

# Aventures nocturnes

*Exploration et appréciation des mystères nocturnes par des promenades dans l'obscurité*



---

Par **Brad Daniel** et **Clifford Knapp**

Photographies: **Jennifer Haynes** Photographe

Traduction: **Geneviève B. Granger**

---

« Dans les ténèbres, je me souviens que ce n'est pas tant à la connaissance que nous appartenons le plus mais bien au mystérieux, et je sens dans le mystère de la nuit une beauté qui excède même les grandes et nobles beautés du monde baignant dans la lumière du jour. »-John Daniel<sup>1</sup>

Illustration 2 : La manière appropriée de marcher dans l'obscurité.

Illustration 3 : Pour simuler l'écholocalisation, un groupe de personnes jouent au jeu « chauve-souris et papillon ».

Poètes et naturalistes ont écrit et fait l'éloge de la nuit et de l'obscurité pendant des siècles (voir au bas de l'article pour les références). La beauté et la magie de la marche nocturne se dégagent d'une manière rarement apparente au cours de la journée. L'air sent différent, les sons sont étranges et plus variés et les sentiers qui semblaient familiers au grand jour semblent de nouveau mystérieux dans la pénombre. Une marche organisée de nuit est une façon de minimiser les dangers possibles et d'accroître le plaisir pour les participants provenant de camps,

de centres de la nature et environnementaux ou encore pour ceux qui veulent faire une promenade dans les bois. Cet article explique quelques-unes des raisons de bien planifier et animer une randonnée nocturne. Il décrit les objectifs des randonnées, certains obstacles potentiels, les lignes directrices de l'animation, des conseils de sécurité et des suggestions d'activités.

Nous dirigeons des promenades nocturnes depuis de nombreuses années et nous connaissons l'impact qu'elles peuvent avoir sur les adultes et les enfants. Nous savons qu'une expérience qui est menée la nuit avec minutie et soin en regard de résultats positifs permet aux participants d'en garder d'agréables souvenirs et suscite chez ces derniers le désir de renouveler l'expérience. Nous voulons que les participants apprennent à aimer la nuit et se sentent à l'aise dans la nature une fois la nuit tombée. Nous voulons qu'ils découvrent un sentiment d'émerveillement et de mystère pour les plantes et les animaux nocturnes. Nous savons que ces objectifs ne sont pas le fruit du hasard, qu'ils doivent être facilités avec les habiletés et les connaissances propres d'un endroit particulier. Nous espérons que ces idées vous aideront à mettre en place une série d'aventures pour vous et vos élèves et vous permettront de les mener avec succès à travers la noirceur.



### **But**

Le but de diriger une randonnée nocturne est de mener une expérience permettant aux participants de mieux apprécier le plein air tout en apprenant davantage sur le monde nocturne.

Par exemple, ils peuvent découvrir les organismes bioluminescents (comme les

champignons luminescents «Foxfire» ou les lucioles), les comportements des animaux ainsi que leurs adaptations, comment identifier les constellations d'étoiles et de nombreuses merveilles de la nuit. Bien que la plupart des gens se soient déjà promenés la nuit, relativement peu ont participé à une expérience guidée qui favorise la conscience sensorielle et l'attention à travers une séquence d'activités. Les marches de nuit sont des expériences excitantes pour les gens de tous âges, car être dans un milieu naturel pendant l'obscurité est une expérimentation nouvelle pour la plupart.

### **Obstacles potentiels**

Les gens ont souvent peur de l'inconnu. Pour plusieurs, le fait d'être à l'extérieur pendant la nuit représente des associations négatives. L'obscurité peut être vue comme une menace parce que nous sommes très dépendants de notre sens de la vue; nous avons peur de ce que nous ne pouvons pas voir. De plus, les gens ont appris à craindre la nuit par des associations négatives avec les actes de violence, des créatures menaçantes et autres situations. Les médias ont promu ces craintes dans notre culture à travers des films d'horreur et des contes nocturnes maléfiques. Demandez à votre groupe de quoi ils ont peur et vous êtes susceptibles d'entendre parler de Jason du film *Vendredi 13*. Les randonnées nocturnes organisées visent à réduire les craintes en offrant des expériences positives conduisant à une meilleure appréciation du plein air.

