

# Première rencontre école dehors

Mercredi 10 septembre 2025 (14h00-17h00)

Ecole primaire Du Bois de la Dame

Luxeuil-les-Bains

Les participants :

Mathieu Henri, école primaire du Bois de la Dame

- Joëlle Ganter de la Maison de Fernande : animatrice sortie botanique et d'atelier en lien avec les plantes sauvages comestibles.
- François Richard : retraité de l'ONF, passionné des oiseaux et adhérent à la LPO.
- Christine Richard : membre du CA OCCE 70 , professeur des écoles à la retraite.
- Emilie Garnier : animatrice pédagogique 70/90

Lien Padlet :

Padlet <https://digipad.app/p/938924/a019b2db6fa81>

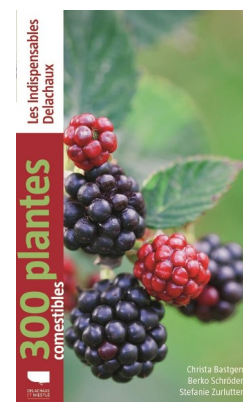
Code : 570965

## 1. Accueil des participants

- Présentation de chacun : prénom, classe à charge et lieu de l'école (ville-village)
- Présentation de documentations disponibles à la LPO ( Vesoul) par Christine : maquette évolutive avec un jeu de cartes sur les milieux de vie des oiseaux et une éphéméride gratuite sur le site de la LPO.



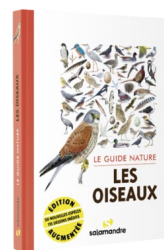
- Présentation d'ouvrages par Joëlle :



Pour nos élèves :  
Edition la Salamandre



**BEST-SELLER !**



**BEST-SELLER !**

- Une première proposition avant de démarrer : observer attentivement le trajet jusqu'au lieu école dehors et ramasser ou mémoriser une curiosité vu le long de ce trajet ou en arrivant sur le lieu avant de s'installer dans le coin regroupement.

## 2. Installation dans le lieu École dehors de Mathieu

- Proposition de quelques rituels possibles en arrivant dans son lieu :

Dire à la forêt que nous sommes là en choisissant le roi de notre forêt (arbre, arbuste ...?) et aller lui dire ensemble « Bonjour ! »

Sentir /écouter / observer la forêt en silence tous ensemble pendant quelques secondes.

Un poème offert à la forêt par un enfant.

- Présentation de nos curiosités : quelque chose que j'ai vu ou ramassé.

## 3. Activités d'échange de pratique

- Activité post-it : j'écris une ou deux problématiques sur un post-it puis je les accroche sur la corde à linge.  
Installation sur la corde à linge  
(Aparté : la corde à linge peut servir pour des expos temporaires, accrochage de mots pour une création poétiques)

4 groupes de problématiques :

### 1. Problèmes d'ordre législatifs :

**La chasse** : prendre contact avec l'ACCA : association de chasse agréée.

Contacter toutes les instances ( ACCA mairie et ONF) pour choisir au mieux une parcelle : pas d'exploitation prévue, pas dans la zone de chasse.

**Parcelle privée** : prendre contact avec le propriétaire et convention sous couvert de l'OCCE en pièce jointe.

**Accompagnement** : possibilité de sortir seul si cette sortie est de proximité et régulière. Il suffit de prévenir son directeur.

### 2. Oser se lancer pour une année école dehors :

Pour la première séance, ne pas se fixer d'objectifs autres que faire découvrir l'espace école dehors.

Choisir ses rituels pour entrer dans la forêt, se rassembler. Poser le cadre, les règles et définir l'espace.

Ex : accrocher un maillot fluo : je dois toujours le voir quand je vais explorer la forêt ou définir l'espace avec les chemins et arbre facilement identifiable.

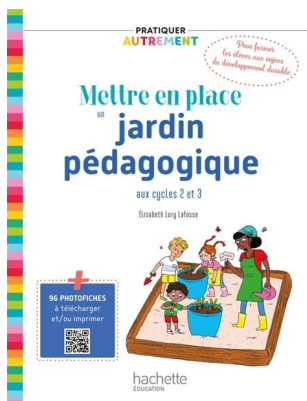
S'entraîner aux signaux de rassemblements.

Choisir son rythme de sortie : propre à chacun.

Lieu : on peut commencer par la cour de l'école ou un terrain très proche.

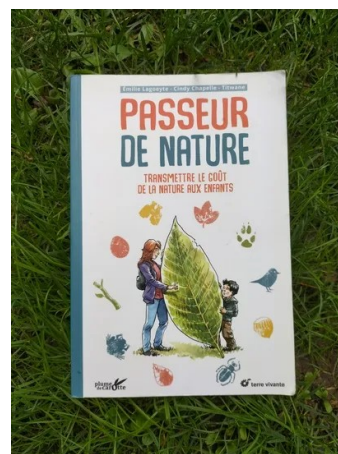
### 3. Définir des objectifs pour les sorties école dehors :

Possibilité de travailler toutes les matières : 3 ouvrages avec des activités par domaines d'apprentissages et niveau de classe et en fonction des saisons



Autres ouvrages :

Activités nature :



Le travail de Sophie Guyot et autres enseignants engagés dans l'école dehors

<https://profsentransition.com/1-seance-verte-par-semaine>



#### 4. Organisation matérielle de la sortie école dehors :

- Aller sur sa parcelle en amont/demander à la mairie l'autorisation de s'y installer.
- Pour aménager le coin regroupement : rondins, sac cabas, carré de mousse, puzzle mousse ( tapis pour bébé), nappé cirée découpée, bâche.
- Prévoir un coin toilette avec des branchages, un sac de sciure, un sac poubelle pour le papier toilette.
- Demander des bonnes chaussures aux parents.
- Pour la tenue : avoir du stock à l'école (manteaux, bonnets, gants...), les pantalons kway sont très pratiques.
- Emmener du matériel : loupes, tissus blancs pour voir les insectes se déplacer dessus, supports pour écrire en carton, de la tisane en hiver.
- En cas de pluie forte, ne pas hésiter à écourter les séances et à finir sous le préau avec, par exemple, des collectes passées.

