

Catalogue des conférences interactives pour une éducation durable et inclusive

NOS ROSEAUX

20 avenue du Plateau
69009 LYON

nosroseaux.org

Pour nous joindre

bonjour@nosroseaux.org
+33 6 28 91 01 62





Nos Roseaux : Grandir en harmonie avec soi, les autres et la nature.

« QUELLE PLANÈTE
LAISSERONS-NOUS À
NOS ENFANTS, MAIS
AUSSI QUELS ENFANTS
LAISSERONS-NOUS À LA
PLANÈTE ? »

EDGAR MORIN

Imaginez un espace où l'éducation nourrit la tête, le corps et le cœur, où chaque journée devient une aventure. L'apprentissage ne se limite plus aux salles de classe, il se vit à travers la nature, les interactions humaines et le monde environnant. Grandir, c'est comprendre, ressentir et agir en harmonie avec soi-même et les autres. Nos Roseaux incarne cette vision.

Nous transformons l'éducation des enfants de 0 à 15 ans grâce à des ateliers qui vont au-delà des matières scolaires : développement des compétences psychosociales, reconnexion à la nature, et éducation à une alimentation durable. Intégrés aux programmes scolaires et rythmés par les saisons, ces ateliers impliquent aussi parents et bénévoles, créant une véritable communauté.

Déjà en place dans quatre écoles à Lyon, touchant 750 élèves, Nos Roseaux vise à rendre les enseignants autonomes en trois ans, en plaçant le bien-être des enfants et la conscience environnementale au cœur de l'apprentissage pour former des citoyens épanouis et responsables.

Des conférences pour une éducation durable et inclusive

Nos Roseaux propose une série de conférences innovantes pour aborder des thématiques essentielles à l'éducation et au bien-être des enfants et des adolescents, telles que l'accompagnement des enfants DYS, la santé mentale, l'importance de sortir pour répondre au besoin de nature, et l'intégration des réflexes archaïques. Ces conférences offrent des solutions pédagogiques concrètes et adaptées aux défis actuels, tout en créant un espace de dialogue entre enseignants, parents et professionnels de l'éducation.

Nous intervenons dans un rayon de 50km autour de Lyon.



Ils nous font confiance

**Ecole de
Grange
Blanche**
Tassin La Demi Lune

**Ecole de
l'Oratoire**
Caluire-et-Cuire

**Ecole des
Géraniums**
La Duchère



**APPrendre
& Devenir**
La Duchère



**Ecole de
Saint-Exupéry**
Villeurbanne



Votre enfant a du potentiel. Et si des réflexes cachés le freinaient ?

Votre enfant est curieux, intelligent, plein de vie. Mais parfois, quelque chose semble bloquer son épanouissement. Difficultés de concentration, de gestion d'émotions, troubles moteurs... Vous avez déjà tout essayé, et pourtant, les progrès semblent freinés. Il est possible que la réponse se trouve dans un endroit inattendu : les réflexes archaïques.

QU'EST-CE QUE LES RÉFLEXES ARCHAÏQUES ?

Les réflexes archaïques sont des mouvements automatiques présents dès la naissance qui aident l'enfant à se développer durant ses premiers mois de vie. Mais parfois, ces réflexes ne s'intègrent pas correctement, et leur présence continue peut perturber des aspects essentiels du développement :

 Mauvaises postures

 Manque de coordination, de concentration

 Difficultés à rester concentré en classe

 Troubles de l'apprentissage et du comportement



Vous découvrirez comment identifier les signes d'une mauvaise intégration des réflexes archaïques chez votre enfant.



Vous repartirez avec des solutions concrètes pour soutenir son développement et améliorer ses capacités d'apprentissage.



Vous comprendrez comment ces réflexes peuvent devenir un obstacle invisible s'ils ne sont pas intégrés correctement.



Marie-Hélène Mas, thérapeute en intégration des réflexes archaïques, et Nathalie Protron, praticienne en réflexes archaïques, vous expliqueront comment ces réflexes enfouis peuvent influencer les comportements de votre enfant, et surtout, comment les réintégrer pour libérer son plein potentiel.