### **Lignes directrices**

Nous vous proposons les orientations suivantes pour la planification et l'animation d'une randonnée nocturne.

Les leaders devraient :

1. Avoir connaissance des caractéristiques et des antécédents du groupe y compris quelques détails sur l'expérience nocturne en plein air de chaque individu. Les enfants des zones rurales pourraient réagir différemment d'un groupe d'enfants élevés en zones urbaines.

2. Avant la randonnée, donner l'occasion aux participants de discuter des peurs nocturnes, de la façon dont on les acquiert et comment on peut les surmonter.

3. Donner le ton pour l'expérience en aidant les participants à comprendre le but de la randonnée. Les participants doivent se sentir en sécurité avec eux-mêmes, les leaders et le milieu naturel pour faire des apprentissages.

4. Acclimater le groupe à la nuit en commençant par des activités de découvertes ludiques.

5. Établir des règles de base pour veiller à ce que personne n'effraie les autres par la promotion d'expériences négatives. Rappeler au groupe qu'il n'y aura pas de farces ou de bousculades au cours de la randonnée! Il n'y a pas de place pour de tels comportements pendant la balade, car ils peuvent faire peur aux gens et causer des accidents.

6. Expliquer comment chaque activité au cours de la randonnée contribue à l'objectif global d'apprendre à aimer la nuit.

7. Expliquer les bienfaits de marcher calmement et lentement (c.-à-d. entendre les sons nocturnes, voir les animaux et avoir un moment de détente).

8. Expliquer comment marcher en toute sécurité dans l'obscurité en soulevant les pieds plus haut que d'habitude pour éviter de trébucher et expliquer comment les gens peuvent s'avertir les uns les autres des risques de chute ou des dangers qui sont au niveau des yeux.

9. Prendre le temps, après la randonnée, de discuter de l'expérience avec les participants dans le but de les aider à réfléchir à ce qu'ils ont vécu. Une bonne randonnée nocturne inclut toujours un temps de réflexion sur ce qui a été appris. Malheureusement, c'est une composante qui est souvent minimisée ou éliminée en raison de contraintes de temps. Il est mieux de faire moins d'activités et de laisser un temps de réflexion aux participants afin que l'expérience soit significative.

10. Avant la randonnée, informer les participants qu'ils ne doivent pas utiliser leur lampe de poche afin de permettre à leurs pupilles de se dilater pour une vision nocturne optimale (cela peut prendre environ 20 minutes). Cependant, il peut y avoir quelques activités qui nécessitent de la lumière.

### Conseils de sécurité

Une variété de facteurs doivent être pris en considération lors de la planification de la balade, y compris les prévisions météorologiques, la phase de la lune et l'âge du groupe. Ces facteurs peuvent jouer un rôle dans le choix des vêtements qu'il faut porter. Par exemple, l'animateur pourrait choisir de porter des vêtements de couleur claire tout en menant une randonnée au cours d'une nouvelle lune (la phase où la lune est invisible) pour accroître la visibilité et la sécurité. Si des orages sont prévus, il est préférable de rester à l'écart de la foudre potentielle. Les animateurs de la randonnée nocturne ont besoin d'avoir clairement défini les mesures de sécurité et les procédures d'urgence qui seront communiquées au groupe avant que la randonnée commence.

Les dirigeants doivent utiliser uniquement les sentiers qui peuvent accueillir la taille et le type de groupe. Évitez les sentiers qui ont des changements subits de dénivellation, qui croisent des cours d'eau ou d'autres dangers potentiels. Assurez-vous de prospecter la piste à l'avance et de bien la connaître.

Un minimum de deux dirigeants est recommandé pour n'importe quel groupe. Un chef de file à l'avant du groupe et un « balayeur » en arrière assurent la sécurité. Les leaders à l'avant et à l'arrière créent souvent un sentiment de sécurité et de bien-être au sein du groupe. Un troisième chef est parfois nécessaire pour assurer la sécurité au milieu du groupe, si les participants sont inexpérimentés et qu'ils ont peur. Le moniteur de sécurité doit monter et descendre le long du groupe pour veiller à ce que celui-ci reste ensemble et sur la piste. L'âge et l'expérience des participants ainsi que la longueur et le terrain du sentier doivent être pris en compte. En règle générale, un groupe de 15 personnes ou plus nécessite trois dirigeants. Quand le groupe s'arrête sur la piste pour une activité, le chef de file en arrière devrait avoir une façon d'indiquer au leader d'en avant que tout le monde est présent pour le début de l'activité.

