

Journées de la nature 2019

Le Conseil de l'environnement vous invite à renouer avec la nature!

Rimouski, le 21 mai 2019. – Du **22 au 26 mai**, la population de la région et celle du Québec tout entier est chaleureusement invitée par le Conseil régional de l'environnement du Bas-Saint-Laurent à participer aux [Journées de la nature](#), un événement coordonné par le Regroupement national des conseils régionaux de l'environnement du Québec (RNCREQ). En phase avec la Journée internationale de la diversité biologique le 22 mai de chaque année, les Journées de la nature ont pour objectif d'inciter les gens de tous âges à sortir dehors pour prendre contact avec la nature et prendre conscience de son importance comme de ses bienfaits sur l'être humain.

Des activités gratuites et diversifiées

Pour ce faire, le RNCREQ appelle les organisations et les individus à [proposer des activités](#) en plein air et à [consulter le programme](#) sur la carte interactive du site de la campagne afin de repérer celles se déroulant près de chez eux. Au Bas-Saint-Laurent, par exemple, on pourra participer à de l'observation d'oiseaux, à des ateliers d'information sur la réduction des déchets ou d'initiation au jardinage domestique, ainsi qu'à du yoga en plein air.

Le plein de nature pour mieux se sentir

Aujourd'hui, une personne passe environ 90 % de son temps dans un environnement bâti. Quant aux jeunes et aux tout-petits, 84 % d'entre eux indiquent qu'ils aimeraient faire plus d'activités en plein air s'ils en avaient l'occasion.

« Le rapport à la nature se développe dès l'enfance. Les jeunes qui tissent un lien étroit avec elle ont nécessairement envie de la protéger. » — **Vincent Moreau, directeur du RNCREQ**

Le contact direct et régulier avec la nature extérieure apporte un mieux-être physique et psychologique et, en contrepartie, permet d'éviter le déséquilibre qu'on désigne sous l'appellation de [décrochage ou déficit nature](#).

Une nouveauté dans le paysage des Journées

Cette année, une nouveauté est au programme : les Journées de la nature sont l'hôte, avec la [Fondation Monique-Fitz-Back](#) et [Nature Québec](#), de l'initiative mondiale [École en plein air](#), encourageant les écoles primaires à **faire la classe à l'extérieur le 23 mai**.

— 30 —

Renseignements :

Phillip Schube-Coquereau, agent de communication, CREBSL
418 721-5711

crebsl_communication@globetrotter.net

Alix Genevrier, chargée des communications, RNCREQ

514 861-7022 poste 24

alix.genevrier@rncreq.org