Graine Réseau Auvergne–Rhône–Alpes pour l'éducation à l'environnement vers un développement durable

Animer une séance sur l'eau et la santé pour faire le lien

Proposé par Lucie Supiot - 05/11/2019

Nous sommes composés aux trois quarts d'eau et nous en renouvelons deux litres et demi par jour via nos boissons et notre alimentation. L'eau nous permet de nous hydrater bien sûr. Elle nous permet aussi de nous amuser, nous déplacer et nous rend encore bien d'autres services, tels que cuisiner, nous laver, etc. L'ADES Rhône (Association Départementale d'Education à la Santé) a conçu une animation autour de la pollution de la ressource en eau qui permet de traiter des liens entre environnement et santé.



Bien que les effets de la dégradation de l'environnement sur la santé des populations soient une évidence, il n'est pas toujours facile d'aborder ce sujet avec le public car la plupart des pollutions sont invisibles et leurs effets ne sont parfois visibles qu'après plusieurs années.

De nombreux acteurs de l'Education à l'Environnement et au Développement Durable (EEDD) interviennent auprès de différents publics sur la thématique de l'eau. En parallèle, les acteurs de l'éducation pour la santé traitent des questions d'eau à travers l'hygiène, l'alimentation ou encore l'activité physique. En croisant les approches de ces deux éducations, il est possible de traiter des questions santé-environnement de manière simple, illustrée et même ludique.

L'ADES du Rhône propose ainsi des séances pédagogiques « eau et santé » à différents groupes. Ces séances peuvent être programmées suite à des animations menées par d'autres structures (associations d'EEDD) et sur différentes thématiques (cycle de l'eau, station d'épuration, hygiène, etc.). Les groupes sont aussi bien des enfants, accueillis dans divers contextes (scolaires, loisirs, etc.) que des groupes d'adultes.

Les objectifs pédagogiques

Les objectifs de ces séances sont multiples et adaptés selon les demandes :

- amener les participants à être attentifs à cette ressource et à rationaliser son utilisation ;
- mettre en évidence la présence de l'eau dans le corps humain et son intérêt pour la vie et la santé (fonctionnement, intérêts, échanges, etc.) ;
- identifier l'existence des divers polluants et contaminants présents dans l'eau, bien qu'invisibles, et identifier les pollutions générées par nos activités ;
- faire prendre conscience des effets de ces polluants sur la ressource en eau et sur la santé ;
- identifier et valoriser les alternatives existantes et accessibles permettant de limiter l'introduction de ces polluants dans l'eau.

Pour atteindre ces objectifs, nous abordons en introduction de la séance la définition de santé globale, à savoir que notre santé est autant physique, que mentale et sociale.
Suite à cette introduction, nous abordons l'eau et son aspect vital, les quantités d'eau présentes dans le corps selon les personnes et la quantité dont nous avons besoin. Nous mettons ensuite en évidence les moyens de trouver cette eau et sous quelle forme, puis le chemin de l'eau dans notre corps et son utilité. Pour terminer cette séquence, nous testons si l'eau a un goût, afin d'utiliser nos sens pour découvrir de manière amusante les propriétés de l'eau (apports de sels minéraux, hydratation, plaisir, etc.).
La deuxième partie de la séance est axée sur les sources de pollution de l'eau et ses conséquences pour nos usages. Cette partie permet de mettre en évidence notre responsabilité et donc nos moyens d'agir, mais aussi les conséquences sur notre qualité de vie (maladies liées à l'eau, interdiction de certaines activités de loisirs telles que la pêche ou la baignade, etc.).
Enfin, en insistant sur les polluants restants à la sortie des stations d'épuration des eaux usées, nous pouvons appuyer la nécessité d'agir au quotidien, à travers des gestes simples (produits d'hygiène, cosmétiques, produits ménagers, résidus de médicaments, etc.)

Cette séance, de deux ou trois heures, permet ainsi d'aborder de manière transversale des

questions de santé (les apports de l’eau, la nutrition, l’hygiène, les loisirs) et d’environnement (la raréfaction de la ressource, la pollution de l’environnement, etc.) mais aussi d’ouvrir sur d’autres enjeux du développement durable : les relations Nord-Sud et la solidarité internationale avec les impacts au Sud des consommations du Nord, l’économie avec le coût de l’eau et de son traitement ou encore la culture avec les usages de l’eau à la maison et dans l’alimentation.

Mots clefs :

- Eau

Bio de l'auteur(e)

En 2013, lors de l'écriture de cet article, Lucie Supiot était chargée de projet animatrice à l'ADES Rhône.