NE LAISSEZ PAS UN OBSTACLE INVISIBLE FREINER L'AVENIR DE VOTRE ENFANT.



La santé mentale des enfants et des adolescents : comprendre, agir, soutenir



Votre enfant traverse des moments difficiles. Vous le voyez. Mais peut-être ne comprenez-vous pas toujours ce qui se cache derrière ses comportements. La santé mentale des enfants et des adolescents est un sujet aussi vital qu'invisible.

À travers des exemples concrets, rencontrés fréquemment en cabinet, vous découvrirez comment reconnaître les signaux d'alerte, comprendre les souffrances silencieuses et surtout, vous aurez des pistes de réflexion et d'action pour faire autrement et les aider à s'en sortir.

-  **Détecter les signes invisibles d'une détresse mentale chez vos enfants ou vos élèves.**
-  **Comprendre le cercle vicieux dans lequel ils peuvent être enfermés et ce qui l'alimente.**
-  **Découvrir des solutions concrètes et des approches thérapeutiques pour les soutenir au mieux.**



Détecter les signes invisibles d'une détresse mentale chez vos enfants ou vos élèves.



Comprendre le cercle vicieux dans lequel ils peuvent être enfermés et ce qui l'alimente.



Découvrir des solutions concrètes et des approches thérapeutiques pour les soutenir au mieux.



Marie Faivre Camus, thérapeute stratégique, explore en profondeur les défis cachés de nos jeunes. À travers des exemples concrets de sa pratique, vous découvrirez comment reconnaître les signaux d'alerte, comprendre les souffrances silencieuses et surtout, comment les aider à s'en sortir.

PARCE QUE CHAQUE ENFANT MÉRITE D'ÊTRE ENTENDU ET SOUTENU.





Enfants DYS

Quand la difficulté n'est pas une fatalité, mais une invitation à apprendre autrement

Votre enfant lutte à l'école. Les devoirs sont source de frustration, les notes ne reflètent pas ses capacités, et vous vous demandez pourquoi tant de difficultés ? Derrière ces difficultés apparents, il se peut que votre enfant soit confronté à des troubles DYS (dyslexie, dysorthographe, dyscalculie...). Ces troubles ne sont pas synonymes d'incapacité, mais révèlent une manière différente d'apprendre.

COMMENT AIDER LES ENFANTS DYS À TRANSFORMER LEURS DÉFIS EN FORCES ?

Les troubles DYS compliquent l'apprentissage traditionnel, mais cela ne signifie pas que votre enfant est condamné à l'échec scolaire. La clé réside dans la compréhension de ces troubles et dans l'adaptation des méthodes d'apprentissage. L'important n'est pas de corriger l'enfant, mais de trouver les bons outils pour lui permettre de libérer son potentiel. Vous apprendrez non seulement à reconnaître et comprendre les troubles DYS, mais aussi à apporter un soutien adapté et à redonner confiance à votre enfant. Vous repartirez avec des solutions concrètes pour changer la trajectoire de son apprentissage.



Comprendre les troubles DYS

Décrypter ce qui se cache derrière des difficultés telles que la dyslexie, la dysorthographe ou la dyscalculie, et comprendre comment elles affectent le quotidien de votre enfant.



Identifier les besoins spécifiques

Comment repérer les signes et adapter vos attentes pour que l'apprentissage devienne un plaisir plutôt qu'un obstacle.



Des stratégies pour réussir

Des approches pratiques que vous pourrez mettre en œuvre immédiatement à la maison ou en classe pour accompagner efficacement un enfant DYS.



Hanane Moussa, professeure des écoles spécialisée dans l'accompagnement des enfants DYS, partagera ses stratégies pour aider ces enfants à surmonter leurs difficultés et à briller à leur manière. Destinée aux parents et enseignants, elle offre les clés pour comprendre cette problématique complexe et découvrir des solutions concrètes.