Il est impératif que chaque participant se sente relié au groupe. Une ligne de corde est parfois utilisée avec les jeunes enfants. La corde est reliée du chef de file en avant au chef de file en arrière. Les enfants sont espacés confortablement le long de la corde et sont chargés de la tenir à une main pendant la randonnée. Pour les adolescents et les adultes, il est possible de faire la file un derrière l'autre et de placer une main

sur l'épaule de la personne en avant. Cette méthode permet de marcher facilement si les participants sont placés en fonction de leur grandeur. On dit aux participants de s'arrêter s'ils sont déconnectés de la corde ou du groupe. Le chef de file en arrière peut alors rapidement alerter le chef de file en tête d'arrêter la marche jusqu'à ce que tout le monde soit réaligné et connecté au groupe.

Il est important qu'il n'y ait pas de conversation au cours de la randonnée. Cela réduit toutes possibilités de confusion ou de distraction, qui sont particulièrement dangereuses la nuit. En outre, cette procédure permet de mettre l'accent sur les bruits nocturnes. Comment faites-vous pour que la consigne de « ne pas parler pendant la balade » fonctionne? Une façon consiste à marcher les yeux bandés. Lorsque les bandeaux sont utilisés, la bouche reste fermée. Une deuxième façon consiste à arrêter la marche quand on entend parler. Également une autre façon consiste à utiliser des signaux non verbaux pour informer les membres du groupe de tout obstacle dans le parcours tels qu'une racine ou un caillou proéminent. Par exemple, en tapant le sol quelques fois avec le pied, on imite le comportement que de nombreux animaux utilisent pour alerter leurs proches du danger. Comme ce bruit n'est pas destiné à être fort, les participants doivent écouter attentivement, ce qui contribue à une expérience auditive supérieure. Ces méthodes peuvent être efficaces et permettent une expérience éducative sécuritaire.

### Un plan d'échantillonnage

Il existe de nombreuses façons pour faciliter une randonnée de nuit. Ci-dessous, nous vous proposons un plan d'échantillonnage. Il est important d'ordonner les activités de façon à ce qu'elles se terminent par une activité de synthèse. Les activités peuvent être pensées en quatre étapes : pré-randonnée, stationnaire, de



transition, fermeture des activités.

### **Activités de pré-randonnée :**

Le leader peut préparer les participants à la randonnée en faisant certaines activités durant les jours ou semaines précédant l'excursion réelle. Par exemple, les élèves peuvent pratiquer l'identification des hiboux et autres animaux nocturnes par leurs sons. Plusieurs excellents guides sur les sons fauniques ont été produits et sont facilement accessibles (voir la liste de ressources à la fin de cet article). Un autre exemple d'une activité pré-randonnée impliquerait de jouer à un jeu de simulation tel que la chauve-souris et le papillon de nuit. Dans ce jeu, un participant a les yeux bandés (la chauve-souris) et un autre ne l'a pas (le papillon). Le groupe forme un cercle autour d'eux pour créer un périmètre de sécurité. Le jeu simule la technique d'écholocation des chauves-souris qui détectent les échos en envoyant des sons aigus vers leurs proies. Chaque fois que la chauve-souris dit « Chauve-souris », le papillon répond « Papillon » et la chauve-souris tente de localiser le papillon par le son. Une activité de ce genre peut être exécutée au crépuscule pour permettre aux yeux de s'ajuster et permettre également au groupe de devenir plus à l'aise lorsque la nuit tombe.

### **Activités stationnaires et de transition pendant la randonnée :**

Les activités stationnaires sont réalisées à des endroits le long du sentier où le groupe s'arrête et se rassemble. Les activités de transition sont celles où le leader confie un mandat au groupe tout en marchant. En arrivant à la station suivante, le leader demande aux participants de décrire ce qu'ils ont découvert. Par exemple, le chef de file peut demander au groupe d'être conscient des différences de température lorsque les participants marchent sous les arbustes à feuillage par rapport aux espaces non couverts. Arrivés à la station suivante, les participants décrivent ce qu'ils ont remarqué et discutent de la façon dont les animaux peuvent s'en servir à leur avantage. Une fois le groupe préparé, la randonnée commence. Le chef de file doit expliquer comment marcher en plein air pendant la nuit (en levant les pieds plus haut que d'habitude). Plusieurs des activités qui suivent peuvent être stationnaires ou transitionnelles en fonction de la façon dont elles sont encadrées.

