvera diverses infos, conseils, rapports...

► **Fédéral** : SPF Santé publique, Sécurité de la Chaîne alimentaire et Environnement (www.health.belgium.be/fr) ; Sciensano, institut scientifique de santé publique et animale (www.sciensano.be/fr).

► **Région bruxelloise** : Vivalis (www.vivalis.brussels/fr) et son Observatoire de la santé et du social (> onglet Informer).

► **Wallonie** : AVIQ (www.aviq.be/fr) ; l'ISSEP (www.issep.be), institut scientifique, traite d'enjeux au carrefour de l'environnement et de la santé.

Centres locaux de promotion de la santé

Les 9 CLPS wallons et le CBPS bruxellois offrent un accompagnement méthodologique et documentaire aux professionnel·les qui développent des projets éducatifs favorisant la santé et le bien-être.

www.lesclps.org - www.cbps.be

Cultures & Santé

Cette association de promotion de la santé dispose d'un centre de documentation à destination des professionnel·les. Sur son site, des outils téléchargeables dont *éCo-Santé* (lire p.30), pour aborder les co-bénéfices santé-environnement, ou encore des animations et des formations.

www.cultures-sante.be - 02 558 88 10

Docteur Coquelicot

Ce projet de vulgarisation et de plaidoyer, porté par la Société scientifique de Médecine générale, est axé sur les interactions entre l'environnement et la santé humaine (pollutions, alimentation, changement climatique...).

<https://docteurcoquelicot.com>

Fédération des Maisons médicales

140 Maisons médicales garantissent l'accès aux soins pour tous·tes tout en agissant, collectivement, sur ce qui influence la santé : logement, alimentation, conditions sociales... Pointons le dossier *Ecologie & santé*, publié par cette fédération (revue Santé conjugée n°109, 2024).

www.maisonmedicale.org - 02 514 40 14

FWPSanté et FBPSanté

Les Fédérations wallonnes et bruxelloise de Promotion de la Santé rassemblent et visibilisent une centaine d'associations de promotion de la santé sur les deux régions.

www.fwpsante.be - www.fbpsante.brussels

Kodama Px

Née à la suite d'un projet pilote mené au Centre de Santé des Carrières de Sprimont avec l'implication des asbl d'ErE Les découvertes de Comblain et Le Fagotin, cette association encourage la réflexion et l'installation des *prescriptions de nature* partout en Wallonie (lire p.17). Elle accompagne les soignant·es et structures de santé dans ce type de projets.

www.kodamapx.com

Question Santé

Cette asbl défend la santé comme une conception globale prenant en considération ses déterminants sociaux, économiques, environnementaux et culturels. Entre autres activités, elle édite des publications pour un large public et propose de l'accompagnement, des outils et des animations aux associations et à toute structure souhaitant débattre d'enjeux de société en lien avec la santé, le bien-être et la qualité de vie.

<https://questionsante.org> - 02 512 41 74

3 Editorial

Pour une pédagogie du soin

4 Epinglé

Du côté de la recherche - Le coin des militant-es - Vu ailleurs

6 Nouveautés

Des outils pédagogiques, livres jeunesse et ouvrages d'info récemment parus.

8 DOSSIER PEDAGOGIQUE

Santé et environnement : apprendre à prendre soin

Comprendre

9 Une seule santé, parce que tout est lié

L'approche *One Health* (*Une seule santé*) nous rappelle que les santés humaine, animale, végétale et des écosystèmes sont interdépendantes, et invite à travailler en interdisciplinarité, pour les préserver. Entretien avec Nicolas Antoine-Moussiaux.

12 « Il y a une superposition des précarités sociales, environnementales et de santé »

La qualité de notre environnement impacte fortement notre santé. Inversement, notre système de soin impacte l'environnement. Interview d'Anne Berquin, coordinatrice d'un certificat interuniversitaire dédié aux soins de santé durable.

14 Éduquer pour la santé de tous les êtres vivants

Comment aborder la santé en tant que professionnel·les de l'éducation ? Et si nous jetions un regard plus large, pas uniquement axé sur la santé des individus et des populations mais aussi sur celle des vivants autres qu'humains autour de nous ?

S'inspirer

17 Nature sur prescription

Et si les médecins prescrivaient des doses de nature ? En Wallonie, Kodama Px accompagne des centres de santé pour intégrer la prescription de nature dans leurs pratiques médicales, en partenariat avec le secteur environnemental.

20 Un jardin pour prendre soin

Avec l'asbl Therra, le jardin devient un espace de promotion de la santé, d'éducation à l'environnement et de justice sociale. Reportage.

23 Relier les santés par le jeu

Créé par ESPRist, l'outil ludopédagogique Wagyl fait vivre le concept *One Health* en suscitant réflexion, débat et prise de conscience.

24 L'alimentation pour jeter des ponts

Les animations *GoodCook*, proposées par GoodPlanet, sensibilisent les élèves à l'alimentation durable, bonne pour la santé et respectueuse des écosystèmes.

Appliquer

26 L'écoanxiété en récits

Une activité pour aborder, avec les ados et les adultes, leurs représentations des écoanxiétés et trouver des stratégies pour les apaiser.

28 Mon environnement, ma santé

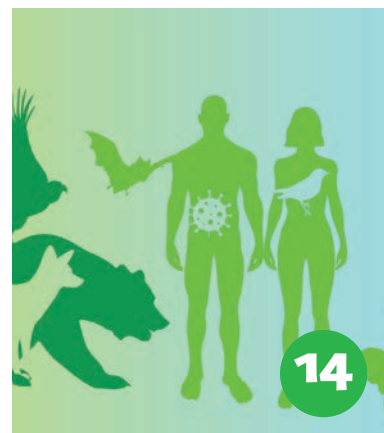
Quatre activités pour explorer les liens santé-environnement avec des élèves.

30 S'outiller

Notre sélection d'outils – pédagogiques, d'info, jeunesse – sur la santé et l'environnement.

33 S'entourer

Des organismes ressources pour animer votre groupe, vous former, vous informer...



14



17



26



28

Photo © CSIC

Photo © Par Istema — CC BY-SA 4.0

Photo © Pixabay