

Interconnexion : être connecté à la nature

Leçon 2



This project has received funding from the European Union's HORIZON CSA HORIZON Coordination and Support Actions under Grant Agreement No. 101059900.



Observer un arbre



- Levez-vous et « bougez » très lentement du talon aux orteils, sans bouger.
- Observez en silence l'aspect de l'arbre. Regardez le tronc, les branches et les feuilles. Observez si l'arbre est immobile ou en mouvement. Qu'entendez-vous ?
- Prenez quelques respirations profondes tout en observant et soyez conscient de ce que vous ressentez.



Paysage fluvial



Interconnexion

Dans la nature, tous les êtres vivants sont connectés.

Quelle interconnexion voyez-vous ici ?



Cloportes



Comment réagissent les cloportes lorsque vous prenez leur «protection» ?

L'interconnexion fait référence à la manière dont toutes les choses du monde sont connectées. Expliquez l'exemple des cloportes.



Les humains font partie du monde naturel et il est important de nouer des liens avec lui, pour notre bien-être, notre compréhension et pour nous inciter à protéger la nature. Il existe cinq moyens essentiels pour améliorer notre relation avec la nature :



Contact

Apprendre...

Utilisez vos sens pour vous engager pleinement avec la nature.



Émotion

Apprendre...

Engagez-vous émotionnellement avec la nature.



Beauté

Apprendre...

Utilisez le monde naturel comme source d'inspiration pour quelque chose de créatif.



Signification

Apprendre...

Remarquez comment la nature apparaît dans les chansons et les histoires, les poèmes et l'art, et célébrez le mystère, les signes et les cycles de la nature.



Compassion

Apprendre...

Contribuez à prendre soin de la nature par l'action.

Faire...

- Écoutez le chant des oiseaux.
- Sentez les fleurs sauvages.
- Regardez la brise dans les arbres.
- Marcher pieds nus dehors.
- Goûtez les mûres des haies.

Faire...

- Trouvez de la joie en regardant la faune jouer.
- Émerveillez-vous devant une toile d'araignée.
- Trouvez le calme près de l'eau.

Faire...

- Créez de l'art sauvage.
- Peignez les couleurs étonnantes d'un insecte.
- Prenez une photo d'une fleur.
- Visitez une vue imprenable.

Faire...

- Créez une histoire sur un arbre.
- Cartographier le voyage d'une abeille.
- Lire des contes populaires sur la nature.
- Célébrez le jour le plus long, la première hirondelle ou la chute des feuilles.

Faire...

- Nourrir les oiseaux.
- Plantez des fleurs sauvages.
- Participez à un nettoyage de plage.
- Creusez un étang.
- Installer un nichoir.