### **Première station : L'ouïe**

1. Les oreilles de cerf. Écoutez les sons en plaçant les mains derrière les oreilles tout en restant immobile et en tournant la partie supérieure du corps. La qualité du son est grandement améliorée lorsqu'on dirige ces « récepteurs » vers la source. Le groupe peut discuter de la façon dont les animaux peuvent utiliser ce comportement à leur avantage.
2. L'inventaire des sons. Tenez-vous parfaitement immobile pendant une à deux minutes et tournez-vous ensuite dans la direction des sons entendus. Initiez un partage des expériences avec le groupe par la suite.

### **Transition : La cartographie mentale**

Demandez aux participants de construire une « carte mentale » des caractéristiques du terrain tout au long de la randonnée. Demandez aux participants de décrire le terrain depuis la dernière station à chaque arrêt le long du parcours. Par exemple, est-ce que le sentier monte ou descend? A-t-on tourné vers la gauche ou vers la droite? Si vous pouvez repérer la Grande Ourse (ou la Petite Ourse), vous pouvez essayer de localiser l'étoile du Nord (Polaire)<sup>2</sup>. Cette méthode permet aux participants de déterminer les points cardinaux (N, S, E, O), lesquels peuvent être intégrés dans leur carte mentale du parcours (à savoir si le sentier tourne à l'est, etc.) La cartographie du terrain peut vous servir lors d'une activité culminante, comme une randonnée en solo si le groupe retourne par le même chemin.

### **Deuxième station : L'odorat**

Les choses odorantes. Sentez l'air de la nuit, le sol, les morceaux de plantes broyées ou faites passer un marqueur parfumé parmi les participants. Demandez au groupe d'identifier les parfums dans la noirceur. En règle générale, vous entendrez une variété de réponses. Parfois, les gens pensent qu'ils identifient les choses à l'odeur uniquement alors qu'en fait ils utilisent la vue et l'odorat de manière combinée. Le retrait de la vue rend souvent plus difficile l'identification des odeurs.

Transition : Touchez et partez. Le long d'une section sécuritaire de la piste, demandez au groupe de se concentrer sur les caractéristiques du sentier sous leurs pieds. Puis, demandez-leur de sortir de la piste d'un côté (attention à l'herbe à puce ou autres dangers), puis de revenir de nouveau sur la piste. Demandez-leur de faire cet exercice plusieurs fois et d'identifier les différences éventuelles du sol. Le sol du sentier a

tendance à être plus compact et silencieux tandis que le sol « hors piste » est souvent plus moelleux et bruyant en raison de brindilles, des feuilles et d'autres débris.

### **Troisième station : La vue**

1. Lumière nocturne. Regardez à la gauche ou à la droite d'une étoile lointaine ou d'une planète pour sensibiliser les cellules rétinienne à voir la faible lumière et à percevoir un meilleur contraste. Essayez cela en regardant les objets sur le sentier. Les cellules de vos yeux vous aident à voir le contraste. La prochaine activité illustre ce phénomène.

2. Le cheval sans tête. Associez par paires les membres du groupe et demandez-leur de fixer la tête de leur partenaire sans bouger les yeux. Demandez-leur de décrire ce qui se passe quand ils font cela. (La tête de leur partenaire semble « disparaître ». Cela ne fonctionne qu'à très faible lumière.) Explication : La rétine de l'oeil contient des cellules en bâtonnets qui détectent le contraste de lumière et des cellules coniques qui détectent la couleur. En raison de l'endroit où sont situés les bâtonnets dans l'oeil, ils sont sollicités davantage dans la vision périphérique plutôt que dans la vision focale dirigée. Par conséquent, regarder à gauche ou à droite d'une tête ou d'une étoile permet une distinction plus précise de la forme. Regarder directement la tête n'active pas les bâtonnets de la même manière, ce qui donne l'impression que la tête disparaît.

