



Séance 2

Ressentir l'air qui nous entoure



Durée : 2h30

Effectif : 15 à 25 personnes

Description

Cette séance propose un jeu de rôle pour visualiser les inégalités sociales d'exposition à la pollution de l'air. Elle propose ensuite un collage-expression en groupes pour partager ses émotions et ressentis.

Objectifs :

- Prendre conscience des inégalités d'exposition à la pollution de l'air de chacun et chacune.
- Permettre à chacun et chacune de se sentir concerné·e par les enjeux de qualité de l'air
- Identifier et partager ses ressentis face aux enjeux de la qualité de l'air

Matériel :

- Documents en annexes à imprimer
- Magazines (avec des photos et peu de publicité), journaux, photos...des éléments de nature peuvent aussi être mis à disposition (feuilles, branches, ...)
- Feuilles A3, feutres, colles et ciseaux,

Annexes :

- Liste des affirmations à sélectionner (annexe 2.1)
- Liste des rôles à sélectionner et découper (annexe 2.2)

Préparation :

- Lire « Animer le temps de discussion d'une activité CPS » sur le site agir-ese.org pour animer l'étape de debriefing
- Matérialiser une série de lignes au sol (scotch de peintre ou bâton)

Déroulement :

Temps 1

Exercice de respiration - 10 min

Donner calmement les consignes suivantes et compter le temps : « *Observez votre respiration sans vouloir modifier quoique ce soit pendant 2 ou 3 minutes. [...] Vous allez chercher maintenant à inspirer sur 3 temps IN-IN-IN et expirer sur 3 temps EX-EX-EX pendant 2 ou 3 minutes* ».

Inviter le groupe à observer son ressenti à partir des questions suivantes : « *Comment vous sentez-vous ? Quels changements ressentez-vous dans votre corps, et peut-être à d'autres niveaux ?* » (Pas de partage de ressenti à ce stade).

Temps 2

Jeu du pas en avant - 25 min

1. Présentation du jeu et appropriation des cartes - 10 min

Expliquer qu'une série d'affirmations va être lue annexe 2.1. Pour chacune d'entre elles, les personnes pourront soit faire un pas en avant, soit rester sur place. Distribuer à chaque personne une carte parmi celle de l'annexe 2.2 au hasard en précisant qu'elle ne doit ni n'être montrée aux autres ni échangée. Inviter-les à prendre connaissance de leur carte et à se mettre dans la peau du personnage le temps du jeu en imaginant son histoire, son passé, ses envies et ses difficultés.

Pour les aider, proposer des questions telles que : « *Où vivez-vous ?* », « *À quoi ressemble votre vie aujourd'hui ?* ».

2. Jeu de rôle « Pas en avant » - 15 min

Inviter les personnes à se placer en ligne au bout de la pièce ou de la zone. Préciser que pour chaque affirmation énoncée, si la personne, en fonction de sa carte personnage, pense pouvoir répondre « oui » à l'affirmation, elle fait un pas en avant. Dans le cas contraire, elle reste sur place.

Lire les affirmations une par une en marquant une pause entre chacune afin que les personnes puissent éventuellement avancer et observer leur place par rapport à celle des autres. Les inviter à se souvenir, dans la mesure du possible, des affirmations pour lesquelles elles n'ont pas pu avancer.

Temps 3

Debriefing – 30 min

1. Les ressentis et vécus de l'animation - 10 min

Pour cette étape, inviter le groupe à observer les écarts de positionnement dans l'espace et à répondre aux questions suivantes :

- *Qu'avez-vous ressenti quand les autres avançaient et pas vous / qu'avez-vous ressenti en*

avançant et pas les autres ?

- *Qu'avez-vous ressenti en voyant les écarts à la fin ? Pour ceux qui ont le plus avancé, à quel moment vous êtes-vous rendu compte que les autres avançaient moins vite ?*
- *Comment vous êtes-vous senti dans la peau de votre personnage ?*

Pour clôturer cette étape, demander à chaque personne de révéler son personnage.

2. Les inégalités des personnages par rapport aux affirmations- 10 min

Inviter le groupe à se remettre en cercle si les placements ne permettent pas une discussion fluide.

Demander à chaque personne de répondre aux questions suivantes en mémorisant son placement :

- *Sur quelles affirmations avez-vous avancé ? Pour lesquelles êtes-vous resté sur place ?*

Si plusieurs personnes ont « joué » le même rôle, les questionner : ont-elles avancé/reculé aux mêmes affirmations ? Pourquoi et qu'est-ce que cela dit de nos représentations ?

