



## 1 heure dehors toute l'année

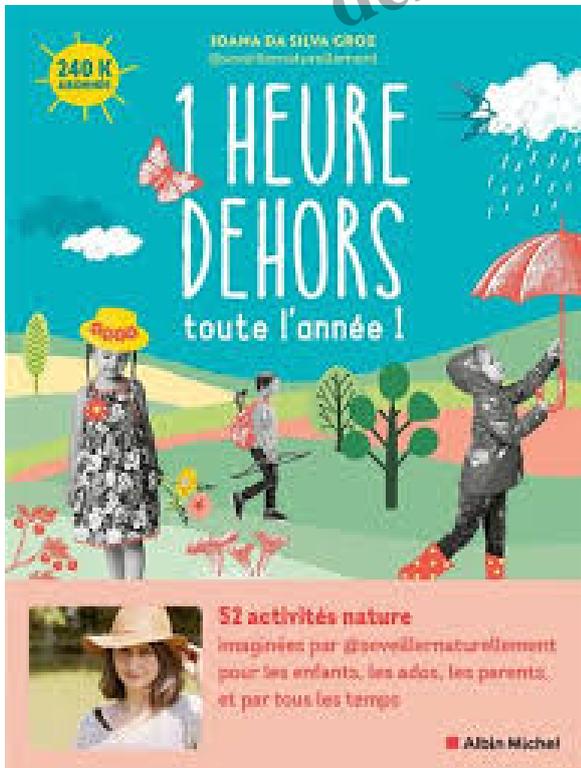
### Description

52 activités nature pour les enfants, les ados, les parents, et par tous les temps

Joana DA SILVA GROZ

Mars 2025 20 €

Éditeur : Albin Michel ISBN : 97822226496591



52 fiches d'activités au grand air, saison par saison, pour guider les parents et éveiller les enfants de 1 à 16 ans.

La vie dans la nature, c'est bon pour tout le monde ! Meilleur développement physique et cognitif des enfants, prise de risque et confiance en soi, réduction du stress, souvenirs en commun...

Pourtant, sortir sa tribu au moins une heure, surtout à la mauvaise saison, relève pour beaucoup du défi. Si vous êtes de ceux-là, Joana Da Silva Groz a imaginé 52 activités clés en main, pour des enfants toujours partants : balades sensorielles, explorations, cuisine au feu de bois, cueillettes sauvages, activités créatives et manuelles, observations...

Comment susciter l'intérêt d'enfants d'âges différents ? Qu'emporter ? Comment les rendre curieux, autonomes, aventuriers... ? Son approche pédagogique et ses conseils pratiques font de chaque sortie un moment de découvertes motivantes où chacun, du tout-petit à l'ado, trouvera son compte. Y compris les adultes !

*Vannier en herbe. La grenouille aux aguets. Fabriquer du fusain. Observations scientifiques. Tous dans la boue ! Modelage d'argile. Chasse aux trésors. Land art d'automne. Sur la piste des animaux. Musique des bois. Etc.*

Alors, on sort ?

**Joana Da Silva Groz** a été professeure des écoles pendant quinze ans. Aujourd'hui spécialiste de l'éducation et des apprentissages dans et par la nature, cette mère de quatre enfants est également conférencière. Elle anime également un blog et des comptes sur les réseaux sociaux @seveillernaturellement (240 K abonnés).

## Categorie

1. documents
2. livre
3. SRHGx

## Tags

1. activités
2. dehors
3. fiches
4. nature
5. santé

## date créée

4 avril 2025

## Auteur

cblancke