3. Les couleurs dans la nuit. Distribuer des petits morceaux de papier de différentes couleurs ou des cure-dents colorés aux membres du groupe. Demandez-leur de deviner les couleurs dont ils disposent. Demandez-leur d'identifier différentes couleurs de vêtements. Ils peuvent vérifier l'exactitude de leurs réponses lorsqu'ils reviennent à la lumière. Les cellules coniques permettent à l'oeil de détecter la couleur pourvu qu'il y ait assez de lumière pour voir l'objet. Lorsque la lumière est faible, il est beaucoup plus difficile de distinguer la couleur.

4. Persistance de l'image. Discutez de sources lumineuses originales et réfléchies (réflecteurs, allumettes, étoiles, planètes, lunes, lumières électriques, etc.). Puis faites des prédictions sur la quantité de lumière qui sera émise par une allumette, et éclairez-la de loin. Déplacez la mèche allumée dans un mouvement circulaire ou linéaire. Demandez aux gens de fermer rapidement les yeux pour essayer de garder

l'image de cette forme. Ensuite, essayez la même chose avec une lampe de poche pour comparer ce qui se passe. Le cerveau traduit la lumière reçue par l'intermédiaire du nerf optique et l'image créée persiste quelques secondes même si la source a disparu.

Transition : Thermomètre. Vérifiez la température de l'air, des arbres.

### **Quatrième station : Vision de nuit et temps en solo**

1. Histoire de vision de nuit. Racontez une histoire sur l'exploration nocturne de la nature tandis que les participants se ferment / se couvrent un œil. Demandez aux participants de regarder une bougie allumée ou une lanterne lumineuse avec l'oeil ouvert pendant l'histoire. Éteignez la lumière et demandez aux participants de regarder autour d'eux avec chaque oeil pour voir s'ils remarquent une différence entre celui qui était ouvert / couvert. La différence est saisissante, car la lumière provoque chez l'oeil découvert une contraction de la pupille alors que la pupille qui était couverte reste dilatée.

2. Les yeux de la nuit. Après l'histoire, demandez au groupe de décrire comment la vision de nuit se développe (la pupille se dilate pour qu'une quantité plus importante de lumière entre). L'histoire peut servir deux buts. En plus de créer une différence spectaculaire lors de la vision de nuit, elle peut aider à créer une métaphore qui sera utile lors de la randonnée en solo décrite ci-dessous. Expliquez cette métaphore en donnant un exemple.

3. Randonnée / pause en solo. Placez les personnes le long du sentier afin qu'elles puissent expérimenter la nuit en solitaires. Dites-leur de ne pas bouger et de ne pas communiquer avec les autres. Regroupez-les de nouveau après un court délai. Une autre option (non recommandée pour les jeunes enfants) est de les faire marcher en solitaires jusqu'au point de départ de la randonnée. Vous pouvez les envoyer à plus ou moins longs intervalles en fonction de la quantité de lumière ambiante et des autres facteurs. Toujours permettre à ceux qui ne veulent pas marcher seuls de revenir ensemble tranquillement. Rappelez aux randonneurs solitaires d'utiliser ce qu'ils ont appris jusqu'ici pendant leur randonnée nocturne.

### **Cinquième station : Le goûter**

1. Une fête scintillante. Au retour de la randonnée en solo, organisez une « fête scintillante » pour célébrer. En équipe de deux personnes placées face à face, chargez le groupe de mâcher des bonbons à l'essence de wintergreen (WintOgreen) Lifesavers avec la bouche ouverte (en essayant de ne pas mouiller le bonbon avec de la salive, car il scintille mieux lorsque sec) tout en observant la bouche de leur partenaire. Demandez-leur ce qui crée une lueur bleue-verte lorsque le bonbon est cassé par les dents ou par une paire de pinces (pour épargner les dents fragiles). Ce phénomène, appelé triboluminescence, survient lorsque la lumière est libérée dans le spectre visible une fois que les liens chimiques des molécules de sucre granulé provenant de l'huile de gaulthérie couchée (salicylate de méthyle) azotée sont brisés dans l'air. Essayez de gratter le bonbon dur avec un couteau dans la noirceur pour voir une étincelle. (Cela fonctionne habituellement à moins que le bonbon ne soit humide.)

#### **Activités réflexives de clôture**

Prenez le temps de réfléchir sur l'expérience de la randonnée nocturne.