- *Qu'est-ce qui vous a le plus interpellé ? Qu'est-ce qui vous a surpris ?*
- *Avez-vous eu l'impression de choisir de pouvoir avancer ou pas ?*
- *Avez-vous différencié l'envie du besoin / l'indispensable du non-essentiel - pour décider d'avancer ou non ?*
- *Est-ce que vous vous êtes senti restreint dans l'accès à des éléments que vous jugiez pourtant essentiels ?*
- *Est-ce que vous avez identifié les différents déterminants interrogés dans les affirmations ? Selon vous, quel déterminant favorable "en plus" (de ceux cités sur la carte) aurait pu vous permettre d'avancer davantage ?*

3. La compréhension des inégalités sociales et environnementales - 10 min

Pour cette étape, les personnes sont invitées à transposer les situations des personnages à des situations plus générales pour en répondant aux questions suivantes :

- *Quels sont les facteurs qui semblent les plus forts dans la décision d'avancer ou non ?*
- *En quoi constituent-ils des inégalités ? Des injustices ?*
- *En quoi cela impacte-il nos possibilités d'agir ?*
- *Comment les déterminants se cumulent-ils pour produire des inégalités ?*
- *Comment cela peut-il finalement impacter la santé ?*
- *Notre pouvoir d'agir / nos choix s'inscrivent dans des possibilités façonnées par la société : les choix sont-ils individuels ou collectifs ?*
- *Qu'est-ce qu'on peut considérer comme essentiel/non essentiel ? Qui décide de ça ?*
- *Quels rapports de domination sociale existe-t-il dans notre société ?*

Conclure en rappelant que la qualité de l'air est un enjeu qui nous concerne tous et toutes, mais que nous n'y sommes pas exposés ni impactés de la même manière.

Temps 4

Dessin/photocollage – 40 min

1. Réalisation des œuvres – 30 min

Les personnes vont être amenées à réaliser dans cette séquence une œuvre artistique. Inviter pour cela les personnes à répondre à la question « *qu'est-ce que je ressens face à la qualité de l'air dégradée qui m'entoure ? Comment représenter cela ?* ».

Cette œuvre peut prendre la forme de dessin, de photocollage avec des images, des mots à découper dans les différents magazines déposés sur la table.

2. Présentation des œuvres – 15 min

Demander aux participant.es de constituer des groupes de 3 ou 4

En sous-groupe, chaque personne prend le temps d'expliquer le choix des images, sa réponse à la question, ses ressentis, si elle le souhaite

Pour finir, former un seul groupe et donner la parole à celles et ceux qui le souhaitent, afin de partager l'expérience vécue à partir des questions suivantes :

- *Quel vécu de la séquence : agréable/désagréable, facile/difficile ... ?*
- *Quel changement des représentations, quelles émotions soulevées... ?*

Temps 5

Exercice de respiration – Respiration avec les mains - 10 min

Donner calmement les consignes suivantes et compter le temps : « *Observez votre respiration sans vouloir modifier quoique ce soit. Main droite sur le diaphragme, main gauche sous le nombril. Progressivement essayez d'inspirer uniquement sous votre main droite (seule la main droite se soulève) et essayez d'expirer uniquement sous votre main gauche (seule la main gauche s'abaisse à mesure que l'air ressort par les narines)* ».

Inviter le groupe à observer son ressenti à partir des questions suivantes : « *Comment vous sentez-vous ? Quels changements ressentez-vous dans votre corps, et peut-être à d'autres niveaux ?* »

Annoncer au groupe que l'animation est terminée et les remercier de leur présence. Les inviter à compléter un questionnaire bref ou autre méthode d'évaluation le cas échéant. Compléter la grille de suivi de l'animation.

Annexe 2.1 :

Liste des affirmations du pas en avant

Faites un pas en avant...

- Si vous pouvez aller dehors tous les jours
- Si vous pouvez aller à pied ou à vélo à l'école/lycée/au travail
- Si vous pouvez aller courir, jouer ou trainer dans un parc ou un coin de nature
- Si vous avez quelqu'un de votre entourage allergique au pollen
- Si vous avez connu une personne asthmatique
- Si vous avez la possibilité d'aérer vos salles de classe /votre pièce de vie au moins 2 fois par jour
- Si vous pouvez facilement savoir quand il y a un épisode de forte pollution
- Si vous avez la possibilité de vous éloigner d'une zone en épisode de forte pollution de l'air
- Si vous habitez loin d'un axe routier important
- Si vous habitez dans une zone où la circulation n'est pas dense
- Si vous ne présentez aucun symptôme lié à la pollution (mal de gorge, toux...)
- Si vous pensez que vos habitudes ont un impact positif sur la qualité de l'air
- Si vous habitez loin des zones agricoles céréalières
- Si vous vivez sur un territoire où on se chauffe beaucoup au bois
- Si vous pouvez aller dans la nature au moins une fois par semaine
- Si on vous incite souvent à aller dehors (école ou parents),

