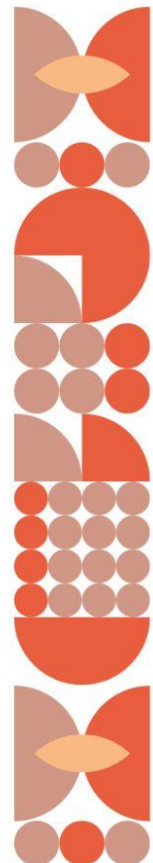
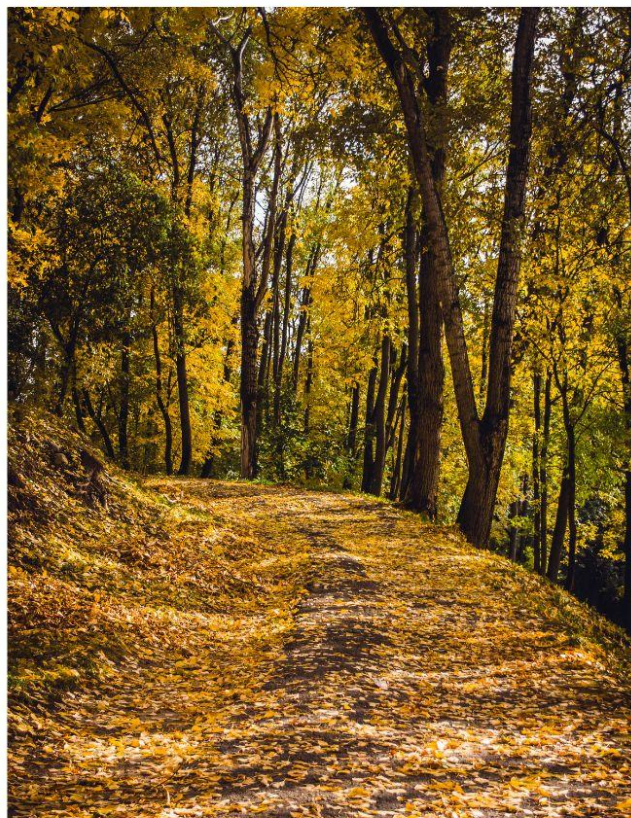
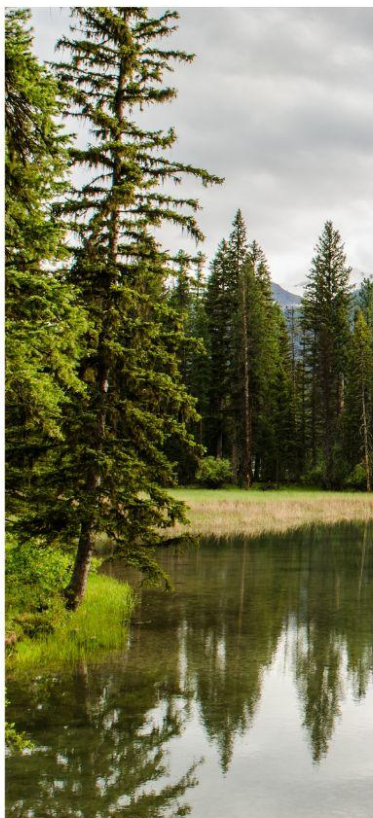




# Livret d'expérimentations et d'initiatives inspirantes Soins par la nature

PROJET INTERREG ARDENNE GOOD LIFE 2025





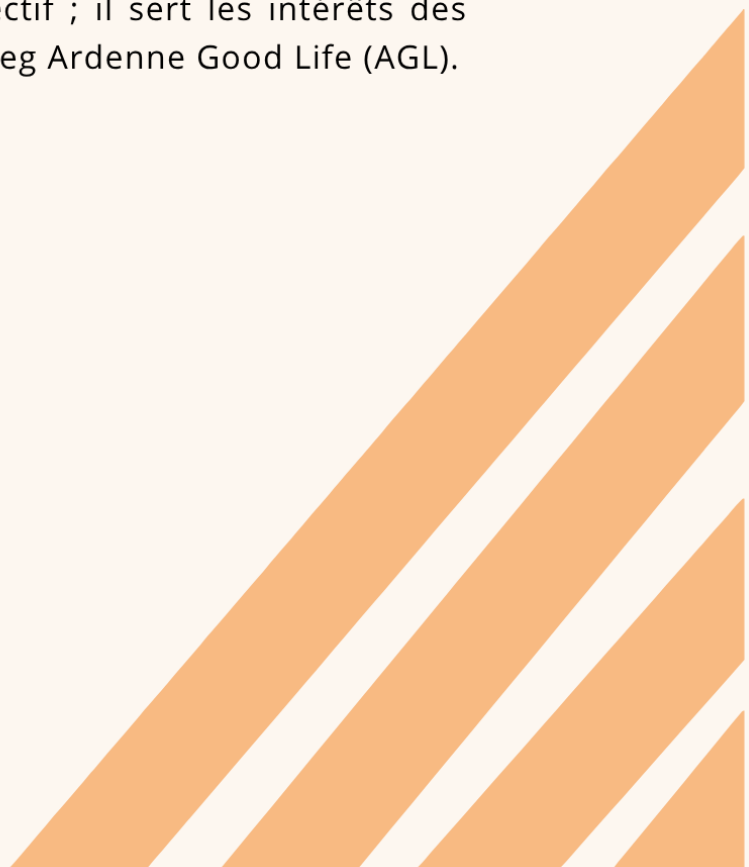
# Notes à l'intention des lecteurs

Ce document rassemble des fiches synthétiques, présentant différents types de projet en lien avec la thématique des soins par la nature :

- 1 programme gouvernemental
- 5 projets de recherche européens
- 5 projets inspirants mis en œuvre sur les territoires

Ces fiches projets ont été formalisées par l'équipe SEDETIAM Conseil, dans le cadre du projet Interreg Ardenne Good Life (AGL). Toutes les informations recueillies sont tirées des sites internet et pages dédiées à la présentation des projets (consultées entre le 1<sup>er</sup> septembre et le 10 octobre 2025). Chaque fiche projet a fait l'objet d'une demande de relecture auprès de leurs équipes coordinatrices.

Ces fiches projets ont pour but d'inspirer et de valoriser les initiatives en faveur des soins par la nature. Pour chacune, le paragraphe mentionnant un avis sur les « forces du projet » est subjectif ; il sert les intérêts des travaux du conseil scientifique du projet Interreg Ardenne Good Life (AGL).

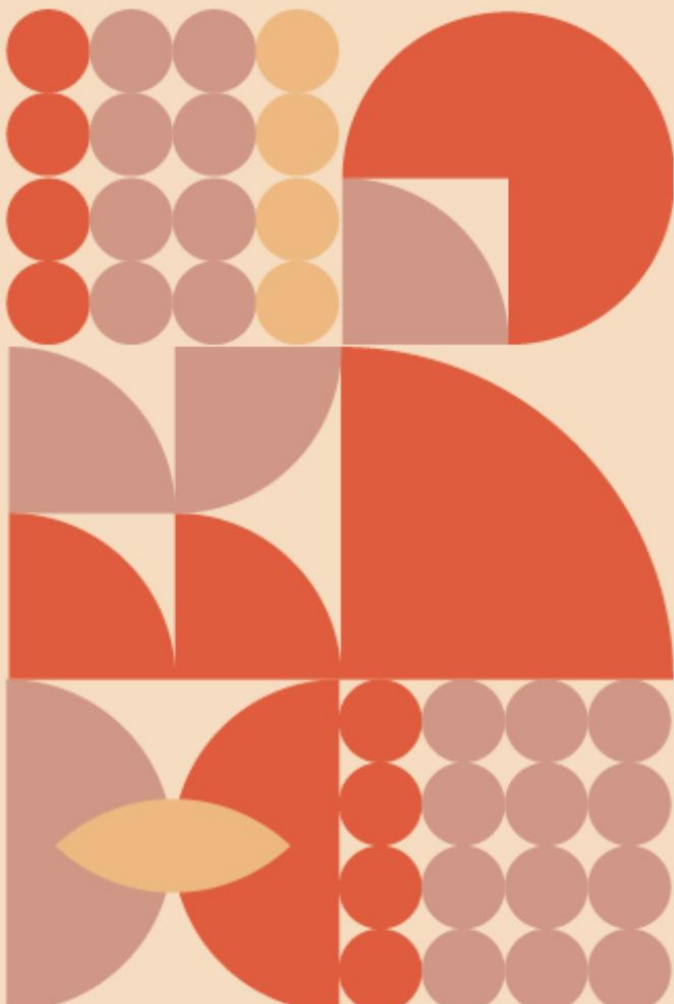




Notes à l'intention des lecteurs .....	1
Fiche projet 1 .....	7
<b>Green Social Prescription Project (GSP Project) .....</b>	<b>8</b>
LA PRESCRIPTION SOCIALE VERTE .....	9
LE PROJET EN BREF .....	9
FORCES DU PROJET .....	10
Fiche projet 2 .....	13
<b>RECETAS Re-imagining Environments for Connection and Engagement .....</b>	<b>14</b>
LA PRESCRIPTION SOCIALE BASÉE SUR LA NATURE.....	15
LE PROJET EN BREF .....	15
FORCES DU PROJET .....	17
Fiche projet 3 .....	18
<b>RESONATE Resilience through nature-based therapies.....</b>	<b>18</b>
THÉRAPIE BASÉE SUR LA NATURE ET RÉSILIENCE .....	19
LE PROJET EN BREF .....	19
EXEMPLE DE CAS D'ÉTUDE.....	20
FORCES DU PROJET .....	21
Fiche projet 4 .....	22
<b>GreenME Mental Health for all through nature.....</b>	<b>22</b>
LES SOINS VERTS.....	23
LE PROJET EN BREF .....	23
EXEMPLE DE CAS D'ÉTUDE.....	24
FORCES DU PROJET .....	25
Fiche projet 5 .....	26
<b>NATURELAB Nature based intervention for improving health and well being.....</b>	<b>26</b>
THÉRAPIE BASÉE SUR LA NATURE .....	27
LE PROJET EN BREF .....	27
FORCES DU PROJET .....	29
Fiche projet 6 .....	30
<b>GREEN4C Green for care .....</b>	<b>30</b>
SOIN VERT .....	31
LE PROJET EN BREF .....	31

FORCES DU PROJET .....	33
Initiatives inspirantes .....	34
Fiche projet 7 .....	35
<b>École du dehors : faire classe dans la nature .....</b>	<b>36</b>
LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES (CPS) .....	37
LE PROJET EN BREF .....	37
FORCES DU PROJET .....	38
Fiche projet 8 .....	40
<b>KODAMA Px - Nature sur prescription.....</b>	<b>40</b>
PRESCRIPTION DE NATURE.....	41
LE PROJET EN BREF .....	41
FORCES DU PROJET .....	42
Fiche projet 9 .....	43
<b>Programme soins verts agricoles – Groene Zorg.....</b>	<b>44</b>
SOINS VERTS AGRICOLES .....	45
LE PROJET EN BREF .....	45
FORCES DU PROJET .....	47
Fiche projet 10 .....	48
<b>JAZ NOCT – Jardin thérapeutique Alzheimer – Nocturne .....</b>	<b>48</b>
JARDIN THÉRAPEUTIQUE.....	49
LE PROJET EN BREF .....	49
FORCES DU PROJET .....	50
Fiche projet 11 .....	51
<b>D’une cime à l’autre .....</b>	<b>52</b>
L’INTERVENTION PSYCHOSOCIALE PAR LA NATURE ET L’AVENTURE (IPNA) .....	53
LE PROJET EN BREF .....	53
EXEMPLE DE CAS D’ÉTUDE.....	54
FORCES DU PROJET .....	54
Remerciements.....	55
Liste des contributeurs à la production de ce livret .....	57

# Programme gouvernemental





## Fiche projet 1

# Green Social Prescription Project (GSP Project)

PROJET DE PRESCRIPTION SOCIALE VERTE (PROJET GSP)

### RESUME

Le programme intergouvernemental de prescription sociale verte s'appuie sur l'engagement du gouvernement à transformer les services de santé mentale et à accroître la prescription sociale et les soins personnalisés, énoncé dans le plan à long terme du National Health Service, en encourageant les personnes à participer à des interventions et activités en pleine nature.

