

BONHEUR INTÉRIEUR BRUT – La moisson (extrait)

Durée : 3 min 40 s

Fiche apprenant | Langue d'usage

Public ciblé : 16 à 18 ans

Objectif principal : faire preuve d'esprit critique

La vidéo est disponible sur tv5unis.ca/francolab

ACTIVITÉ 1

Avant l'écoute

Discussion

Avec un ou une partenaire, discute des questions suivantes :

1. As-tu déjà mangé ou cuisiné des aliments que tu as toi-même cueillis, pêchés ou chassés? Si oui, est-ce que cette expérience culinaire t'a laissé un bon souvenir? Pourquoi?
2. Quel est ton souvenir le plus marquant de cette expérience? Que ressentais-tu? Dans quel état d'esprit étais-tu? (Si tu n'as pas vécu une telle expérience, essaie d'imaginer ce que tu ressentirais dans cette situation.)
3. Aurais-tu vécu cette situation de la même façon si l'aliment consommé avait été acheté à l'épicerie?
4. Penses-tu que le fait de récupérer soi-même les aliments que l'on consomme peut jouer un rôle sur sa propre expérience alimentaire? Explique ton point de vue.

ACTIVITÉ 2

Première écoute

Compréhension orale et production écrite

1. Après avoir vu la vidéo, réponds aux questions suivantes :

- a. Pourquoi penses-tu que la cheffe cuisinière choisit de participer à cette excursion de pêche?
- b. Quels sont les principaux enjeux soulevés dans la vidéo en ce qui concerne la production et la consommation alimentaires au Québec?
- c. Comment les propos des intervenants te font-ils réfléchir à ta propre alimentation et à tes choix de consommation?
- d. Quels aspects de la vidéo sont les plus marquants et les plus surprenants selon toi, et pourquoi?
- e. Les arguments présentés sont-ils convaincants? Pourquoi ou pourquoi pas?

2. Rédige une réflexion personnelle en t'inspirant des questions suivantes :

- a. Qu'est-ce que la présence de Colombe St-Pierre sur un bateau de pêche ajoute à son rôle de cheffe cuisinière, selon toi?
- b. Penses-tu que vivre toi-même ce genre d'expérience pourrait changer ton rapport à la nourriture? Pourquoi?
- c. Qu'est-ce qui te semble le plus touchant dans cette démarche de vouloir cuisiner ce qu'on a soi-même pêché ou récolté?
- d. Que penses-tu de cette phrase : « Tu te nourris de ce que ton territoire t'offre. »?

ACTIVITÉ 3

D'où viennent mes aliments?

Production écrite et production orale

1. Remplis un journal alimentaire pendant 3 à 5 jours en notant tout ce que tu manges et en essayant de découvrir l'origine de chaque aliment consommé.

Date	Aliment consommé	Origine (pays, région)	Type de production (local, importé, bio)	Mode d'achat (marché, épicerie, restaurant, ferme, etc.)	Recette

Date	Aliment consommé	Origine (pays, région)	Type de production (local, importé, bio)	Mode d'achat (marché, épicerie, restaurant, ferme, etc.)	Recette

- 2. **Crée une présentation qui contient les éléments suivants :**
 - a. Des graphiques et une analyse des données
 - b. Un point de réflexion personnelle

ACTIVITÉ 4

Débat

Production orale

Voici une question liée à la consommation de produits locaux ou importés :

Est-il préférable de privilégier l'achat de produits locaux ou de consommer des produits importés?

Fais une recherche et prépare des arguments pour défendre ta position selon que tu sois en faveur de l'achat de produits locaux ou en faveur de l'achat de produits importés.

ACTIVITÉ 5

Production écrite

Réfléchis à un plat ou à une saveur qui évoque pour toi un souvenir particulier, p. ex. : un repas en famille, un plat traditionnel de ta culture, une recette de famille, une découverte culinaire marquante, etc.

Note ce souvenir en lien avec le plat et la raison pour laquelle il est significatif pour toi en utilisant des descriptions sensorielles (saveur, odeur, texture).

Complète le tableau suivant :

Nom du plat	
Recette du plat	
Son histoire	
Pourquoi est-ce important pour toi?	
Photo	

ACTIVITÉ 6

Pour aller plus loin

Recherche

1. Mène une recherche afin de découvrir des lieux et des ressources de consommation locale dans ta communauté incluant :

- Les marchés de producteurs, les fermes locales, les coopératives alimentaires
- Les produits locaux disponibles selon les saisons (fruits, légumes, produits transformés)
- Des conseils pour trouver des produits locaux plus facilement accessibles (achats en vrac, choix de saison, etc.)

2. Crée un guide pratique destiné à sensibiliser ta communauté. Voici quelques pistes à explorer :

- Où acheter localement? (lieux de vente dans la communauté, p. ex. marchés, fermes, fruiteries, etc.)
- Guide saisonnier des produits locaux (liste des fruits, légumes et autres produits disponibles selon les saisons)
- Conseils pour un mode de vie durable (trucs et astuces pour réduire l’empreinte écologique en faisant des choix alimentaires plus responsables, p. ex. acheter en vrac, utiliser des sacs recyclables, etc.)

Présente tes découvertes de façon créative, p. ex. une infographie, des illustrations ou des photos des lieux ou des produits, etc.