

Introduction à l'OLFACTION

UN PARCOURS PÉDAGOGIQUE POUR EXPLORER L'ODORAT



Présentation du guide

Ce guide, intitulé « Introduction à l'olfaction », a été conçu comme un support pédagogique destiné à accompagner les enseignants des cycles 1 à 3, avec une possibilité d'extension au cycle 4 dans la redécouverte des cinq sens, et plus particulièrement de l'odorat. Structuré en plusieurs séances, ce guide offre un parcours pour explorer l'univers de l'olfaction et permettre, en toute autonomie, de préparer **La Minute internationale des odeurs**⁽¹⁾ avec un groupe d'élèves.

Cependant, l'utilisation de ce guide pour organiser **La Minute internationale des odeurs** reste optionnelle. Il est tout à fait possible de participer à cet événement de manière spontanée, sans nécessité de préparation préalable. Il s'agit d'un parcours facultatif, pensé pour inspirer et enrichir l'expérience pédagogique des enseignants en leur proposant des idées et des activités créatives.

L'enseignant trouvera dans ce guide tout le matériel pédagogique nécessaire (fiches enseignants, fiches élèves, liste du matériel, bibliographie, vidéos...) pour mettre en œuvre avec les élèves des activités pour éveiller leur fonction sensorielle olfactive. Pour beaucoup d'élèves, les odeurs seront une réelle découverte. Leurs perceptions varient d'une personne à une autre, d'un moment à l'autre de la journée. C'est pourquoi il est important que l'enseignant accueille la description de chaque élève et soit attentif aux cas d'anosmie et d'infections de la zone ORL qui pourraient limiter la détection d'odorants. L'apprentissage des odeurs ne doit pas être la cause d'un sentiment d'échec. Il n'y a jamais de mauvaise réponse. Chacun a raison.

Ce guide a été réalisé par l'enseignante et ingénieure spécialisée en analyse sensorielle, Aurore Sebire, en collaboration avec Atmo Normandie.

⁽¹⁾ **La Minute internationale des odeurs**, initiée sur une idée de l'écrivain Mathieu Simonet, a lieu chaque année le **10 juin à 10h06**. Elle a pour objectif de redonner leurs lettres de noblesse aux odeurs. Atmo Normandie entend sensibiliser à leur présence, de manière poétique et collective. Tout le monde, en France et à l'étranger, est invité à y participer. Il s'agit d'une expérience sensorielle mais aussi d'écriture, facile à mettre en œuvre.

L'odorat est un sens essentiel pour le développement du cerveau des enfants, notamment pour la mémoire et l'attention. C'est pourquoi Atmo Normandie veut mener ce projet ambitieux avec le maximum d'élèves. Sa première édition a eu lieu en 2024 et a été un véritable succès.



Remerciements

Atmo Normandie remercie Maryse Delaunay, enseignante-chercheuse à l'Université de Caen Normandie et Roland Salesse, président de l'association Nez en Herbe pour leur relecture attentive de ce document et les suggestions qu'ils ont apportées.

Sommaire

Petit lexique des odeurs	06
Compétences travaillées	08
Séance 1 : Autour des sens	09
Séance 2 : À vos p'tits nez	13
Séance 3 : Les particularités de l'olfaction	19
Séance 4 : La chasse aux odeurs	23
Séances de prolongement	27
Fiche enseignant : Pour en savoir plus	29
Annexe 1 : Compétences travaillées	37
Annexe 2 : Infographie des 5 sens	46
Annexe 3 : Fiche élève : Rendre compte de ses olfactions	48
Annexe 4 : Fiche enseignant : Collecte des informations issues des olfactions.....	50
Annexe 5 : Fiche élève : La chasse aux odeurs	52
Annexe 6 : Fiche élève : Les consignes pour bien sentir	54
Annexe 7 : Protocole de La Minute internationale des odeurs	56
Annexe 8 : Ressources complémentaires	59



Petit lexique des odeurs

Anosmie (nf) : médecine diminution ou perte complète de l'odorat (Le Robert)

Odeur :

- Du point de vue de la cause : émanation volatile caractéristique de certains corps et susceptible de provoquer chez l'homme ou chez un animal, des sensations dues à l'excitation d'organes spécifiques. On retrouve ici la perception.
- Du point de vue de l'effet : interprétation par le cerveau des signaux fournis par les récepteurs olfactifs lors de leur stimulation par des substances (potentiellement odorantes). On parlera ici de ressenti.
- Odorité (néologisme) : caractère organoleptique d'un objet qui provoque une sensation olfactive chez un sujet. L'odorité est apportée par un odorant.

Odorant (adj) : qui exhale une odeur (Le Robert)

Olfaction (nf) : reliée à l'odorat (Le Robert)

Ici nous parlerons d'olfaction pour toute action de sentir un objet ou l'air ambiant et d'y associer une perception.

Perception (nf) : réunion de sensations en images mentales. *Perception auditive. Troubles de la perception.*

Littéraire Prise de connaissance, sensation, intuition (Le Robert)

Référentiel (nm) : collection de mots connus de tous les interlocuteurs pour échanger sur un sujet.

Ressenti, (participe passé) du verbe Ressentir : éprouver vivement, sentir l'effet moral de. *Ressentir une injure. Ressentir une privation.* Être pleinement conscient de (un état affectif qu'on éprouve). *Ressentir de la sympathie pour, à l'égard de qqn.*

Éprouver (une sensation physique). *Ressentir du bien-être. Ressentir une douleur.* (Le Robert)

Pour parler des odeurs :

Sur les intensités, de nombreux adjectifs s'offrent à vous : intense, forte, prédominante ou à l'inverse, faible, tenue, infime...

Sur les caractéristiques des odorants :

Certains pourront arriver très rapidement à notre nez puis disparaître tout aussi vite, être fugaces, éphémères. Tandis que d'autres à l'inverse s'inscriront dans la durée et auront une grande longévité, une tenacité importante.

Enfin dans la description tout est possible. Il est nécessaire de faire comprendre aux élèves qu'ils doivent rapprocher leur ressenti des événements vécus et nommer ainsi des choses qui ressemblent à ce qu'il ressentent

Par exemple : je sens un citron : ça me rappelle : les madeleines de ma grand-mère, ça me rappelle quand maman prépare tel plat...

Si un enfant ne parvient pas à rapprocher une perception d'un vécu pour établir son ressenti, alors il faut revenir sur les caractéristiques de l'odeur : sa sensibilité, son appréciation et l'intensité de la perception, puis à la fin nommer l'objet odorant. Il l'intégrera ainsi dans sa mémoire. Il pourra être intéressant de lui représenter l'objet odorant plus tard, au cours d'une autre séance pour en faciliter la mémorisation.

Il faut garder à l'esprit que rien n'est faux ! Chacun a raison.



Compétences travaillées

Pour l'ensemble des séances, les compétences travaillées sont principalement liées aux domaines des sciences. Cependant, le travail des sens, et en particulier de l'olfaction permettra de faire des ponts interdisciplinaires et d'aborder d'autres domaines pour obtenir un projet plus complet, l'EMC (enseignement moral et civique), les arts plastiques, la géographie, la production d'écrit et le langage oral pourront être sollicités. L'articulation avec le programme scolaire est disponible en *annexe 1*.



Séance 1 : Autour des sens



Durée : 30 min (cycle 1 : 2 x30 min)



Lieu : salle de classe



Objectifs pédagogiques :

- ✓ Permettre aux élèves de se remémorer ce qu'est un sens
- ✓ Identifier nos 5 sens



Matériel

Pour les cycles 1 et 2

- ❖ *Infographie des 5 sens (Annexe 2)* + prévoir caches pour chaque sens afin de les dévoiler au fur et à mesure
- ❖ Matériaux permettant de distinguer les 5 sens :
 - **Ouïe** : instruments de musiques permettant de distinguer grave et aigu
 - **Toucher** : matériaux rugueux (papier de verre), lisse (pochette plastique), doux (objet en fausse fourrure, peluche) ...
 - **Odorat** : flacons d'épices, végétaux odorants (ail, persil, ciboulette)...
 - **Goût** : sucre, sel, citron, vinaigre...
 - **Vue** : objet de différentes couleurs

Pour les cycles 2 et au-delà

- ❖ *Infographie des 5 sens (Annexe 2)* (et éventuellement caches pour chaque sens).



Modalités de travail

Aux cycles 1 et 2, un travail en petit groupe est recommandé (5 enfants environ) où les enfants devront se remémorer les 5 sens à partir des objets de découverte proposés par l'enseignant.

Au cycle 1 la séance peut être séparée en 2 fois 30 minutes afin de permettre la manipulation des objets.

Au cycle 3 et plus, le travail est mené en classe et les élèves devront se remémorer les 5 sens et signaler les organes concernés (et éventuellement leur fonctionnement pour le cycle 4).