### COORDINATION DU PROJET

National Health Service (NHS) England, Department for Environment, Food and Rural Affairs (DEFRA)

### PARTIES PRENANTES

Projet géré par le ministère de l'Environnement, de l'Alimentation et des Affaires rurales (Defra) avec le soutien des partenaires nationaux, le ministère de la Santé et des Affaires sociales (DHSC), le ministère du Logement et des Collectivités (DLUHC), Natural England, Sport England et le NASP. La mise en place du site de test et d'apprentissage a été gérée par le NHS England.

### SITE D'INTERVENTION

Royaume Uni - sept sites pilotes : Humber Coast and Vale Health and Care Partnership, South Yorkshire and Bassetlaw Integrated Care System, Nottingham and Nottinghamshire Integrated Care System, Joined Up Care Derbyshire Sustainability and Transformation Partnership, Greater Manchester Health & Social Care Partnership, Surrey Heartlands Health and Care Partnership, Bristol, North Somerset and South Gloucestershire Sustainability and Transformation Partnership

### FINANCEMENT

NHS England, Sport England, National Academy for Social Prescribing, Treasury Shared Outcomes Funds. Budget : 6 millions £

### TEMPORALITE

phase initiale entre 2021 et 2023 ; prolongation du programme jusqu'au 31 mars 2025

### SITE WEB

<https://www.england.nhs.uk/personalisedcare/social-prescribing/green-social-prescribing/>

### MOTS CLEFS

Prescription sociale, santé mentale, prescription verte, adulte, jeune, inégalités sociales de santé, minorités ethniques, économie



## LA PRESCRIPTION SOCIALE VERTE

La prescription sociale verte consiste à encourager les personnes à participer à des interventions et activités en pleine nature pour améliorer leur santé mentale et physique. Les intervenants en prescription sociale (et autres professionnels de confiance occupant des fonctions connexes) mettent les personnes en contact avec des groupes et organismes communautaires pour un soutien pratique et émotionnel, basé sur ce qui compte pour elles. La prescription sociale verte comprend les activités dites vertes et bleues. Celles-ci peuvent inclure des programmes de marche locaux, des projets de jardinage communautaire, du bénévolat pour la conservation, des activités sportives en plein air, de la natation en eau libre ou des activités artistiques et culturelles en plein air. Ces activités peuvent être prescrites par les intervenants (et autres professionnels de confiance) en complément d'autres formes de soutien, par exemple l'orientation vers des aides au logement ou des aides financières, en fonction des besoins et de la situation de chaque personne.

## LE PROJET EN BREF

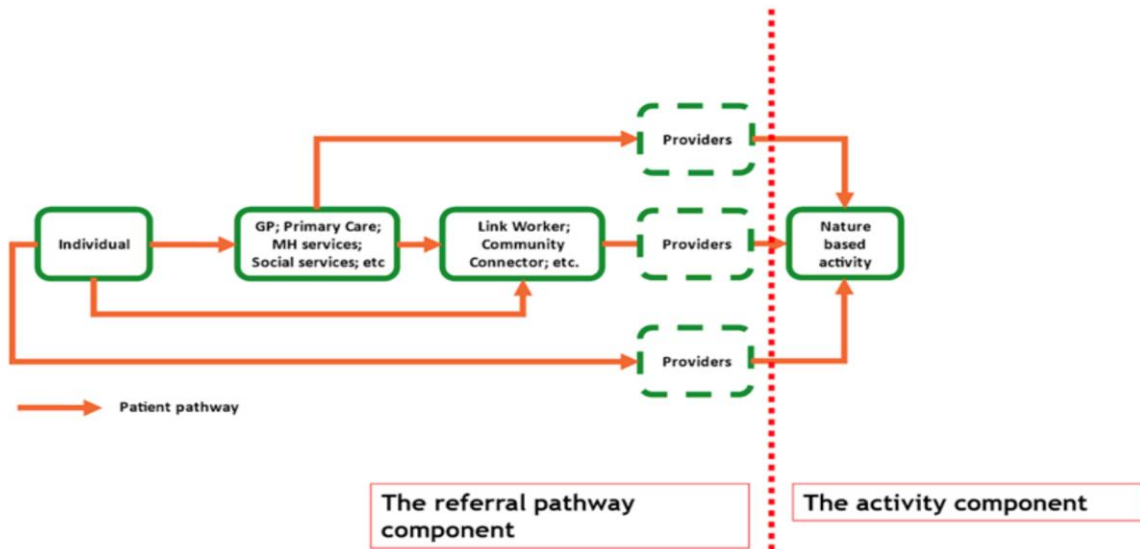
Le programme Green Social Prescribing est une initiative intergouvernementale lancée en avril 2021 en Angleterre pour promouvoir les interventions fondées sur la nature (promenades, jardinage communautaire, conservation, nage en milieu naturel, etc.) comme moyen d'améliorer la santé mentale, de réduire les inégalités de santé et d'alléger la pression sur le système de soins. Mis en œuvre dans sept sites pilotes, il a fait l'objet d'une évaluation robuste par plusieurs universités. Les résultats montrent des améliorations significatives du bien-être et de la santé mentale, une bonne inclusion des populations défavorisées, ainsi qu'une rentabilité intéressante — avec une économie sociale générée jusqu'à £2,42 pour chaque livre investie.

Au total, **8 339 personnes souffrant de troubles mentaux** ont bénéficié d'un soutien pour accéder à des activités en pleine nature grâce aux **sept projets pilotes** du projet GSP. Comparé à de nombreuses autres initiatives de prescription sociale, un éventail plus large de personnes a été impliqué, **notamment des enfants et des jeunes de moins de 18 ans, des minorités ethniques (21 %) et des personnes issues de zones socioéconomiquement défavorisées (57 %)**. Ces participants ont constaté une amélioration de leur bien-être lors de l'accès à des activités en pleine nature, ce qui témoigne de l'impact positif du GSP.

Dans les sept projets pilotes, une amélioration statistiquement significative du bien-être a été constatée pour chacun des domaines de bien-être de l'ONS4 après l'accès aux activités de nature dans le cadre du projet GSP. Avant ces activités, le bonheur, l'anxiété, la satisfaction et

le sentiment d'utilité de la vie des participants étaient bien inférieurs à la moyenne nationale. Après ces activités, leur bonheur et leur anxiété se sont améliorés, atteignant la moyenne nationale, et l'écart avec la moyenne nationale en termes de satisfaction et de sentiment d'utilité de la vie s'est considérablement réduit.

**Figure 1: A simplified GSP pathway with the two key components highlighted**



*Parcours simplifié de prescription sociale verte*

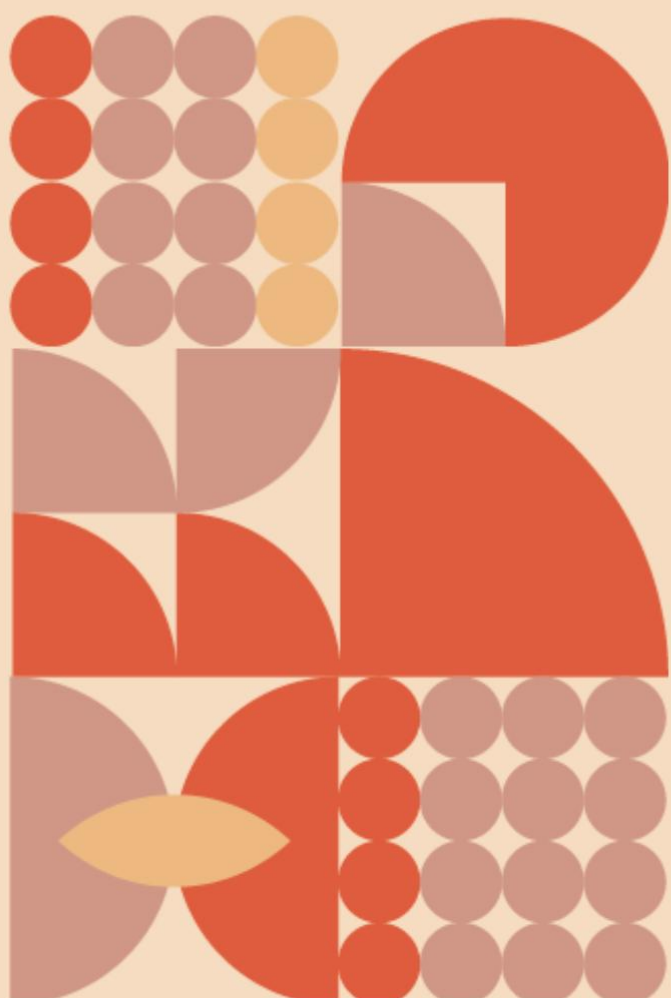
## FORCES DU PROJET

- Une approche intergouvernementale s'appuyant sur de nombreux partenaires
- Une rigueur scientifique pour la structuration du programme et son évaluation
- Une répliquabilité possible par sa mise en œuvre multisite
- Une démarche d'« aller vers » les plus démunis et de justice sociale, avec des résultats économiques établis





# Projets de recherche européen





## Fiche projet 2

# RECETAS Re-imagining Environments for Connection and Engagement

NATURE, BIEN-ETRE, LIENS SOCIAUX DANS LES VILLES ; TESTER DES ACTIONS DE PRESCRIPTION SOCIALE DANS LES ESPACES NATURELS, UN PROJET ECOLOGIQUE VISANT A REDUIRE LA SOLITUDE

### RESUME

La prescription d'activités sociales dans des espaces naturels peut-elle réduire le sentiment de solitude et améliorer la qualité de vie en milieu urbain ? Le projet RECETAS vise à apporter des réponses à cette question. Le consortium, composé de 13 institutions issues de 9 pays différents, utilise des approches multidisciplinaires pour mettre en œuvre la prescription sociale basée sur la nature (NBSP). Il mène trois études observationnelles et trois essais contrôlés randomisés dans six villes à travers le monde : Barcelone (Espagne), Marseille (France), Prague (République Tchèque), Helsinki (Finlande), Cuenca (Équateur) et Melbourne (Australie).

### COORDINATION DU PROJET

Institut de santé globale de Barcelone (Barcelona Institute for Global Health, ISGlobal)

### PARTIES PRENANTES

Consortium de 13 institutions issues de 9 pays, issues de domaines variés (santé publique, psychologie, médecine clinique, ingénierie, économie, droit)



**RECETAS**  
TESTING ACTIONS FOR SOCIAL  
PRESCRIBING IN NATURAL SPACES

### SITE D'INTERVENTION

Six villes dans le monde : Marseille, Barcelone, Prague, Helsinki, Cuenca et Melbourne

### FINANCEMENT

Union européenne/ Programme Horizon 2020 Europe (RIA), budget estimé : 5M€

### TEMPORALITE

Mars 2021 – mars 2026 (5 ans)

**CONTACT :** Jill Litt, chercheuse à l'ISGlobal et directrice de projet [jill.litt@isglobal.org](mailto:jill.litt@isglobal.org)

### SITE WEB

<https://www.recetasproject.eu/>

### MOTS CLEFS

Nature, bien-être, milieu urbain, prescription sociale, santé communautaire, lien social, précarité, personnes âgées



## LA PRESCRIPTION SOCIALE BASÉE SUR LA NATURE

La prescription sociale est une intervention thérapeutique structurée qui vise à renforcer les liens sociaux pour améliorer la santé globale. Lorsqu'elle intègre spécifiquement le contact avec la nature, on parle de prescription sociale basée sur la nature (NBSP). Cette approche active des processus personnels, sociaux et environnementaux pour améliorer la santé mentale et physique, et lutter contre l'isolement. Elle s'adresse à divers groupes, comme les jeunes parents ou les personnes isolées, et inclut des activités comme les jardins communautaires ou les promenades en nature. La NBSP est utile pour toute situation nécessitant un changement de comportement ou un renforcement du lien social.

### LE PROJET EN BREF

Comment les NBSP sont-elles testées dans le projet ?

À **Marseille** : En s'appuyant sur la cartographie locale des actions et des acteurs réalisés par AViTeM, l'Assistance Publique-Hôpitaux de Marseille va adapter les objectifs de RECETAS au contexte sociosanitaire marseillais afin de co-crée un panel de NBSP. L'intervention cible les **personnes vivant dans les quartiers défavorisés fortement marqués par des indicateurs de précarité sociale** (n=320).

