MÉTHODE

Échanger et débattre sur les choix de consommation alimentaire

Visée Analyser, questionner (une situation, un sujet...).

Choisir un aliment pour soi-même ou à partager dépend de priorités diverses : disponibilité, prix, temps de préparation, saisonnalité, origine, qualité nutritionnelle, effets sur l'environnement, etc. Ces motivations ne sont pas forcément conscientes et celles des autres peuvent parfois sembler bien étonnantes...

Objectifs

- Réfléchir sur ses propres **choix de consommation**
- Appréhender la **diversité des motivations** et choix de consommation des autres individus
- Illustrer la **complexité des raisons** menant aux choix de consommation et aux représentations des individus

Matériel nécessaire

- Nappe blanche en guise de tableau géant
- Feutres de couleur
- Scotch / punaises
- Ciseaux

Description

PRÉPARATION

> Profiter d'un temps de **repas «partagé»** pour interroger et faire réfléchir les participants aux raisons qui ont motivé leur façon de choisir des aliments à apporter.

Sur une grande feuille ou un tableau, accessible et visible de tous, noter au centre un mot clé, une expression ou une question. Dans le cas présent : « *J'vous ai apporté cet aliment à partager car* »

Répartir des chaises devant le tableau, permettant à chaque participant de se lever et de circuler facilement pour aller écrire au tableau.

ANIMATION

L'animation se déroule ensuite en **6 temps** - **les consignes étant énumérées au fur et à mesure** de l'avancée de l'animation.

CONSIGNES SYSTÉMATIQUES (ÉTAPES 1, 2 ET 3) :

> Un seul mot par déplacement puis chaque participant retourne à sa place.
> Un participant peut venir plusieurs fois noter un nouveau mot.
> Un mot déjà inscrit ne peut être ré-écrit.
> Laisser quelques minutes pour que chaque participant puisse noter tout ce qu'il souhaite. A adapter à la taille et au dynamisme du groupe.

1. **Demander aux participants de venir noter**, à tour de rôle (ou par deux ou trois), sans (trop) échanger, **un mot** (ou une très courte expression) évoqué par le sujet

Mise à jour de cette page : 29/01/2026

La durée
- ½h à 1h30

Le public
- Tout public lecteur

Programmes scolaires associés
- Tous niveaux Langues vivantes
- Cycle 3
- Cycle 4
- 2nde : PSE ; Ens. d'expl.
- 1ère : SVT ; SES

Source

Cette fiche est issue du webdocument « *OSER!* » et réalisée à partir de la fiche « J'vous ai apporté des bonbons » .

Auteur (s) GRAINE Occitanie *34000 Montpellier* Réseau d'acteur GRSE Occitanie

Rectorat de Montpellier *34064 MONTPELLIER*

central.

L'animateur peut choisir de participer au pas pour dynamiser ou réguler la participation du groupe, recentrer ou ouvrir sur les objectifs éducatifs poursuivis, etc.

2. **Demander aux participants**, à tour de rôle (ou par deux ou trois), **de venir souligner le mot** qu'ils auraient bien voulu écrire eux-mêmes, celui avec lequel ils sont le plus d'accord (écrit par eux-mêmes ou déjà écrit par un autre participant). Un mot peut être souligné plusieurs fois. Chaque participant peut (et doit) se déplacer plusieurs fois s'il veut souligner plusieurs mots.

Là aussi l'animateur peut choisir, ou non, de participer en soulignant certains mots.

3. **Demander aux participants**, à tour de rôle (ou par deux ou trois), toujours avec les mêmes consignes, **de venir barrer le mot** qui les gêne ou qui les interroge. Un mot peut être barré plusieurs fois. Plusieurs déplacements possibles.

4. **Demander aux participants** qui le souhaitent **de poser quelques questions** de précision ou de compréhension sur un mot, une idée inscrite sur le tableau et qui lui a posé question. Demander à l'auteur du mot ou de l'expression concerné d'expliquer son choix aux participants de la façon la plus factuelle possible. Il n'est pas encore temps lors de cette étape d'entrer dans le débat.

5. **L'animateur prend un temps sur les mots qui font débat au sein du groupe**, c'est-à-dire ceux qui ont été à la fois soulignés et barrés, ou d'autres qui ressortiraient pendant l'échange de l'étape 4.

Les mots les plus consensuels au sein du groupe sont ceux soulignés plusieurs fois mais pas barrés. Les mots les moins consensuels, les plus disensuels donc et qui font débat, sont ceux à la fois barrés et soulignés, une à plusieurs fois.

6. **Regrouper les mots en grands thèmes à explorer** (« patatoïdes » auxquels on donnera un nom), en grandes questions à résoudre, en grandes idées à retenir…

Lancer le débat sur une ou plusieurs questions soulevées par les choix des participants et par leurs dissensions :

Est-il toujours possible de choisir ses aliments ? Existe-t-il un aliment parfait pour la santé et l'environnement ?

Activités complémentaires

> Apporter des éléments de compréhension sur le sujet (conférences, présentations de ressources documentaires, etc.).
> Réaliser l'activité en dehors d'un repas partagé, comme recueil de représentations et support de réflexion et de débat.

Bibliographie / sitographie

- BARTHELEMEY Lucette, BINSFELD Christine, MOISETTE Annie, Alimentation à tout prix : guide de formation et d'intervention, INPES, 2005, 264 p.