Déroulé

1/ Préparation en amont de l'atelier (pour les cycles 1 et éventuellement 2)

Préparer les objets dévolus à chacun des sens dans l'ordre de son choix ainsi que le *poster* en cachant chacun des sens individuellement

2/ Lancer l'activité pour les cycles 1 et éventuellement 2

Pour l'ouïe, jouer des deux instruments et demander aux élèves ce qui les différencie.

- Les élèves doivent formuler que leurs sons permettent de les différencier
- Pour les cycles 2, on peut attendre les notions de grave et aigu.

Demander aux élèves comment ils les perçoivent, quels organes ils utilisent. Éventuellement leur expliquer brièvement le fonctionnement de l'ouïe.

Valider le premier sens en le faisant apparaître sur l'*infographie des 5 sens (Annexe 2)*.

Réaliser le même déroulé pour l'ensemble des sens avec les différents objets proposés.

Au cycle 2, à la place de l'enseignant ce sont les élèves qui peuvent manipuler les objets et faire part de leur ressenti.

À la fin de l'activité, reprendre l'*infographie des 5 sens (Annexe 2)*, en récapitulant les 5 sens et les organes concernés.

2 bis/ Lancer l'activité pour les cycles 2 et au-delà

Nous présupposons ici que les élèves connaissent déjà les 5 sens.

Cette activité a pour but de leur permettre de se les remémorer ainsi que leur fonctionnement. Si ce n'est pas le cas, la première proposition peut être proposée au cycle 2.

Demander aux élèves de citer les 5 sens qu'ils connaissent et leur demander de préciser les organes concernés.

Valider sur l'*infographie des 5 sens (Annexe 2)* en dévoilant chaque sens au fur et à mesure qu'ils sont cités.

3/ Prolonger en approfondissement sur leurs fonctions (cycle 2 et plus)

Nous sommes tous dotés de sens, c'est inné. Nous les possédons dès la naissance. Ils se développent au cours de notre constitution lorsque nous sommes encore des fœtus dans le ventre de notre mère.

Certains peuvent en être privés : parler ici de l'agueusie, de l'*anosmie*, de la cécité, de la surdité.

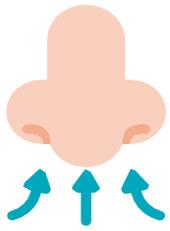
Leur demander à quoi nous servent nos sens d'une façon générale.

Valider avec eux les fonctions principales :

- **Communiquer** : échanger avec les autres, mémoriser, se souvenir
Réussir à échanger avec ses pairs : j'apprécie cette musique, odeur, plat parce que... Nous étions ensemble lors de cet événement, nous y avons mangé, senti, entendu...
- **Protéger** : identifier les situations dangereuses
Je sens une odeur de gaz, ce n'est pas normal je m'inquiète ; ça sent le brûlé, le four est en fonction je vais voir ce qui se passe, j'entends la sirène des pompiers en dehors des horaires d'exercices je réagis en écoutant les informations...
- **Se sentir bien ou mal** : j'aime cette musique, elle me rassure, c'était ma berceuse ; le bruit des ongles sur le tableau m'épouvante ; j'aime cette odeur, elle me rappelle ma grand-mère ; dès que je rentre dans un hôpital chez le dentiste je me sens mal...

À retenir :

- ✓ Les différents sens nous permettent de percevoir le monde qui nous entoure.
- ✓ Ils sont innés.
- ✓ Ils ont des fonctions nous permettant de communiquer, nous protéger.
- ✓ Ils sont capables de nous rassurer ou nous inquiéter.



Séance 2 : À vos p'tits nez



Durée : 45 min



Lieu : salle de classe



Objectifs pédagogiques :

- ✓ Découvrir l'odorat
- ✓ Apprendre à sentir



Matériel

Pour les cycles 1 et au-delà

- ❖ Matériaux à sentir
- Poivre, ail, café, chocolat, menthe, zeste de citron (ou d'agrumes), grains de lavande, cannelle...
- ❖ Boîtes opaques avec opercules troués permettant de sentir mais pas de voir les matériaux odorants. (Pots à yaourt soigneusement nettoyés recouverts de papier aluminium perforé par exemple - s'assurer de la neutralité olfactive des pots après lavage - ou boules à thé).

Pour les cycles 3 et au-delà

En plus des matériaux précédents :

- ❖ Ardoises, ou cahier spécifique pour la leçon.
- ❖ Tableau pour noter les résultats (voir la *fiche élève : Rendre compte de ses olfactions, Annexe 3*).
- ❖ Pour l'enseignant tableau récapitulatif des réponses élèves (voir la *fiche enseignant : Collecte des informations issues des olfactions, Annexe 4*).



Modalités de travail

Aux cycles 1 et 2, un travail en petit groupe est recommandé (5 enfants environ) et c'est l'enseignant qui remplit le tableau de collecte au fur et à mesure des olfactions ; un tableau final servira de traces pour toute la classe reprenant les disparités sur chaque pot.

Si nécessaire, pour le cycle 1 la séance pourra être divisée en 2 séances de 30 minutes.

Au cycle 3 et plus, un travail en petit groupe est recommandé (environ 5 enfants par groupe) et cette fois les élèves complètent un tableau de perception individuellement et ils peuvent être en autonomie pour le second temps de l'activité.



Déroulé

1/ Préparation en amont de l'atelier

Remplir des pots opaques numérotés ou lettrés (pots petit suisse ou pots de yaourt propres) avec les substances odorantes choisies (poivre, ail, café, chocolat, menthe, zeste de citron ou agrumes divers, grains de lavande, cannelle...).

Fermer les pots par un papier aluminium percé de petits trous (faits au pic à brochette par exemple).

Identifier les pots par une lettre ou un chiffre (identique pour les substances identiques). L'enseignant doit ici penser à noter les numéros ou lettres de pot et leur correspondance avec les objets odorants présents à l'intérieur. C'est une information qu'il gardera pour lui tout au long de la séance.

Faire plusieurs pots d'une même substance pour organiser plusieurs groupes de travail.



Temps 1

2/ Expliquer les règles de l'olfaction

Présenter le poster récapitulatif des *consignes pour bien sentir* (Annexe 6).

Insister sur le fait que la séance doit se dérouler à minima 1 h après un repas, de préférence le matin.

Avoir une bouteille d'eau à proximité.

Ne pas être parfumé.

Ne pas parler pour ne pas influencer ses camarades.

3/ Lancer l'activité avec une première olfaction

Distribuer à chaque groupe la même substance odorante et donner la consigne :

Chaque élève doit sentir, mais ne doit pas laisser transparaître ses émotions auprès de ses camarades (ni bavardages, ni grimaces...) pour ne pas influencer leur ressenti.

Une fois que tous les élèves ont senti, l'enseignant s'assure :

- ❖ Que tous les élèves perçoivent quelque chose (oui / non)

L'enseignant évoque ici la notion d'anosmie : certaines personnes ne perçoivent pas certaines odeurs voire aucune, on parle alors d'*anosmie* partielle ou totale (pour aller plus loin cf. *Annexe 8*).

Puis il poursuit la première expérience avec un sondage sur :

- ❖ L'odeur est agréable / l'odeur est désagréable

La disparité des réponses permet à l'enseignant de préciser que la perception n'est pas la même pour tous : on parle ici de subjectivité. L'appréciation de l'odeur est propre à chaque individu. Il est possible de faire le parallèle avec les couleurs : par exemple, tout le monde n'aime pas la couleur rose.

- ❖ L'odeur est forte / l'odeur est faible

Ici, il est nécessaire de constater que les intensités sont propres au système olfactif de chaque personne et que la notion de force (ou intensité) sera différente d'un individu à l'autre.

- ❖ Puis l'enseignant demande aux élèves d'écrire leur ressenti avec un ou deux mots pour caractériser ce qu'ils ont perçu sur leur ardoise. L'enseignant veille à collecter au tableau l'entièreté des réponses des élèves.

Dernière étape de l'expérience, il s'agit ici pour l'enseignant de montrer que les références auxquelles nous rapportent nos sensations dépendent de notre vécu et de notre mémoire. Chacun aura donc une perception différente et ne donnera pas la même référence pour une même odeur (*Annexe 4*).

À retenir :

- ✓ Tout le monde n'a pas la même sensibilité. Certains peuvent être anosmiques à certaines odeurs ou à toutes les odeurs.
- ✓ Tout le monde n'apprécie pas les mêmes odeurs.
- ✓ Tout le monde ne les perçoit pas à la même intensité.
- ✓ Tout le monde n'utilise pas le même langage pour nommer les ressentis.



Temps 2

1/ Prolongement de l'activité

Distribuer à chaque groupe les substances odorantes restantes avec les consignes suivantes :

Chaque élève devra caractériser son ressenti et le formalisera sur la fiche élève pour le garder en mémoire.

Insister sur le fait que les ressentis sont propres à chacun que par conséquent les fiches sont différentes pour chaque individu.

Laisser les enfants prendre leur temps, et vérifier que les pots tournent au sein d'un même groupe.

2/ Conclusion

Prendre au hasard pour chaque pot une ou deux réponses dans des groupes différents.

