

LA RELATION ENTRE LA NATURE ET L'INTÉGRATION, LE BIEN-ÊTRE ET L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DES IMMIGRANTS : EXAMEN DE LA PORTÉE

Marie Camille Lavoie, Étudiante au baccalauréat en loisir, culture et tourisme à l'Université du Québec à Trois-Rivières et assistante de recherche à l'Observatoire québécois du loisir

Marie-Eve St-Pierre, M. Sc., Professionnelle de recherche à l'Observatoire québécois du loisir

L'article faisant l'objet de cette fiche synthèse s'intitule *The Relationship Between Nature and Immigrants' Integration, Wellbeing and Physical Activity : A Scoping Review*.

En 2019, la population mondiale de migrants internationaux a atteint 272 millions. Selon les prévisions de l'Organisation internationale pour les migrations (OIM), le nombre de migrants environnementaux pourrait atteindre jusqu'à 1 milliard d'ici 2050. Ainsi, connaître la réalité des immigrants et les différents phénomènes qui peuvent les toucher est primordial dans un contexte d'augmentation importante de cette population. Cependant, il existe actuellement un déficit de recherches portant sur les relations entre les environnements naturels dans les pays d'accueil et l'influence de ces relations sur l'intégration sociale, le bien-être et l'activité physique. Cette synthèse examine donc les travaux antérieurs qui se sont penchés sur la question.

RÉSULTATS DES LIENS ENTRE LA NATURE ET L'INTÉGRATION, AU BIEN-ÊTRE ET À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DES IMMIGRANTS

Intégration

	Affiliation sociale	Le processus d'interaction et de cohabitation dans des milieux naturels peut favoriser un sentiment d'identité sociale et de camaraderie.
	Attachement au lieu / Sentiment d'appartenance	La nature a le pouvoir de renforcer le sens, la pertinence et l'attachement à un lieu donné.
	Processus d'adaptation et d'établissement	Le contact avec la nature peut simplifier le processus d'ancrage lors de l'adaptation à un nouvel environnement.
	Intégration	Les environnements naturels peuvent faire office d'espaces inclusifs ou exclusifs dans le contexte social.
	Mémoire / Connexion avec le passé	Les espaces verts ont la capacité d'évoquer des souvenirs liés au domicile et à l'identité, contribuant ainsi au sentiment d'appartenance
	Reconnaissance / Expression culturelle	La nature peut servir de toile de fond à la construction de l'identité culturelle et à la reconnaissance individuelle.
	Acculturation ¹	Les activités liées à la nature peuvent faciliter le processus d'acculturation.



Bien-être	
Restauration	Les milieux naturels offrent un cadre propice à la relaxation, à la diminution du stress, et favorisent la restauration.
Relations familiales et sociales	La socialisation avec des proches est fréquente dans ces environnements.
Autonomie / Autonomisation	S'engager dans des milieux naturels peut favoriser l'autonomie et responsabiliser les individus nouvellement arrivés.
Alimentation et sécurité alimentaire	Les jardins communautaires contribuent à assurer la sécurité alimentaire et à préserver les régimes culturels.
Émotions positives	Les milieux naturels sont propices à des expériences positives telles que la joie, la sécurité et la tranquillité.
Santé général / Gestion des maladies	Les environnements naturels sont associés à une meilleure santé physique et peuvent améliorer la santé mentale.
Bien-être subjectif	La nature peut favoriser le bien-être spirituel, émotionnel, mental et corporel.
Culture/identité	Les espaces naturels facilitent la reproduction des relations, des liens et des identités culturelles.
Éléments curatif / thérapeutiques	Les espaces verts possèdent des propriétés curatives et thérapeutiques.
Qualité de vie	Fréquenter des espaces verts est lié à une amélioration de la qualité de vie.
Spiritualité	La nature peut répondre aux besoins spirituels et servir de cadre à des pratiques religieuses.
Attachement	La participation peut renforcer l'attachement à la nature.
Mode de réalisation	Les expériences dans la nature sont avant tout incarnées.
Activité physique	
Facilitateur	Les milieux naturels favorisent les activités physiques dynamiques et les activités non structurées.
Opportunité	Les espaces verts sont perçus comme des lieux offrant des occasions de pratique pour les sports et l'activité physique.