La mise en œuvre consiste en : la participation de bénévoles en cocréant des NBSP en fonction des besoins et des priorités qu'ils ont identifiés ; l'organisation d'évaluations qualitatives (via des entretiens et des groupes de discussion) tout au long de l'intervention, et la collecte de données quantitatives selon un calendrier précis (post-intervention, à 6 mois de suivi, à la fin d'une phase de maintenance et à 12 mois de suivi), avec des indicateurs d'évaluation sélectionnés avec les groupes cibles et les professionnels pour évaluer l'impact de l'intervention sur le bien-être mental, la participation et le sentiment d'appartenance, par exemple ; la conception de l'intervention avec l'élaboration avec les partenaires d'un modèle d'action ; la réunion des participants chaque semaine, sur un total de douze semaines, pour participer à des activités de leur choix, axées sur le partage de moments en plein air, dans des espaces verts et/ou bleus. Ils seront pleinement acteurs et organisateurs de leur projet.

À **Barcelone**, cette étude inclut des **personnes de plus de 18 ans vivant dans des zones urbaines socioéconomiquement défavorisées de la province de Barcelone, caractérisées par un taux élevé d'immigration, de chômage et une population vieillissante exposée au risque d'isolement social**. Les zones fluviales proches des fleuves Llobregat et Besòs, le littoral, les parcs intégrés aux noyaux urbains ou associés à des zones forestières, ainsi que les

jardins historiques et botaniques répartis dans l'aire métropolitaine de Barcelone, font partie du territoire sur lequel les activités se déroulent.

À **Cuenca**, l'étude se concentre sur la mesure de son impact sur le vécu de la solitude et la qualité de vie des **personnes âgées** (n=119). Une recherche phénoménologique qualitative sera conçue, comprenant des entretiens approfondis et un groupe de discussion pour trianguler les informations. Dans le contexte local, la participation de 60 personnes de l'Université du Grand Adulte, du Centre du Grand Adulte de Cuenca et de centres gérontologiques tels que le Hogar Miguel León est prévue.

À **Helsinki**, des **personnes âgées souffrant de solitude** sont recrutées dans des résidences locales (n=319). Les **personnes présentant des troubles cognitifs légers à modérés** peuvent également participer. Les participants recrutés seront randomisés en deux groupes. Le groupe d'intervention est composé de 5 à 10 personnes qui se réuniront une fois par semaine pendant environ 1 à 3 heures. La durée de l'intervention est de 3 mois. Elle comprend des expériences en nature, selon les préférences des participants, du soutien par les pairs et des discussions. Ces expériences peuvent inclure des excursions dans des parcs et jardins, des partages d'expériences et des discussions sur la signification de la nature, ainsi que des programmes virtuels et artistiques axés sur la nature. Deux professionnels animent le groupe selon le modèle du « Cercle d'amis ». Les participants seront interrogés sur leurs attentes et leurs souhaits avant le début de la séance. Le groupe témoin poursuit ses soins habituels, notamment les activités de plein air de son établissement de soins de longue durée. Tous les participants font l'objet d'une évaluation approfondie de leur santé, de leur fonctionnement, de leurs capacités cognitives, de leur bien-être et de leur qualité de vie. Les changements dans les groupes d'intervention et de contrôle seront comparés et l'utilisation des services de santé et sociaux sera recueillie.

À **Melbourne**, la population identifiée est **réfugiée et demandeuse d'asile LGBTQIA+**. Le RMIT collabore avec la fondation « Many Coloured Sky », qui soutient les communautés de réfugiés et de demandeurs d'asile LGBTQI+ en renforçant leurs capacités, en planifiant et en élaborant des projets. Plus précisément, ils collaborent avec un groupe de soutien social par les pairs qui se réunit pour des activités, des excursions, des formations, des orientations, des mises en relation, du réseautage et un soutien émotionnel et pratique. Des études d'intervention exploratoires complexes non contrôlées, avec un plan pré-post et un suivi d'un an, sont menées. Des méthodologies quantitatives et qualitatives sont appliquées, avec un échantillon de 37 participants.

À **Prague**, un essai contrôlé randomisé pragmatique est mené. La population étudiée est **les personnes âgées (60 ans et plus) présentant un risque d'isolement social et de solitude**,

ciblées par les soins de santé primaires et les soins ambulatoires, **les personnes âgées atteintes de démence et les aidants familiaux de personnes âgées vulnérables vivant à domicile (n=322), les dyades avec ou sans trouble cognitif léger de l'une de ces catégories.**

De plus, une analyse médico-économique est en cours de réalisation sur trois sites afin de relier les données autodéclarées et les données médicales objectives, pour apporter un éclairage sur les coûts-avantages et le retour social sur investissement (SROI) de la NBSP.

## FORCES DU PROJET

- Une approche interdisciplinaire, combinant différentes expertises scientifiques, une méthodologie comprenant études observationnelles et essais contrôlés randomisés
- Une dimension internationale, permettant d'analyser des contextes variés (Europe, Amérique latine, Australie)
- Un partage des avancées : publications, newsletter, conférences...
- De nombreuses ressources déjà disponibles sur le site internet : publications scientifiques, rapports, outils de communication sur la prescription sociale basée sur la nature (infographies, vidéos, brochures)
- Des exemples de bonnes pratiques disponibles sur le site internet, par exemple à Cuenca
- Un éclairage spécifique sur la population urbaine, à l'échelle d'une ville
- La prise en compte des inégalités sociales de santé dans la conception du projet
- La prise en compte des publics vulnérables sur le plan social : précarité, chômage, immigration, personnes âgées...
- La présentation de facteurs facilitants et des obstacles à la prescription sociale basée sur la nature, par exemple à Marseille



## Fiche projet 3

# RESONATE Resilience through nature-based therapies

RENFORCER LA RESILIENCE INDIVIDUELLE ET COMMUNAUTAIRE GRACE AUX THERAPIES BASEES SUR LA NATURE

### RESUME

RESONATE est un projet Horizon Europe qui vise à renforcer la résilience individuelle et communautaire grâce aux thérapies basées sur la nature. Il réunit un consortium de leaders mondiaux de la recherche, de la pratique, des politiques et de l'innovation en thérapies basées sur la nature (NBT) avec des acteurs des secteurs de la santé, de l'environnement, de l'économie et de la société.

### COORDINATION DU PROJET

Université de Vienne (Universität Wien), Autriche

### PARTIES PRENANTES

Le consortium comprend 14 partenaires européens : Université de Vienne (Autriche), Université de Salzbourg (Autriche), ISGLOBAL (Espagne), Université d'Exeter (Royaume-Uni), AZTI (Espagne), ETIFOR (Italie), EuroHealthNet (Belgique), Université de Padoue (Italie), NBS Institute (Suède), Université de Plovdiv (Bulgarie), Université d'Uppsala (Suède), Université de Copenhague (Danemark), Université de Twente (Pays-Bas), Natuurvoormensen (Pays-Bas), ainsi qu'un conseil consultatif international d'experts (Université de Wollongong (Australie), Université de la Colombie-Britannique (Canada), Université de Californie à San Francisco (États-Unis))

**FINANCEMENT** Union européenne/ Programme Horizon Europe et UK Research and Innovation, budget estimé : 6,5 millions €



### TEMPORALITE

2023 - 2027

**CONTACT:** Dr. Julia Egger,  
resonate2023@univie.ac.at

### SITE WEB

<https://resonate-horizon.eu/>

### MOTS CLEFS

Thérapie basée sur la nature, prescription sociale, prescriptions vertes, soins verts, résilience, santé commune, solution fondée sur la nature, promotion de la santé, pleine conscience, personnes à mobilité réduite



## THÉRAPIE BASÉE SUR LA NATURE ET RÉSILIENCE

Les scientifiques ont récemment mené de nombreuses recherches sur l'impact positif du contact avec la nature sur notre santé, notamment grâce à la « prescription sociale basée sur la nature », aux « prescriptions vertes » et aux « soins verts ». Ces thérapies sont appelées thérapies basées sur la nature (NBT). Ces thérapies aident les gens à passer du temps avec la nature présente dans leur environnement, comme dans les parcs ou les jardins, ce qui peut contribuer à leur bien-être. Il s'agit de rapprocher les gens de la nature et de ses bienfaits.

Les thérapies basées sur la nature aident à devenir plus forts de différentes manières. Elles peuvent renforcer notre corps en améliorant notre système immunitaire. Elles peuvent également nous aider à nous sentir mieux mentalement, par exemple en nous aidant à comprendre et à gérer les problèmes et à réduire le stress. En nous rapprochant de la nature, les thérapies basées sur la nature renforcent et maintiennent la résilience aux niveaux intra et interindividuel, en termes de processus biologiques (par exemple, un meilleur fonctionnement immunitaire), psychologiques (par exemple, une meilleure évaluation des menaces et des stratégies d'adaptation) et sociaux (par exemple, un enrichissement des réseaux sociaux). Ces ressources de résilience biopsychosociale basées sur la nature peuvent à la fois protéger les personnes contre les nouveaux facteurs de stress (résilience protectrice) et les aider à se rétablir plus rapidement et plus efficacement des situations stressantes (résilience de rétablissement).

## LE PROJET EN BREF

RESONATE (Building individual and community resilience through nature-based therapies) est un projet européen financé par Horizon Europe qui vise à renforcer la résilience individuelle et communautaire grâce aux thérapies basées sur la nature. Mené à l'échelle européenne, il explore comment le contact avec la nature, via des approches telles que les prescriptions vertes et les soins verts, peut améliorer la santé mentale, physique et sociale. Coordonné par l'Université de Vienne, le projet réunit 14 partenaires issus de divers pays, combinant recherche scientifique et mise en pratique sur le terrain.

Leur objectif est de :

- recueillir davantage de preuves démontrant comment la nature peut améliorer notre santé et notre bien-être, en démontrant son impact sur notre santé physique, mentale et sociale ;
- montrer comment des acteurs de différents secteurs peuvent collaborer pour développer des thérapies par la nature adaptée à tous ;
- sensibiliser davantage de personnes, notamment le public et les décideurs politiques, à ces

bienfaits et les faire accepter.

- encourager un recours accru aux thérapies à faible coût basées sur la nature pour aider à renforcer les individus et les communautés dans les villes, les villages et les zones côtières.

Entre 2023 et 2027, RESONATE développera des outils et des guides pour intégrer ces thérapies dans les politiques de santé et le quotidien des communautés, tout en évaluant leur efficacité et en diffusant ses résultats à travers des publications scientifiques et des ressources pratiques.

RESONATE adopte une approche multidisciplinaire et participative, combinant :

- une revue internationale des interventions en thérapies basées sur la nature (NbTs)
- des études de cas dans 9 sites européens, incluant des essais contrôlés randomisés (ECR)
- des actions d'innovation sociale pour développer des hubs communautaires centrées sur les NbTs, à Padoue (Italie), Barcelone (Espagne) et Salisbourg (Autriche)
- une évaluation d'impact sur l'équité en santé pour comprendre la distribution des effets sur différentes populations

## EXEMPLE DE CAS D'ÉTUDE

Le projet Resonate comprend neuf études de cas. Elles couvrent chaque niveau de promotion de la santé et de prévention des maladies, en milieu urbain, rural et côtier. Chaque étude de cas vise à examiner les liens de cause à effet potentiels entre les thérapies basées sur la nature (TNB) et la santé et le bien-être, ainsi que les mécanismes de résilience biopsychosociale hypothétiques.

Les études de cas de niveau 1, au Royaume-Uni et en Bulgarie, ciblent le grand public et se concentrent sur la promotion de la santé. Les études de cas de niveau 2, en Italie, Autriche et Espagne, ciblent les populations à risque et sont généralement considérées comme des mesures de prévention des maladies. Les études de cas de niveau 3, en Suède, Danemark et Pays-Bas, accompagnent les personnes souffrant de troubles mentaux et/ou physiques et sont considérées comme des traitements pour ces affections.

