



Fiche d'animation

Photolangage

Accès digne et durable pour une alimentation de qualité

Thème : Si tout était possible, comment serait votre alimentation idéale ? votre alimentation rêvée ?

OBJECTIF(S)

- 1c. FAIRE CONNAISSANCE : approfondir
- 2b. LE CADRE POUR : favoriser l'expression
- 3d. REFLECHIR ENSEMBLE : faire émerger les idées



TAILLE DU GROUPE
3 - 6 personnes



DUREE DE L'ANIMATION
Entre 40 et 50 minutes selon la taille du groupe



VIGILANCE
Attention à ce que des jugements ne soient pas portés sur les choix des uns et des autres. La curiosité est acceptée et encouragée par ailleurs !

MATERIEL : Un set d'images par participant (Vous les trouverez à la fin de cette fiche d'animation), des stylos, des feutres, de la colle, autant de feuilles A3 que de participants, éventuellement des ciseaux et de la patafix.

! Attention : Il faut prévoir le temps de découpage des images en amont, qui peut prendre du temps !

DEROULEMENT

- 1) L'animateur présente le thème de l'atelier « *Si tout était possible, comment serait*

vosre alimentation idéale ? Quelle serait vosre alimentation rêvée ? ». Il présente les règles qui sont de choisir les images qui répondent à cette question et de laisser de côté celles qui ne leur évoquent rien.

Il faut aussi rappeler qu'il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse et qu'il s'agit de faire les choix qui comptent pour soi (*2 minutes*)

- 2) L'animateur présente les images déjà choisies (présentes en fin de fiche) par catégories. Il ne s'agit pas de prendre les images « au pied de la lettre », mais plutôt de présenter globalement l'esprit des images. L'idée est que les personnes visualisent les sous thèmes tout en s'autorisant une part de spontanéité. (*2 minutes*)

Pour vous aider, voici les 5 catégories d'images que vous pouvez présenter aux participants :

- L'aide alimentaire (les conserves, le supermarché, les bénévoles qui distribuent de la nourriture, les chèques services)
- Cuisiner et/ou manger ensemble (Cuisiner pour une occasion festive comme un anniversaire, les ateliers de cuisine collective, les repas partagés, les recettes, la cuisine entre parents et enfants)
- Les produits plaisirs et/ou liée à la culture culinaire propre à chacun (viande halal, le tiep, le tajine, l'attiéké, la quiche lorraine, la pizza)
- Les groupes d'aliments (les protéines, les produits laitiers, les féculents, les produits végétaux dits « exotiques », les légumes dans un panier et dans le potager)
- Les activités collectives autour de la ferme et du potager (Visiter la ferme et cultiver les légumes avec les enfants ; cueillir ses légumes soi-même/en famille)

- 3) L'animateur distribue les images et invite les personnes à prendre un temps de réflexion de 15 minutes pour choisir les images. Il invite aussi les personnes à coller les images sur une feuille A3, et à créer des liens entre les images ou dessiner si elles le souhaitent. Il ne faut pas hésiter à être créatif ! (*15 minutes maxi*)

! L'animateur demande aux participants d'écrire au dos de la feuille leur prénom, nom et le lieu.

- 4) Chaque participant, s'il se sent à l'aise, présente sa création aux autres et explicite ses choix. Il peut l'accrocher au mur pour plus de praticité. Les autres participants peuvent demander des éléments d'éclaircissement. Si l'animateur le souhaite, il peut prendre des notes de ce qui lui semble bon et coller ses notes au dos de l'affiche concernée pour trace. (*3 minutes par personne maxi, éclaircissement compris – Si 6 participants > 18 minutes maxi. Certaines personnes sont plus bavardes que d'autres. Il faut jongler entre laisser le temps de parole suffisant et ne pas ennuyer les autres avec un temps de présentation trop fastidieux !*)

- 5) Quand toutes les affiches sont accrochées au mur pour que tout le monde puisse les voir, l'animateur peut demander aux participants (tout en étant vigilant à ce que chacun soit bienveillant et respectueux). (*5 minutes maxi*) :

- Si certains choix des autres les ont surpris. Quelque soit la réponse, pourquoi.

- S'ils se retrouvent dans les choix des autres. Quelque soit la réponse, pourquoi
- Si cela leur a donné envie d'ajouter d'autres images à leur propre production et pourquoi.

Si l'animateur le souhaite, il peut prendre des notes de ce que bon lui semble.

- 6) Pour conclure l'animation, l'animateur demande au groupe de retenir 3 mots-clefs, qui illustrent l'essentiel à retenir des échanges au sujet de leur alimentation rêvée. L'animateur note les 3 mots au dos de l'une des affiches A3 pour trace. (**3 minutes maxi**)

Informations complémentaires/utiles à l'animation de l'atelier :

Des photos de certaines catégories (Cuisiner et/ou manger ensemble et les activités collectives autour de la ferme et du potager) sont extraites d'actions menées au Secours Catholique :

- Le repas partagé de l'équipe de Voisins-le-Bretonneux dans la délégation des Yvelines.



- L'atelier cuisine à l'épicerie solidaire de Vélizy entre une équipe du Secours Catholique de la délégation des Yvelines et une AMAP



- L'atelier cuisine à Clichy de la délégation de Seine Saint Denis : Chaque lundi après-midi, depuis 2013, à Clichy, le Secours Catholique propose un atelier cuisine aux femmes qu'il accompagne. La plupart vivent à l'hôtel et viennent pour le plaisir de se retrouver, de quitter leur chambre et d'apprendre de nouvelles recettes.



- La cueillette des abricots dans la délégation du Gard, avec la bénévole Evelyne



- Les récoltes de légumes et les ateliers potagers avec les enfants dans la cité Caritas de Bethléém à Souzy-La-Briche dans l'Essonne.