PARCE QUE CHAQUE ENFANT MÉRITE DE RÉUSSIR, PEU IMPORTE LES OBSTACLES.



Grandir avec la Nature

Redécouvrir le monde du vivant avec nos enfants



Vos enfants sont entourés de technologie, mais combien de temps passent-ils connectés à la nature ? Dans un monde de plus en plus déconnecté du vivant, il est essentiel de les reconnecter à la terre, aux cycles naturels et à l'émerveillement que la nature inspire.

POURQUOI NOS ENFANTS PASSENT-ILS PLUS DE TEMPS À L'INTÉRIEUR QU'À L'EXTÉRIEUR ?

Aujourd'hui, les enfants passent la majorité de leur temps à l'intérieur et sont éloignés de la nature. Ils reconnaissent aisément les logos de marques, mais peinent à distinguer deux feuilles d'arbres. Cette déconnexion les prive d'une compréhension essentielle de la nature et de ses cycles. En les exposant à l'extérieur, à travers des activités en plein air et des pratiques, nous leur permettons de renouer avec la terre. Ils apprennent à observer, à respecter l'environnement et à développer des compétences telles que l'autonomie, la coopération et la conscience écologique. Cela crée des enfants plus épanouis, conscients des enjeux de leur monde, et mieux préparés à y jouer un rôle actif et responsable.



Reconnecter les enfants au vivant

Découvrez comment la permaculture peut offrir aux enfants une compréhension profonde des cycles naturels et de leur place dans ces écosystèmes.



Des activités pratiques inspirées de la permaculture

Découvrez des approches concrètes pour enseigner aux enfants à observer, cultiver et protéger la nature.



Créer des environnements d'apprentissage vivants

Que ce soit à la maison, à l'école ou dans la communauté, apprenez à transformer des espaces en lieux d'exploration et d'interaction avec la nature.



***Assema Moussa**, pédagogue par la nature et permacultrice, vous montrera comment intégrer la nature dans le quotidien et les apprentissages des enfants. Elle expliquera comment cette approche peut transformer l'éducation en reconnectant les enfants au monde du vivant, leur permettant de développer un lien profond avec leur environnement tout en acquérant des compétences essentielles pour la vie.*

**PLUS DE NATURE, PLUS DE BIEN-ÊTRE.
RÉCONCILIONS NOS ENFANTS AVEC LA VIE QUI LES ENTOURE.**





Enfants et sucre Démystifier les envies sucrées et adopter de meilleures habitudes

Les envies de sucre chez les enfants vont bien au-delà de la simple gourmandise. Elles révèlent souvent des déséquilibres, influencés par la biologie et les habitudes de consommation modernes. Ce module explore les facteurs liés à la consommation excessive de sucre, leurs impacts sur la santé des enfants, et propose des pistes pour instaurer des habitudes plus saines.

MANGER BIEN, VIVRE MIEUX

Le sucre, source d'énergie rapide, a un effet immédiat mais trompeur sur le corps des enfants. S'il leur donne un coup de fouet éphémère, il perturbe rapidement l'humeur, favorise l'hyperactivité, et rend difficile la concentration, surtout chez ceux atteints de troubles de l'attention (TDAH). Consommé en excès, il impacte également le poids, favorise une dépendance, perturbe le métabolisme et déséquilibre le microbiote intestinal, créant des inflammations chroniques. Pour réduire le sucre au quotidien, des stratégies simples aident à « déshabituer » les enfants du goût sucré sans leur enlever le plaisir de manger. Les impliquer dans la préparation de collations saines et savoureuses, comme des barres de céréales maison, développe leur intérêt pour des alternatives moins sucrées. Lire les étiquettes, choisir des aliments bruts et varier les saveurs sont autant de conseils pratiques pour parents et éducateurs.