**Padoue (Italie)** fait partie des études de cas de niveau 2. Il s'agit d'**expériences guidées dans des espaces verts en milieu urbain, associées à des moments de pleine conscience (mindfulness)**, s'adressant en particulier à des **personnes âgées de 40 à 65 ans à risque de syndrome métabolique**. Le syndrome métabolique est une condition très fréquente chez les personnes vivant en ville, ayant un mode de vie sédentaire et stressant. Parmi les indicateurs

caractéristiques : hypertension, taux élevés de glucose et de triglycérides, tour de taille important. Pour l'étude menée à Padoue, certains parcs urbains ont été sélectionnés selon des critères scientifiques, jugés particulièrement adaptés à induire des effets bénéfiques sur la santé et le bien-être des participants. L'intervention en nature étudiée – avec relevé de paramètres psychologiques et physiologiques – consistera en parcours dans les parcs choisis, durant chacun environ 40 minutes, alternant marche légère et exercices de pleine conscience (mindfulness). Il est prévu 15 séances : 3 par semaine pendant 5 semaines consécutives. La participation est entièrement gratuite et garantit une approche inclusive.

## FORCES DU PROJET

- Une approche scientifique rigoureuse
- La mobilisation de partenaires européens et internationaux offrant des contextes variés d'application des théories
- Une diversité des cas d'études, dans un continuum promotion de la santé et prise en charge thérapeutique
- L'accent sur la résilience biopsychosociale
- L'orientation du projet vers la pratique en créant des guides, outils et recommandations
- Des focus thématiques sur l'innovation sociale, l'adaptation locale et l'équité des initiatives et/ou concepts étudiés



## Fiche projet 4

### GreenME Mental Health for all through nature

LA SANTE MENTALE POUR TOUS GRACE A LA NATURE. UNE APPROCHE MULTI ECHELLE INTEGREE POUR L'EXPANSION DES THERAPIES BASEES SUR LA NATURE AFIN D'AMELIORER L'EQUITE EN SANTE MENTALE.

#### RESUME

GreenME est un projet Horizon Europe qui vise à identifier les moyens par lesquels une thérapie basée sur la nature efficace et un cadre de soins verts plus large peuvent être déployés pour améliorer la santé mentale et le bien-être des adultes tout en contribuant à de multiples co-bénéfices socio écologiques.

#### COORDINATION DU PROJET

Université autonome de Barcelone (UAB), Espagne

#### PARTIES PRENANTES

Le consortium comprend 21 partenaires de 7 pays européens (dont universités, ONG, organismes de santé) et un site d'étude aux États-Unis.

#### SITE D'INTERVENTION

Zone d'étude : Pologne (Varsovie), Allemagne (Herne) ;  
 zone d'étude et d'intervention : Suède (Grand Stockholm), Royaume-Uni (Grand Manchester, Pemborkshire), Espagne (Mataró, St.Boi de Llobregat), Italie (région métropolitaine de Bologne), États-Unis (région de Portland)

#### FINANCEMENT

Union européenne/ Programme Horizon Europe (RIA), budget estimé 6M€

#### TEMPORALITE

2023 - 2027

**CONTACT :** Marta Cayetano Giralt, cheffe de projet, Université autonome de Barcelone, [pr.greenme@uab.cat](mailto:pr.greenme@uab.cat)

#### SITE WEB

<https://greenme-project.eu/>

#### MOTS CLEFS

Thérapie basée sur la nature ; équité, santé mentale, adultes



## LES SOINS VERTS

GreenME définit **les soins verts** comme une approche qui conceptualisent différentes façons d'interagir avec la nature et d'améliorer la santé et le bien-être humains. Ce modèle s'articule autour de trois niveaux : la nature au quotidien (par exemple, grâce à la mise à disposition d'infrastructures vertes et bleues pour l'observation et les promenades), la promotion de la santé par la nature (par exemple, grâce à la promotion d'interactions intentionnelles avec la nature, comme le jardinage et la conservation), et enfin la thérapie par la nature (par la mise en place de programmes centrés sur la personne).

## LE PROJET EN BREF

Le projet GreenME entend veiller à ce que chacun bénéficie des avantages des soins écologiques pour la **santé mentale** de manière **équitable**, en tenant compte du fait que l'accès et le besoin d'entretien des espaces verts diffèrent selon les groupes sociaux. C'est pourquoi le projet se concentre sur la santé mentale et bien-être des **personnes de 18 ans et plus** : les interventions étudiées, qui sont similaires dans différents pays, s'adressent principalement aux adultes.

Le plan de recherche comporte plusieurs étapes :

- évaluer la situation actuelle des soins verts
- mener des études pour comprendre comment différents aspects des soins verts sont liés à la santé mentale et à l'équité du bien-être dans divers contextes
- développer des outils co-crésés avec des prestataires de soins verts pour étendre les services de soins verts

Les résultats attendus sont :

- des prescriptions de thérapie par la nature de plus en plus utilisées dans le secteur des soins de santé
- une base de données probantes plus solide sur les relations causales entre la nature et la santé et le bien-être pour des prescriptions de thérapie par la nature plus efficace
- une vision plus claire de la gestion des espaces verts, de la protection de la nature, des secteurs de l'agriculture et de la foresterie en tant que prestataires de soins et de leurs liens possibles avec les secteurs de la santé, du social et de l'éducation
- une plus grande sensibilisation des citoyens et des décideurs politiques aux bienfaits positifs de la nature pour la santé et le bien-être et une utilisation plus large par les

professionnels de la santé et les citoyens de la thérapie par la nature comme forme de médecine préventive

## EXEMPLE DE CAS D'ÉTUDE

Dans la province de Barcelone, deux interventions basées sur la nature sont évaluées.

L'une d'elles est une activité d'**horticulture thérapeutique** menée à l'Hôpital de jour de santé mentale de Mataró – Consorci Sanitari del Maresme . Cette intervention s'adresse aux **personnes fréquentant l'Hôpital de jour rattaché au Centre de santé mentale**. L'accès aux centres de santé mentale pour adultes se fait sur recommandation du médecin traitant. L'activité se déroule dans un jardin communautaire situé à proximité immédiate de l'hôpital. Cet espace ouvert, calme et en contact avec la nature permet de travailler en plein air, dans un environnement sûr et accueillant. L'activité est animée par un professionnel de l'Hôpital de jour, qui accompagne et guide les participants tout au long de la séance. Son rôle est essentiel pour encourager la participation, instaurer un climat de confiance et aider chacun à se concentrer sur les aspects importants de son développement personnel et de son bien-être. L'hortithérapie est une activité centrée sur le contact direct avec la nature par le jardinage. Elle contribue non seulement à réduire le stress et à améliorer l'humeur, mais favorise également l'autonomie, la responsabilité, la concentration et les relations avec les autres. Aujourd'hui, l'activité fait partie du programme régulier de l'Hôpital de Jour de Santé Mentale de Mataró et est dirigée par des professionnels de la santé de l'Hôpital de Mataró, notamment deux ergothérapeutes, et qui, avec le reste de l'équipe de professionnels du centre, sont chargés de promouvoir et d'accompagner cette activité horticole thérapeutique.

D'autre part, le projet évalue également une thérapie par la nature de **bains forestiers** organisée par le Parc de Santé Sant Joan de Déu – Réseau de Santé Mentale de la région de Sant Boi de Llobregat. Cette thérapie, basée sur des bains de forêt, vise à **accompagner le deuil** en contact avec la nature. Cette intervention s'adresse aux adultes qui, outre le deuil, peuvent également ressentir du stress au quotidien. Ces personnes viennent de différentes régions de Catalogne et ont été orientées par divers services médicaux et sociaux, le centre étant une référence en matière de santé mentale sur le territoire. Les séances de bains de forêt se déroulent dans un environnement naturel tout près du Parc de Santé, à Sant Boi de Llobregat. Cet espace privilégié est entouré de nature : à seulement 500 mètres se trouve le Parc Fluvial du Llobregat et, au nord, le massif du Garraf. C'est donc un lieu idéal pour se connecter à la nature et pratiquer des activités thérapeutiques comme les bains de forêt. Dans cette intervention, les séances seront animées par un professionnel, spécifiquement formé aux activités de bain de forêt. Il s'agit d'une proposition visant à favoriser le bien-être émotionnel.

C'est une expérience thérapeutique conçue pour aider les personnes à gérer leur stress et à se connecter à lui grâce à la nature.

## FORCES DU PROJET

- Une approche scientifique multiéchelle
- La mobilisation de partenaires européens multidisciplinaire, avec des acteurs académiques et de terrain
- La formalisation de recommandations pour les décideurs visant à promouvoir les interventions basées sur la nature en santé mentale
- L'objectif d'équité
- Le focus sur la santé mentale



## Fiche projet 5

# NATURELAB Nature based intervention for improving health and well being

INTERVENTIONS BASEES SUR LA NATURE POUR AMELIORER LA SANTE ET LE BIEN-ETRE

### RESUME

NATURELAB vise à développer une recherche collaborative et interdisciplinaire sur l'impact positif des solutions fondées sur la nature (SFN) pour la société. Il s'articule autour des thérapies basées sur la nature (TBN) pour la santé, le bien-être et la résilience des communautés.

### COORDINATION DU PROJET

Laboratório Nacional de Engenharia Civil (LNEC), Portugal

### PARTIES PRENANTES

Hôpital universitaire de Cologne (Allemagne), Centre de thérapie forestière (Forest therapy hub, (Portugal)), Université de Greifswald (Allemagne), Centre de soins familiaux et infantiles (KMOP, Grèce), Société Portugaise d'innovation (SPI, Portugal), Association péruvienne d'horticulture thérapeutique et sociale (Pérou), Municipalité de Sintra (Portugal), Association de défense environnementale de Rio Neiva (Portugal), Université de Wageningen (Pays-Bas), Université Libre d'Amsterdam (Pays-Bas), Développement socio-environnemental de Ficus Peru (Pérou), BioConValley (Allemagne), Canary Wharf Consulting Limited (Angleterre).

### SITE D'INTERVENTION

15 sites expérimentaux (ES) et 4 démonstrateurs (DF) ont été défini dans des zones côtières urbaines et rurales au Portugal, en Grèce, aux Pays-Bas, en Allemagne et au Pérou. L'emplacement géographique de ces sites a été choisi afin de représenter une diversité de contextes tant sur les conditions climatiques et géographiques que socioculturelles.

### FINANCEMENT

Fonds européens ; budget d'environ 6 millions d'euros

### TEMPORALITE

Juin 2023 – juin 2027

**CONTACT :** Ana Estela Barbosa – aestela@lnec.pt

### SITE WEB

<https://naturelab-project.eu/>

### MOTS CLEFS

Thérapies basées sur la nature, solution fondée sur la nature, changement climatique, biodiversité, zone urbaine, rurale, côtière, innovation sociale, santé mentale, dépression, hypertension



## THÉRAPIE BASÉE SUR LA NATURE

Le projet NATURELAB vise à la fois à explorer les thérapies basées sur la nature (TBN), en identifiant les facteurs clés et modalités d'implémentation pour obtenir des bienfaits sur la santé ainsi qu'à l'application des solutions fondées sur la nature (SFN) afin de contribuer au bien-être commun, à l'équilibre urbain et au développement durable. Les thérapies basées sur la nature sont des programmes scientifiquement validés qui aident les personnes à se connecter à la nature de manière à répondre à leurs besoins et attentes spécifiques.

## LE PROJET EN BREF

NATURELAB explore les thérapies et solutions basées sur la nature (nature-based therapies – NBT, nature-based solutions- NBS), destinées à promouvoir la santé, le bien-être, et la résilience des communautés face aux défis environnementaux. Grâce à un consortium international couvrant l'Europe et l'Amérique latine, le projet déploie des interventions ciblées dans des contextes variés — zones urbaines, rurales et côtières — impliquant plus de 800 participants aux profils diversifiés.

L'emplacement des sites expérimentaux a été choisi afin de représenter la diversité des contextes climatiques et géographiques, de la biodiversité et des contextes socioculturels. NATURELAB a établi un cadre pour la nature et les activités basées sur la nature, plus susceptibles d'être utilisées par les populations urbaines et présentant un fort potentiel pour la santé et le bien-être. NATURELAB se concentre spécifiquement sur l'exposition à la nature et les expériences vécues par les individus dans la nature, afin de valoriser et de promouvoir les opportunités mondiales offertes par les solutions fondées sur la nature (SFN) proposées par :

- les forêts et les aires protégées
- les parcs urbains
- l'horticulture et le jardinage

Les activités de recherche sont mises en œuvre dans cinq pays : le Portugal (PT), la Grèce (EL), les Pays-Bas (NL), l'Allemagne (DE) et le Pérou (PE). L'évaluation des sites naturels, le programme thérapeutique et le modèle d'évaluation (par exemple, les instruments et mesures, la procédure expérimentale) sont testés sur un total de 15 sites expérimentaux (SE) (cf. tableau).