1. Faites une liste de questions ouvertes où les participants peuvent répondre verbalement. Cela les aidera à réfléchir sur leur expérience. Une fois le groupe de nouveau rassemblé, demandez-leur de former un cercle et de partager quelques-unes de leurs réflexions. Quelques exemples :  
Quelle est la chose que vous avez le plus appréciée au sujet de la marche? Quels sont les nouveaux faits que vous avez appris sur la nuit? Avez-vous eu des surprises le long du trajet?

2. Demandez aux participants de terminer les phrases suivantes :  
a. La meilleure chose le long du sentier était...  
b. Maintenant, je me rends compte que l'obscurité est...  
c. Une chose que je me demande toujours...

3. Demandez aux participants de choisir un mot qui décrit le mieux ce qu'ils pensent de la nuit après la promenade.

4. Demandez aux participants de créer une histoire commune à propos de la nuit en disant quelques phrases à tour de rôle, chaque participant poursuivant le fil de l'histoire jusqu'à ce que la dernière personne la termine. (Établissez une règle selon laquelle l'histoire ne peut pas être un récit effrayant parce que le but de la promenade était d'apprendre à aimer la nuit et de ne pas en avoir peur.)

5. Comme fermeture définitive, vous pouvez choisir de lire une ou deux citations incluses dans cet article. Vous pouvez également trouver de courts poèmes sur la nuit à lire aux participants.

#### **Conclusion**

Si les dirigeants suivent certaines de ces suggestions et que les participants sont coopératifs et ouverts à essayer des choses nouvelles, il y a de fortes chances que la promenade nocturne soit une expérience positive. Gardez à l'esprit qu'une seule nuit à l'extérieur ne peut pas complètement changer une vie de craintes et d'associations négatives avec l'ombre. Nous nous sentons souvent plus en sécurité la nuit dans la forêt que dans la ville. Il faut une progression graduelle d'associations non-menaçantes avec les beautés et les merveilles de la nuit pour apprendre à en tirer profit. Nous suggérons que les premières expériences avec la nuit soient courtes et agréables. Chaque nuit successive peut s'allonger et introduire de nouvelles activités. D'autres activités, des ressources, de l'équipement utile ainsi que des citations choisies au sujet de la nuit peuvent être trouvés à la fin de cet article. Nous vous souhaitons de joyeuses fantaisies pour que vous puissiez, vous et ceux que vous dirigez, devenir amis avec la nuit.

**Brad Daniel** est professeur d'éducation relative à l'environnement et à la nature au *Montreat College en Caroline du Nord*. Il conçoit et dirige des activités en plein air depuis plus de 25 ans.

**Clifford E. Knapp** est un professeur émérite du département d'enseignement du *Northern Illinois University* et est un consultant en matière d'éducation à la nature et d'éducation axée sur les lieux. Il dirige des activités de plein air depuis plus de 50 ans.

**Geneviève B. Granger** est traductrice à ses heures. Elle enseigne au primaire dans la région de *Montréal (Québec)*.

#### **Citations**

1. Daniel, J., "In praise of darkness", in P. Bogard, ed., *Let There Be Night: Testimony on Behalf of the Dark*, University of Nevada Press, 2008, p. 30.
2. A useful guide to explaining how to do this can be found at:  
<<http://www.physics.ucla.edu/~huffman/finddip.html>>.

## Ressources utiles

Altieri, T. "The Magic of Night Hikes", *Green Teacher* 58, Summer 1999, pp. 30-32.

Baker, R., Chartrand, M., Gordon, J., and Zim, H., *Stars (Golden Guide)*, St. Martin's Press, 2001.

Bogard, P. ed., *Let There be Night: Testimony on Behalf of the Dark*, University of Nevada Press, 2008.

Brown, V. *Reading the Outdoors at Night*, Stackpole, 1982.

Chartrand, M. and Wimmer, H., *Night Sky: A Guide to Field Identification*, St. Martin's Press, 2001.

Lang, E., *A Guide to Night Sounds: The Nighttime Sounds of 60 Mammals, Birds, Amphibians, and Insects*, Stackpole, 2004.

Lawlor, E.P., *Discover Nature at Sundown*, Stackpole, 1995.