Il s'agit ici de montrer aux élèves que sentir est une action personnelle, que nous ne sommes pas tous égaux.

Nous aimons et détestons certaines odeurs mais pas toujours les mêmes que notre voisin. Nous n'avons pas les mêmes ressentis et nous ne définissons pas nos ressentis avec les mêmes mots.

À l'issue de la séance l'enseignant peut lever le mystère montrer et nommer les ingrédients odorants présents dans les pots.

À retenir :

- ✓ L'olfaction est subjective. Nos sensations dépendent de notre vécu et de notre mémoire.



Séance 3 : Les particularités de l'olfaction



Durée : 30 min



Lieu : salle de classe



Objectifs pédagogiques :

- ✓ S'essayer à sentir et à décrire ses perceptions
- ✓ Apparier des perceptions



Matériel

Pour les cycles 1 et au-delà

- ❖ Matériaux à sentir
 - Objet aromatisé à la vanille (bougie) ; gousse de vanille
 - Feuilles de menthe, dentifrice à la menthe
 - Spéculoos, bâton de cannelle
- ❖ Boîtes opaques avec opercules troués permettant de sentir mais pas de voir les matériaux odorants. (Pots à yaourt soigneusement nettoyés recouverts de papier aluminium perforé par exemple).

Pour les cycles 3 et au delà

- ❖ En plus des matériaux précédents :
- Ardoises, ou cahier spécifique pour la leçon.
- Tableau pour noter les résultats (voir *la fiche élève : Rendre compte de ses olfactions, Annexe 3*).
- Pour l'enseignant tableau récapitulatif des réponses élèves (voir *la fiche enseignant : Collecte des informations issues des olfactions, Annexe 4*).



Modalités de travail

Cette séance servira pour aller plus loin dans la description de l'olfaction. Elle est au choix de l'enseignant.

Aux cycles 1 et 2, un travail en petit groupe est recommandé (5 enfants environ) et c'est l'enseignant qui remplit le tableau de collecte au fur et à mesure des olfactions ; un tableau final servira de trace pour toute la classe reprenant les disparités de chaque pot.

Au cycle 3 et plus, un travail en petit groupe est recommandé (environ 5 enfants par groupe) et cette fois les élèves complètent un tableau de perception individuellement et ils peuvent être en autonomie pour le second temps de l'activité.



Déroulé

1/ Préparation en amont de l'atelier

Remplir des pots opaques numérotés ou lettrés (pots petit suisse ou pots de yaourt propres) avec les substances odorantes choisies.

Fermer les pots par un papier aluminium percé de petits trous (faits avec un pic à brochette) .

Identifier les pots par une lettre ou un chiffre (identique pour les substances identiques). L'enseignant doit ici penser à noter les numéros ou lettres de pot et leur correspondance avec les objets odorants présents à l'intérieur. C'est une information qu'il gardera pour lui tout au long de la séance (pot 1 : bâton de cannelle ; pot 2 : spéculoos...).

Faire plusieurs pots d'une même substance pour organiser plusieurs groupes de travail.

2/ Lancer l'activité

Distribuer à chaque groupe les substances odorantes avec les consignes suivantes :

Chaque élève devra caractériser son ressenti et le formalisera sur la fiche élève pour le garder en mémoire (*Annexe 3*).

Insister sur le fait que les ressentis sont propres à chacun que par conséquent les fiches sont différentes pour chaque individu.

Laisser les enfants prendre leur temps, et vérifier que les pots tournent au sein d'un même groupe.

Vérifier que tous les pots ont bien été sentis dans tous les groupes.

Faire une validation à l'oral des ressentis, noter les similarités de ressentis entre certains pots.

3/ Seconde partie de l'activité

Proposer ici aux élèves d'apparier les pots entre eux pour ceux dont les perceptions lors des olfactions leur paraissent similaires, c'est-à-dire ont un point commun.

Faire un récapitulatif entre tous les groupes des appariements réalisés.

Dévoiler les contenus des pots pour justifier les paires ou non.

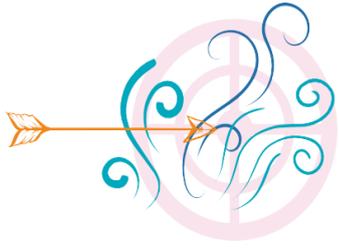
À retenir :

- ✓ L'olfaction est subjective.
- ✓ Nous avons tous des ressentis différents, cependant, nous sommes capables d'être en accord sur les perceptions que nous trouvons similaires.
- ✓ L'odorat est un sens très précis.

Prolongement :

Expliquer que de nombreux métiers existent autour des arômes et des parfums et que les personnes se servent d'outils de reconnaissance des odeurs avec des langages spécifiques (référentiels) qui leur permettent ainsi de mieux se comprendre entre elles.

Parler d'une similarité, avec les couleurs, avec l'alphabet ou encore les notes de musique.



Séance 4 : La chasse aux odeurs



Durée : entre 30 et 45 min (selon le choix du lieu de l'olfaction)



Lieu : en extérieur, cours d'école, espace vert, quartier spécifique...



Objectifs pédagogiques :

- ✓ Décrire des perceptions odorantes
- ✓ Identifier des zones odorantes



Matériel à prévoir

Pour les cycles 1 et au delà

Pour l'enseignant :

- Fiche de chasse aux odeurs (*Annexe 5*)
- Crayon pour prendre en dictée les retours des enfants les plus jeunes

Pour les cycles 3 et au delà

Pour les élèves :

- Fiche de chasse aux odeurs
- Crayon



Modalité de travail

Au cycle 1, nous recommandons de réaliser la chasse sur une petite zone (cour de récréation ou espace vert assez proche de l'école). Il est possible de séparer le groupe classe en 2/3 petits groupes supervisés par un adulte référent qui prendra les perceptions des enfants en dictée.

Aux cycles 2 et plus, l'activité doit être menée au sein d'un espace vert plus ou moins éloigné de l'école. Les élèves peuvent travailler seuls ou à deux mais il est nécessaire qu'ils ne s'influencent pas et que chacun rende compte de ses perceptions.



Déroulé

1/ Préparation en amont de l'atelier

Une séance préalable peut être menée ici en lien avec les programmes de géographie pour définir le lieu de la chasse aux odeurs. Il peut être intéressant de proposer aux élèves des cartes (via Géoportail) de l'environnement proche de l'école et du lieu où aura lieu la chasse aux odeurs. En fonction des cycles on pourra pousser l'analyse de la zone en regardant les activités aux alentours (industries, activités commerciales...).

2/ Expliquer les règles de la chasse aux odeurs

NB : ces règles sont proches de celles utilisées pour la minute odeur, elles ont pour but de permettre aux élèves de bien les comprendre.

- ❖ Marchez doucement, en vous concentrant sur votre respiration. Restez silencieux.

- ❖ Arrêtez-vous dès que votre nez perçoit une odeur. Peu importe cette odeur. Elle peut être agréable ou non, intense ou discrète, permanente ou éphémère.
- ❖ Fermez les yeux. Essayez de ne penser à rien. Concentrez-vous sur l'odeur et uniquement sur elle. Essayez de la mémoriser et de mettre des mots pour la décrire.
- ❖ Puis, prenez votre stylo ! Sur la fiche de perception, racontez cette odeur avec vos mots : sensations, évocations, émotions, adjectifs, souvenirs... Vous êtes totalement libre de la décrire comme vous le souhaitez : en français ou dans votre langue maternelle, en quelques mots ou en quelques phrases.

3/ Lancer l'activité

Proposer une durée pour trouver une première odeur (5-10 min).

Une fois que tous les élèves ont trouvé une odeur, l'enseignant s'assure que tous les élèves remplissent leur fiche pour en garder la trace, notent le lieu de l'olfaction pour échanger avec les camarades qui auraient également réalisés une olfaction dans le même lieu.

Au cycle 1, l'adulte référent du groupe notera les perceptions des enfants sur la fiche de perception.

L'enseignant, après un premier retour avec tous les élèves, peut choisir de lancer un second temps pour trouver d'autres odeurs.

Pour les cycles 3 et plus, une carte du lieu de la chasse peut être donné aux élèves pour qu'ils puissent y repérer les lieux où ils réalisent leurs olfactions.

Dans ce cas sur la fiche de chasse aux odeurs ils renseigneront olfaction n°1 ; n°2, etc. et indiqueront avec le même numéro le lieu de l'olfaction sur la carte de repérage.

4/ Conclusion de l'activité

Après un retour en classe, l'enseignant peut proposer aux élèves de lire les résultats de leur chasse.

Une comparaison des cartes pour les cycles 3 et plus peut être faite pour valider les lieux odorants.

Un lien pourra être fait avec les éventuelles activités alentours du lieu de la chasse aux odeurs.

Séances de prolongement



Durée : 15 min ou plus



Lieu : en extérieur, cours d'école, espace vert, quartier spécifique...



