



CONSOMMATION DURABLE: JEU DE MISE EN SITUATION

Thèmes	Mode de vie durable
Niveau de difficulté	Facile
Âge	14 - 20 ans
Taille du groupe	6 à 20 élèves
Type d'activité	Jeu brise-glace
Résumé	Enquête sur nos habitudes alimentaires et leur impact sur l'environnement.
Objectifs	Sensibiliser les jeunes et les mobiliser pour un meilleur environnement de vie
Préparation	10 minutes
Matériel	/

Instructions

5 situations autour de la préparation d'une soupe sont décrites. Les élèves lèvent la main pour indiquer comment ils/elles agiraient dans cette situation. Ils/elles doivent aussi pouvoir expliquer pourquoi.

- Aujourd'hui, je vais préparer une bonne soupe, donc je dois faire des courses. Est-ce que je vais au marché, au magasin bio ou non ou au supermarché ?
- Je me trouve devant un étal de légumes. J'ai le choix entre de belles tomates rouges et lisses, et d'autres qui ont été un peu abimées mais qui sont encore bonnes à manger. Lesquelles est-ce que je prends?

Cela ne pose pas de problème de choisir des fruits et légumes qui ont pris l'un ou l'autre coup, ou présentent une forme un peu bizarre. Leur goût n'est pas moins bon, surtout s'il s'agit de les mixer en soupe. De plus, tu peux toujours demander une petite réduction, c'est toujours ça de pris.

- Maintenant, je veux ajouter de l'eau à mes légumes pour la soupe. Je laisse couler l'eau jusqu'à ce qu'elle soit chaude, ou j'utilise l'eau froide?

Dans les deux cas de figure, on consomme de l'énergie. Mais en prenant l'eau froide, on évite de gaspiller de l'eau.

- Pendant que ma soupe cuit, je vais regarder un peu la télé. Pendant ce temps, je laisse la lumière allumée dans la cuisine: après tout, je ne pars qu'un petit quart d'heure.

On pense encore trop souvent qu'il faut plus d'énergie pour rallumer une lumière éteinte que pour la laisser allumée un moment. Une idée fautive, d'autant plus que toutes les ampoules (ex. les led) sont devenues moins énergivores.

- Ma soupe est enfin prête. Quelle quantité vais-je me servir?

Tant que je le souhaite, mais en partant toujours du principe que « ce que je prends, je le mange ».

Discussion et évaluation

Toutes ces petites actions contribuent à une consommation plus durable.

- C'est en rapport avec quel Objectif de Développement Durable, déjà?
- La consommation durable contribue au développement durable de notre planète.
- Rappel de la définition du développement durable.

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/fr/objectifs-de-developpement-durable/>

Idées d'action

- Travailler à un système de tri plus efficace, à la maison et à l'école
- Se déplacer davantage à vélo
- Utiliser intelligemment les outils numériques, pour limiter la consommation de papier

Conseils pour l'animateur

- Autant que possible, laissez les jeunes s'exprimer. Posez des questions, mais ne donnez pas tout de suite la réponse.
- Les silences sont des moments bienvenus!
- Établissez ensemble les règles au début de chaque activité.