Site	Participants	Site	Participants
#1 (PT)	Adultes (48) <i>Statuts de santé : population générale</i>	#8 (NL)	Population générale (≥ 2000) <i>Etude statistique des statuts de santé et évaluation quantitative (questionnaire)</i>
#2 (PT)	Adultes (48) <i>Statuts de santé : population générale</i>	#9 (DE)	Adultes (90) <i>Statuts de santé : population adulte avec surpoids/obésité et alimentation émotionnelle</i>
#3 (PT)	Adultes (48) <i>Statuts de santé : population générale</i>	#10, #11 & #12 (EL)	Adultes (45) <i>Statuts de santé : population avec troubles de la santé mentale</i>
#4 (PT)	Adolescents (48) <i>Statuts de santé : population générale</i>	#13 (PE)	Enfants placés en institution (39) <i>Statuts de santé : population avec déficit de l'attention, hyperactivité et traumatisme</i>
#5 (PT)	Adolescents (48) <i>Statuts de santé : population générale</i>	#14 (PE)	Adultes (33) <i>Statuts de santé : population avec troubles de la santé mentale</i>
#6 (PT)	Adultes (48) <i>Statuts de santé : population générale</i>	#15 (PE)	Adolescents (64) <i>Statuts de santé : population générale</i>
#7 (NL)	Adultes, elderly, adolescents (66) <i>Statuts de santé : population défavorisée et socialement vulnérable</i>		

Tableau : Sites expérimentaux NATURELAB : participants et statuts de santé

Des jardins thérapeutiques urbains et des espaces d'horticulture et de jardinage sont conçus et mis en œuvre au Portugal et au Pérou. Ils visent à maximiser leur potentiel au service des communautés et à améliorer les services environnementaux, de santé et de bien-être. Les résultats permettront à NATURELAB d'élaborer une conception adaptée aux SFN. L'approche NATURELAB représente ainsi une avancée majeure dans l'identification des indicateurs les plus pertinents pour la promotion de la santé et du bien-être, ouvrant ainsi la voie à une gestion innovante de la nature, notamment des SFN et des aires protégées.

Parmi ses principales réalisations : la mise au point et la validation d'un cadre méthodologique d'indicateurs, permettant d'évaluer de manière standardisée le potentiel thérapeutique des espaces verts et bleus, ainsi que leur contribution à la biodiversité, à la gestion de l'eau et aux conditions environnementales (pollution, bruit). Ce cadre, publié en avril 2024, vise à faciliter l'évaluation des sites naturels en termes de santé et de durabilité, pour guider les décideurs, urbanistes et acteurs de santé. D'autres livrables — guides, formations, ressources éducatives — sont également développés et mis à disposition dans une logique de diffusion et d'appropriation des connaissances scientifiques avec des formats et médias novateurs (podcasts et vidéos).

## FORCES DU PROJET

- Une approche intégrative et interdisciplinaire, combinant écologie, santé publique, psychologie, urbanisme et politiques publiques
- Un projet scientifique multi échelle et mixte (diagnostic, preuve empirique, évaluation standardisée)
- La mobilisation de partenaires européens et péruviens, multidisciplinaires avec un axe transversal d'innovation sociale
- Un axe fort de diffusion des résultats et de promotion des solutions basées sur la nature sous différentes formes (publications, podcasts, vidéos, rapports...)
- La réalisation d'un guide/cadre pour les décideurs, d'outils et de lignes directrices pour l'intégration des soins basés sur la nature dans le secteur de la santé publique



## Fiche projet 6

### GREEN4C Green for care

INNOVER ET PROMOUVOIR LES SOINS DE SANTE ET LES SERVICES SOCIAUX AXES SUR LA NATURE GRACE A DES ALLIANCES ENTRE UNIVERSITES ET ENTREPRISES –

#### RESUME

Green4C (GreenForCare), cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne, est un projet visant à innover et à promouvoir des solutions fondées sur la nature pour la santé, le bien-être et l'inclusion sociale. Si le secteur public est également impliqué dans le processus et les résultats du projet, l'objectif de Green4C est de contribuer au développement d'opportunités entrepreneuriales dans le domaine des soins verts (Green Care) pour les étudiants, les chercheurs, les professionnels et les praticiens.

#### COORDINATION DU PROJET

Université de Padoue (Università degli Studi di Padova, département TESAF)



#### PARTIES PRENANTES

Université de Padoue (Italie), Etifor (Italie), en partenariat avec Elevate Health (Pays-Bas), Université Transilvania de Braşov (Roumanie), Istituto Superiore di Sanità (Italie), Meath Partnership (Irlande), Bundesforschungszentrum für Wald (Autriche), European Forest Institute, Université de Wageningen (Pays-Bas), Forest Design (Roumanie), Université de Colombie Britannique (Canada), University College Dublin (Irlande).



#### FINANCEMENT

Union européenne/ Programme Horizon Europe (RIA), budget estimé : près de 1M€



#### TEMPORALITE

Janvier 2020 à décembre 2022

**CONTACT :** Partenaire responsable des activités de communication : etifor@etifor.com



#### SITE WEB

<https://www.greenforcare.eu/>

#### MOTS CLEFS

Soin vert, thérapie basée sur la nature, espaces verts et bleus, inclusion sociale, agriculture sociale, thérapie forestière, tourisme vert



## SOIN VERT

Le soin vert (Green Care) est un concept émergent désignant « l'éventail d'activités favorisant la santé physique et mentale et le bien-être par le contact avec la nature » (Sempik et al., 2010). Compte tenu du rôle central de la nature dans la santé et le bien-être, le soin vert peut également être compris dans le contexte des solutions fondées sur la nature (SfN) (UICN, 2013). Cette approche repose sur l'impact des écosystèmes et de leurs services sur la santé et le bien-être individuels et collectifs. Il est important de noter que le soin vert est un processus actif visant à promouvoir ou à améliorer la santé et le bien-être, par opposition à une expérience purement passive de la nature. Autrement dit, si les bienfaits de la nature pour la santé sont de plus en plus reconnus, l'environnement naturel ne constitue pas simplement un décor pour les activités de soin vert. Le concept de « soin vert » peut être appréhendé sous les différents angles des secteurs d'intervention. Certains le lient uniquement au système de santé, tandis que d'autres l'élargissent à la réinsertion sociale, à l'éducation et à l'emploi. Le « soin vert » peut également être considéré comme un terme générique englobant un large éventail d'activités et de bénéficiaires ciblés, allant de la promotion de la santé (ciblée sur la population générale), à la prévention des maladies (accessible à la population générale, mais généralement destinée aux personnes ou groupes plus vulnérables) et aux interventions thérapeutiques, notamment des interventions thérapeutiques ciblées ou des traitements/réadaptations pour répondre à des besoins spécifiques.

## LE PROJET EN BREF

Green4C (GreenForCare) est un projet de trois ans (2020–2022), financé par le programme Erasmus+, qui ambitionne de croiser formation universitaire et entrepreneuriat autour des soins verts pour améliorer la santé, le bien-être et l'inclusion sociale. Il regroupe 12 partenaires académiques et professionnels en Europe, une alliance portée par l'Université de Padoue et Etifor.

Plus précisément, Green4C vise à améliorer les compétences interdisciplinaires et à encourager l'innovation et l'esprit d'entreprise parmi les étudiants universitaires de premier et deuxième cycles, le personnel de recherche et les professeurs dans les domaines de l'agriculture, de la foresterie, de l'urbanisme et de la gestion de l'environnement ainsi que de la médecine, de la psychologie et du travail social, et plus largement les propriétaires d'entreprise et les praticiens de ces différents domaines. L'aspect le plus innovant de Green4C découle de l'intégration de deux secteurs commerciaux et scientifiques actuellement déconnectés : les secteurs de la santé et de l'inclusion sociale et les secteurs liés à l'utilisation des ressources naturelles. Pour ce faire, Green4C se concentre sur quatre secteurs

thématiques, à savoir : les soins forestiers ; les soins verts urbains ; l'agriculture sociale ; et le tourisme de soins verts.

Les soins en forêt incluent des activités de soins verts qui se déroulent en forêt ou en zones boisées. Les activités de soins en forêt vont de la promotion de la santé et de l'inclusion sociale à des thérapies utilisant le contact ou l'observation des forêts et des zones boisées, telles que des activités de pleine conscience en forêt, des bains de forêt, des initiatives d'exercices en plein air et la sylvothérapie, entre autres.

Les soins verts urbains comprennent des activités dans des espaces verts menées en zones urbaines et périurbaines, tels que des jardins privés ou communautaires, des parcs urbains, des forêts urbaines, des sentiers pédestres et cyclables, etc. Parmi les exemples d'activités, on peut citer l'agriculture et le jardinage communautaires, l'horticulture thérapeutique, les exercices en plein air et autres activités physiques.

L'agriculture sociale comprend des activités de soins verts qui se déroulent sur des terres agricoles, principalement dans des contextes communautaires, familiaux et de petites exploitations agricoles. Elle est considérée comme un modèle de pratiques agricoles innovant, inclusif, participatif et génératif offrant des services de santé, d'aide sociale, de loisirs, d'éducation et d'assistance. Parmi les activités d'agriculture sociale relevant du soin vert, on compte la réadaptation, la thérapie, l'emploi protégé, l'éducation et les soins qui contribuent à l'inclusion sociale en milieu agricole. L'agriculture sociale favorise l'inclusion ciblée des personnes défavorisées, ou présentant des difficultés physiques, intellectuelles, de santé mentale ou sociales, dans la production agricole afin de répondre à leurs besoins en matière de santé, de bien-être et d'inclusion sociale.

Le tourisme de soins verts inclut les activités de soins proposés sous forme de produits et services touristiques. Les espaces naturels et semi-naturels se prêtent parfaitement à la création de produits touristiques visant à améliorer la santé et le bien-être des résidents et des visiteurs, grâce à des services et activités organisées ou non. Parmi les activités proposées dans ce domaine, on peut citer le tourisme en milieu vert et naturel, qui s'appuie sur des interventions médicales (thérapie forestière, éducation), des activités régénératrices (Kneipp, bains de forêt et soins), ou des programmes de bien-être holistiques associant activités de plein air, modes de vie et alimentation durable. Les effets peuvent aller de l'amélioration de la santé physique à la relaxation ou à la réduction du stress. Parmi les études de cas, celle de Tauern Health (HTH) propose par exemple des soins de santé aux personnes allergiques et asthmatiques, en utilisant l'inhalation naturelle d'aérosols aux chutes de Krimml (Autriche).

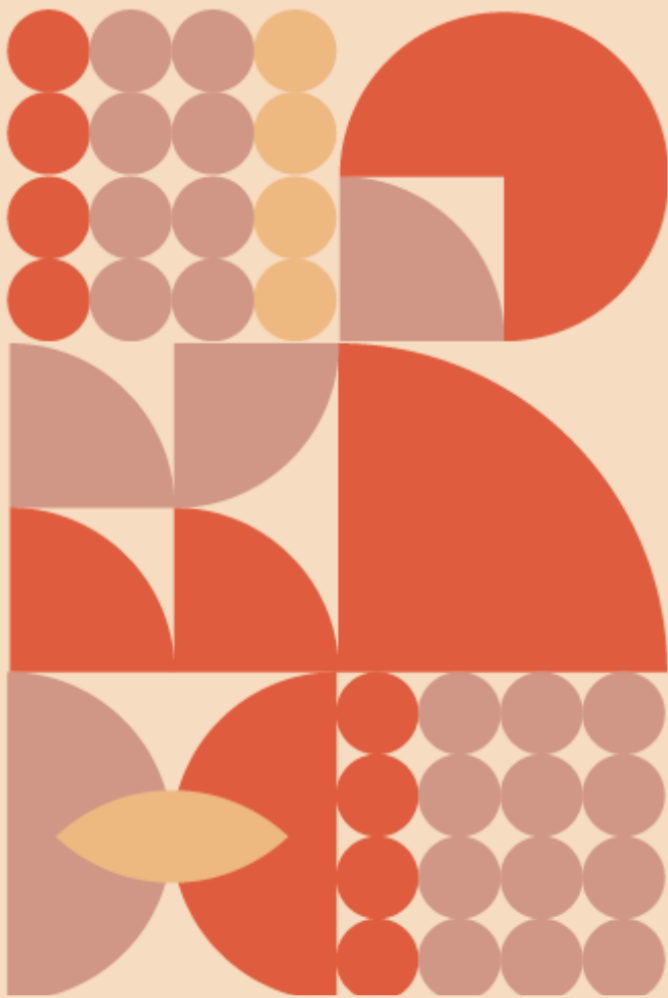
Les résultats du projet sont disponibles notamment à travers différents rapports, 20 fiches de cas pratiques, et ont été partagés lors de plus de 100 événements regroupant 7500 participants, mais aussi par des cours en ligne, école d'été, hackatons, "Business Innovation Challenge" touchant plus de 70 000 personnes.

