

Expo  
9-14 ans

L'EXPO DE L'ÉTÉ !

Du 13 juillet  
au 18 août 2013

**BON  
APPÉTIT**

L'ALIMENTATION  
DANS TOUS LES SENS

Pour petits  
et grands

L'expo événement de l'été « Bon Appétit » présente l'alimentation aux ados et à leurs parents de manière totalement ludique et sans prise de tête.

Manger, grignoter, dévorer, déguster..., se nourrir est un acte naturel et une préoccupation essentielle de tout être humain. Pour autant, comment s'y retrouver dans la jungle des conseils diététiques et nutritionnels : « Mange équilibré, peu salé, peu sucré, pas trop gras... » ? L'objectif de l'exposition est justement d'y voir plus clair et de conjuguer alimentation avec plaisir, santé, convivialité et citoyenneté.

Pour cela, découvrez les **5 parties de l'exposition** et les conseils pratiques associés à chaque thématique :

- **Bien dans ton assiette** : pour apprendre à connaître, choisir ses aliments, et manger avec plaisir.
- **Pourquoi manges-tu?** : que dit notre façon de manger ? Que retenir des nombreux messages médiatiques et autres recettes miracles ?
- **Enquête sur les aliments** : pour découvrir le dessous des aliments modernes et industrialisés et s'y retrouver dans la valse des produits alimentaires !
- **Le goût des autres** : un voyage dans les cuisines du monde et les pratiques alimentaires selon notre culture ou notre éducation.
- **Une faim de citoyen** : ou comment, rien qu'en mangeant, nous pouvons influencer sur notre environnement et notre planète !

Si vous souhaitez repartir avec quelques clés du « bien manger, mieux manger », venez donc composer votre assiette au **Fast food**, mener votre **enquête sensorielle** et en apprendre plus sur les goûts : jeux et activités vous attendent dans un univers joyeux et festif.

Voir détails →



# L'expo événement de l'été!

# BON APPÉTIT

## L'ALIMENTATION DANS TOUS LES SENS

## Au menu de BON APPÉTIT

### 1. Bien dans ton assiette

Les sociétés de consommation se caractérisent par une très grande disponibilité à tout moment des produits alimentaires, voire une surenchère de l'offre des industries, une très forte pression de communication par le biais des médias et une multiplicité de recommandations nutritionnelles et diététiques. Difficile de faire le tri dans toutes ces informations... Dans Bien dans ton assiette, les éléments d'exposition participent à l'éducation alimentaire et redonnent à chacun des repères nutritionnels, diététiques, hygiéniques et culinaires. Le visiteur apprend ainsi comment bien manger en se faisant plaisir et sans se priver.

#### Fast food

Le visiteur compare activité physique et alimentation, en mettant en balance les dépenses d'énergie et les apports nutritionnels. Cet élément rappelle un stade d'athlétisme autour duquel quatre vélos elliptiques et une manivelle permettent aux visiteurs de déplacer leur « pion ». Les pions sont en fait des aliments factices (poisson, chips, soda, légumes et barre chocolatée). Aux visiteurs de pédaler le plus rapidement possible pour gagner la course.



© Dominique Botbol

### 2. Pourquoi manges-tu ?

Pierre angulaire de l'exposition, le thème Pourquoi manges-tu ? met en exergue la double composante scientifique et identitaire de l'alimentation. Car manger n'est pas anodin. Il s'agit d'une histoire intime. Cette première partie place donc le visiteur au centre des questionnements, dans une démarche volontairement individuelle et introspective. Son propre corps, sa réflexion, ses représentations sont à la fois le sujet et l'objet du thème développé.

#### Qu'est-ce qui te fait manger ?

Le visiteur s'assied à une table un peu particulière : une assiette « parlante » lui pose plusieurs questions qui l'amènent à définir ses propres motivations à manger. Après avoir indiqué son âge et son sexe, le visiteur doit choisir 7 motivations parmi les 25 proposées, celles-ci étant organisées par familles : la santé / le plaisir / l'habitude / la convivialité / les humeurs. Le jeu analyse alors les réponses et définit le profil du mangeur. Chaque visiteur peut également comparer ses résultats avec ceux des autres visiteurs.



© Dominique Botbol

#### Compose tes repas

Compose tes repas met en valeur l'importance du rythme et la composition d'un menu équilibré sur une journée. Deux visiteurs passent à table et commencent ce jeu multimédia. Ils indiquent leur sexe, leur âge et leur pratique sportive. En tenant compte de ce qu'ils ont mangé la veille, les visiteurs se servent de plats qui défilent devant eux pour le petit-déjeuner, le déjeuner et le dîner (sans oublier les encas). Enfin de jeu, une analyse est faite pour chacun : kilocalories ingurgitées par rapport à la moyenne des besoins, pourcentages en protéines, lipides et glucides, quantité d'eau suffisante...



© Dominique Botbol

Suite →



# L'expo événement de l'été!

# BON APPÉTIT

## L'ALIMENTATION DANS TOUS LES SENS

### 3. Enquête sur les aliments

Les consommateurs, et notamment les enfants, connaissent peu l'origine des produits et leur transformation. Dans Enquête sur les aliments, le visiteur peut analyser les aliments qu'il consomme couramment, les redécouvrir et se les approprier. L'exposition le sensibilise également au sens du goût et aux processus mis en œuvre dans la dégustation d'un nouvel aliment.

