



## Un lien retrouvé avec la nature

Nous vivons dans un monde toujours plus dominé par le travail intellectuel et la présence du virtuel. Pour beaucoup d'entre nous, qui passons la plupart de notre temps à l'intérieur, les expériences réelles, au contact direct du monde extérieur se raréfient.

Pourtant, être dehors, expérimenter dans et avec la nature – et en particulier en forêt – est essentiel à l'établissement d'une relation avec notre environnement et au développement d'un sentiment de responsabilité envers lui.

Durant nos semaines en forêt, les jeunes ont ainsi la possibilité de se relier avec ce qui les entoure et de ressentir qu'ils font partie intégrante de la nature. Ce sentiment d'appartenance favorise la transition vers des comportements plus écologiques et durables.

*« Depuis cette semaine de projet en forêt, je regarde la nature d'une autre manière. Maintenant, lorsque par exemple je fais de la randonnée et que j'aperçois des murs en pierres sèches, je sais pourquoi ils sont là, à quoi ils servent et même comment les construire. »*

Emilie, élève (ZH)



## Une semaine en forêt, concrètement

Nos semaines en forêt sont destinées aux classes d'élèves de 14 à 20 ans (dès le deuxième semestre de la 10<sup>e</sup> HarmoS jusqu'à la fin du secondaire II). Elles durent généralement cinq jours, du dimanche soir au vendredi soir. Des séjours de deux semaines sont possibles et souvent intéressants, car ils permettent une plus grande immersion dans le monde de la forêt et un meilleur ancrage de l'expérience.

En cas d'intérêt, prenez contact assez tôt. Nous trouvons un lieu adéquat, qui offre la possibilité de réaliser différents chantiers forestiers à proximité d'un hébergement. Nous nous occupons des réservations, de la planification du travail et de la logistique (outils, casques, transport sur place, etc.) Nous recherchons également les collaboratrices et collaborateurs disponibles pour encadrer les groupes de travail durant la semaine. Le ou la responsable de camp vient vous rendre visite, quelque temps avant le début du projet, pour présenter les thèmes et discuter des aspects pratiques. Si cela est souhaité, une séance pour les parents peut être organisée.

Les coûts dépendent de nombreux facteurs, tels le nombre de groupes de travail, le lieu d'hébergement, les soutiens financiers demandés, etc. N'hésitez pas à nous contacter pour un calcul précis ou pour des renseignements supplémentaires.

## L'Atelier forêt de montagne a obtenu la certification ZEW0

Nous sommes une fondation suisse indépendante à but non lucratif. Depuis 1995, nous accompagnons des jeunes en forêt, dans le but de promouvoir la relation des participant-e-s avec la nature. Nous dépendons des dons pour financer les semaines de projet en forêt. Merci d'avance de contribuer à semer les graines d'un futur plus durable, tout en apportant un soutien aux régions de montagne.



Compte postal 30-628249-8  
IBAN CH43 0900 0000 3062 8249 8



Atelier forêt de montagne  
Reitweg 7, 3600 Thoune  
Tel: +41 (0)33 438 88 38  
info@foretdemontagne.ch  
www.foretdemontagne.ch

Impression : Trage : 2000 / Textes & photos : Atelier forêt de montagne / Graphisme : www.maxdesignfreiburg.de / Impression : www.drucktom.ch / Papier FSC, neutre en CO<sub>2</sub>



## Semaines en forêt pour les jeunes

Agir en faveur de la société et de l'environnement

- Aider les régions de montagne
- Vivre la nature en immersion
- Appréhender la durabilité
- Se développer en tant qu'individu



*« Je pense que le fait que les jeunes prennent conscience de l'existence de toute cette nature en-dehors de leur ville, qu'ils comprennent comment elle fonctionne et pourquoi il importe de la protéger, fera d'eux des citoyens sur lesquels nous pourrions compter pour préserver notre planète. J'espère vivement que cette expérience servira autant à leur développement qu'à l'avenir de tous. »*

Nicos Caravellas, enseignant (GE)



Atelier forêt de montagne  
Reitweg 7, 3600 Thoune  
Tel: +41 (0)33 438 88 38  
info@foretdemontagne.ch  
www.foretdemontagne.ch



## Des jeunes en quête de sens

L'adolescence représente pour beaucoup de jeunes une période de transition: ils cherchent à donner du sens à leur vie et à trouver leur place dans le monde. Cette période est aussi celle des sautes d'humeur, des doutes, du manque de confiance en soi. Durant ces années formatrices, beaucoup de jeunes ressentent le besoin de vivre des expériences marquantes, qui leur permettent de mieux se connaître et d'explorer leurs limites.

Les semaines de projet de l'Atelier forêt de montagne leur offrent cette occasion. Par le biais du travail en forêt – parfois en terrain accidenté ou par une météo difficile – les jeunes sont encouragés à se surpasser et à se soutenir mutuellement. Ils expérimentent l'entraide et la nécessité de collaborer pour mener à bien leurs tâches. Manier une hache ou une scie les rend confiants et conscients de leur propre force. Ils apprennent ainsi énormément sur eux-mêmes et renforcent leur esprit d'équipe.