¹ Des études ont démontré que certains loisirs de plein air, des activités et des sports peuvent fonctionner comme moyens d'acculturation, tandis que d'autres peuvent fonctionner comme facteur de protection contre une acculturation.

Il est important d'apporter ici une nuance. L'engagement des immigrants dans l'utilisation des milieux naturels et des activités de plein air ne se manifeste pas de manière uniforme. Il existe des variations quant à la fréquence et aux types d'activités exercées par les immigrants dans ces environnements. Ces disparités peuvent être influencées par des facteurs tels que le statut socioéconomique, le quartier de résidence et sa proximité avec les milieux de nature, l'expérience préalable en matière de jardinage et d'agriculture, la disponibilité des installations, les conditions hivernales, les règles d'accueil, les obligations de vie, l'accès au transport ou encore la langue. Ainsi, les répercussions sur le sentiment d'appartenance, le bien-être et la pratique d'activité physique ne seront pas les mêmes pour tous.

Il est également possible que la pratique suscite des aspects plus négatifs. Par exemple, certains espaces peuvent reproduire l'exclusion sociale ou exprimer des conflits entre les différentes nationalités. Les environnements naturels peuvent également engendrer des sentiments de dislocation, de nostalgie et d'isolement.

Recommandations pour la pratique

1. Encourager les acteurs de la santé et de l'aménagement à faciliter les occasions d'engagement et d'information fondées sur la nature dans les programmes et les parcs;
2. Offrir des options adaptées sur le plan culturel et de l'accessibilité culturelle;
3. Garantir l'équité dans la distribution des ressources et l'accès;
4. Comprendre les divers besoins, les attentes et les liens émotionnels et spirituels avec la nature;
5. Examiner l'utilisation inégale des environnements naturels;
6. Reconnaître le potentiel des espaces publics pour cultiver le sentiment d'appartenance;
7. Collaborer de manière intersectorielle, en particulier avec l'ensemble de la collectivité et les organismes d'immigrants, les écoles, les centres communautaires et les chercheurs;
8. Former des alliances lorsque l'action serait difficile à entreprendre par des groupes ou des institutions isolés;
9. Exploiter les milieux naturels à des fins d'établissement et pour promouvoir les relations interculturelles;
10. Utiliser des activités basées sur la nature pour encourager l'intégration sociale, les rencontres interethniques, l'attachement au nouvel environnement naturel, améliorer la participation sociale et favoriser la santé et le bien-être des nouveaux arrivants;
11. Surmonter les obstacles existants et accroître la participation des immigrants, en particulier dans le processus de planification urbaine, la conception d'activités de plein air et l'élaboration de programmes.

Conclusion

Cette synthèse examine la relation entre les environnements naturels et l'intégration, le bien-être et l'activité physique des immigrants. Les résultats suggèrent que la participation à des environnements naturels crée des expériences favorables et entraîne des bénéfices pour cette population. Cependant, des études longitudinales sont nécessaires pour comprendre pleinement ces associations. Les activités basées sur la nature sont de plus en plus utilisées dans la promotion de la santé, avec une recommandation de prioriser les populations vulnérables et d'impliquer les immigrants dans la conception, la mise en œuvre et l'évaluation des programmes. L'évaluation des activités existantes peut permettre d'identifier les meilleures pratiques et de relever les défis liés à l'action durable.

Référence complète de l'article

Charles-Rodriguez, U., Venegas de la Torre, M. D. L. P., Hecker, V., Laing, R. A., & Larouche, R. (2023). The relationship between nature and immigrants' integration, wellbeing and physical activity: a scoping review. *Journal of Immigrant and Minority Health, 25*(1), 190–218. <https://doi.org/10.1007/s10903-022-01339-3>