

UN TERRITOIRE DURABLE, UNE BONNE SANTÉ

RETOUR D'EXPÉRIENCE : DES ACTIONS POUR S'INSPIRER

SANTÉ ET ENVIRONNEMENT : DEUX PROJETS INNOVANTS POUR LE BIEN-ÊTRE DES POPULATIONS VULNÉRABLES

Centre d'Initiation à l'Éco-Citoyenneté (CIEC)

Association fondée en 2002
Intervient sur le Centre Manche

L'association se consacre à l'éducation à l'environnement et à l'éco-citoyenneté à travers des activités éducatives. Elle accompagne les scolaires, les centres sociaux, les familles, les personnes en situation de handicap, les collectivités territoriales, allant de sessions ponctuelles à des projets sur mesure en fonction des objectifs pédagogiques.

L'ESSENTIEL

Le CIEC a mis en place deux actions axées sur la santé environnementale, l'une avec le Conseil départemental de la Manche et l'autre avec la CPAM de la Manche. Le premier projet, "Les sens de la nature", vise à reconnecter les résidents d'EHPAD avec la nature après la période de confinement due à la COVID-19. Les activités incluent des animations intergénérationnelles, favorisant notamment l'exploration de la biodiversité, renforçant l'engagement et le bien-être des participants. Le deuxième projet, en collaboration avec la CPAM, se concentre sur la découverte de la nature ordinaire, la sensibilisation à une alimentation saine et à la consommation responsable. Le CIEC souligne l'importance de la co-construction des projets et des partenariats locaux pour surmonter les défis rencontrés, restant optimiste quant à l'impact positif de ces initiatives sur la communauté. Ces animations illustrent l'importance de la santé environnementale et la reconnexion à la nature pour le bien-être des populations vulnérables. En privilégiant l'interaction entre les générations et en impliquant les communautés, ces initiatives contribuent à créer un environnement plus sain et plus solidaire.

ORIGINE DU PROJET

Le confinement lié à la crise sanitaire de la COVID-19 contraint les résidents des maisons de retraite à vivre isolés de manière prolongée.

Cette situation entraîne une souffrance notable, avec des conséquences sur leur bien-être physique et mental, ainsi qu'une incapacité à sortir et à se connecter avec le monde extérieur.

Dans ce contexte particulièrement difficile, le CIEC souhaite mettre en place un projet innovant, en collaboration avec les maisons de retraite du département de la Manche, axé sur le bien-être grâce à la reconnexion à la nature.

L'ACTION PAS À PAS

IDENTIFIER UNE MAISON DE RETRAITE PRÊTE À SE LANCER DANS LE PROJET

Après avoir obtenu des financements par le Département de la Manche, le CIEC propose à de nombreuses maisons de retraite de se lancer dans le projet. Seul l'EHPAD La Fontaine Fleurie à Saint-Lô est identifié comme un partenaire potentiel. Sa directrice est consciente de l'importance du rôle de la nature et de l'environnement pour la santé des résidents. Le développement durable est également déjà intégré dans la gestion quotidienne de l'établissement, restauration, nettoyage des locaux, etc.



ÉLABORER DES ANIMATIONS SUR LA SANTÉ ENVIRONNEMENTALE

Cette compréhension mutuelle facilite la co-construction du projet. En collaboration avec l'animateur de la maison de retraite, le CIEC évalue les animations réalisables, en tenant compte des pathologies dues au grand âge des résidents, notamment les difficultés à marcher ou encore la dextérité des mains rendue difficile par l'arthrose. Les sens sont également quelquefois altérés : perte de l'ouïe, déficit de l'odorat ou du goût, baisse de la vue ou de sensibilité au toucher. Pour cette raison, l'équipe choisit d'orienter ses animations vers des activités sensorielles.

LES 6 ANIMATIONS

1. À la découverte de la petite faune du sol avec le centre de loisirs Mandela
2. Découverte du parc de Fontaine Fleurie
3. Fabrication de cosmétiques naturels
4. Fabrication de produits ménagers écologiques
5. Création à partir d'objets de réemploi
6. Plantation d'aromatiques et plantes potagères



RÉALISER LES ANIMATIONS

Six ateliers "Les sens de la nature" sont programmés et animés par deux salariées du CIEC le temps d'ajuster les interventions aux besoins spécifiques des résidents. Leur expérience avec des publics en situation de handicap est précieuse, facilitant grandement l'inclusion des personnes âgées volontaires dans les animations.

Les participants explorent la nature à travers la fabrication d'objets et le réemploi. Les animations incluent la création d'objets offerts en cadeaux aux familles pour Noël, ainsi que la confection de produits de beauté, d'hygiène naturelle et de nettoyage. Les activités potagères sont menées en utilisant des bacs surélevés.

Les activités sont planifiées à l'avance, et une douzaine de résidents volontaires assistent à chaque session - excepté lors des sessions avec les enfants - où la participation atteint jusqu'à 20 résidents. À la suite des animations autour de la nature, les résidents sont régulièrement sollicités par l'équipe de la maison de retraite pour passer du temps dans le parc. Ces ateliers offrent aux résidents des expériences enrichissantes qui les aident à renouer avec leur environnement naturel, et stimulent leurs sens et leur mémoire, tout en favorisant des interactions sociales positives. Cette initiative contribue à améliorer leur qualité de vie, à réduire le sentiment d'isolement et à renforcer leur santé globale, tant sur le plan physique que mental.