## FORCES DU PROJET

- Une approche innovante interdisciplinaire, combinant les secteurs de la santé, de l'agriculture, de l'environnement, de l'urbanisme et de l'entrepreneuriat
- Des études de cas et des résultats disponibles, utiles pour des porteurs de projet
- Un engagement des partenaires prévu sur la durée : l'alliance Green4C compte maintenant 196 membres et continue ses actions au-delà du contexte de mise en œuvre du projet



# Initiatives inspirantes





## Fiche projet 7

# École du dehors : faire classe dans la nature

COMMENT LA NATURE NOUS FAIT DU BIEN - RENFORCER LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES DES JEUNES PAR DES ACTIVITÉS EN LIEN AVEC LA NATURE

### RESUME

Il s'agit d'un projet expérimental de renforcement des compétences psychosociales des élèves par des actions pédagogiques en lien avec la nature et la biodiversité, réalisé dans le cadre du Plan Régional Santé Environnement Bretagne, et associant sept établissements scolaires sur l'ensemble du territoire breton, de la maternelle au lycée.

**TERRITOIRE/ECHELLE :** Région Bretagne (France)

### COORDINATION DU PROJET

Promotion Santé Bretagne et le Réseau d'Éducation à l'Environnement en Bretagne (REEB)

### PARTIES PRENANTES

Co-pilotage par Promotion Santé Bretagne et le Réseau d'Éducation à l'Environnement en Bretagne (REEB), les établissements scolaires participants et les partenaires du projet

### FINANCEMENT

Expérimentation financée dans le cadre du Plan Régional Santé Environnement 2023-2027 et 2017-2021 (PRSE3) pour la conception du projet.

### TEMPORALITE

Expérimentation de trois ans 2022-2024 (2021/22-conception, 2022/23-construction des activités, 2023-24-mise en œuvre et évaluation)

**CONTACT :** Hervé Strilka – Promotion Santé Bretagne  
contact@promotion-sante-bretagne.org

### SITE WEB

<https://promotion-sante-bretagne.org/publications/livret-pedagogique-comment-la-nature-nous-fait-du-bien/>

### MOTS CLEFS

École du dehors, classe dehors, éducation, compétences psychosociales, promotion de la santé, prévention, pédagogie, enfance, jeunesse



## LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES (CPS)

Les compétences psychosociales (CPS) sont un ensemble de compétences psychologiques (cognitives, émotionnelles et sociales) qui permettent de maintenir un état de bien-être psychique. Ainsi, leur développement favorise la santé globale et la santé mentale positive. Le développement des CPS permet d'accroître le bien-être psychologique, d'améliorer le fonctionnement individuel et relationnel, de construire des relations saines et positives, d'adopter des comportements favorables à la santé et de réduire les comportements à risque. Facteur protecteur de la santé globale (physique, psychique et sociale), de la santé mentale, du bien-être et de la réussite éducative et sociale, le développement des CPS est une piste stratégique à développer en santé publique, en éducation et en action sociale. Mise en avant par l'OMS dès les années 80, dans le cadre de la Charte d'Ottawa, le développement des CPS représente un des 5 axes d'action de la promotion de la santé et une stratégie majeure en prévention (notamment dans le domaine de addictions, de la santé mentale, de la santé sexuelle et de manière générale pour prévenir les conduites à risque). (Santé Publique France, 2025)

Véritables compétences de vie permettant aux êtres humains de mieux vivre ensemble, les CPS favorisent aussi la compréhension des bienfaits engendrés par le contact avec la nature, le renforcement du sentiment d'attachement au monde du vivant et plus largement le développement des compétences pour agir en faveur de la santé humaine et de celle des écosystèmes. Les compétences écologiques quant à elles se traduisent par la connaissance et la conscience de son environnement.

## LE PROJET EN BREF

Projet expérimental mené en Bretagne entre 2022 et 2024, dans le cadre des Plans Régionaux Santé Environnement (PRSE) 2017-2021 et 2023-2027, le projet « Comment la nature nous fait du bien » a été mis en œuvre dans sept établissements scolaires bretons, avec pour ambition de favoriser le développement des compétences psychosociales des enfants et adolescents (gestion des émotions, coopération, communication, empathie, confiance en soi...) par des activités régulières en lien avec la nature et la biodiversité.

Le projet a pour objectif :

- d'améliorer le bien-être physique, émotionnel et relationnel des élèves
- de stimuler la motivation et l'engagement scolaire grâce à des situations d'apprentissage en contexte naturel

- d'encourager la transformation des pratiques pédagogiques vers des approches plus actives, coopératives et interdisciplinaires

Un appel à manifestation d'intérêt, lancé au printemps 2022, a permis la sélection des établissements scolaires. Une attention particulière a été portée sur leur diversité (terre-mer, établissements privés-publics, de la maternelle au lycée, répartis sur les quatre départements bretons). Les équipes pédagogiques ont ensuite construit et animé leur propre programme d'activités pédagogiques et ont été accompagnées individuellement par un(e) animateur(trice) nature d'une structure d'éducation à l'environnement adhérente au REEB ou un(e) chargé(e) de mission de Promotion Santé Bretagne. Des temps de travail collectifs sous forme de séminaires ont été réalisés régulièrement tout au long du projet afin de faciliter un processus de co-construction des actions dans les établissements scolaires avec les équipes pédagogiques, les accompagnants et les coordinateurs du projet.

Au total, 250 élèves ont participé à une ou plusieurs activités.

Les résultats observés sont :

- Une amélioration du climat scolaire et du bien-être des élèves
- Une amélioration des compétences émotionnelles
- Une augmentation de l'attention
- Le développement de comportements pro-environnementaux
- L'évolution de la posture pédagogique

Le document final publié en 2025 synthétise les résultats généraux de l'expérimentation « comment la nature nous fait du bien ». Il contient les éléments contextuels et les modalités de mise en œuvre, des supports vidéo (lien QR Code) qui donnent un retour qualitatif des enseignants, éducateurs et élèves participants. 24 fiches pédagogiques sont disponibles pour reproduire les activités réalisées avec les jeunes lors de cette expérimentation.

## FORCES DU PROJET

- Une démarche participative favorisant la co-construction entre élèves, enseignants, animateurs et familles, et répondant à des critères de qualité relatifs au renforcement des compétences psychosociales (référentiel de Santé Publique France, 2022)
- Un comité de pilotage partagé entre acteurs de la promotion de la santé et de l'éducation à l'environnement

- Un retour d'expérience mêlant évaluation qualitative et observations en situation, avec une présentation des freins et des leviers de l'expérimentation pour capitaliser sur les résultats
- La mise à disposition d'un livret pédagogique pour partager les modalités de construction et de réalisation d'un projet pédagogique, avec différentes fiches pédagogiques et de courtes vidéos pour un retour d'expérience



## Fiche projet 8

# KODAMA Px - Nature sur prescription

### RESUME

L'objectif principal de ce projet est de déployer un programme de prescription de nature au sein de plusieurs structures de santé, en s'appuyant sur le projet mené au Centre de Santé Intégrée des Carrières (CSIC) de Sprimont (Belgique).

**TERRITOIRE/ECHELLE :** Sprimont (Belgique)

### COORDINATION DU PROJET

Initialement par le Centre de Santé Intégrée des Carrières (CSIC) de Sprimont, puis par l'ASBL Kodama

### PARTIES PRENANTES

Structures de santé, associations locales en lien avec la nature

### FINANCEMENT

Adhésion des structures de santé

### TEMPORALITE

Expérimentation en 2 phases pilotes : 2023-24 sur le SCIC de Sprimont, 2025-26 ouverture à d'autres structures de santé

**CONTACT :** Nolwenn Lechien

[n.lechien@kodamapx.com](mailto:n.lechien@kodamapx.com)

### SITE WEB

<https://www.csic.be/prescription-de-nature/>

### MOTS CLEFS

Prescription de nature, soins primaires

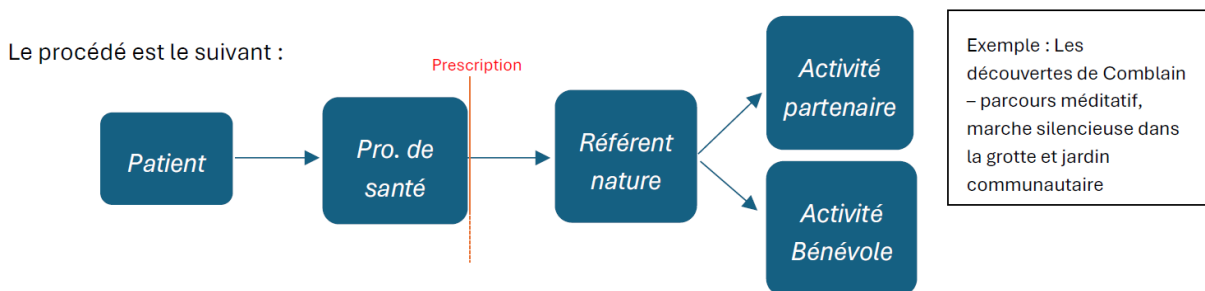


## PRESCRIPTION DE NATURE

La prescription de nature, un concept émergent dans de nombreux pays, consiste à prescrire du temps en plein air à des fins préventives ou curatives. Cette approche est soutenue par de nombreuses études démontrant ses effets bénéfiques sur la santé physique et mentale. Des exemples comme la "Green prescription" en Nouvelle-Zélande, la "Park Prescription" aux Etats-Unis et Canada, ou encore la "Nature prescription" en Écosse et la « Green social prescription » en Angleterre, illustrent la diversité des initiatives déjà en place à travers le monde. Cela vise à intégrer durablement des activités et expériences en lien avec la nature dans les pratiques de soins, afin de favoriser le bien-être global des patients, améliorer leur santé physique et mentale, et encourager des pratiques de soins plus holistiques et préventives.

## LE PROJET EN BREF

Le projet « Prescription de nature » porté par l'ASBL Kodama a débuté par une phase pilote en 2023 – 2024 initiée au Centre de Santé intégrée des Carrières (CSIC) à Sprimont (Belgique). Un modèle de prescription de nature a été développé et mis en œuvre pour intégrer des activités liées à la nature dans les soins aux patients. Le modèle développé se base sur un carnet de prescription offert au patient, contenant un programme de 2 mois d'activités en nature, et d'activités de groupes diverses. Cette initiative a permis aux professionnels de santé de prescrire des sorties en plein air, des ateliers de jardinage, ou des balades thématiques, en complément des traitements classiques. L'objectif était de promouvoir le bien-être physique et mental des patients tout en renforçant leur lien avec la nature.



Source « rapport de projet octobre 2023-octobre 2024 » Nature sur prescription au CSIC

Le CSIC a démontré les bénéfices de cette approche : une amélioration du bien-être des patients, une mobilisation accrue des professionnels de santé et un fort intérêt de la communauté médicale en Belgique et au-delà. 38 patients ont été accompagnés, 24 ont suivi

les activités de groupe, 15 ont terminé les 2 mois d'accompagnement. L'amélioration du bien-être a été observée chez 19 personnes et un changement dans les habitudes chez 12 personnes. 12 professionnels de santé ont prescrit la nature au CSIC.

Un nouveau projet pilote sur 2025-2026 vise à tester et adapter ce processus dans d'autres structures de santé, situées dans des contextes variés (urbains, ruraux, etc.), pour en mesurer l'impact, l'efficacité et les défis organisationnels. Les structures de santé qui souhaitent s'engager dans le projet bénéficieront d'un accompagnement par l'ASBL Kodama sur une période de 2 ans (montant de base 5000€ par an, montant de soutien à 10 000€ par an). Ce projet se positionne comme une réponse innovante aux défis croissants de la santé publique et du développement durable, tout en cherchant à inspirer un changement de paradigme dans le système de santé belge.

