

Livret pédagogique

.3.

LECTURE EN AUDIODESCRIPTION

LE JARDIN
DU DEDANS



Parler de santé mentale avec les enfants



Le livret pédagogique 1 « Avant d'animer » propose :

- des conseils d'animation
- des repères pour appréhender les éléments théoriques sur la santé mentale des enfants.

Le livret pédagogique 2 « L'animation pas à pas » fournit des repères pour :

- faciliter la prise en main du kit
- aider à construire les différentes séquences pédagogiques.

Le livret pédagogique 3 « Lecture en audiodescription » est un support pour les animateurs / animatrices qui souhaitent lire l'histoire en audiodescription. Il est à utiliser en complément des livrets pédagogiques 1 et 2.

Quelques mots sur l'audiodescription

L'audiodescription est un ensemble de techniques qui permettent de rendre des films, des spectacles, des expositions ou des livres, accessibles aux personnes déficientes visuelles grâce à un texte en voix off qui décrit les éléments visuels de l'œuvre.

La voix de la description est placée entre les dialogues ou les éléments sonores importants afin de ne pas nuire à l'œuvre originale.

Elle décrit les éléments purement visuels : actions, mouvements, expressions, décors, costumes...

Quelques conseils de lecture

La description des images est à lire après le texte de chaque planche.

L'idéal est de lire lentement afin que les enfants déficients visuels aient le temps de se représenter l'image mentale. Les enfants malvoyants sont à placer de préférence au plus près du butaï.

Certains mots utilisés par l'audiodescription peuvent faire l'objet d'une explication par l'intervenant.e. Par exemple : figurine, cheveux crépus, luxuriant, silhouette, doryphore, scruter...

Si vous utilisez un butaï, n'hésitez pas à le faire toucher aux enfants pour qu'ils se rendent compte de sa forme, ainsi que les planches plastifiées.



RÉCIT

« Aujourd’hui, je vais vous raconter une histoire qui parle de santé mentale.

La santé mentale c’est le fait de ressentir des **sensations**, des émotions qui peuvent être **agréables** (joie, plaisir...) ou parfois **désagréables**, quand elles prennent trop de place (colère, peur, inquiétude...).

Nous essayons, toutes et tous, de nous sentir le mieux possible dans notre tête.

Pour cela, on va s’appuyer sur des forces que l’on a en nous, ou faire appel à des personnes qui prennent soin de nous et qui peuvent nous aider.

Il y a aussi des choses qui peuvent nous arriver et qui vont nous rendre moins bien.

Notre santé mentale bouge tout le temps !

Pour en parler, je vais vous lire une histoire intitulée **le Jardin du Dedans®**.

Dans cette histoire, **le Jardin du Dedans®** représente la **santé mentale**.

Je vais vous lire l’histoire en entier, puis nous reviendrons sur les planches que nous discuterons aujourd’hui. »

AUDIODESCRIPTION

Sur la première planche du kamishibai, le titre est écrit avec des feuilles d’arbres et des morceaux de bois : « Le Jardin du Dedans® ».

Quatre enfants se promènent dans un grand jardin au milieu des plantes et des branches d’arbres. Une petite fille aux longs cheveux roux ouvre la marche ; un petit garçon avec des cheveux noirs crépus la suit, un gland dans les bras.

Un autre avec des taches de rousseur aide une camarade à avancer sur des grandes feuilles jaunes et bleues.

Les enfants paraissent minuscules dans l’immense jardin luxuriant comme s’ils étaient des figurines.

Planche 1



RÉCIT

À l'intérieur de chaque personne se trouve, bien caché, un fantastique jardin. Cet endroit – qui constitue la santé mentale – est un véritable lieu à soi, où l'on apprend à cultiver son équilibre.

On l'appelle : **le Jardin du Dedans®**.

AUDIODESCRIPTION

L'image représente la silhouette d'un enfant. Une impressionnante végétation tapisse tout l'intérieur de son corps, son torse, ses bras et même sa tête. De jolies fleurs aux pétales rouges, jaunes ou violettes s'épanouissent, des feuilles d'arbres aux couleurs de l'automne poussent un peu partout.

Il y a aussi des branches d'arbres morts, toutes noires, qui s'entortillent et se mélangent avec les feuilles.



RÉCIT

Chaque Jardin du Dedans® possède sa particularité, qui lui donne **son identité** et le rend **unique** : un arbre exceptionnel, un joli coin d'ombre ou encore une plante exotique venue de loin.

Cependant, certaines fleurs comme **la Sécurité** ou **l'Amour** grandissent dans tous les jardins et nécessitent une attention toute particulière.

AUDIODESCRIPTION

« Jardin du Dedans® » est inscrit sur une jolie feuille d'arbre suspendue à une branche, comme si c'était une pancarte de bienvenue. Cinq enfants s'activent dans le jardin.

Une petite fille blonde avec une queue de cheval nettoie la tige d'une belle fleur rouge tandis que le petit garçon aux cheveux crépus, perché sur une branche d'arbre mort, arrose la fleur.

