



Fiche outils pour animateurs n° 3



ZEN AU CŒUR DE LA NATURE ou au cœur d'un bâtiment (ou de la nature)

BUT	S'arrêter, prendre le temps. Appréhender un moment calme avec un maximum de sens en intérieur ou en pleine nature.
CARACTERISTIQUES	
Sections concernées :	Toutes
Nombre d'animateurs nécessaires :	1
Nombre de participants (min.-max.)	2 – 40
Durée :	Au choix
DEROULEMENT	<p>Choisir un local calme (qui n'est pas un lieu de passage) : cave, grenier, cabane extérieure...</p> <p>Y installer un décorum qui aura deux buts :</p> <ul style="list-style-type: none">• Mettre un maximum de sens en éveil.• Reproduire une ambiance NATURE. <p>Ce sera un coin permanent pour la durée d'un week-end ou d'un camp.</p> <p>On pourra y installer par exemple les choses suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none">• Des coussins posés sur des tapis.• Un diffuseur de musique (musique classique calme, musique orientale, musique de bruits naturels : chants d'oiseaux, bruits de la forêt...).• Un support image de la nature (paysages, gros plan de plantes ou d'animaux, constellations...).• Un diffuseur de parfum ou encens.• Des plantes.• Une lumière douce.• Un tapis de feuilles mortes.• Des livres sur le thème de la nature (romans jeunesse, revues diverses, livres documentaires).

	<ul style="list-style-type: none"> • Des petites bougies (attention cependant à la sécurité). <p>On peut utiliser cette pièce de deux façons :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Libre. La pièce est ouverte en permanence. Les scouts y vont quand ils le veulent. Bien les conscientiser sur le fait que c'est endroit de calme et de repos. • Un moment organisé de détente ou d'activités de sens pour un groupe de scouts.
<p>MATERIEL NECESSAIRE</p>	<p>Voir le déroulement</p>
<p>VARIATIONS POSSIBLES</p>	<p>L'atelier proposé est une installation NATURE dans un local intérieur. Il est évident qu'une variation possible est de reproduire ce genre d'endroit à l'extérieur en pleine nature.</p> <p>Pour ce faire, choisir un endroit calme, hors de tous passages humains intempestifs (routes, sentiers...). S'assurer cependant que c'est une zone à laquelle on peut avoir accès.</p> <p>La décorer en évitant les appareils électriques et en utilisant des feuilles protégées par des chemises plastique.</p> <p>Peut-être protéger de la pluie avec une bâche ou une toile de tente. Utiliser des sièges « naturels » : rondins, pierres. Profiter surtout en priorité du décor naturel !!!</p>