MÉTHODE

Ecouter le vivant

Cette séance, la troisième du parcours pédagogique Génération Air Pur, prend la forme d'un jeu de rôle où chaque jeune est amené à se vivre en tant que personnage non humain pour en défendre sa cause et élaborer un manifeste pour explorer les liens entre qualité de l'air avec le vivant. Elle permet de changer de regard, de développer l'empathie envers les non humains et de donner envie d'agir en faveur du vivant en prenant davantage conscience des interdépendances.

Mise à jour de cette page :
08/10/2026

Le public
A partir de 12 ans

Les effectifs minimum et maximum
Entre 5 et 20 personnes

La durée
2h15 à 2h30

Annexe
Masque à découper

Auteur (s) **Pôle ESE** *69002 LYON* Réseau d'acteur

Osm'Ose *26400 AOUSTE SUR SYE* Acteur de terrain *Professeure de Yoga* Référents ESE ARA

Objectifs

- Changer de regard et développer l'empathie pour les non-humains
- Prendre en considération la place et le rôle des non humains au sujet de la qualité de l'air
- Donner envie de défendre le Vivant en construisant une parole collective destinée à être prise en compte par des décideurs potentiels

Matériel nécessaire

- Magazines avec photos et peu de publicité
- Bâtons de colles (1 pour 2 minimum)
- Paires de ciseaux (1 pour 2 minimum)
- Pastels gras, feutres
- Ficelles ou élastiques pour accrocher le masque
- Masque découpé dans du papier carton (annexe)
- 1 feuille A3 pour écrire la manifeste
- Enceinte

Préparation

- Identifier un lieu où la nature est présente pour y faire la séance (un parc urbain, jardin partagé, forêt...)
- Préparer les masques et le matériel de réalisation
- Trouver une musique de son naturel (ex : forêt)

Description

Cette séance se compose d'une introduction, d'une conclusion, et de 4 temps.

Introduction - 5 min

Présenter l'activité en disant au groupe : « *Nous allons explorer un autre aspect de la qualité de l'air : l'impact qu'ont les modes de vie humains sur le reste du vivant en adoptant leurs points de vue.* »

Temps 1 - Être choisi-e – 10 min

Demander au groupe de s'installer dans une position confortable et lire au groupe le texte suivant :

« *D'autres formes de vie que les humains pâtissent de la mauvaise qualité de l'air et de l'environnement, c'est pourquoi nous vous invitons à leur donner une importance et une voix pour qu'elle soit enfin prise en compte par les humains dans le but de préserver la vie et la qualité de l''air pour tous.tes sur Terre.*

Mettre une musique de nature type sons de la forêt et reprendre la lecture *:*

« Détendez-vous, fermez les yeux et respirez calmement et profondément. Puis ouvrez votre esprit comme une antenne radar. Laissez un végétal, un animal ou un élément naturel (comme la rivière par exemple) venir à votre esprit. Arrêtez-vous à la première impulsion qui émerge (ce n'est pas important de chercher à être savant.e). Visualisez cette forme de vie sous tous ses angles : sa taille, sa forme, sa couleur et sa façon de

bouger. Demandez-lui comment il ou elle souhaite être représenté et quelle forme symbolique pourrait prendre le masque. »

Temps 2 - Habiter un autre corps et collecte d'éléments – 30 min

// Rencontre avec son non humain – 10 min

Dans ce second temps, chaque personne du groupe vit pleinement par le regard de son humain. Continuer à lire le texte en laissant à chacun et chacune le temps de prendre les éléments.

"*Allez vous promener et essayez de sentir comment vous vous déplacez et comment vous vivez la qualité de votre environnement, l'impact que les autres espèces ont peut-être sur vous. Puis au fur et à mesure que la perception de votre non humain s'affine, ramassez des éléments naturels pour confectionner un masque qui lui ressemble"*.

// Fabrication des masques – 20 min

Dans ce troisième temps, inviter les personnes à créer un masque de non-humain qu'elles porteront pendant le conseil, donc avec des trous pour voir et parler. Le groupe a à sa disposition ce qui a été apporté (ciseaux, craies, feuilles de couleurs, etc.) et les matériaux naturels. Un patron de masque peut être présenté mais le format reste libre (annexe 1).