☀️ **Sensibiliser enfants et parents aux effets du sucre sur le corps pour encourager la modération.**

☀️ **Introduire des recettes à faible indice glycémique pour satisfaire les envies sucrées sainement.**

☀️ **Proposer des alternatives plus nutritives, comme les fruits frais ou secs, en remplacement des sucres rapides.**

☀️ **Encourager une gestion progressive des habitudes alimentaires.**

Cette conférence-outil permet aux parents et éducateurs de mieux comprendre et gérer les envies sucrées, pour une relation plus saine et durable à l'alimentation dès le plus jeune âge.



Marion Gaignard, cheffe culinaire engagée, et **Karine Pelissier**, naturopathe passionnée, unissent leurs savoir-faire pour promouvoir une alimentation durable et bienveillante. Ensemble, elles sensibilisent les jeunes et leurs familles à l'importance d'un rapport harmonieux et responsable à l'alimentation.

PARCE QUE CHAQUE ENFANT MÉRITE UNE ALIMENTATION PLUS SAINES



L'alimentation au cœur du développement de l'enfant : Comment bien manger pour bien grandir ?



L'alimentation joue un rôle essentiel dans le développement physique, cognitif et émotionnel des enfants. Ce module explore les bases d'une alimentation saine et équilibrée pour les enfants en pleine croissance, tout en abordant les défis pratiques que rencontrent les familles, tels que le manque de temps et de budget.

LE DÉFI DE MANGER ÉQUILIBRÉ

Dans notre quotidien rythmé, il devient complexe de garantir une alimentation qui réponde pleinement aux besoins nutritionnels essentiels. Les vitamines, minéraux et protéines nécessaires à notre santé sont parfois difficiles à intégrer dans les repas, faute de temps ou de connaissance. La gestion du temps et de l'organisation, entre travail, école et autres obligations, rend la préparation de repas sains parfois ardue. À cela s'ajoutent les contraintes financières : accéder à des produits frais et biologiques représente un coût non négligeable, qui restreint l'accès à une alimentation de qualité pour de nombreuses familles. Trouver des solutions pour équilibrer nutrition, temps et budget est ainsi devenu un défi quotidien.



Planification de repas simples et équilibrés

Proposer des menus hebdomadaires rapides, riches en produits de saison et abordables, pour réduire le stress lié aux repas.



Alternatives économiques

Encourager l'utilisation de protéines végétales, de fruits et légumes de saison pour une cuisine savoureuse et équilibrée sans alourdir le budget.



Éducation culinaire

Ateliers pour enfants et parents, afin de comprendre les bases de la nutrition et d'apprendre des recettes simples adaptées aux besoins de croissance.



Réduction du gaspillage alimentaire

Techniques de conservation, d'utilisation des restes, et de gestion des courses pour une consommation responsable et économique.



Marion Gaignard, cheffe culinaire engagée, et Karine Pelissier, naturopathe passionnée, unissent leurs savoir-faire pour promouvoir une alimentation durable et bienveillante. Ensemble, elles sensibilisent les jeunes et leurs familles à l'importance d'un rapport harmonieux et responsable à l'alimentation.

PARCE QUE BIEN MANGER NE DEVRAIT PAS ÊTRE HORS DE PORTÉE



/Focus conférencières

Chaque intervenante est soigneusement sélectionnée pour sa capacité à incarner et partager nos valeurs, notre vision, et nos ambitions concernant le bien-être des enfants. Nous travaillons ensemble en étroite collaboration, en alignant nos approches autour de l'éducation holistique, la reconnexion à la nature, et la promotion d'une alimentation durable.



Thérapeute spécialisée dans les réflexes archaïques, j'accompagne enfant et adultes pour des troubles de l'apprentissage et du comportement, troubles autistiques, gestion des émotions, mal être, anxiété, stress, phobie. Par le mouvement, le corps pourra se libérer de certaines tensions corporelles, et l'enfant pourra retrouver sa sécurité intérieure, se reconnecter à lui et être dans l'instant présent. J'accompagne également l'enfant porteur de troubles du spectre autistique et sa famille avec une technique issue de la médecine traditionnelle chinoise, le QST (Qigong Sensory Training). Cette pratique permet de réaligner les seuils sensoriels de l'enfant, de développer ses sens et de l'ouvrir au monde.