Annexe 2.2 : Carte Personnages



Je suis une femme en France de 45 ans, je vis seule avec mes enfants, je suis à la recherche d'un emploi. Je viens d'emménager dans une région agricole. Je suis locataire d'un appartement dans une petite ville et ne possède pas de voiture.	Je suis une femme de 30 ans, je vis dans le grand nord canadien, je suis éleveuse de chiens de traineaux. Je vis au bord de la forêt à 45 min en voiture de la première ville. Je n'ai pas encore d'enfant. Comme nous nous chauffons au bois, nous coupons du bois de nos parcelles forestières chaque année.	Je suis un homme au Mexique de 40 ans ; j'habite en plein centre-ville de Mexico à 2200 mètres d'altitude, dans un petit appartement au 15^e étage avec mes 3 enfants, dont un qui a une maladie pulmonaire. De ma fenêtre, je vois le volcan Popocatepelt au loin. Je me déplace en voiture car je suis chauffeur de taxi.
Je suis une fille de 11 ans et j'habite en Tanzanie au milieu de la savane, à côté d'un grand parc national. Je vais tous les jours à l'école, avec mes copines du village. Nous y allons à pied. Le week-end, je joue et j'aide mes parents à la culture et aux bêtes. Quelquefois, je vais voir le chantier de l'oléoduc qu'ils sont en train de construire.	Je suis une personne de 75 ans, je vis dans la ville de Sydney en Australie, dans une résidence avec des amis. Je fais beaucoup d'activités dans la ville, je me déplace en bus car je n'ai pas de permis de conduire. Je ne peux pas marcher trop longtemps car je souffre d'insuffisance respiratoire d'origine allergique.	Je suis une adolescente de 17 ans et je vis en Chine, dans la baie de Schenzen. Je suis en internat car ma famille habite loin dans les terres et je passe 10h/jour au lycée. Je n'ai pas de loisirs. Le soir, je fais mes devoirs et vais me coucher. Je rentre chez mes parents en train le week-end où je peux des fois voir mes cousins
Je suis un grand-père de 68 ans, en fauteuil roulant et j'habite dans la petite ville de Manheim en Allemagne. Mon appartement est au rez-de-chaussée et je n'ai pas le permis. Je me déplace beaucoup en ville sur les trottoirs, le long du grand port sur le Rhin et je prends beaucoup le train pour traverser le pays.	J'habite en France dans le département de la Corrèze. J'ai 90 ans et je vis chez mon fils qui est agriculteur, éleveur de vaches laitières. Il cultive aussi les céréales pour nourrir ses bêtes. La première ville est à 30 min en voiture. Je marche tous les jours et parfois monte encore dans le tracteur !	Je suis un enfant de 8 ans et je vis dans un bidonville en de New Dehli en Inde, avec mes parents, et mes 7 frères et sœur. La journée, j'aide mon père à faire des briques et ma mère à chercher de l'eau, nettoyer, cuisiner. Je m'occupe aussi des plus petits. Parfois, je traine dans la ville avec mes copains et on collecte des déchets que l'on revend.

Je suis un enfant de 5 ans et je vis en Italie, à Venise. Je me déplace en gondole ou à vélo pour aller à l'école. Il fait souvent très chaud dehors et dans les salles de classes aussi...nous sommes obligés d'utiliser une climatisation pour rafraichir l'atmosphère...pas question d'ouvrir les fenêtres !	J'ai 15 ans et j'habite en Suède dans la ville de Stockholm. Je suis en cours jusqu'à 14h30 et ensuite je participe à des activités sportives. Je vais à l'école à pied depuis que je suis toute petite, des pédibus sont proposés dans tous les grands quartiers de la ville encadrés par les agents communaux. Contrairement à mon frère, je n'ai pas de problème d'allergie aux herbacées, je peux me promener dans parc sans aucune contrainte.	Je suis un jeune homme de 22 ans et j'habite dans le Caucase en Russie. Je travaille dans une épicerie, j'y vais en bus quand ils circulent, car je n'ai pas de voiture. Sinon, je m'y rends à pied, le long de la route et il me faut plus d'une heure. Souvent, ça sent les gaz d'échappement, en plus du caoutchouc chaud en provenance de l'usine. Pendant les vacances, je me rends au bord de la mer Noire, chez mes grands-parents.
Je suis une femme, j'ai 35 ans et je vis sur l'île de Crête. Je suis serveuse dans un restaurant au bord de la mer et je travaille quasiment toute l'année. Il y a un peu moins de touriste qui arrivent en janvier. Le lundi, je vais courir sur le bord de mer au coucher du soleil, puis je rejoins mes amis pour déguster du poisson vers le port.		