Objectifs pédagogiques :

- ✓ Mettre les élèves en confiance et leur permettre de s'exercer à la description des perceptions odorantes régulièrement
- ✓ Réaliser la minute odeur



Organisation des séances :

Il s'agit ici non plus d'apporter de connaissances théoriques aux élèves mais de les laisser s'essayer à la description des odeurs à partir des outils qui leur ont été fournis au cours des séances 2 et 3.

Les prolongements peuvent se faire sur une production d'écrits, sur l'apport d'un lexique spécifique qu'ils pourraient rechercher, mais aussi dans le cadre de productions artistiques toujours en lien avec les programmes. Une minute odeur pourrait être aussi intégrée comme un rituel mensuel/hebdomadaire etc.

Voici quelques objectifs de séances que vous pourrez mettre en œuvre.

- 1) Une nouvelle chasse aux odeurs peut permettre de travailler sur le repérage aux alentours de l'école. Partir à la découverte du quartier et de ses spécificités olfactives.

- 2) Une nouvelle chasse aux odeurs peut être proposée cette fois avec une consigne de production d'écrits plus poussée pour rendre compte de ses ressentis. Choix d'adjectifs, de groupes nominaux enrichis en complément du nom...
- 3) À la suite de la chasse aux odeurs, une séance de langage (notamment au cycle 1) peut être menée pour faire travailler les élèves sur la mémorisation et l'expression de leurs ressentis.
- 4) Une séance d'arts plastiques peut être conduite pendant une chasse aux odeurs ou à la suite d'une chasse aux odeurs. Les consignes peuvent être variées : utilisation de matériaux spécifiques, ou de techniques spécifiques...
- 5) Un travail sur la constitution de graphiques à partir des résultats obtenus aux séances 2 et 3 peut être mené. L'analyse et la gestion de données peuvent être abordées par ce biais de même que les pourcentages dans le domaine des mathématiques. Des comparatifs pourront être envisagés avec d'autres classes de l'école ou grâce à un échange avec une autre école.
- 6) **La participation à La Minute internationale des odeurs** du 10 juin prochain, avec la réalisation d'un bristol par élève, par groupe d'élèves, par classe en fonction des affinités (*Annexe 7*).

Beaucoup de prolongements sont envisageables et de nombreux domaines d'enseignements peuvent ainsi être abordés. À vous de vous sentir à l'aise avec ce projet et de lui donner de l'ampleur selon vos envies au cours de l'année.



Fiche enseignant :

Pour en savoir plus

Des odeurs omniprésentes et un nez très efficace

Les molécules odorantes sont nombreuses dans la vie quotidienne, à la maison, en classe, dans la rue, dans la nature, etc. Souvent en quantité infime, elles sont cependant détectées par le nez qui s'avère, encore à l'heure actuelle, bien plus perspicace que la plupart des instruments de mesure.

Une odeur est générée par un mélange de molécules plus ou moins volatiles, plus ou moins persistantes. Pour résumer, le nez capture ces molécules et envoie de l'information au cerveau via les cellules olfactives situées en haut des fosses nasales.

La comparaison avec l'apprentissage des couleurs peut souvent être faite. En l'absence d'un langage commun partagé, la description d'une odeur est peu objective et commence souvent par « **Ça sent bon** », « **Ça sent mauvais** » ou « **Je n'aime pas** ». C'est ensuite la mémoire qui intervient pour rechercher la situation dans laquelle ce type d'odeur aurait déjà été perçue. La description relève alors d'une évocation personnelle : « *Ça me fait penser à l'odeur de l'hôpital* », « *C'est comme lorsque ma grand-mère cire ses meubles* », etc.

Les odeurs sont introduites dans la définition de la pollution de l'air avec les termes de « **nuisances olfactives excessives** ». Les odeurs sont couramment incriminées d'avoir des effets nocifs sur la santé d'autant plus si elles sont perçues comme désagréables ou en provenance d'une activité industrielle.

En premier lieu, il est nécessaire de connaître les molécules responsables de l'odeur et leurs toxicités. Une «odeur désagréable» n'est pas forcément synonyme d'un air toxique, et inversement l'absence d'odeurs désagréables ne signifie pas toujours que l'air est sain (comme la couleur rouge d'une baie ne renseigne en rien sur le fait d'être comestible ou non).

Au-delà de ces aspects de toxicité, les nuisances odorantes sont généralement placées dans le cadre de vie comme gêne, de la même façon que le bruit. Elles peuvent provoquer des symptômes somatiques et végétatifs bien réels (nausée, mal de tête, perte d'appétit...) et déclenchent aussi parfois du stress.

Une grande fatigabilité

Au cours des différentes séances proposés, on peut se rendre compte que pour caractériser les ressentis liés aux perceptions odorantes, nos mots, proviennent de ce que nous avons mémorisé au cours des occurrences où les odorants nous ont été présentés.

Ce travail sensoriel met donc à rude épreuve nos fonctions cognitives et émotionnelles qui sont très sollicitées pour nous permettre de caractériser nos perceptions. Il est donc important de penser à modérer les durées des séances pour qu'elles n'excèdent jamais les 45 min, notamment avec les plus jeunes. Souvent lorsque la fatigue apparaît, l'intérêt pour l'activité se relâche et c'est le signal pour y mettre fin.

Au niveau physiologique

Deux voies de perception des odeurs sont possibles :

- De façon **directe**, lorsque les molécules odorantes pénètrent par le nez. Elles sont décodées par des capteurs spécifiques situés sur des cils olfactifs. L'information est ensuite envoyée au cerveau. Elle peut aussi être appelée **voie orthonasale**.
- De façon **indirecte**, lorsqu'un aliment se trouve dans la bouche. En contact avec la langue, la chaleur de la bouche et l'effet de la mastication, l'aliment libère des molécules odorantes qui vont passer en arrière-gorge et monter dans les fosses nasales pour rejoindre les cils olfactifs. On retrouve cette perception sous le nom de **voie retronasale**.

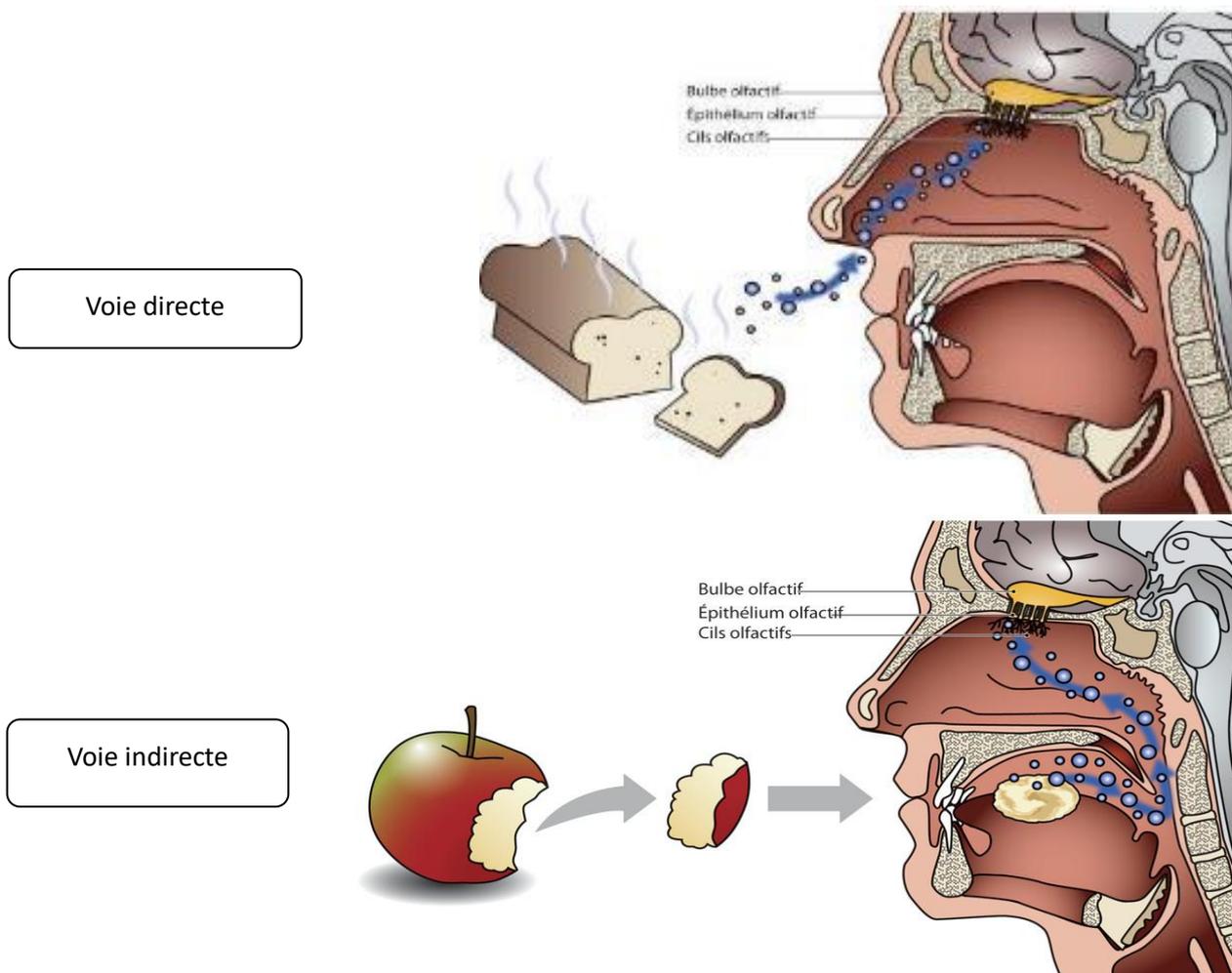


Illustration des deux voies de perception possibles pour les odeurs – Source : Suzanne Léger, Interscript Inc.