*« Je recommande vivement cette expérience, car elle donne l'occasion de découvrir ses limites voire même de les dépasser. Elle nous apprend aussi à apprécier les petites choses de la vie ou à les voir sous un angle très différent. »*

Irina, apprentie (ZH)





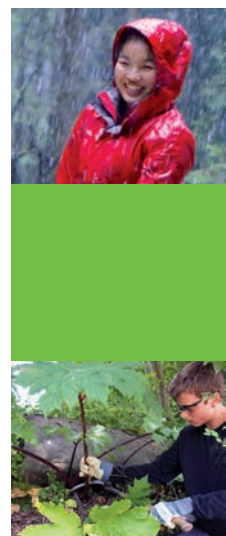


## Des forêts à protéger

Les forêts de montagne remplissent des fonctions importantes: protection contre les dangers naturels, refuge pour la faune et la flore, régulation du climat et du régime hydrique.

Ces forêts sont également essentielles pour le tourisme, principale source de revenus des régions de montagne. Pour qu'elles survivent, elles doivent être entretenues et exploitées de manière durable, ce à quoi contribuent nos semaines en forêt.

Mais les forêts de montagne sont aussi des milieux séculaires, où les odeurs de mousse et de résine nous transportent dans un univers à part, où les arbres centenaires témoignent du rythme immuable des saisons. Le temps y est comme suspendu. Nous y ressentons un bien-être certain, ainsi qu'un sentiment de connexion avec la nature, ce d'autant plus lorsque nous y oeuvrons plusieurs jours durant.



« Ici, des notions comme la conservation de la nature, la mise en réseau écologique, la préservation des microstructures paysagères, la biodiversité, la durabilité ou l'alimentation régionale ne se limitent pas à une explication théorique. Elles sont réellement vécues. »

Thomas Werthmüller, enseignant (BL)

## Un travail utile et varié

Nos semaines de projet proposent aux jeunes des tâches utiles à la préservation de la forêt, dans ses fonctions productrice, protectrice, écologique et sociale. Ils abattent des arbres à la main, à l'aide de haches et de scies, ils effectuent des soins aux jeunes peuplements, ils construisent ou rénovent des sentiers pédestres, des murs de pierres sèches ou des ouvrages de protection contre les avalanches. Chaque jour, ils découvrent un nouveau chantier, appréhendant ainsi la diversité du travail en forêt.

Les activités se font en groupe de sept à huit élèves, encadrés par des professionnel-le-s de la forêt formés pédagogiquement. Cette approche offre la possibilité de tisser des liens étroits et d'apprendre au contact les uns des autres. Elle garantit également un suivi individuel ainsi qu'une sécurité optimale.

« L'impact sur les jeunes, en ce qui concerne leur engagement personnel en matière de durabilité, est beaucoup plus fort dès lors qu'ils ont œuvré ensemble. Quand ils agissent en groupe, le résultat de leur action en forêt est multiplié. »

Nicos Caravellas, enseignant (GE)



## Le développement durable en pratique

Les forêts de montagne sont des milieux particulièrement sensibles aux bouleversements climatiques et parvenir à y concilier intérêts économiques, sociaux et environnementaux est complexe. Les jeunes qui travaillent en forêt, au contact étroit de la nature, découvrent concrètement la notion de développement durable. En réfléchissant aux interactions entre l'humain et la nature, ils développent une conscience globale des enjeux actuels et futurs.

De plus, en forêt, la dimension temporelle est essentielle, car le temps s'y mesure en décennies, voire en siècles. En imaginant les conséquences à long terme de leurs propres actions, les jeunes comprennent mieux leur impact sur le monde et les choix qu'ils peuvent faire, à leur échelle, en faveur d'un avenir plus durable.



### Soin aux jeunes peuplements

Abattage manuel d'arbres Nettoyage de parterres de coupe

Entretien de pâturages Protection contre le gibier Sentier didactique

Place de détente Entretien de lisière Entretien de biotope

Talus de protection Plantation d'arbres Lutte contre les néophytes

Mur de pierres sèches Pont en bois Protection contre les avalanches

Réfection de sentier

## La durabilité aussi dans l'assiette

Travailler en forêt de montagne aiguise l'appétit! Une semaine de projet offre une belle opportunité de thématiser la question de l'alimentation et d'y impliquer les élèves. Nous soutenons la prise en compte, lors de la conception des menus, de plusieurs dimensions comme l'impact écologique des aliments, leurs conditions de production, leurs coûts ou leurs bienfaits pour la santé. Ainsi nous encourageons l'achat de fruits et légumes de saison et locaux, et si possible l'achat de produits laitiers et de viande issus de la région.

Pour ce volet de l'organisation, il est possible de constituer sa propre équipe de cuisine ou d'engager une cuisinière ou un cuisinier de l'Atelier forêt de montagne. Une autre option consiste à faire participer les élèves à la planification et à la réalisation des repas. Ainsi, chaque groupe, à tour de rôle, endosse la responsabilité de faire les courses et de cuisiner pour tout le monde.

Sur notre site Internet, vous trouverez des ressources pour aborder ce thème avec les élèves: [www.foretdemontagne.ch](http://www.foretdemontagne.ch)



« L'Atelier forêt de montagne encourage une alimentation durable et soutient les producteurs locaux, ce que je trouve très utile! Pendant la semaine de projet en forêt, les élèves cuisinent eux-mêmes ce qui implique qu'ils apprécient encore plus la nourriture. Notre point d'orgue culinaire a été atteint avec la raclette, dont le fromage provenait directement de l'agriculteur et qui a été accompagnée de champignons fraîchement cueillis avec l'aide d'un connaisseur. »

Patrick Thum, enseignant (BL)