Marie-Hélène Mas, *Thérapeute en intégration des réflexes archaïques et QST*



À travers un parcours individualisé et des outils de pédagogie positive (Gestion Mentale, Brain Gym, Méthode Vittoz, etc.), j'accompagne enfants, adolescents, adultes et seniors à mieux comprendre leurs processus d'apprentissage, à élaborer des stratégies efficaces, à gérer leurs émotions et à réintégrer les réflexes archaïques, tout en renforçant leur confiance en eux et en transmettant des valeurs de protection de l'environnement en tant qu'animatrice d'ateliers nature et zéro déchet.

Nathalie Portron, *Praticienne en Psychopédagogie Positive et intégration des réflexes archaïques*



Avec la thérapie brève, j'accompagne enfants, adolescents et parents pour aider à apaiser les souffrances liées aux émotions submergeantes, aux difficultés d'apprentissage et aux difficultés relationnelles à l'école et à la maison. Je les aide à sortir du cercle vicieux qui les fait souffrir. Et je leur redonne confiance en leur capacité d'agir, en les aidant à faire autrement.

Marie FAIVRE Camus, *Psycho-praticienne en thérapie brève, stratégique et systémique.*



À partir de mon expérience d'enseignante en France et à l'étranger, j'ai développé des stratégies pour aider les enfants DYS à surmonter leurs difficultés et à révéler leur potentiel. J'ai découvert des approches innovantes comme la pédagogie Montessori et la discipline positive, qui ont transformé ma vision de l'éducation. Aujourd'hui, je guide les parents et enseignants pour mieux comprendre ces défis complexes et offrir des solutions concrètes pour soutenir ces enfants. Mon objectif est de permettre à chaque enfant de réussir à sa manière.

Hanane Moussa, *Professeure des écoles spécialisée dans l'accompagnement des enfants DYS.*



À travers mon expertise en pédagogie par la nature, j'accompagne les parents et enseignants dans l'intégration de la nature dans l'éducation des enfants, en les reconnectant à leur environnement local. Mon objectif est de cultiver autonomie, curiosité et conscience écologique chez les enfants, en visant une réussite éducative globale, et pas seulement scolaire afin de créer des apprentissages concrets en les reliant au vivant et à leur cadre naturel.

Assema Moussa, *Pédagogue par la nature spécialisée dans la conception en permaculture*



Je suis Karine, 54 ans, maman de trois enfants et passionnée par l'(EN)VIE. Depuis toujours, la cuisine et la transmission m'animent, et après une reconversion en naturopathie en 2017, l'alimentation est devenue pour moi un pilier de santé et de bien-être. J'organise des ateliers pour divers publics, sensibilise autour de la cuisine saine et de la phytothérapie, et m'implique avec Nos Roseaux dans les écoles de La Duchère pour éduquer les plus jeunes.

Karine Pelissier, *Naturopathe et Facilitatrice en Éducation Alimentaire*



Cheffe culinaire depuis 2015, j'allie ma passion pour la cuisine à un engagement éducatif profond pour transmettre les valeurs du bien-manger. Avec Champs de Table, je propose une cuisine de saison, ancrée dans la nature, pour des moments de partage authentiques. Engagée avec Nos Roseaux, je sensibilise les jeunes aux enjeux alimentaires et à des pratiques durables pour un futur plus respectueux.

Marion Gagnard, *Cheffe culinaire et Éducatrice en alimentation durable*



© Nos Roseaux - Tous le contenu de ce catalogue (textes, images, graphiques) sont protégés par le droit d'auteur.
Toute reproduction, même partielle, est strictement interdite sans autorisation préalable.

Pour préserver l'environnement, merci de ne pas jeter ce catalogue après consultation. Recyclez-le ou partagez-le pour qu'il serve à d'autres.



nosroseaux.org

VOUS SOUHAITEZ
EN SAVOIR PLUS ?

Contactez-nous
bonjour@nosroseaux.org
+33 6 28 91 01 62