

## FICHE OUTIL

### L'hiver



#### Réflexion

Les basses températures et la durée plus courte du jour ont endormi les jardins et les arbres caducs, à l'exception des persistants. Ce repos apparent est un moyen de résister aux froids hivernaux.

Contrairement à la partie aérienne, les racines des arbres ne semblent pas passer par une période de dormance hivernal. Dès la chute des feuilles, les réserves d'amidon stockées pendant l'été dans le bois et l'écorce sont progressivement transformées en sucres solubles, qui ont une fonction d'antigel. La plupart des feuilles des arbres caducs sont tombées sur le sol. On profite de la période de dormance de l'arbre pour le tailler si nécessaire. La taille évite qu'il ne se développe trop et permet d'éliminer des branches qui menacent de tomber. Cette opération se pratique quand il ne gèle pas, en taillant du haut de l'arbre vers le bas.

Pour survivre à l'hiver, certains animaux ont développé des adaptations comportementales et morphologiques pour l'hivernage, tel que la migration, l'hibernation, changement de couleur, développement d'un pelage plus épais, etc...



#### À vous de jouer !

- Quelles sont les domaines de votre vie que vous souhaiteriez tailler ?
- Que souhaiteriez-vous enlever dans votre vie personnelle et professionnelle (une activité, une émotion, un comportement...) ?
- Quelles sont les activités qui vous enracinent ?
- Comment pouvez-vous vous reconnecter à votre identité, votre histoire ?
- Réalisez votre « Not to do list. »
- Quelles sont vos stratégies pour faire face à vos hivers ? La migration ? L'hibernation ? Autres ?