Expérimentation

Si vous souhaitez approfondir avec vos élèves ces deux notions, une rapide expérience peut être faite avec eux pour qu'ils prennent bien en considération cette liaison entre cavités buccales et nasales.

Ils en ont déjà conscience lorsqu'ils sont enrhumés, ou à la piscine lorsqu'ils « boivent la tasse ».

Vous pouvez leur présenter différents fruits en morceaux (voir avec le service de restauration de votre école ce qu'il est possible de mettre en place). Une seule sorte de fruit est suffisante. Cependant si certains sont réfractaires à certains aliments, avoir le choix peut permettre à tous de faire l'expérience :

- ❖ Prendre un petit morceau de fruit.
- ❖ Avec une main, boucher son nez.

- ❖ Ensuite avec les narines toujours fermées par la main, insérer le morceau de fruit dans sa bouche, fermer sa bouche et mâcher quelques secondes sans rien avaler.
- ❖ Puis relâcher les narines.

La conclusion de l'expérience : au départ, olfactivement ils ne ressentent absolument rien, juste les goûts (sucré, salé, acide, amer..) puis lorsqu'ils libèrent leur nez, la voie rétronasale se met en œuvre et les odorants parviennent jusqu'aux récepteurs olfactifs et la magie a lieu : la fraise redevient de la fraise !

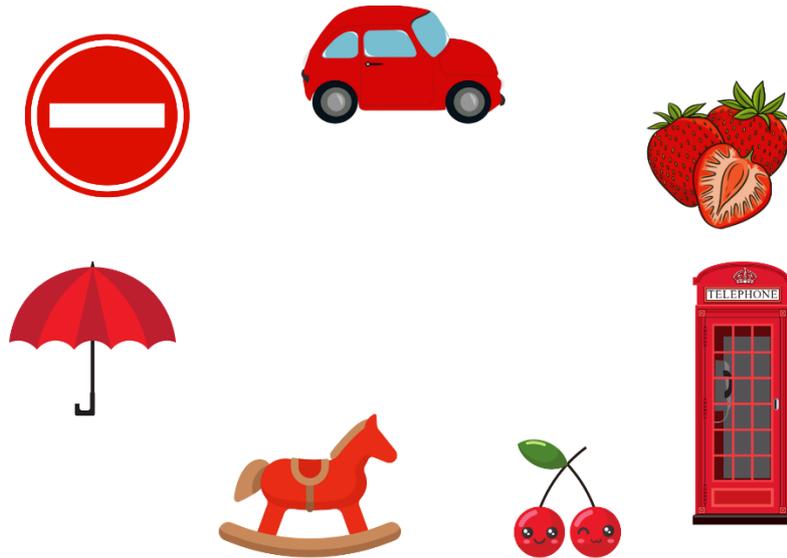
Le jeu peut être poussé et être réalisé avec les yeux fermés également pour essayer de reconnaître l'aliment choisi.

Le Langage des Nez ® : un référentiel pour caractériser les odeurs

Dès le plus jeune âge, il y a un apprentissage des couleurs grâce à une palette constituant un « référentiel ». Même si chacun perçoit le bleu du ciel en fonction de sa vue, chacun s'accordera à le décrire comme étant « bleu » (les jours ensoleillés). D'autres référentiels sont appris au cours de la vie, permettant de communiquer : les lettres de l'alphabet, une carte de France, le solfège, etc.

Cette première approche de l'olfaction qui vous est proposé ici a permis aux élèves d'apparier les odeurs par similarité (séance 3).

Aussi nous nous retrouvons dans ce cas de figure : lorsque le jeune enfant apprend les couleurs, il les apparie par similarité et rassemble tous les objets rouge ensemble par exemple.

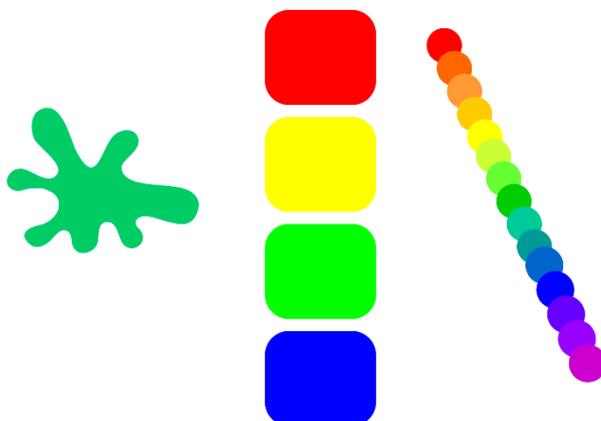


C'est le cas sur cette image : l'enfant a rassemblé tous les objets ayant une similarité : la couleur rouge, sans pour autant la nommer s'il ne la connaît pas encore.

Pour aller plus loin et réussir à communiquer avec les autres de manière simple et efficace, il est alors nécessaire de lui apprendre des éléments spécifiques de langage : le nom conventionnel des couleurs. Au début, on choisit un référentiel simple : bleu, rouge, jaune, vert. Et on demande à l'enfant de trouver la couleur la moins éloigné de celle de l'objet.

Puis au fur et à mesure que se construit son apprentissage de nouveaux référents seront introduits pour augmenter en précision : on verra alors apparaître le orange, le violet, le turquoise.

C'est ce qui est décrit par l'image ci-dessous :



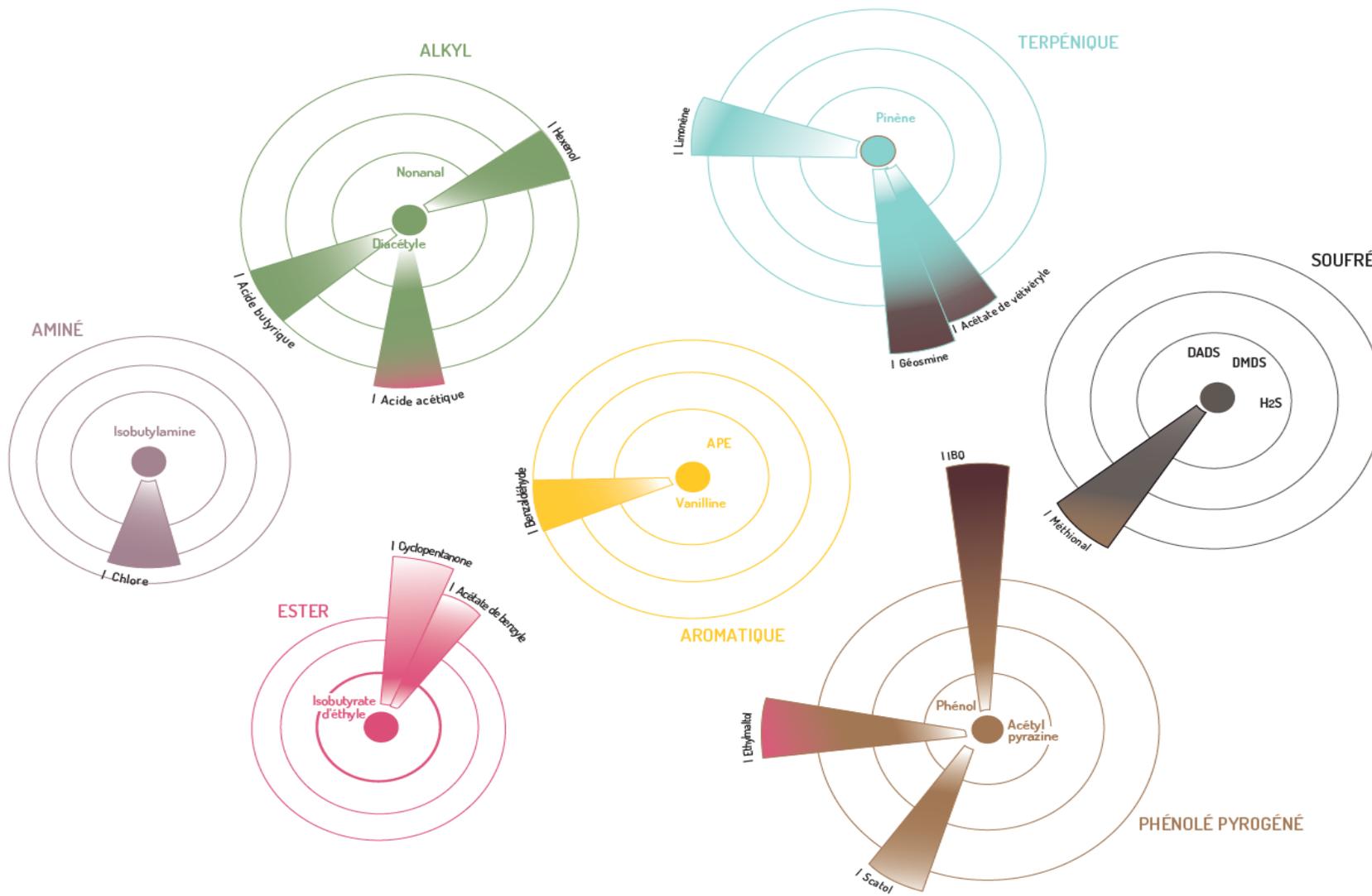
Ainsi de suite. Le référentiel s'étoffera petit à petit à mesure que l'enfant se l'appropriera, on pourra aller jusqu'aux faibles nuances : carmin, grenat, vermillon. Mots qui dans le langage commun seront compris de tous.

