



CONTENU PÉDAGOGIQUE

by Naturapie

NATURE ET THÉRAPIE

QU'EST-CE QU'UNE INTERVENTION NON MÉDICAMENTEUSE ?

C'est une approche psychologique, corporelle, nutritionnelle, numérique ou élémentaire sur une personne visant à prévenir, soigner ou guérir. Elle est personnalisée et intégrée (intégration du patient, intégration de différentes méthodes, intégration dans le parcours de santé) dans son parcours de vie.

OÙ EST L'INTENTION THÉRAPEUTIQUE ?

L'intention thérapeutique regroupe différentes notions :

- Les notions de soutien, d'entretien et de stimulation reflètent la volonté de solliciter, de maintenir et de renforcer les capacités cognitives, psychologiques, sociales et physiques.
- Les notions de réadaptation et de réhabilitation reflètent la volonté d'optimiser le fonctionnement cognitif, psychologique, social et physique afin de réduire l'impact des troubles cognitifs au quotidien.
- L'intention récréative engage les personnes dans des activités porteuses de sens pour renforcer le lien social, la qualité de vie et le bien-être.

Dans les contextes thérapeutique et récréatif, les bénéfices peuvent s'observer sur du court terme voire immédiatement ou sur du long terme.

ET LA NATURE DANS TOUT ÇA ?

Biologiquement, physiologiquement, et spirituellement, l'être humain interagit avec son milieu naturel "dans le sens de la vie". La relation à la nature procure une stimulation de l'élan vital, une mobilisation du corps, des émotions positives, une diminution du niveau de stress, une récupération des capacités d'attention et de concentration et une stimulation de la cognition. Elle soutient l'imagination et la créativité. Elle renforce l'estime de soi, la sociabilité et contribue à développer l'histoire intérieure de la vie en positionnant et en équilibrant l'être dans ses rapports fondamentaux au monde.

La nature est la matière sur laquelle s'appuie l'acte thérapeutique holistique dans le but d'améliorer la santé physique, mentale et sociale.

QUELLES CORRÉLATIONS ?

La variété des stimulations sensorielles naturelles favorise l'éveil cérébral et l'adaptation du tonus musculaire à partir du tronc cérébral.

La stimulation des centres de la mémoire et des émotions induit une impression de familiarité et d'adaptabilité à cet environnement. Cet état sollicite les capacités cognitives et les régulations comportementales.

La régulation de l'humeur est favorable à l'expression des émotions, piliers de la communication.

Espaces de liberté et d'imprévu : "la nature", derrière un désordre de principes intangibles, offre un équilibre global sous une infinité de variations et de diversité.

"Le fond de l'âme est nature et la nature est vie créative"
Carl Gustav Jung.

Les soignants

La nature rayonne dans une dimension globale :

Dans la manière dont chaque professionnel de santé, selon sa sensibilité et ses objectifs, ouvre, avec les résidents, un "chemin thérapeutique".

Emotions, réminiscence, sensations, motricité seront autant de richesses qui parsèmeront ce "sentier".

La diversité des ateliers nourrit l'ensemble des acteurs du "prendre-soin".

L'animateur fera travailler spécifiquement les fonctions exécutives ou les facultés d'attention.

Le kinésithérapeute, l'ergothérapeute, le psychomotricien cherchera à développer la motricité fine.

Le psychologue visera les capacités psychiques et cognitives autour de la mémoire du langage.

Les Intervenants

Sensibilisés aux enjeux thérapeutiques, nous favorisons les connexions "humain-nature".

Notre écoute des soignants et notre expertise de la nature nous permettent de mener les ateliers avec la plus grande bienveillance, et d'exploiter le potentiel de chacun d'eux.

Nous adaptons l'activité au profil des résidents, à leur situation clinique, à leurs attentes.

Nous prenons le temps avec l'équipe de santé d'établir une évaluation initiale et finale.

Chaque atelier est préparé en amont et fait l'objet d'un bilan critique afin de corriger l'approche et de répondre au mieux au public investi.

Les Ateliers

Ils sont les espaces où la Nature ouvre à des pensées, des sensations, des humeurs.

Les processus impliqués sont nombreux, ils peuvent être isolés où imbriqués, selon "l'issue thérapeutique" recherchée,

- Processus physique : tonus musculaire, souplesse articulaire, motricité fine.
- Processus sensoriel : ouïe, vue, toucher, odorat, proprioception, équilibre.
- Processus cognitif : réminiscence, entraînement mnésique, stimulation des émotions.
- Processus psychologiques et comportementaux : estime de soi, régulation comportementale, communication.
- Processus sociaux : écoute, confiance, interactions sociales.

Au-delà de "l'instant présent", les ateliers sont les outils dynamiques de divers projets.