Le petit garçon avec les taches de rousseur prend des photos avec un appareil.

La petite fille aux cheveux roux tend un bout de feuille à une coccinelle aux ailes rouges ornées de points noirs.

Une fillette coiffée d'un chignon lit tranquillement un livre, allongée dans une feuille verte qui lui fait comme un hamac.



RÉCIT

Il n'est pas facile de garder le Jardin du Dedans® en bonne santé toute l'année. Celui-ci peut se révéler **changeant**, parfois même, **imprévisible**.

C'est que, toute l'année, le Jardin du Dedans® est soumis au **cycle des Saisons Intérieures**, auxquelles il apprend, jour après jour, à s'adapter.

AUDIODESCRIPTION

Les cinq enfants ont pris place dans un endroit du jardin où poussent d'immenses troncs d'arbres et des plantes aux grandes feuilles plates. Debout sur une branche, la petite fille aux longs cheveux roux, met sa main en visière sur son front pour observer le lointain.

La petite fille blonde, l'air un peu inquiet, regarde vers le ciel.

Le garçon avec les taches de rousseur est assis sur une feuille, les genoux repliés contre sa poitrine, l'air pensif.

Celui aux cheveux crépus scrute attentivement le jardin à travers des jumelles.

La fillette coiffée d'un chignon est assise sur une branche, le dos courbé, les mains posées sur ses jambes tendues, le visage triste.



RÉCIT

Ainsi, pendant l'**Automne de la Transformation**, la **tristesse** et la **mélancolie** habitent souvent le Jardin du Dedans[®]. Celui-ci doit alors faire face aux **bourrasques de vent** et aux **averses** qui le malmènent. Pourtant l'Automne est aussi une saison de **grand changement** : le jardin se prépare à affronter l'hiver en faisant des réserves.

AUDIODESCRIPTION

Les cinq enfants, perchés sur les branches d'arbres, s'affairent dans le jardin aux couleurs de l'automne. Des feuilles de chêne, jaunes ou rouges, volent dans le ciel, emportées par le vent ; d'autres sont encore accrochées aux branches. Des gros champignons et des glands se mélangent au paysage.

Le petit garçon aux cheveux crépus porte une noix dans ses bras près d'un insecte avec une grosse carapace noire et deux petites antennes. L'autre petit garçon, une belle poire à la main, tente de rattraper une camarade emportée par une bourrasque de vent. La fillette coiffée d'un chignon s'active, un gland dans les bras, la petite fille aux cheveux blonds se protège avec une feuille d'arbre comme si c'était un parapluie.



RÉCIT

Pendant l'**Hiver Intime**, aucune fleur du jardin ne résiste ni au gel ni au froid. Le Jardin du Dedans® peut alors avoir besoin de **se reposer** sous la glace, afin de **mieux rassembler ses forces**. C'est une saison parfois difficile, mais qui permet de retrouver toute sa **vitalité** à la saison suivante.

AUDIODESCRIPTION

La neige a recouvert le paysage. Une forêt sombre et des montagnes s'étirent dans le lointain. Sous terre, près des racines d'un bel arbre, les enfants ont chacun trouvé refuge dans une bulle. Elles sont reliées entre elles par des tunnels ou des passerelles en bois.

La petite fille coiffée d'un chignon dort paisiblement sous une couverture chaude. La fillette aux cheveux blonds se prélassse, confortablement allongée dans son lit. Deux autres lisent des livres, appuyés contre des oreillers doux. Le petit garçon avec les taches de rousseur s'est endormi dans un fauteuil, son chat sur les genoux, une tasse de chocolat près de lui.

Des insectes aussi se ressourcent dans leur bulle près des provisions pour l'hiver : des glands, des noisettes et des champignons.



RÉCIT

Le Printemps du Bien-Être voit le jardin reflourir à nouveau : c'est une saison **très agréable** où l'on se sent bien.

D'ailleurs, certains jardins bourgeonneront très vite, impatients de découvrir leurs nouvelles pousses, tandis que d'autres mettront plus de temps pour **sortir de leur cocon** et profiter des beaux jours.

AUDIODESCRIPTION

Dans le jardin, les fleurs et les feuilles ont poussé.

Les deux fillettes, la blonde et la rousse, souriantes, décorent une branche d'arbre avec une guirlande d'ampoules lumineuses. Le garçon aux cheveux crépus installe une autre guirlande composée de petits drapeaux colorés.

La petite fille coiffée d'un chignon se réveille. Elle est assise sur une fleur rouge, s'étire en tendant un bras et en baillant, les yeux fermés.

Le garçon avec les taches de rousseur dort encore, niché au creux d'une fleur aux pétales fermés.



RÉCIT

Pendant l'**Été Radieux**, le Jardin du Dedans® est le plus souvent **très ensoleillé** et **complètement épanoui**. Cependant, il faut penser à un **arrosage régulier** pour éloigner la sécheresse et les incendies qui peuvent toujours se déclarer pendant cette saison.