Prévenir 5 min avant la fin du temps et annoncer que le conseil va commencer.

Temps 3 - Réunion en conseil – 1h05

// Ouverture du conseil – 10 min

Demander au groupe de s'installer pour le début du conseil. Un autre adulte que la personne animatrice représente l'humain à qui vont s'adresser les non humains.

Ouvrir le conseil : « *Bienvenue au Conseil des Non Humains sur le thème de ce qui arrive à leur Terre, à leur Vie et à la qualité de l'air qu'ils subissent.* »

Inviter ensuite chaque personne à se présenter de façon cérémoniale (exemple : « *Je suis le loup et je parle pour le peuple du Loup* » ; « *Je suis rivière et je parle pour les eaux fraîches du monde* »)

// Présentation des non humains - 15 min

Demander à chacune et à chacun, en parlant à la première personne, de dire aux autres à quoi cela ressemble d'être cette forme de vie, les pouvoirs et le point de vue que cela lui donne, les relations nourries, notamment en lien avec la Qualité de l'air.

Exemple : *« je suis un loup, j'aime courir dans la montagne et je respire à pleins poumons en gravissant les sommets...* »)

// Description des difficultés - 20 min

Proposer un nouveau tour de parole et leur demander cette fois-ci de décrire les altérations et les difficultés expérimentées en ce moment, dues à la perte des habitats, à la pollution, aux rejets toxiques, aux coupes à blanc, à l'agriculture industrielle, et tout ce qui touche à la qualité de l'air respirée ...

Exemple *: « je suis le loup mais malheureusement en ce moment, mon habitat se réduit ... »*

// Enonciation des forces pour le changement - 20 min

Selon le temps disponible, proposer un dernier tour de parole en demandant à chacune et à chacun d'expliquer ce qu'ils et elles peuvent offrir comme force ou qualité aux humains, qui sont à l'origine de ces difficultés et de ces abus et qui en même temps sont les seuls à pouvoir les corriger, afin de réaliser les changements nécessaires à la survie de la vie sur Terre.

Pendant l'énonciation des forces, noter les non-humains présents et leurs forces sur un

support. Ce sera le début du manifeste.

Exemple : « Nous sommes les coccinelles qui nourrissons certains oiseaux, la rivière qui abreuve les cultures destinées aux humains, l'arbre qui transforme le CO2 en 02 (etc)»

Temps 4 - Réalisation d'un manifeste – 10 min

Une fois les 3 ou 4 tours de table, demander aux personnes d'écrire sur un bout de papier une réponse à la question suivante : « *Si vous deviez faire une demande à l'humain, que diriez-vous en une phrase ?* »

Demander aux personnes de lire leur papier un par un et écrire en même temps sur un support la compilation des demandes des non humains aux humains (si vous avez fait la partie sur les forces, les demandes arrivent ensuite) :

Exemple : « *Demandons à l'humanité de cesser d'émettre plus de carbone que nous arbres pouvons absorber et transformer. Demandons à arrêter d'absorber des néocotinoïdes responsables de la disparition de nombreuses espèces pollinisatrices (etc)...* »

Temps 5 - Clôture – 10 min

Annoncer que le Conseil est fini et demander aux personnes de se séparer du non humain qu'il ou elle a choisi en le remerciant et en le laissant partir, les yeux fermés, en respirant profondément.

Relire ensuite à voix haute et à plusieurs voix le manifeste.

Finalement, échanger ensemble autour des questions suivantes : « *qu'est-ce que vous avez ressenti d'être dans la peau d'un non-humain ?* », « *qu'est-ce que ça vous fait de porter la voix des non humains ?* », « *que voudriez-vous faire du manifeste ?* »

Annoncer au groupe que l'animation est terminée et les remercier de leur présence.

Variantes possibles

Selon le temps que vous avez de disponible, vous pouvez prolonger la séance en animant un temps d'échange autour des destinataires du manifeste.