Il existe, de la même manière pour les odeurs, un référentiel développé par Atmo Normandie pour décrire tous types d'odeurs. Il s'agit du Langage des Nez[®] qui permet de travailler objectivement sur les nuisances olfactives (cf. image ci-après).

Un référentiel de base, ou « socle », est défini par 26 référents odorants positionnés dans un espace en trois dimensions, autour de « noyaux » aux caractéristiques odorantes marquées. Le socle du Langage des Nez[®] peut se compléter par des zooms adaptés à certaines activités.

Le principe est simple : une fois le référentiel mémorisé par les « nez », lors d'une perception la personne recherche dans le référentiel, le référent le moins éloigné de son ressenti et caractérise ainsi l'odorant.

Il est même possible d'aller plus loin, et en plus d'une qualification des odorants, les perceptions peuvent être également quantifiées pour les nez formés et entraînés.



Référentiel de base du Langage des Nez[®]
 Pour en savoir plus sur les odeurs :



Annexe 1

Compétences travaillées

► **Au cycle 1**

Explorer le monde du vivant, des objets et de la matière

Explorer la matière

- ❖ Appréhender les propriétés sensorielles de la matière.
- ❖ S'essayer au classement, à la désignation des matériaux, acquérir un vocabulaire adapté et approprié.

Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions

Oser entrer en communication

- ❖ Exprimer un avis, un ressenti.
- ❖ Produire un énoncé complet, cohérent.

Échanger et réfléchir avec les autres

- ❖ Travaux autour de l'évocation à partir des ressentis pour mobiliser le langage et se faire comprendre.
- ❖ Activités de description à partir d'objets sensoriels, pour permettre l'enrichissement du vocabulaire.

Comprendre et apprendre

- ❖ Relier des événements ressentis avec des explications, traiter de mots renvoyant aux ressentis sensoriels.

Agir, s'exprimer, comprendre à travers les activités artistiques

Vivre et exprimer des émotions formuler des choix

- ❖ Mettre des mots sur les émotions, sentiments et impressions.
- ❖ Comparer, différencier leur point de vue, émettre des questionnements.

Dessiner

- ❖ Dessiner et expérimenter différents outils en essayant d'exprimer ses ressentis.

► Au cycle 2

Découvrir le monde

S'approprier des outils et des méthodes

- ❖ Choisir ou utiliser le matériel adapté proposé pour mener une observation, effectuer une mesure.
- ❖ Réaliser une expérience.
- ❖ Manipuler avec soin.

Pratiquer des langages

- ❖ Communiquer en français, à l'oral et à l'écrit, en cultivant précision, syntaxe et richesse du vocabulaire.

Adopter un comportement éthique et responsable

- ❖ Développer un comportement responsable vis-à-vis de l'environnement et de la santé grâce à une attitude raisonnée fondée sur la connaissance.

Se situer dans l'espace et dans le temps

- ❖ Construire des repères spatiaux :
 - Se repérer, s'orienter et se situer dans un espace géographique.
 - Utiliser et produire des représentations de l'espace.
- ❖ Construire des repères temporels :
 - Ordonner des événements.
 - Mémoriser quelques repères chronologiques.

Pour aller plus loin au cycle 2 :

Comprendre qu'un espace est organisé

- ❖ Découvrir le quartier, le village, la ville : ses principaux espaces et ses principales fonctions.
- ❖ Des espaces très proches (école, parc, parcours régulier) puis proches et plus complexes (quartier, village, centre-ville, centre commercial), en construisant progressivement des légendes.
- ❖ Des organisations spatiales, à partir de photographies paysagères de terrain et aériennes ; à partir de documents cartographiques.

EMC

Se reconnaître comme individu et élève

- ❖ Comprendre ses émotions et ses sentiments : leur origine et leurs manifestations.

Respecter les autres

- ❖ Reconnaître et prendre en compte les émotions et les sentiments d'autrui.
- ❖ S'entraider et partager avec les autres.

Règles collectives et prise d'initiative

- ❖ Connaître et appliquer les règles élémentaires de vie, de communication et d'échange en collectivité : l'idée de civilité.
- ❖ Identifier les dangers au sein des situations dans lesquelles on se trouve.
- ❖ Prendre des initiatives (faire des choix, les justifier).

L'engagement pour le bien commun

- ❖ Savoir qu'il existe des institutions et des associations au service du bien commun.

Arts Plastiques

La représentation du monde

- ❖ Utiliser le dessin dans toute sa diversité comme moyen d'expression.

L'expression des émotions

- ❖ Exprimer sa sensibilité et son imagination en s'emparant des éléments du langage plastique.
- ❖ Exprimer sa sensibilité et ses émotions en confrontant sa perception à celles d'autres élèves.

La narration

- ❖ Réaliser des productions plastiques pour raconter témoigner.

► Au cycle 3

Sciences et technologie

Pratiquer des langages

- ❖ Rendre compte de ses activités en utilisant un vocabulaire précis et des formes langagières spécifiques des sciences et des techniques.
- ❖ Exploiter un document constitué de divers supports (texte, schéma, graphique, tableau, algorithme simple, carte heuristique).
- ❖ Utiliser différents modes de représentation (schéma, dessin, croquis, tableau, graphique, texte, etc.) et passer d'une représentation à une autre.
- ❖ Expliquer un phénomène à l'oral et à l'écrit.

Adopter un comportement éthique et responsable

- ❖ Relier des connaissances acquises en sciences et technologie à des questions de santé, de sécurité et d'environnement.

Se situer dans l'espace et dans le temps

- ❖ Maîtriser les notions d'échelles spatiale et temporelle et en citer quelques ordres de grandeur caractéristiques.
- ❖ Identifier comment se construit un savoir scientifique en lien avec un contexte historique, géographique, économique et culturel.

Écosystème : structure, fonctionnement et dynamique

- ❖ Caractériser les conséquences d'une action humaine sur un écosystème.

Conséquences des actions humaines sur l'environnement

- ❖ Mettre en évidence quelques répercussions positives et négatives des actions humaines sur l'environnement proche.

Pour aller plus loin au cycle 3 :

Ecrire

Recourir à l'écriture pour réfléchir et pour apprendre

- ❖ Écrits de travail pour formuler des impressions.

Langage oral

Partager et réguler des émotions, des sentiments dans des situations et à propos d'objets diversifiés

- ❖ Matériaux sensoriels.
- ❖ Diversité des expressions des sentiments et des émotions dans différents contextes sensoriels.
- ❖ Maîtrise des règles de la communication.

Mobiliser le vocabulaire adapté à leur expression.

- ❖ Connaissance et structuration du vocabulaire des sentiments et des émotions.

EMC

Libertés et droits fondamentaux

- ❖ Approfondir avec les droits dits « de troisième génération », qui résultent du droit de chacun de « vivre dans un environnement équilibré et respectueux de la santé » (art. 1er de la Charte de l'environnement).

Arts plastiques

La représentation plastique et les dispositifs de présentation

- ❖ La narration visuelle : les compositions plastiques, en deux et en trois dimensions, à des fins de récit ou de témoignage, l'organisation des images fixes et animées pour raconter.
- ❖ La prise en compte du spectateur, de l'effet recherché : découverte des modalités de présentation afin de permettre la réception d'une production plastique ou d'une œuvre (accrochage, mise en espace, mise en scène, frontalité, circulation, parcours, participation ou passivité du spectateur...).

► Au cycle 4

SVT

Le corps humain et la santé

- ❖ Expliquer quelques processus biologiques impliqués dans le fonctionnement de l'organisme humain, explicitation du système sensoriel olfactif.
- ❖ Relier la connaissance de ces processus biologiques aux enjeux liés aux comportements responsables individuels et collectifs en matière de santé.

Physique Chimie

Décrire la constitution et les états de la matière

- ❖ Caractériser les différents états de la matière (solide, liquide et gaz).
- ❖ Concevoir et réaliser des expériences pour caractériser des mélanges.
- ❖ Composition de l'air.

