

UNE AGRÉABLE RAISON DE SE METTRE EN MOUVEMENT !

Le Geocaching® est une forme de promenade qui allie la technologie à une activité de plein air. C'est une occasion idéale d'explorer un environnement de manière ludique tout en s'aérant.

Dans le cadre des thématiques « **Bouger** » et « **Respirer** » développées par l'Observatoire de la Santé du Hainaut, le Geocaching® rassemble différents atouts pouvant s'inscrire dans une démarche de promotion de la santé.



MODALITÉS PRATIQUES

L'Observatoire de la Santé du Hainaut peut vous aider à développer cette activité de Geocaching® dans le cadre de vos projets de promotion de la santé.

Toute demande de renseignements est à adresser à :

observatoire.sante@hainaut.be



Mieux vivre pour tous

Observatoire de la Santé du Hainaut

Rue de Saint-Antoine, 1
7021 Havré
065.87.96.00

Retrouvez-nous
avec votre GPS :

– 50°27'48"N - 4° 0'54"E –



epilot



GEOCACHING®
Comment bouger autrement ?

TODDLE
GPS



Objectifs de l'activité

Les participants tentent de localiser des contenants (petites boîtes) dissimulés dans un environnement.

Ces « Géocaches » peuvent être retrouvées en utilisant des appareils de géolocalisation (GPS).

Une « Geocache » peut contenir des messages ou des objets, un carnet, des mini-défis... le tout à adapter en fonction des besoins de l'animation.

Construction de l'activité

Le Geocaching® permet d'initier ou d'appuyer des projets de promotion de la santé.

L'activité se prépare au préalable avec les partenaires de terrain afin de co-construire une activité qui s'adapte au mieux à leur projet et à leur public.

POURQUOI UTILISER LE GEOCACHING® EN PROMOTION DE LA SANTÉ ?

DÉVELOPPER DES APTITUDES INDIVIDUELLES

- 📍 Encourage à réaliser une activité physique.
- 📍 Développe facilement des compétences individuelles par le jeu, le plaisir et la non compétitivité.
- 📍 Renforce la confiance et l'estime de soi.

CRÉER DES MILIEUX FAVORABLES

- 📍 Invite les participants à (re)découvrir l'environnement extérieur avec un regard neuf.
- 📍 Permet de découvrir (re)découvrir son quartier, sa commune, un patrimoine local ou culturel.

RENFORCER L'ACTION COMMUNAUTAIRE

- 📍 Permet de renforcer la cohésion au sein d'un groupe.
- 📍 (Re)crée du lien social pour faire émerger éventuellement des besoins communs.

