



24 novembre 2023

Communiqué de presse

Conférence théâtralisée "Un bon bol d'air" sur le syndrome du manque de nature

Ce mardi 21 novembre, sous le chapiteau d'Arc en cirque à Chambéry-le-haut, près de 110 éducateurs se sont réunis pour prendre « un bon bol d'air », la conférence théâtralisée sur le syndrome du manque de nature. Une matinée gratuite organisée à l'initiative du collectif « Sors en montagne Savoie », dont les membres sont les Parcs naturels régionaux de la Chartreuse et du Massif des Bauges, le Parc national de la Vanoise, Savoie Mont Blanc Juniors, le Service départemental à la jeunesse, à l'engagement et aux sports, l'association Mountain Riders, Educ'Alpes et le Conseil départemental de la Savoie.

Cette matinée, en lien avec l'Observatoire de la Santé chez les Jeunes, porté par le Conseil Départemental de la Savoie, visait à croiser les regards entre les acteurs de la santé, du sport, de la jeunesse et de l'éducation à l'environnement, afin de **mettre en lumière et comprendre les liens entre santé et nature**.

L'identification d'un « syndrome de manque de nature » est issue de nombreuses observations scientifiques et aboutit à une hypothèse : **en passant plus de temps dedans, loin de la nature, l'humanité s'expose à de nombreux problèmes physiques et mentaux**.

De nos jours, cette problématique concerne surtout les pays les plus industrialisés, et notamment les enfants (5 à 10 % des enfants au Canada). Des enquêtes et des études scientifiques apportent régulièrement de nouvelles preuves, pistes et hypothèses (5 à 10 % des enfants au Canada sont atteints de trouble de l'hyperactivité avec déficit de l'attention (TDAH), un enfant sur quatre y est en surpoids ou en obésité).

Les enjeux sont de taille :

- La santé physique et mentale, avec les maladies chroniques,
- Les finances publiques, avec le coût des médicaments,
- L'écologie, avec la prise de conscience et la préservation de la nature.

Pour y répondre, **cette conférence sur le syndrome du manque de nature est vulgarisée sous la forme d'une pièce de théâtre** mise en scène et jouée par Thomas Séchet et Marie-Laure Girault, membres du réseau FRENE (Réseau Français d'Education à la Nature et à l'Environnement, anciennement Réseau Ecole et Nature).

Synopsis : La professeure Lana TURSOIGNE vient présenter les résultats d'études scientifiques sur notre santé mentale et physique, amenant au concept de « syndrome du manque de nature ». Seulement... les frasques d'un assistant poète et naturaliste, Jean-Bernard GRENOUILLE, vont la déstabiliser et la bousculer dans ses postures (ou certitudes) et

son rapport à la nature. Humour et décalage, une conférence atypique et interactive pour parler des rapports que nous entretenons avec la nature et apporter des éléments de compréhension de ses bénéfices.

À l'issue de cette représentation « Un bon bol d'air », du besoin vital de nature à la prescription de sorties ; **les participants se sont vu remettre leur ordonnance santé** : une dose de nature minimum recommandée pour une bonne santé physique et psychique avec 20 minutes par jour, 2 heures par semaine, 2 jours par moi, une semaine par an !

S'en est suivi un riche temps d'échange entre participants, acteurs et organisateurs, où **chacun a pu questionner son propre rapport à la nature.**

Le collectif « **Sors en montagne Savoie** », à l'initiative de cette matinée, a pour ambition de **former et d'accompagner les professionnels de l'enfance et de la jeunesse dans la mise en place de séjours éducatifs en montagne**, pour tous les enfants et jeunes, en toutes saisons. Ses actions se centrent sur des temps de formation « Osez la montagne avec tous les jeunes » et sur des temps d'échanges et d'information dans le cadre des « Colporteurs de montagne ».

Pour en apprendre plus sur le syndrome du manque de nature :

- Synthèse des études et enquêtes scientifiques : <https://frene.org/wp-content/uploads/2021/07/Syndrome-manque-nature-FRENE.pdf>, réalisée par le réseau FRENE
- *Une enfance en liberté*, Richard LOUV, éditions LEDUC.S du 18-02-2020 : <https://richardlouv.com/>



Les acteurs Thomas Séchet et Marie-Laure Girault, membres du réseau FRENE
© I. Chapel - Parc national de la Vanoise



Temps d'échanges entre participants et conférenciers © A. Attenborough - SMBJ



Les membres du collectif « Sors en montagne Savoie » © I. Chapel - Parc national de la Vanoise

Contacts presse pour le collectif :

Morillon Sylvain

Responsable projet « éducation / formation »

Association Montain Riders

07 49 27 75 91

sylvain@mountain-riders.org

Élisabeth Berlioz

Chargée de mission communication

Parc national de la Vanoise

06 70 67 70 46

elisabeth.berlioz@vanoise-parcnational.fr