Les créations artistiques sont exposées pour mettre en valeur les locaux, argumenter la force commerciale, et asseoir l'image d'un établissement de qualité.

Leur mise en oeuvre répond à des conditions de sécurité, d'alliance thérapeutique, d'éthique professionnelle, de traçabilité et d'ajustement contextuel.

LA FORMATION :

"UN JARDIN TOUT EN DOUCEUR"

Pourquoi ?

La Nature est source de merveilles à condition de les identifier, les intégrer dans une pédagogie adaptée, les inviter de manière spontanée pour révéler leurs vertus thérapeutiques.

Plus qu'une formation, Naturapie vous plonge en immersion dans un univers inexplicable et riche de "sens".

A travers le monde vivant, et plus particulièrement le monde végétal, nous mettons en évidence l'aura thérapeutique qui se dissimule dans les cellules qui constituent ces bijoux fragiles.

Ce moment d'échanges et de convivialité, révélera aux participants la capacité "d'écouter", de "voir" le potentiel incommensurable qui leur est offert dans l'abondance du milieu naturel, d'aiguiser leur sensibilité.

Il est essentiel que tous les acteurs du "bien-être par la nature" parlent le même langage.

Cette formation assiera ou confortera des notions nécessaires pour mener les activités, dédramatisera la barbarie d'un vocabulaire spécifique.

Les outils

Le minéral et le végétal sont mis en scène. Ils nourrissent le souvenir, l'expérience personnelle, l'imagination.

L'immersion permet de :

- susciter des échanges
- développer des compétences
- consolider des connaissances
- sensibiliser à une thématique précise

Objectifs :

- Appréhender le monde végétal pour mieux le comprendre
- Se familiariser avec le vocabulaire spécifique
- S'ouvrir à la dimension thérapeutique
- Échanger ses expériences
- Mettre en application les apprentissages

Méthode

Parce qu'elle modifie considérablement les rôles des formateurs et apprenants, la méthode active et expérientielle considère que les connaissances se construisent. C'est à partir de l'action que va s'engager une réflexion sur un sujet donné.

Les connaissances et compétences s'acquièrent par la motivation intrinsèque. L'apprenant est engagé dans un processus d'action-expérience et peut ainsi tester en temps réel ce qu'il entreprend, il valide ou invalide lui mêmes ses hypothèses, ou en les débattant avec d'autres apprenants. Cette méthode s'appuie sur des simulations, des jeux de rôles ou encore des projets de groupe qui favorisent le travail collaboratif.

Le formateur devient un simple médiateur et s'il possède le savoir et savoir-faire, il n'est plus en position dominante, mais dans une démarche d'échanges.

LE DEROULEMENT

jour 1

MATIN :

Immersion des participants

Présentations (contenu et objectifs de la journée) Présentation individuelle et imagée des participants

Les outils : Connaître les outils principaux pour le travail de la terre et leur manipulation

Pause

Les besoins des plantes: Découvrir les notions de lumière, eau et nutriments, ainsi que leur assimilation par la plante.

Pause déjeuner

APRES-MIDI :

initiation à la biologie végétal : développer des mécanismes face au vocabulaire, aborder des notions d'anatomie végétal, étude du cycle de développement, quelques notions métaboliques.

Pause

L'approche thérapeutique : découverte d'un univers autour des sens. Notion de bien-être. Révéler les vertus thérapeutiques de la nature.

Bilans, échanges d'impressions

En début d'activité :

Un relevé de présence est signé tous les jours (matin et après-midi) par chaque participant.

Les membres du groupe interagissent à travers une "épreuve" ludique, collaborative et artistique. Cette introduction permettra d'appréhender une cohésion et une écoute nécessaire pour la suite des ateliers.

En cours d'activité :

La bienveillance et l'accompagnement seront les garants d'une pédagogie progressive basée sur l'expérience pour gérer au mieux l'évolution de chaque participant.

En fin d'activité :

Mise en place d'une fiche de bilan individuel et collectif pour restitution aux différents référents et opérateurs de l'action. Bilan oral et évaluation de satisfaction individuelle Attestation de formation individualisée. Réalisation d'une charte d'engagement personnel permettant l'investissement de chaque participant. Remise d'un livret pédagogique de conseils.

jour 2

MATIN :

Réflexion : A partir d'un développement pédagogique, définir les outils qui vont amener la dimension thérapeutique.

Pause

Création : Structurer un atelier, identifier son public, et dresser un support de bilan individuel

Pause déjeuner

APRES-MIDI :

Mise en pratique : Préparation d'un atelier. Mise en application des notions étudiées et accompagnement dans la réalisation. Analyse de l'enjeu thérapeutique.

Bilans, échanges d'impressions et remise des attestations

Kit de démarrage

Caisse de rangement
4 sécateurs ergonomiques
4 griffes
4 fourches
4 petits arrosoirs
2 seaux