#### 4. Les précieuses connaissances de Joëlle

- Les maladies que l'on peut attraper (très rares mais présentes chez nous) en ramassant et/ou mangeant des plantes sauvages, les précautions à prendre : l'échinococcose alvéolaire, la douve du foie dans les milieux humides

Bien les laver ou faire cuire : contrairement à ce que je vous ai dit l'autre jour la congélation ne suffit pas, seule la cuisson au dessus de 60°C plusieurs minutes est efficace

Eviter les lieux de passage ou souillés par les excréments d'animaux, cueillir au-dessus de 50cm, se laver les mains y compris lorsqu'on caresse son chien qui a fureté en promenade et laver les cueillettes. On peut ajouter un peu de vinaigre blanc mais cela ne tue pas les parasites.

Et aussi attention aux tiques, se prémunir en portant des vêtements longs et surtout faire pratiquer un contrôle de tout le corps de l'enfant par les parents le soir en rentrant pour s'assurer qu'aucun parasite ne se promène ou tente de se fixer (creux des genoux, aisselles, hauts des cuisses, derrière les oreilles)

Je vous ferais une fiche spécifique si vous le souhaitez que je mettrai dans le pad

- Fin de l'été : saison de la fructification : différents types de fruits: pour les plus simples on trouve les baies (myrtille par ex), les fruits charnus ou drupe comportant un noyau dans lequel se trouve la graine (prunelle, aubépine mais aussi pêche, cerise...), les fruits secs s'ouvrant à maturité (gousse du robinier faux-acacia ou siliques de la cardamine) ou ne s'ouvrant pas, on parle alors d'akène ( pissenlit, gland).

Il existe encore plein d'autres sortes de fruits plus complexes : mûre (polydrupe), cynorrhodon issu du développement du réceptacle floral, fraise où les fruits sont à la surface de la drupe...

- Différence hêtre et charme : Le Charme d'(à dent) c'est d'(Hêtre) à poil. Feuilles qui se ressemblent bien que les nervures du charme soient un peu plus resserrées. Les bourgeons déjà visibles à l'automne : hêtre fins et allongés, charme plutôt ovoïdes, plus courts

- L'ortie : 2 types d'individus pour la Grande Ortie observée (*Urtica dioica*). Les individus mâles présentent des fleurs verdâtres en grappes libérant uniquement du pollen à maturité. Les individus femelles présentent également des fleurs verdâtres en grappes qui laisse apparaître un ovaire surmonté d'un stigmate en forme de pinceau blanchâtre qui fructifiera et donnera les graines. L'ortie est une plante très riche en protéines, en fer, en calcium, reminéralisante. Nombreux usages possibles : soupe, quiche, biscuits, pesto, poêlée de légumes...Les graines sont très riches en acides gras essentiels

- Le noisetier : on rappelle la différence entre arbres (>8-10m), arbuste (4-8m max) et arbrisseau, ligneux également mais qui comporte plusieurs troncs dès la base. Le noisetier est monoïque mais les fleurs mâles et femelles sont différentes : les fleurs mâles appelées chatons sont déjà formées à l'automne, les fleurs femelles plus discrètes donneront les noisettes.

- Les plantes à utiliser pour les tisanes : l'ortie fraîche ou sèche. Cueillir laver et couper avec des gants.

Infusion froide : feuilles fraîches ciselées (remplir la moitié d'une cruche sans tasser) + eau + jus de citron pour éviter l'oxydation, pendant 2-3 heures au frais, couvert. Filtrer

Infusion chaude : feuilles fraîches ciselées ou sèches+ eau. Jeter les feuilles dans l'eau froide, couvrir et chauffer doucement jusqu'à frémissement. Couper le feu et laisser infuser 10 min. Filtrer. Très important de démarrer à froid et de ne pas laisser bouillir !

Infusion dans du jus de pomme : même principe que l'infusion froide mais en laissant macérer dans du jus de pomme au lieu de l'eau. On peut ensuite réaliser une boisson 1/2 jus+1/2 eau pétillante pour faire un cocktail avec des bulles !

Beaucoup de plantes sauvages (ou du jardin) sont adaptées aux infusions : en feuilles (menthe, lierre terrestre, ronce, mélisse, thym, framboisier) ou en fleurs (primevère, sureau noir, mauve, coquelicot).

Le printemps est la période idéale pour ce type de cueillette. A l'automne on ramasse plutôt des racines (pissenlit, benoîte, gentiane) : la saveur est plus concentrée dans les racines mais moins appréciée par les enfants à cause du goût amer

Possibilité d'intervention de Joëlle (conventionnée OCCE) dans les classes si vous disposez d'un budget «Ecole dehors »