Pour aller plus loin au cycle 4 :

Langage oral

Exprimer ses sensations, ses sentiments, formuler un avis personnel à propos d'une œuvre ou d'une situation en visant à faire partager son point de vue

- ❖ Emploi d'un vocabulaire précis et étendu.

Participer de façon constructive à des échanges oraux

- ❖ Interagir avec autrui dans un échange, une conversation, une situation de recherche.
- Connaissance des codes de la conversation en situation publique, des usages de la politesse.
- ❖ Participer à un débat, exprimer une opinion argumentée et prendre en compte son interlocuteur.
- Connaissance de techniques argumentatives.

Écriture

Pratiquer l'écriture d'invention

- ❖ Connaissance des caractéristiques des genres littéraires pour composer des écrits créatifs, en intégrant éventuellement différents supports.

Arts plastiques

Expérimenter, produire, créer

- ❖ Choisir, mobiliser et adapter des langages et des moyens plastiques variés en fonction de leurs effets dans une intention artistique en restant attentif à l'inattendu.

Mettre en œuvre un projet

- ❖ Mener à terme une production individuelle dans le cadre d'un projet accompagné par le professeur.

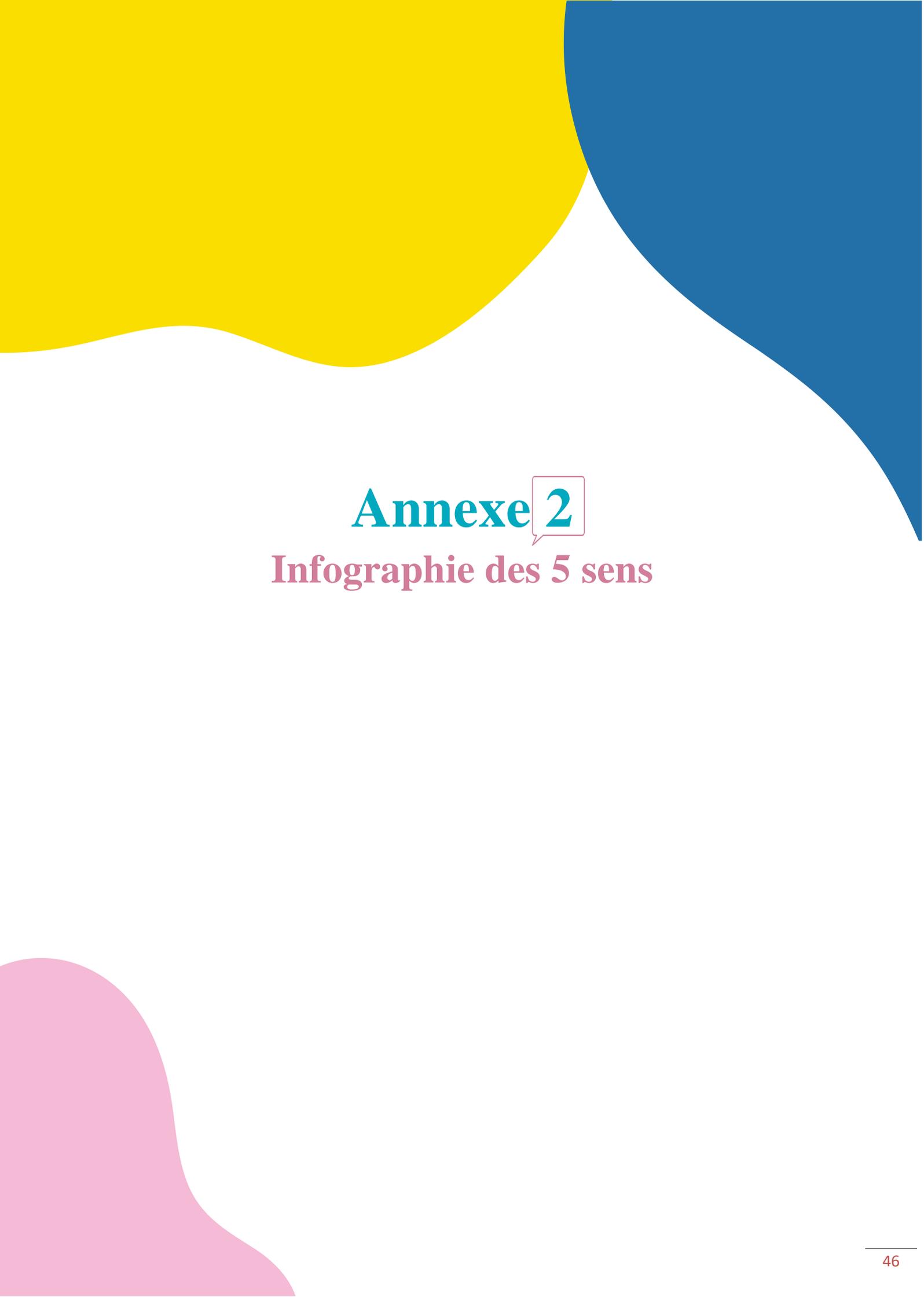
S'exprimer, analyser sa pratique, celle de ses pairs ; établir une relation avec celle des artistes, s'ouvrir à l'altérité

- ❖ Dire avec un vocabulaire approprié ce que l'on fait, ressent, imagine, observe, analyse ; s'exprimer pour soutenir des intentions artistiques ou une interprétation d'œuvre.

EMC

La solidarité et ses échelles

- ❖ Les risques environnementaux (pollutions, incendies, catastrophes naturelles liées ou non au changement climatique) nécessitent la mobilisation de moyens à toutes les échelles, pour la prévention, la mise en sécurité des personnes, l'aide aux victimes et la reconstruction (loi du 13 août 2004).



Annexe 2

Infographie des 5 sens

LES 5 SENS



Le toucher



La vue



Le goût



L'odorat



L'ouïe

Annexe **3**

Fiche élève :

Rendre compte de ses olfactions

Rendre compte de ses olfactions

Il s'agit ici de noter l'ensemble de tes ressentis pour l'activité.

Coche les cases qui correspondent à ton ressenti, complète avec les mots de ton choix

Numéro du pot	Sensibilité	Appréciation	Intensité	Ressenti	Contenu du pot
	<input type="checkbox"/> je sens <input type="checkbox"/> je ne sens pas	<input type="checkbox"/> j'aime <input type="checkbox"/> je n'aime pas	<input type="checkbox"/> c'est fort <input type="checkbox"/> c'est faible		
	<input type="checkbox"/> je sens <input type="checkbox"/> je ne sens pas	<input type="checkbox"/> j'aime <input type="checkbox"/> je n'aime pas	<input type="checkbox"/> c'est fort <input type="checkbox"/> c'est faible		
	<input type="checkbox"/> je sens <input type="checkbox"/> je ne sens pas	<input type="checkbox"/> j'aime <input type="checkbox"/> je n'aime pas	<input type="checkbox"/> c'est fort <input type="checkbox"/> c'est faible		
	<input type="checkbox"/> je sens <input type="checkbox"/> je ne sens pas	<input type="checkbox"/> j'aime <input type="checkbox"/> je n'aime pas	<input type="checkbox"/> c'est fort <input type="checkbox"/> c'est faible		
	<input type="checkbox"/> je sens <input type="checkbox"/> je ne sens pas	<input type="checkbox"/> j'aime <input type="checkbox"/> je n'aime pas	<input type="checkbox"/> c'est fort <input type="checkbox"/> c'est faible		
	<input type="checkbox"/> je sens <input type="checkbox"/> je ne sens pas	<input type="checkbox"/> j'aime <input type="checkbox"/> je n'aime pas	<input type="checkbox"/> c'est fort <input type="checkbox"/> c'est faible		
	<input type="checkbox"/> je sens <input type="checkbox"/> je ne sens pas	<input type="checkbox"/> j'aime <input type="checkbox"/> je n'aime pas	<input type="checkbox"/> c'est fort <input type="checkbox"/> c'est faible		

Annexe 4

Fiche enseignant :

Collecte des informations issues des olfactions

Collecte des informations issues des olfactions :

Sensibilité

Inscrire le nombre d'élèves pour chaque critère

Pot	Je sens	Je ne sens pas

Appréciation

Inscrire le nombre d'élèves pour chaque critère

Pot	J'aime	Je n'aime pas

Ressenti

Un nuage de mots peut être réalisé au tableau pour montrer la variabilité des ressentis

Intensité

Inscrire le nombre d'élèves pour chaque critère

Pot	C'est fort	C'est faible

Annexe 5

Fiche élève :

La chasse aux odeurs

La chasse aux odeurs

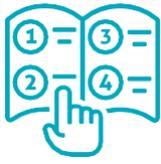
Il s'agit ici de noter l'ensemble de tes ressentis pour l'activité.

