

TRIANGLE DE LA NATURE

POWERED BY A.S. ADVENTURE

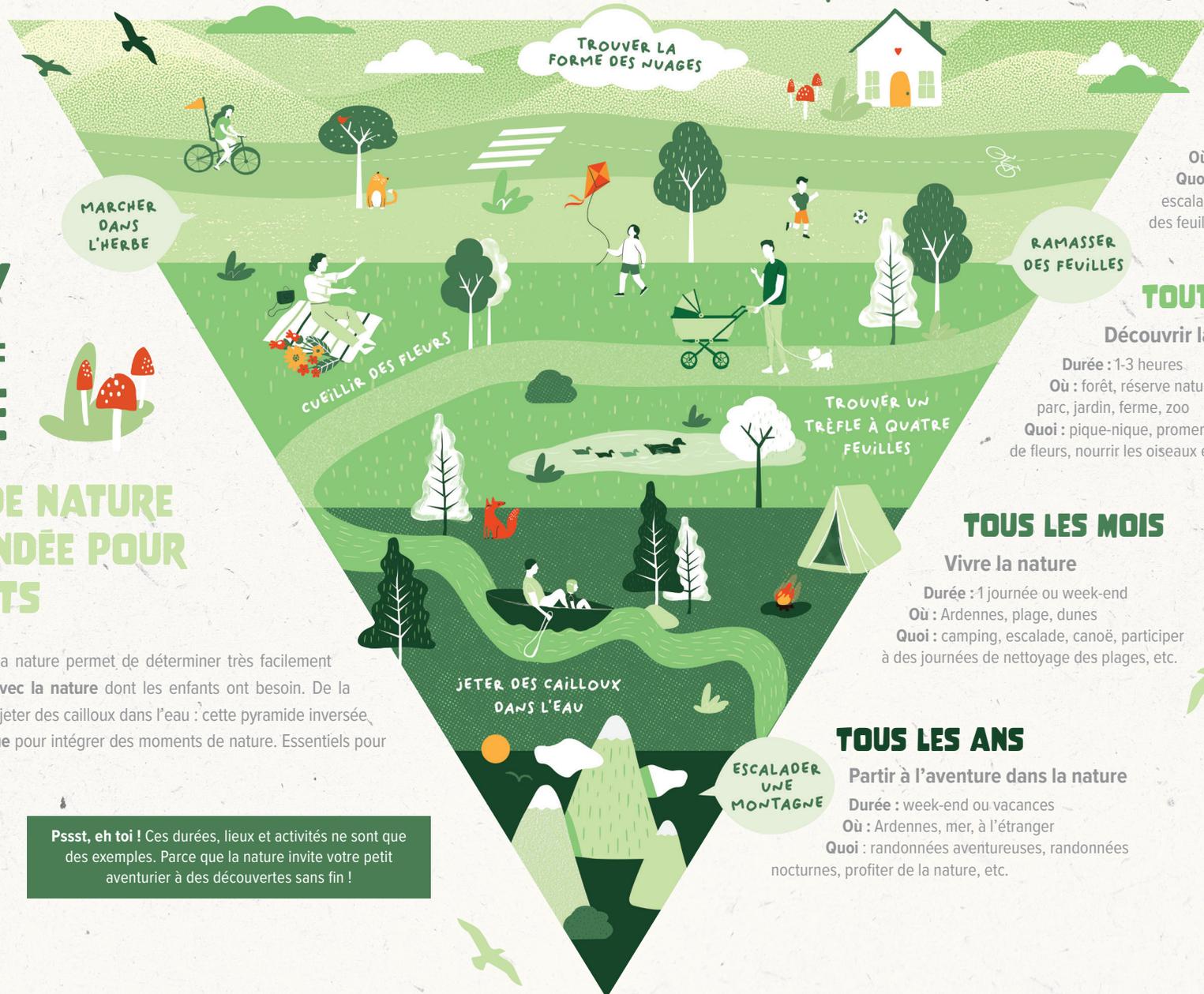
DAILY DOSE OF NATURE

LA DOSE DE NATURE RECOMMANDÉE POUR LES ENFANTS

La nouvelle pyramide de la nature permet de déterminer très facilement le nombre de contacts avec la nature dont les enfants ont besoin. De la promenade dans l'herbe à jeter des cailloux dans l'eau : cette pyramide inversée, constitue un guide pratique pour intégrer des moments de nature. Essentiels pour un mode de vie sain !



Pssst, eh toi ! Ces durées, lieux et activités ne sont que des exemples. Parce que la nature invite votre petit aventurier à des découvertes sans fin !



TOUS LES JOURS

Jouer dans la nature

Durée : 1 heure

Où : jardin, plaine de jeux, parc

Quoi : courir dans l'herbe, grimper et escalader, découvrir des insectes, ramasser des feuilles et des branches, etc.

TOUTES LES SEMAINES

Découvrir la nature

Durée : 1-3 heures

Où : forêt, réserve naturelle, parc, jardin, ferme, zoo

Quoi : pique-nique, promenade, jardinage, cueillette de fleurs, nourrir les oiseaux et les animaux, etc.



TOUS LES MOIS

Vivre la nature

Durée : 1 journée ou week-end

Où : Ardennes, plage, dunes

Quoi : camping, escalade, canoë, participer à des journées de nettoyage des plages, etc.

TOUS LES ANS

Partir à l'aventure dans la nature

Durée : week-end ou vacances

Où : Ardennes, mer, à l'étranger

Quoi : randonnées aventureuses, randonnées nocturnes, profiter de la nature, etc.