## FORCES DU PROJET

- Une expérimentation de la prescription de nature en soins primaires
- La création d'un carnet de suivi et l'adaptabilité du parcours centré sur les besoins de l'utilisateur
- Le déploiement en différentes phases pilotes pour consolider la démarche
- La mise en évidence des limites, difficultés et questionnements soulevés lors de la première phase pilote afin d'en tenir compte dans la construction de nouveaux projets
- Un soutien pour les équipes de professionnels de santé belges qui souhaitent rejoindre le projet dans une seconde phase pilote 2025-2026





## Fiche projet 9

# Programme soins verts agricoles – Groene Zorg

SOIGNER LE BURN OUT DE LONGUE DUREE PAR L'ACTIVITE AGRICOLE

### RESUME

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 ? C'est la visée du « Programme Soins Verts – Groene Zorg ».

**TERRITOIRE/EHELLE :** Belgique

### COORDINATION DU PROJET

Fondation Terre de Vie en collaboration avec l'université KU Leuven (mesure d'impact) et Telos Impact (appui à la rédaction du protocole)

### PARTIES PRENANTES

Les fermes structures d'accompagnement en agriculture sociale, les professionnels de santé, l'institut de recherche sur le travail et la société de l'université KU Leuven (HIVA)

### FINANCEMENT

Fondation Terre de Vie, Fondation Roi Baudoin, budget non spécifié

### TEMPORALITE

2023-2025 : 2023 conception du projet après une phase exploratoire, 2024 mise en place du programme et déploiement de l'étude, 2025 suivi et évaluation) ; budget non spécifié

**CONTACT :** Sylvia Spelmans, coordinatrice générale du Programme « Soins Verts – Groene Zorg » [sylvia.spelmans@soinsverts-groenezorg.be](mailto:sylvia.spelmans@soinsverts-groenezorg.be)

### SITE WEB

<https://www.soinsverts-groenezorg.be>

### MOTS CLEFS

Soins verts, soins verts agricole, agriculture sociale, santé mentale, burn-out



## SOINS VERTS AGRICOLES

Les soins verts sont axés sur l'expérience et l'interaction avec la nature et utilisent tous les aspects de la nature en tant que soins, à savoir regarder la nature, être actif ou active dans la nature, façonner la nature et interagir avec les animaux. L'agriculture sociale utilise ces aspects pour la promotion de la santé, la thérapie et la réadaptation au travail/l'emploi vert protégé (Sempik et al., 2010). Les fermes de soins sont des entreprises où l'agriculture et les soins de santé sont combinés pour fournir des traitements, des soins et une promotion de la santé dans un environnement naturel. Les fermes de soins se concentrent sur différents groupes de bénéficiaires ayant des besoins spécifiques (amélioration des problèmes mentaux, traitement des difficultés d'apprentissage/physiques, réadaptation au travail, ...). Elles organisent un ensemble varié d'activités agricoles individuelles et/ou collectives dans la nature (Elings, 2012).

L'agriculture sociale se définit par l'accompagnement des processus de rétablissement grâce au contact avec la nature et avec la vie quotidienne d'entreprises agricoles (familiales ou à finalité sociale, centrées sur une production alimentaire destinée à la vente). Les activités sont variées, mais relèvent toujours d'une participation libre et directe aux travaux du lieu : il ne s'agit donc pas simplement de visites « pédagogiques » ou « didactiques ». Leur visée est le mieux-être et le rétablissement.

En Wallonie, cette pratique est actuellement portée par 15 initiatives et touche 370 fermes partenaires. En Flandre, Steunpunt Groene Zorg couvre l'ensemble du territoire régional et regroupe plus de 1000 zorg boerderijen. Quelques fermes urbaines bruxelloises sont également actives.

## LE PROJET EN BREF

Le Programme Soins Verts – Groene Zorg est une initiative belge expérimentale lancée en 2023 pour mesurer l'effet thérapeutique des activités agricoles encadrées sur le rétablissement des personnes en burn-out ou dépression liée au travail. Porté par la Fondation Terre de Vie en collaboration avec l'université KU Leuven, ce projet mobilise un réseau de fermes d'agriculture sociale en Wallonie, Flandre et Bruxelles. Sur la base de cette étude, le programme va analyser la possibilité d'introduire dans les dispositifs de soin portés par l'INAMI (Institut national d'assurance maladie-invalidité), un financement permettant son déploiement dans les trois régions du pays.

Dans le cadre du programme, les patients sont orientés vers cette expérience et accompagnés par leur médecin ou psychologue. Ils pourront en observer les effets ensemble et l'inclure dans un parcours de soins. Cela n'est pas une pratique courante ni systématiquement documentée



## FORCES DU PROJET

- Une approche novatrice pour aider les personnes en burn-out ou en dépression liée au travail à se rétablir
- Une expérimentation solide et une étude d'impact bien documentée
- Une approche intersectorielle entre acteurs de la santé mentale, du monde agricole et de la cohésion sociale, une initiative collective



## Fiche projet 10

# JAZ NOCT – Jardin thérapeutique Alzheimer – Nocturne

BENEFICES D'UN JARDIN THERAPEUTIQUE SUR LE SOMMEIL DANS LES MALADIES NEUROCOGNITIVES

### RESUME

Étude exploratoire ciblée sur les effets de l'utilisation du jardin « art, mémoire et vie » du Centre Paul-Spillmann au CHRU de Nancy sur le sommeil de personnes atteintes de troubles cognitifs majeurs hospitalisées en Unité cognitivo-comportementale

**TERRITOIRE D'INTERVENTION :** CHRU de Nancy, hôpital Saint-Julien, Meurthe-et-Moselle (France)

### COORDINATION DU PROJET

Dr Thérèse Rivasseau Jonveaux, neurologue, chef de service, unité cognitivo-comportementale, Centre Paul Spillmann, CHRU de Nancy

### PARTIES PRENANTES

Fondation des Hôpitaux de Paris (opération « plus de vie »),  
Fondation Médéric Alzheimer, association Lions-Alzheimer Nancy Agglomération, Club Lions, Association Alzheimer 54, Université de Lorraine

### FINANCEMENT

CHRU de Nancy avec le soutien technique de la municipalité et le conseil départemental de Meurthe-et-Moselle pour l'aménagement du jardin L'étude a fait l'objet d'une thèse de médecine.

### TEMPORALITE

Initiation /inauguration du jardin en 2010

**CONTACT :** Dr Thérèse Rivasseau Jonveaux, CHRU de Nancy,  
[t.jonveaux@chru-nancy.fr](mailto:t.jonveaux@chru-nancy.fr)

### SUPPORT WEB

[https://www.chu-nancy.fr/images/offre\\_soins/jardin-art-memoire-vie-CHRUNANCY-DP\\_juin2015.pdf](https://www.chu-nancy.fr/images/offre_soins/jardin-art-memoire-vie-CHRUNANCY-DP_juin2015.pdf)

### MOTS CLEFS

Jardins thérapeutiques, sommeil, sujets âgés, pathologies neurocognitives, maladie d'Alzheimer et apparentées, intervention non médicamenteuse, hortithérapie



## JARDIN THÉRAPEUTIQUE

Le Plan Alzheimer 2008-2012 recommandait à la création des Unités cognitivo-comportementale qu'elles disposent de jardins thérapeutiques. Le terme « jardin » correspond à un espace vert extérieur clos, selon l'origine latine hortus conclusus conçu par et pour l'homme. Ce jardin devient thérapeutique lorsqu'il permet « une aide au processus de soin », s'intègre au projet d'une équipe soignante et s'adapte aux besoins des personnes qui l'utilisent, patients ou résidents, entourage, équipe soignante. Les principes de design sous-tendant la conception de tels jardins reposent sur une analyse détaillée des impacts recherchés : i) sollicitation des capacités cognitives les plus longtemps préservées ; ii) étayage des capacités les plus altérées ; iii) atténuation des troubles psycho-comportementaux ; et iv) médiation des interactions sociales entre résidents/patients, proches visiteurs et professionnels. Sur le plan des symptômes psycho-comportementaux, des bénéfices de l'utilisation de jardins thérapeutiques ont été observés sur l'appétit, l'anxiété, les symptômes dépressifs, l'agitation, l'agressivité, les tentatives de sorties inadaptées de l'unité. Les jardins des Ehpad ou des unités hospitalières spécialisées, pour peu qu'ils répondent à ces critères, offrent dans un cadre attractif avec une exposition à la lumière naturelle, la possibilité d'un exercice physique adapté et un support pour des ateliers variés avec les différents professionnels : psychologues, logopèdes, psychothérapeutes, ergothérapeute...

## LE PROJET EN BREF

Les troubles du sommeil sont fréquents et invalidants pour les personnes vivant avec une maladie neurocognitive évolutive au stade sévère. La conception et l'aménagement de jardins thérapeutiques constituent une démarche innovante, basée sur les données de la littérature. Le jardin « art, mémoire et vie » allie nature, art et culture régionale. Sa conception repose sur 2 hypothèses : l'hypothèse H1 selon laquelle le potentiel thérapeutique d'un jardin destiné aux personnes atteintes de MAMA peut être optimisé par un design artistique intégrant les spécificités neuropsychologiques, sociales et culturelles de ses usagers. L'hypothèse H2, postule que l'hypothèse H1 repose sur un facteur commun entre nature et art qui est la notion de beauté.

*Le jardin "art, mémoire et vie" du Centre Paul Spillmann CHRU de Nancy, © L. Verger, CHRU Nancy 2020, tiré de Jacob C. et al, 2020*



Ce jardin prototype est le cadre et la plateforme de recherche du programme de recherche JAZ « Jardin Alzheimer » qui vise à évaluer sa conception et ses impacts sur les personnes atteintes de MAMA, leurs proches et les soignants qui y exercent. Il se développe en plusieurs volets : (i) la validation du design du jardin au niveau (a) du « contenant », à savoir sa structuration spatiale, (b) du « contenu » (plantes, références culturelles et œuvres d'art) ; (ii) son impact sur les capacités cognitives et émotionnelles en pratique quotidienne à l'Unité cognitivo-comportementale (UCC) (a) pour les personnes atteintes de MAMA, (b) pour les professionnels de santé du Centre Paul-Spill Mann, (c) pour les proches visiteurs.

Le temps passé au jardin a été relevé sur la durée totale d'hospitalisation du patient ou durant un maximum de 30 jours en cas d'hospitalisation plus longue. L'étude a porté sur 60 patients, 30 dans le groupe utilisant le jardin (J+) et 30 dans le groupe ne l'utilisant pas (J-), pour 228 jours de recueil. Plusieurs éléments ont été mesurés comme la durée du sommeil nocturne, l'agitation, les activités diurnes... Les résultats montrent que les patients qui se rendent au jardin retrouvent un rythme nyctéméral plus « physiologique », avec moins de siestes la journée, une augmentation de la durée de sommeil nocturne et une diminution des levers nocturnes. De façon significative, les patients qui ont utilisé plus souvent le jardin et qui ont pratiqué une durée de marche plus importante ont un gain de sommeil nocturne plus important.

## FORCES DU PROJET

- L'alliance nature/art/soin apporte des bénéfices sur le sommeil des patients atteints de troubles neurocognitifs
- Le jardin thérapeutique propose une alternative concrète et non médicamenteuse intéressante à déployer dans les établissements gériatriques ainsi que pour les services prenant en charge les pathologies neurocognitives évolutives





## Fiche projet 11

### D'une cime à l'autre

OSEZ REGARDER PLUS LOIN...ET Y ALLER !

