Partage et convivialité autour de la table



Description

Les participants à l'animation sont invités à échanger sur le thème de la convivialité et du partage lors des repas.



Objectifs

L'objectif de cette animation est de permettre aux participants de découvrir que l'alimentation en général et le repas en particulier ne consistent pas uniquement à se nourrir mais aussi fait intervenir de multiples enjeux et dimensions.

Outils de référence

L'animation est développée sur base d'outils de Question Santé:

en priorité

- Que sont nos repas (de famille) devenus ? (2018)
- Surpoids et obésité : quand prévention rime avec discrimination (2013)
- Partage et convivialité autour de la table (2010)
- Se nourrir, acte individuel ou communautaire ? (2008)

secondairement

- Manger Veggie Ha ha ha ! (2016)
- Viande, quelles alternatives mettre dans nos assiettes ? (2014)
- La viande, mauvaise pour la planète ? (2014)
- Alimentation. Qu'est-ce quon nous fait avaler? (2012)
- Pourquoi devient-on bio ? (2010)

Intérêt

Cette animation est une animation positive et est susceptible de renforcer la bienveillance et la cohésion d'un groupe, notamment lors de sa création.

Résultats attendus

Ce thème permet généralement aux participants d'exprimer leurs représentations du repas et d'échanger à ce sujet. Le thème du « meilleur repas » permet également de s'interroger sur des enjeux tels que la culture, la transmission, le volet écologique, voire politique des choix en matière d'alimentation. D'autres préoccupations en rapport avec les intérêts des participants, comme la question du coût, l'alimentation bio, les repas familiaux et leur singularité, le plaisir du partage...

Public



Tous publics.... Cette animation est praticable dans des groupes hétérogènes, également au niveau de la connaissance du français écrit.

Idéalement de 8 à 15 personnes. Le nombre de participants va influencer la durée (voir déroulement).

Organisation

Tables, feuilles A3 ou assimilé, crayons, pastel et marqueurs.

De 1h30 à 2 heures. Cette durée peut varier selon le nombre de participants et avec l'intérêt du groupe.



Préparation

Bonne connaissance des enjeux.

Question Santé a publié quelques outils sur les thèmes liés à l'alimentation et ses enjeux : voir liste outils de références.

Déroulement

Introduction (de 5 à 10 min)

L'animateur accueille les participants. Il peut, lors d'un premier contact, décrire la démarche, le projet. Il distribue le matériel de dessin.

L'animateur délivre alors la consigne : il propose aux participants de dessiner « leur meilleur repas ». La consigne est volontairement large. Le travail de dessin est individuel. Néanmoins, il peut être utile de préciser qu'il peut s'agir du meilleur repas parce que c'est ce que l'on mange avec le plus de plaisir, ou d'un repas particulier, dans un temps et un espace bien définis.

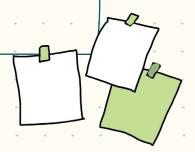
Phase 1: le partage des « assiettes » (variable en fonction des participants) Les participants sont alors invités à partager individuellement leur dessin, en exposant voire en expliquant ce qu'ils ont dessiné. L'organisateur pose des questions pour aider à faire surgir les éléments saillants et aider à la perception des enjeux. Il facilite les interactions.

Phase 2: synthèse et discussions (10 min)

L'animateur aide le groupe à formuler une synthèse du contenu des dessins. Il résume les enjeux exposés mais fait aussi référence aux enjeux qui n'ont pas été cités

Phase 3: conclusion (5 min)

Le groupe co-construit une conclusion avec l'aide de l'animateur.



Notre expérience d'animateur

Le moment de la consigne est important. Trop dire va impliquer une perte de richesse des contenus (les mêmes dessins, les mêmes représentations, les mêmes enjeux). L'idéal est de limiter les échanges oraux au moment de la consigne.

Devoir dessiner peut être difficile voire stressant pour les participants. Il est utile de préciser que la qualité du dessin est secondaire et que c'est le contenu, l'idée qui priment et seront « valorisées ».

Exemples d'utilisation

Cette animation est positive et fédératrice (voir supra).

Elle est donc indiquée pour un début de formation, une rencontre, une première animation dans un cycle, un « brise-glace », plus spécifiquement autour des questions de l'alimentation.

Elle est également recommandée dans des groupes hétérogènes, car elle induit une certaine horizontalité, évitant les postures de type « professoral ».

Elle peut être proposée avec succès dans des groupes à faible compétences en français écrit.



Réalisation : Eric Yvergneaux - Service Education permanente - Question Santé asbl

72 rue du Viaduc - 1050 Bruxelles - 02/512 41 74 www.questionsante.org/education-permanente Avec le soutien la Fédération Wallonie-Bruxelles