Lieu de l'olfaction	Sensibilité	Appréciation	Intensité	Description
	<input type="checkbox"/> je sens <input type="checkbox"/> je ne sens pas	<input type="checkbox"/> j'aime <input type="checkbox"/> je n'aime pas	<input type="checkbox"/> c'est fort <input type="checkbox"/> c'est faible	
	<input type="checkbox"/> je sens <input type="checkbox"/> je ne sens pas	<input type="checkbox"/> j'aime <input type="checkbox"/> je n'aime pas	<input type="checkbox"/> c'est fort <input type="checkbox"/> c'est faible	
	<input type="checkbox"/> je sens <input type="checkbox"/> je ne sens pas	<input type="checkbox"/> j'aime <input type="checkbox"/> je n'aime pas	<input type="checkbox"/> c'est fort <input type="checkbox"/> c'est faible	

Annexe 6

Fiche élève :

Les consignes pour bien sentir



Les consignes pour bien sentir



Je ne me parfume pas.



Je ne mange pas de chewing-gum.



Je ne mange rien pendant que je sens.



Je ne bois rien pendant que je sens.



Je ne grimace pas lorsque je sens.



J'ai mangé il y a plus d'une heure.



Je garde mes émotions pour moi.



Je suis calme et ne discute pas avec mes camarades lorsqu'ils sentent.



Je peux boire un peu d'eau entre chaque olfaction.



La séance ne doit pas excéder 45 min, de préférence 1 h après un repas et le matin pour faciliter la concentration.



Tout le monde a raison dans ses olfactions, je suis bienveillant envers les ressentis de mes camarades.

Annexe 7

Protocole de La Minute internationale des odeurs

LA MINUTE INTERNATIONALE DES ODEURS

10 JUIN 2025

10:06

Respirez, ressentez, écrivez



Une **EXPÉRIENCE SENSORIELLE ET POÉTIQUE**
Ouverte à tous, partout dans le monde. Sur une idée de l'écrivain Mathieu Simonet

Le PROTOCOLE

IL EST TRÈS SIMPLE ET NE DURE QU'UNE POIGNÉE DE MINUTES

1. Le 10 juin prochain, **prévoyez d'être dehors à 10h06** pour commencer l'expérience.
2. **Marchez doucement**, en vous concentrant sur votre respiration. Restez silencieux.
3. **Arrêtez-vous dès que votre nez perçoit une odeur.** Peu importe cette odeur. Elle peut être agréable ou non, intense ou discrète, permanente ou éphémère.
4. Fermez les yeux. Essayez de ne penser à rien. **Concentrez-vous sur l'odeur** et uniquement sur elle. Essayez de la mémoriser et de mettre des mots pour la décrire.
5. Puis, prenez votre stylo ! **Sur un carton bristol blanc (format 10x15cm), racontez cette odeur** avec vos mots : sensations, évocations, émotions, adjectifs, souvenirs... Vous êtes totalement libre de la décrire comme vous le souhaitez : en français ou dans une autre langue, en quelques mots ou en quelques phrases.
6. Au dos du carton bristol, mentionnez votre prénom et votre âge ainsi que l'adresse (même approximative) du lieu d'observation. Si vous souhaitez être informé des actions de La Minute internationale des odeurs, laissez-nous vos coordonnées.
7. **Envoyez votre texte au plus tôt**, avant le 17 juin si possible, à l'adresse suivante :
Atmo Normandie, 3 place de la Pomme d'Or, 76000 Rouen, France.

DE 7 À 107 ANS : OUVERTE À TOUS, PARTOUT DANS LE MONDE !

PRÉCISIONS POUR UN GROUPE OU UNE CLASSE

L'EXPÉRIENCE PRÉPARATION

1. Décider en amont du lieu d'observation olfactive et du périmètre à ne pas dépasser (par exemple la cour de l'établissement ou un parc à proximité).
2. Ce périmètre « d'exploration odorante » devra être suffisamment grand pour permettre à chacun de vivre son expérience sensorielle sans être perturbé par un voisin trop proche et suffisamment limité pour que les encadrants puissent surveiller les participants, surtout s'il s'agit d'enfants.
3. Insister sur le fait que l'expérience doit être menée en solo, à quelques mètres les uns des autres et en silence : il ne faut pas s'influencer, ni perturber la concentration nécessaire à chacun pour bien mener l'expérience.
4. Prendre le temps d'expliquer ce protocole au groupe avant de sortir. S'assurer que chacun l'ait bien compris. Indiquer qu'il s'agit à la fois d'une expérience scientifique et artistique.

5. S'il s'agit d'un groupe d'enfants, il est possible de leur présenter la « minute » comme une saynète de théâtre : un rôle à jouer seul, en restant à distance de leurs camarades, en marchant calmement, etc. Mettre les enfants en confiance, préciser qu'il n'y a pas de notation, ni de bonne ou de mauvaise réponse. Les bostols comportant des fautes d'orthographe ne seront évidemment pas pénalisés.
6. Distribuer les cartons bostols avant de sortir. Chacun doit se munir d'un stylo, et si possible d'un support pour faciliter l'écriture à l'extérieur. Sans oublier de se vêtir en fonction de la météo.
7. Prévoir suffisamment de temps avant de sortir de la salle pour se rendre avec le groupe sur le lieu de l'observation afin de pouvoir réellement débiter l'expérience à 10h06.

Vous êtes enseignant ou animateur ? Vous pouvez télécharger notre guide : *Introduction à l'olfaction*



DÉROULÉ

1. Un signal sonore (cloche, sifflet, musique à partir d'un téléphone portable, etc.) peut être utilisé pour démarrer l'expérience, rendant le moment plus solennel et bien cadré avec un début à 10h06.
2. L'expérience ne doit pas durer trop longtemps. Il est proposé de l'arrêter à 10h15, par un second signal sonore par exemple.
3. Si certains élèves n'ont rien senti, il faut qu'ils l'indiquent sur leur carton bostol, par exemple avec la mention « Néant ». Valoriser ces participants en leur rappelant que, pour les scientifiques, un résultat égal à zéro est un résultat de l'expérience. Il est donc important de le prendre en compte.
4. Pour renforcer l'expérience collective, il est possible de proposer au groupe de se rassembler pour une lecture à haute voix. Chacun peut lire son propre texte ou celui d'une autre personne. Emotion garantie !
5. Les enseignants sont aussi invités, s'ils le souhaitent, à participer à l'expérience non seulement sur un carton bostol blanc mais aussi en consignant leurs observations de l'expérience globale sur un carton bostol de couleur (ils pourront y indiquer par exemple comment s'est déroulé cet atelier, comment il a été vécu par le groupe, etc.).

Plus d'informations sur atmonormandie.fr et sur



Contactez-nous sur mio@atmonormandie.fr ou au **+33 2 35 07 94 30**

Avec la collaboration de



Annexe 8

Ressources supplémentaires



Atmo Normandie

Association agréée de surveillance de la qualité de l'air (AASQA) en Normandie : <https://www.atmonormandie.fr/>



- ***Vidéo de présentation de La Minute internationale des odeurs***

<https://podeduc.apps.education.fr/video/39790-la-minute-internationale-des-odeursmp4/>

<https://www.atmonormandie.fr/publications/protocole-de-la-minute-internationale-des-odeurs-2025>

Présentation de La Minute internationale des odeurs

<https://www.atmonormandie.fr/article/la-minute-internationale-des-odeurs-2025>

Anosmie.org



Association pour permettre aux personnes touchées par les troubles de l'odorat de trouver un relais, un point d'appui mais aussi un espace d'écoute et d'échanges

ÊTRE NEZ SANS ODORAT

Décryptage de l'anosmie congénitale



Association ANOSMIE.ORG
Préface de Thomas Hummel

Livre : Être NEZ sans odorat

Anosmie.org

Ce livre a pour ambition de sensibiliser le grand public à l'anosmie de naissance (c'est-à-dire de l'absence du sens de l'odorat dès la naissance) et à ses conséquences majeures sur la vie des personnes concernées.

Comment se construit-on dans un monde fait d'odeurs quand on naît sans odorat ? Comment s'y adapte-t-on ? Comment vivre avec (ou plutôt sans) ? Comment l'anosmie congénitale impacte-t-elle la relation à soi et à l'autre ? Nous met-elle en danger ? Peut-on avoir une vie « normale » quand on est né « sans nez » ? Que peuvent faire les parents pour aider et accompagner leur enfant anosmique de naissance ?

POURQUOI CE GUIDE ?

Ce guide pédagogique accompagne les enseignants et animateurs dans la découverte de l'odorat avec des groupes d'enfants. Il propose un parcours sensoriel structuré, comprenant des activités pratiques et des exercices de perception olfactive. Conçu pour être accessible à tous, il s'inscrit dans le cadre de La Minute internationale des odeurs et vise à sensibiliser les élèves à l'importance de l'odorat, ce sens souvent négligé.

Plus d'informations sur atmonormandie.fr et sur



Contact : communication-formation@atmonormandie.fr et **+33 2 35 07 94 30**

Atmo Normandie a obtenu l'agrément académique des associations éducatives complémentaires de l'enseignement public.