#### RESUME

“D'une cime à l'autre” est un centre nomade d'éducation à la nature et à l'environnement et un service d'intervention et accompagnement psychosocial par la nature et l'aventure

**TERRITOIRE D'INTERVENTION :** Belgique, France

#### COORDINATION DU PROJET

ASBL D'une cime à l'autre (Belgique)

#### PARTIES PRENANTES

En passant par la montagne (France) et HE Vinci

#### FINANCEMENT

Fondation Chimay Wartoise et co-financement par le programme Erasmus + (fonds européen), budget non disponible

#### TEMPORALITE

En cours

**CONTACT :** Samuel Puissant, [samuel.puissant@dunecimealautre.be](mailto:samuel.puissant@dunecimealautre.be) et Jean Christophe Ferir, [jc.ferir@dunecimealautre.be](mailto:jc.ferir@dunecimealautre.be)

#### SUPPORT WEB

<https://www.dunecimealautre.be/>

#### MOTS CLEFS

Intervention psychosociale par la nature et l'aventure (IAPNA), accompagnement, éducation, jeunes, aventure



## L'INTERVENTION PSYCHOSOCIALE PAR LA NATURE ET L'AVEVENTURE (IPNA)

Le modèle de l'Intervention psychosociale par la nature et l'aventure (IPNA) ou intervention et accompagnement psychosociaux par la nature et l'aventure (IAPNA) développée et conceptualisée par Sébastien Rojo et Geneviève Bergeron se définit comme une « modalité d'intervention plurielle et flexible basée sur l'utilisation de la nature et l'aventure. Elle se retrouve sur un continuum allant des visées éducatives à thérapeutiques et s'inscrit dans une perspective générale développementale. L'IPNA cherche à favoriser le développement intra et interpersonnel par la mise en relation à soi, à l'autre et à la nature ainsi que par le processus d'aventure. L'intervention psychosociale par la nature et l'aventure se veut comme un tremplin développemental et thérapeutique ». (Rojo & Bergeron, colloque ILMH, 2018).

L'intervention psychosociale par la nature et l'aventure (IAPNA) est une modalité d'intervention et un processus d'accompagnement complémentaire aux actions des services d'accueil de jeunes. Basée sur une éducation expérientielle authentique et engageante, l'IAPNA travaille la confiance et l'estime de soi, ainsi que le développement des capacités d'autodétermination des jeunes pris en charge (autorégulation, autonomie, responsabilité, expression de soi, capacité à faire des choix ...). La randonnée, l'escalade, le canoë, la grimpe d'arbres, le bivouac en pleine nature sont les outils utilisés au service d'une remobilisation du jeune vers l'école, vers un projet de formation ou professionnel ou tout simplement vers un mieux-être par rapport aux situations relationnelles difficiles (famille, Centres d'hébergement, ...).

## LE PROJET EN BREF

Le projet vise à déployer et professionnaliser la méthode IAPNA destinée aux jeunes en décrochage ou en grande fragilité. Cette méthode repose sur l'immersion en pleine nature comme levier de remobilisation psychosociale, favorisant l'estime de soi, la résilience et l'autodétermination. Le projet s'appuie sur des résultats d'études menées au Québec (Rojo, Bergeron et al.), sur une éducation expérientielle en nature. Ces études révèlent un intérêt positif pour prévenir le décrochage scolaire, restaurer la confiance et l'estime de soi des jeunes, et développer la capacité d'autodétermination.

Tous les projets sont construits sur mesure, avec les travailleurs du secteur et les services demandeurs, et comportent 3 étapes fondamentales :

ÉTAPE 1 : « Contextualisation » : Identification des besoins individuels et/ou collectifs ;

ÉTAPE 2 : « Décontextualisation » : Séjour immersif de rupture en pleine nature (à thématique modulable).

5 ingrédients actifs composent invariablement ces séjours : Environnement non familial - Engagement - Expérience partagée - Risque pédagogique - Effort

ÉTAPE 3 : « Recontextualisation » : Transfert des capacités, habiletés et compétences du jeune dans son milieu de vie et quotidien dans une optique de remobilisation et de résilience.

Le partenariat entre l'ASBL belge D'une Cime à l'Autre et l'organisation française En Passant par la Montagne permet de concevoir des formations transfrontalières (dans un cadre francophone), avec un soutien financier d'Erasmus+. L'objectif est de structurer un parcours de formation IAPNA pour les professionnels de l'éducation et du travail social, promouvant une prise en charge innovante des jeunes en difficulté à travers l'aventure et la nature.

## EXEMPLE DE CAS D'ÉTUDE

Le projet « Grimper la plus haute falaise de Belgique » est à l'initiative d'un éducateur du foyer du Hainaut pour des jeunes déscolarisés et en grande difficulté sociale. Le projet est destiné à 6 jeunes garçons entre 13 et 16 ans. Le dispositif propose quatre activités non consécutives de préexpédition (randonnée, préparation technique à l'escalade), trois jours d'expédition (bivouac, découverte et connaissance de la nature, randonnée, escalade, hutte de sudation) et une après-midi pour regarder les photos de l'aventure. Le projet s'appelle « Grimper la plus haute falaise » car l'objectif ici est que chacun parvienne à escalader la falaise de Freÿr qui culmine à 110 mètres. Ce projet fait partie des terrains d'étude de la recherche TransDISC (dimensions subjectives et culturelles de la transition) déposée en consortium par la Haute École de la Province de Namur, le Groupe ICHEC – ECAM – ISFSC, et la Haute École Léonard de Vinci.

## FORCES DU PROJET

- Approche psychosociale adaptée à des publics vulnérables
- Adaptabilité des formules proposées ; chaque séjour est conçu sur mesure avec les partenaires et ajusté aux besoins spécifiques des jeunes





## Remerciements

La réalisation de ce livret a été rendue possible grâce à la participation et à la contribution des équipes impliquées dans les projets de recherche, les initiatives et les expérimentations présentés.

Ce livret vise à valoriser les résultats, approches et enseignements issus de projets menés dans différents contextes européens. Elle reflète la diversité des initiatives existantes et met en évidence la contribution collective des acteurs engagés dans le développement et la mise en œuvre de politiques et d'actions d'innovation à l'échelle européenne sur la thématique des « soins par la nature ».

Les contenus présentés s'appuient sur des informations publiques et des données communiquées par les structures concernées (site internet). Leur utilisation dans le cadre de ce livret s'inscrit dans une démarche de diffusion des connaissances et de partage d'expériences à des fins d'information et de valorisation pour le projet INTERREG Ardenne Good Life.



## Liste des contributeurs

Ce livret a été réalisé dans le cadre du projet INTERREG Ardenne Good Life, avec le regard de l'ensemble de ses opérateurs et plus particulièrement des membres du conseil scientifique : Cécile BOLLY, Paul COLSON, Cécile DELVILLE, Sarah DEMUNCK, Stéphanie DROTHIER, Simon DUBETZ, Jean-Christophe FERIR, Fanny HONTOIR, François IHUEL, Thérèse JONVEAUX, Vincent LA PAGLIA, Nolwenn LECHIEN, Violette VANKEYMEULEN



Ce document a été produit par l'équipe SEDETIAM Conseil : Estelle FLOIRAC, Thalie LAGORS, Blandine MELLOUET-FORT, Juliette TARDY, sous la direction de Damien PECHEUX, Parc Naturel Régional des Ardennes, et de l'opérateur chef de file du projet Ardenne Good Life, Joël Dath, Fondation Chimay-Wartoise



## Fiche projet 1 Page 7



**Green Social Prescription Project (GSP Project)**

Projet de prescription sociale verte (projet GSP)

## Fiche projet 4 Page 22



**GreenME**

Mental Health for all through nature

La santé mentale pour tous grâce à la nature. Une approche multi échelle intégrée pour l'expansion des thérapies basées sur la nature afin d'améliorer l'équité en santé mentale.

## Fiche projet 2 Page 13



**RECETAS**

Re-imagining Environments for Connection and Engagement Nature, bien-être, liens sociaux dans les villes ; tester des actions de prescription sociale dans les espaces naturels, un projet écologique visant à réduire la solitude

## Fiche projet 5 Page 26



**NATURELAB**

Interventions basées sur la nature pour améliorer la santé et le bien-être

## Fiche projet 3 Page 18



**RESONATE**

Resilience through nature-based therapies Renforcer la résilience individuelle et communautaire grâce aux thérapies basées sur la nature

## Fiche projet 6 Page 30



**GREEN4C**

Green4C GreenForCare - Innover et promouvoir les soins de santé et les services sociaux axés sur la nature grâce à des alliances entre universités et entreprises -

## Fiche projet 7 Page 35



**École du dehors : faire classe dans la nature**

Comment la nature nous fait du bien - Renforcer les compétences psychosociales des jeunes par des activités en lien avec la nature

## Fiche projet 10 Page 48



**JKAZ NOCT**

Jardin thérapeutique Alzheimer - Nocturne  
Bénéfices d'un jardin thérapeutique sur le sommeil dans les maladies neurocognitives

## Fiche projet 8 Page 40



**KODAMA Px**

Nature sur prescription

## Fiche projet 11 Page 51



**D'une cime à l'autre**

Osez regarder plus loin...et y aller !

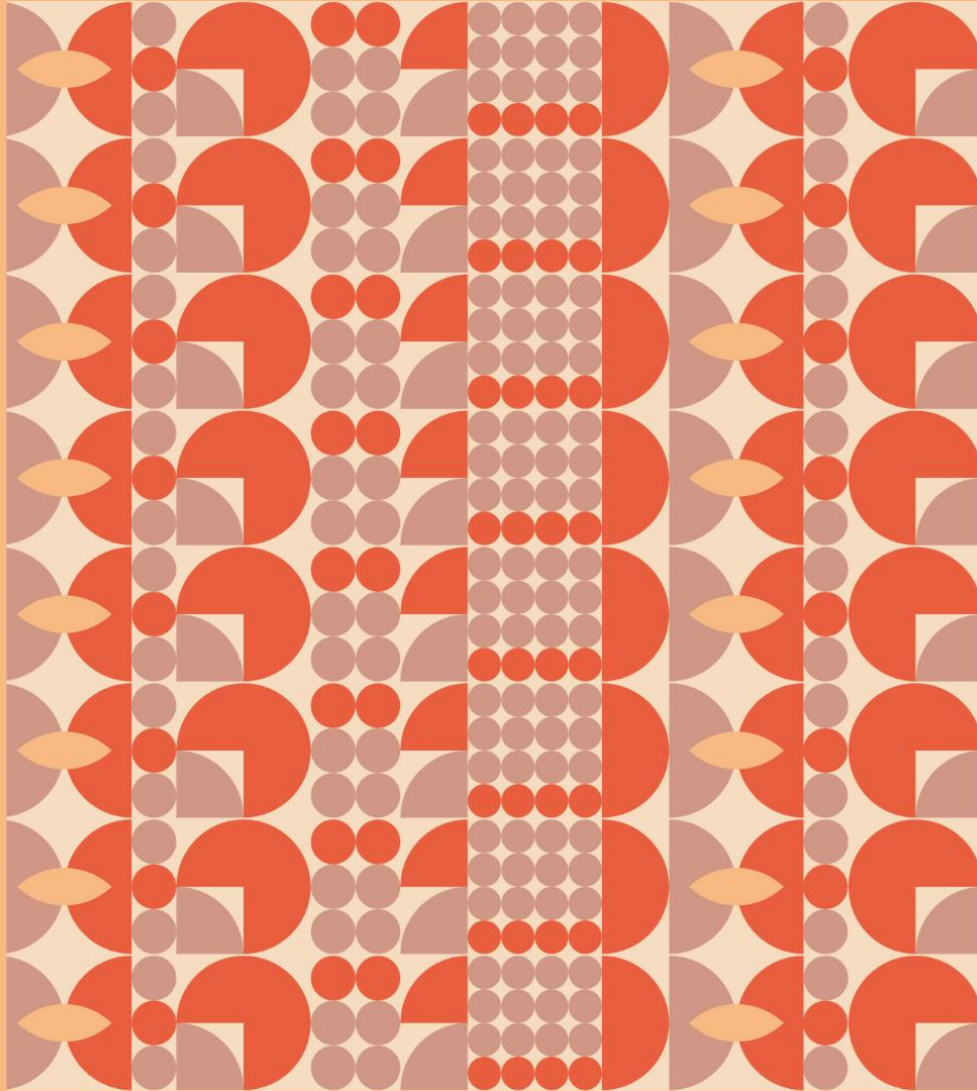
## Fiche projet 9 Page 43



**Groene Zorg**

Programme soins verts agricoles  
Soigner le burn out de longue durée par l'activité agricole





SEDETIAM<sup>1</sup>

Livret produit par  
SEDETIAM Conseil  
21 rue Vaudrey  
69003 Lyon  
[contact@sedetiam-conseil.fr](mailto:contact@sedetiam-conseil.fr)