AUDIODESCRIPTION

Un oiseau au plumage bleu, jaune, blanc et noir vole tout près d'un gros nuage. Perchés sur le dos de l'oiseau, la petite fille aux cheveux roux et le garçon aux cheveux crépus récoltent l'eau du nuage dans des coquilles de noix et les versent sur le jardin asséché. Leurs camarades les guident en agitant des petits drapeaux avec des gouttes d'eau dessinées dessus.



RÉCIT

Quelquefois, une **Plante Inconnue** pousse au Jardin du Dedans®.

Même si elle paraît **discrète** et **inoffensive** au début, elle peut se révéler bientôt **très envahissante**. Si personne n'apprend à **s'occuper d'elle** et à **la contrôler**, cette petite plante risque de rapidement prendre toute la place et d'étouffer les autres pousses du jardin.

AUDIODESCRIPTION

Dans le jardin, les enfants entourent l'étrange plante. Elle est dorée, a de petites branches un peu tordues avec des petites fleurs au bout et une grande fleur tout en haut de la tige.

Le garçon avec les taches de rousseur s'en approche, équipé d'un amplificateur de sons. Il a un casque sur les oreilles et un haut-parleur à la main. Il écoute attentivement si la plante fait du bruit. Deux autres la regardent, l'air à la fois curieux et inquiet.

La petite fille blonde prend des notes dans un carnet et dessine la plante inconnue. Sa camarade avec le chignon ouvre les bras d'un air interrogateur.

Un insecte avec une carapace violette et une petite trompe observe aussi la mystérieuse plante.



RÉCIT

Malgré toute la **bonne volonté** du jardinier, il arrive que certains troubles surgissent et viennent endommager le Jardin du Dedans®. Un lapin trop gourmand, une invasion de sauterelles ou même une tempête de grêle peuvent soudain détruire l'**équilibre** qui régnait au jardin.

AUDIODESCRIPTION

La petite fille aux cheveux roux et le garçon aux cheveux crépus sont en équilibre sur une branche d'arbre toute noire. Ils se tiennent par la main, l'air apeuré. Tout autour d'eux, des sauterelles les observent avec leurs yeux noirs perçants ; un lapin, dix fois plus gros qu'eux, se rapproche ; un doryphore s'avance, ses antennes pointées en avant.

Par endroits, les feuilles des arbres ont été croquées par les animaux.



RÉCIT

Heureusement, **avec un peu d'aide**, le Jardin du Dedans® peut tout à fait **se rétablir et continuer d'évoluer**. Replanter de nouvelles graines, repoter une plante ou ajouter un **tuteur** à un arbuste fragile permet ainsi de **consolider** ce qui a été abîmé.

AUDIODESCRIPTION

Les enfants s'activent pour soigner le jardin abîmé et les animaux qui le peuplent. Le petit garçon avec les taches de rousseur s'occupe d'un ver de terre coupé en deux.

Une petite fille aide celle avec le chignon à transporter une plante fatiguée.

Leur camarade installe une plante dans un joli pot avec de la bonne terre pour lui redonner de la force. Le garçon aux cheveux crépus, carnet à la main, les aide en donnant des indications.

Près d'un grand tronc d'arbre, la fillette aux cheveux roux soigne les animaux qui se reposent sur des plateformes en bois : elle a mis des pansements sur les ailes d'une coccinelle et s'occupe de la patte d'un insecte.



RÉCIT

Tous les Jardins du Dedans® peuvent **communiquer entre eux** : ainsi les arbres envoient leurs graines tout autour d'eux et les insectes pollinisent les fleurs d'un jardin à l'autre.

Le **partage** est un excellent moyen pour **entretenir le Jardin du Dedans®** et le **garder en bonne santé**, le plus longtemps possible.

AUDIODESCRIPTION

C'est la fin de l'histoire. On est sortie du Jardin du Dedans® et on voit maintenant les enfants qui participent à un atelier jardinage en plein air. Les enfants cultivent des mini-jardins dans des bacs en bois.

Une adulte, au visage souriant, avec un tablier, les aide et apporte un arrosoir. La fillette avec le chignon amène un sac de terreau, celle aux cheveux blonds mélange la terre, la troisième arrose, le garçon aux cheveux crépus lève le doigt pour poser une question, celui avec les taches de rousseur sourit en regardant les plantes vertes qui s'épanouissent.



**L'AUDIODESCRIPTION DU « JARDIN DU DEDANS® »
A ÉTÉ RÉDIGÉE PAR DUNE CHERVILLE
ET RELUE PAR ASSIA FROGERAIS.**





PSYCOM
11, rue Cabanis
75674 Paris CEDEX 14
contact@psycom.org
www.psycom.org

Ce livret « Lecture en audiodescription »
a reçu le soutien financier
de UNICEF France et de l'Agence régionale
de Santé Ile-de-France



Impression Dupliprint
/ Ce produit est issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées. / pefc-france.org



PEFC 10-31-1316 / Certifié PEFC

Réalisation : État d'Esprit Stratis, illustrations : Sandrine Bonini - @PSYCOM - juin 2023. Tous droits réservés.
Aucune modification de contenu ou de forme ne peut être apportée.