› MONTER UN NOUVEAU PROJET AUTOUR DE LA SANTÉ ENVIRONNEMENTALE POUR D'AUTRES PUBLICS

Dans le cadre du Plan Régional Santé Environnement 4 (PRSE 4), la CPAM de la Manche recherche des projets innovants. Au vu des actions déjà menées par le CIEC, elle rencontre la structure pour envisager des collaborations futures. Ensemble, ils conçoivent un projet visant à travailler avec des publics prioritaires, notamment des familles de deux quartiers prioritaires et un Institut éducatif médicalisé (IME). L'objectif principal est de favoriser les rencontres entre les participants des cinq structures participantes, tout en abordant des thématiques liées à la santé environnementale. La coordination complexe entre les partenaires impliqués dans cette action exige de nombreuses réunions et une co-construction attentive pour sa mise en œuvre. Malgré l'investissement en temps considérable en amont, l'équipe est confiante dans le potentiel du projet, qui est en cours de déploiement depuis environ un an.

› DÉPLOYER LES ANIMATIONS

Le projet met l'accent sur la nature ordinaire, l'alimentation et la consommation à travers la création de deux jeux : le "goûter éco-citoyen" et la cartographie des producteurs locaux, visant à sensibiliser les participants à une consommation plus responsable et locale. Les animations actuelles se concentrent sur la fabrication de produits naturels et la découverte de la biodiversité locale, offrant ainsi des moments d'apprentissage et d'échanges enrichissants pour tous les participants impliqués.

› COMMUNIQUER

L'équipe travaille en étroite collaboration avec la CPAM pour améliorer la communication, concevant des affiches adaptées à chaque centre social pour mieux diffuser les informations. Des flyers sont distribués dans les quartiers pour toucher un large public. Les premières animations sont très bien accueillies, suscitant un engouement tel qu'une inscription préalable est désormais nécessaire.



UNE INITIATIVE INTERGÉNÉRATIONNELLE RÉUSSIE

Le CIEC organise une activité sur la petite faune du sol dans le parc de la maison de retraite. Cette animation s'adresse aux résidents et aux enfants du centre de loisirs de Saint-Lô, établissement avec lequel le CIEC collabore activement. Les participants explorent les espaces verts de l'établissement, les enfants parcourant les zones inaccessibles pour les personnes âgées et partageant leurs découvertes avec eux. Les petites bêtes trouvées sont placées dans un terrarium dans la maison de retraite. Cette initiative offre à chaque participant, qu'il soit jeune ou âgé, l'opportunité de se reconnecter avec la nature, de s'émerveiller devant sa diversité et de tisser des liens intergénérationnels. La dynamique créée par l'interaction entre les enfants du centre de loisirs et les résidents est perceptible. Les enfants, âgés d'environ 8 ans, provenant d'un quartier prioritaire, sont impliqués de manière positive, favorisant ainsi la compréhension mutuelle et le respect entre les générations.

JEU : LE GOÛTER ÉCO-CITOYEN

Le "goûter éco-citoyen" est un jeu où les participants doivent acheter un goûter en respectant des critères tels que la lecture des étiquettes, la réduction des emballages, le choix de produits locaux normands, et la gestion d'un budget.

Cette activité nécessite un travail préalable sur l'alimentation et la santé, et conduit à une prise de conscience sur les choix de consommation, notamment en matière d'emballage et d'origine des produits.

LES LEVIERS

- › La formation du GRAINE Normandie (réseau des acteurs de l'éducation à l'environnement et au développement durable) sur la santé-environnement
- › La connaissance approfondie des acteurs du territoire pour collaborer avec des partenaires conscients des enjeux
- › L'obtention de financements

LES 5 RAISONS POUR AGIR

- › Sensibiliser à la notion de biodiversité
- › Offrir du bien-être aux participants
- › Stimuler les capacités des pensionnaires
- › Favoriser les échanges entre résidents
- › Faire prendre conscience que chacun est utile aux autres

CONTACT

Anne-Sophie GRANDIN

Coordinatrice / Animatrice « Eco-citoyenneté »

5, boulevard de la Dollée

50 000 Saint-Lô

Tél. : 02 33 77 42 63

Mail : ciec@laliguenormandie.org

<http://ciec.laliguenormandie.org>



DIFFICULTÉS RENCONTRÉES

- › Trouver des maisons de retraite prêtes à s'engager dans le projet
- › Intégrer le projet dans le calendrier déjà chargé des maisons de retraite
- › Adapter les activités au public spécifique des maisons de retraite, en tenant compte des besoins individuels des résidents, de leurs limites et de leurs préférences
- › Obtenir des financements
- › Sensibiliser sur la santé-environnement nécessite du temps et de la persévérance pour qu'elle soit pleinement intégrée dans les pratiques et les mentalités

PERSPECTIVES

Le CIEC va poursuivre ses activités en lien avec la santé-environnement avec ses publics cibles et espère impliquer des maisons de retraite situées à proximité de centres de loisirs, afin de favoriser des interactions régulières et durables. Cette démarche vise à établir des liens durables entre les générations.