Rey, H.A., *The Stars*, HMH Books, 2008,

## Équipement utile

Cartes de couleurs ou papier, bougie, briquet ou allumettes, localisateur d'étoiles, morceaux de quartz (roche), identificateur de chants d'oiseaux ou petit magnétophone, foulard pour bander les yeux, corde, lampe de poche avec lentille rouge, morceaux de cellophane ou ballon rouge pour recouvrir la lampe (la lumière rouge est moins perturbatrice pour les animaux), des marqueurs parfumés ou des contenants remplis d'huiles essentielles (à la menthe, à l'orange, etc.), des Lifesavers à l'essence de wintergreen.

## Activités supplémentaires, équipement et ressources

Il existe de nombreuses autres activités populaires à faire pendant une balade nocturne. Il peut s'agir notamment de :

1. Ménagerie nocturne. Localisez les animaux comme les grenouilles, les crapauds, les vers de terre, les araignées, les chauves-souris et les hiboux. Discutez de la définition d'animal nocturne. Essayez d'estimer la taille d'un animal sur la base de sa sonorité. Comme le sens de l'ouïe devient plus aigu, les participants surestiment souvent la taille des animaux à la

source du bruit. Faites écouter au groupe un enregistrement des sons de la nuit avant de sortir à l'extérieur.

2. Avec de la roche. Frappez ou grattez vivement les roches de quartz ensemble. Elles dégageront un éclair de lumière et une légère odeur. Ceci se produit parce que la collision provoque une interruption dans l'alignement des molécules cristallines du quartz, et une décharge électrique se produit lorsqu'elles se réalignent (un exemple de «piézoélectricité»). La légère odeur de soufre est causée par le produit d'une réaction chimique des composés de soufre présents dans les roches.

3. Latitude. Dans l'hémisphère Nord, trouvez l'étoile du Nord (Polaire) et mettez un bâton partant du sol pointant dans sa direction. Ce bâton forme un angle avec le niveau du sol qui est égal à la latitude du lieu. Il peut être utilisé lors des journées ensoleillées comme cadran solaire.

4. Hibou nocturne. Faites jouer un enregistrement du cri de hibou ou imitez-le avec votre voix. Un hibou peut répondre à votre appel si le groupe est silencieux. Ne pas trop utiliser cette dernière activité pendant la saison de nidification, car cela va perturber les habitudes d'accouplement des hiboux.

5. La bioluminescence. Recherchez la bioluminescence chez les lucioles, les vers luisants (larves de luciole), le bois en décomposition (contenant des champignons « Foxfire ») et d'autres objets naturels. Découvrez ce qui cause chaque forme de lumière. Pour trouver les champignons « Foxfire » plus facilement la nuit, marchez sur le chemin en fin d'après-midi et donnez un coup sur un morceau de bois en décomposition pour exposer les champignons bioluminescents.

6. Yeux d'araignée. Utilisez une lampe de poche, et cherchez le reflet des yeux d'araignées en tenant sur votre front la base de la lampe et en projetant le faisceau lumineux sur la végétation où les araignées se cachent.

7. La légende des étoiles. Lors d'une nuit étoilée, inventez de nouveaux symboles, formes et histoires à partir des dessins formés par les étoiles. Ensuite, découvrez les modèles traditionnels de constellations identifiés par les différentes cultures, y compris la vôtre.

8. Identité des insectes. Accrochez une feuille blanche à l'extérieur et faites briller les lampes de poche sur elle pour attirer les insectes volants nocturnes. Essayez de les identifier.

9. Quoi de neuf Docteur? Déterminez si la lune est croissante ou décroissante, en regardant du côté de la courbe la plus prononcée. Penser DOC

= décroissant (devient de plus en plus éclairé à chaque nuit, représenté par « D » parce qu'en décroissant, le côté gauche de la lune est plus sombre), O = complet (entièrement visible), C = croissant (de plus en moins éclairé chaque nuit, représenté par « C » parce qu'en déclin, le côté droit de la lune est sombre). Remarque : dans l'hémisphère Sud, cette mnémonique est inversée, soit « COD ».

---

<sup>1</sup> Daniel, J., "In praise of darkness", in P. Bogard, ed., *Let There Be Night: Testimony on Behalf of the Dark*, University of Nevada Press, 2008, p. 30.

<sup>2</sup> A useful guide to explaining how to do this can be found at:  
<<http://www.physics.ucla.edu/~huffman/finddip.html>>.