

4.3.1 - Un sentier archéologique bon pour le mental

Vallée d'Eyne

mise à jour: 24/01/2013

L'influence positive du milieu naturel sur le psychisme n'est plus à démontrer. C'est pourquoi la réserve naturelle de la Vallée d'Eyne a conçu, autour de son sentier archéologique, une sortie nature pour des groupes de personnes déficientes mentales.

L'activité cible plus précisément des adultes en clinique postcure psychiatrique, souvent des personnes dépressives, hystériques, schizophrènes ou psychotiques. L'objectif est une immersion dans le milieu naturel afin de permettre à ce public de voir la nature comme un moyen de ressourcement.

Les participants sont impliqués physiquement par la marche, le grand air, la possibilité de s'asseoir sur le sol et de toucher la terre et les éléments naturels. Le dépassement de soi est visé mais aussi l'ancrage dans la réalité avec la connexion au milieu naturel, aux éléments et en particulier la terre et les racines.

Au cours de cette balade qui dure 3 heures (dont une heure de marche et deux heures d'animation), c'est particulièrement la découverte concrète et tactile qui est développée. Les animateurs et les éducateurs spécialisés qui accompagnent le groupe font aussi appel à la créativité par des activités artistiques, et à la sensibilité esthétique avec la collecte d'éléments naturels. Cette activité permet aussi de s'imprégner de la puissance de la nature par la relaxation et la visualisation d'éléments du milieu naturel.

Site : Réserve naturelle de la Vallée d'Eyne

Statut du site : réserve naturelle nationale

Type de réalisation : animation nature

Contact : Karine Chevrot, Technicienne à la réserve naturelle de Mantet et référente fédérale pour l'accessibilité, 04 68 05 00 75, karine.chevrot@espaces-naturels.fr

[Haut de page](#)

Tous droits réservés © - Propriété de l'AFB