#### Mesure en sucre, huile et sel

Difficile d'estimer la quantité en sucre, en sel et en huile que peuvent contenir une assiette de paëlla, une part de gâteau au chocolat et un soda! Ici, c'est possible grâce à ce distributeur un peu particulier : le visiteur choisit l'un de ces 3 aliments, écrase ce produit avec une manette qui fait tomber les morceaux de sucre, les cuillerées d'huile et les sachets de sel correspondants.

#### Enquête sur le goût

Le visiteur s'installe confortablement pour goûter un produit mystérieux. Il répond à un certain nombre de questions posées par le multi média pour essayer de qualifier cet aliment. En sollicitant son cerveau dans la dégustation, le visiteur découvre les caractéristiques organoleptiques des aliments (goût, odeur, couleur, aspect, consistance). Il joue avec les sens mis en œuvre, ainsi que les odeurs, arômes, saveurs (acide, amer, sucré, salé, umami) et sensations trigéminales (astringent, piquant, brûlant et rafraichissant). A l'issue de l'enquête, il pourra comparer ses réponses à celles des autres visiteurs. Deux visiteurs peuvent jouer simultanément.

Le focus de Enquête sur les aliments permet de consulter :

- Cuisine et dépendances : ce quiz, plutôt destiné aux adultes, traite de la cuisine et de ses techniques (blanchiment des aliments, cuisson à la vapeur, domestica on du feu, épluchage des légumes...)
- un article sur les allergies et les intolérances alimentaires et une quinzaine d'astuces.

### 4. Le goût des autres

Au cours de la socialisation familiale, l'enfant apprend peu à peu les rythmes de repas et ce qui deviendra son répertoire alimentaire. Ainsi se transmettent des goûts et des usages, différents selon les cultures et les civilisations. L'Autre, c'est souvent celui qui ne mange pas comme moi. Le goût des autres s'attache à montrer l'importance de l'échange, des rituels qui sous-tendent l'acte alimentaire. Sous formes de jeux, le visiteur partage des bons mots, se nourrit de l'autre, se frotte aux nourritures de l'autre, à ses habitudes et ses rejets dans le but de s'interroger sur ses goûts mais aussi et surtout sur ses représentations.

#### Les mots pour le dire

Assis autour d'une table dressée pour un dîner aux chandelles, deux visiteurs jouent Aux mots pour le dire. L'un fait deviner à l'autre des mots sur le goût, le dégoût, la saveur... sans jamais en prononcer certains (exemple : chocolat, sans utiliser noir, cacao et tablette).

#### Partager les bons mots

Pour Partager les bons mots, 4 joueurs passent à table pour jouer ensemble autour des références communes. A partir d'une photo d'ustensiles de cuisine, chaque joueur associe le maximum de noms communs, de noms propres, d'adjectifs, de verbes... Après avoir écrit toutes ses idées sur une feuille, chaque joueur compare ses réponses à celles des autres. Celui qui a le plus de mots en commun avec les autres a gagné.



© Dominique Bobbot



© Dominique Bobbot



© Dominique Bobbot

Suite →



# L'expo événement de l'été!

# BON APPÉTIT

## L'ALIMENTATION DANS TOUS LES SENS

### 5. Un faim de citoyen

Nous voulons le progrès mais les OGM nous font peur. Nous recherchons des produits plus sûrs, plus variés, plus faciles à cuisiner, à transporter, mais nous consacrons une part de plus en plus faible de notre budget à l'alimentation. Comment s'y retrouver ? Dans Une faim de citoyen, dernière partie de BON APPÉTIT, le visiteur est considéré comme un consommateur citoyen, c'est-à-dire qu'il peut faire des choix. L'exposition lui propose une réflexion et des solutions qui le touchent dans sa vie quotidienne, mais aussi au plan international, en lui présentant un état des lieux de la crise alimentaire et des pistes pour y remédier.

#### Quel consommateur es-tu ?

Pour parler de la consommation, le décor est planté : un caddie surdimensionné. Cet élément d'exposition incite le visiteur à réfléchir à ses motivations au moment de l'achat d'un produit alimentaire. Le jeu consiste à faire ses courses (lait, yaourt, céréales et jus de fruit) d'après une liste. Un caddie, exagérément long et fourni en produits factices, est à la disposition du visiteur. Celui-ci pioche les articles qui l'intéressent, puis les passe un à un sous un lecteur de code barre. Un multi média analyse les choix et indique les critères auxquels il a peut-être été sensible, consciemment ou non (présence d'une marque, plaisir, côté pratique...).

#### Comment nourrir tout le monde ?

Un film d'animation étonnant, réalisé par Denis van Waerebeke, présente en 9 minutes l'état des lieux de la crise alimentaire et propose des pistes pour y remédier (polyculture, irrigation, cohabitation élevage / culture, échanges de savoir-faire, retour au local, biodiversité, repenser l'aide alimentaire, éducation des femmes, commerce équitable, et micro crédit). Les visiteurs sont invités à s'installer sur des sacs poubelles factices pour le visionner.

### Le quiz final

Un quiz humoristique et collectif permet de balayer avec humour les informations données dans toute l'exposition. Cinq postes permettent à plusieurs visiteurs de jouer ensemble. Trois séries de dix questions sont proposées.

### Le film en langue des signes

Un film en Langue des Signes Internationale est présenté à la sortie de l'exposition. Il raconte l'histoire de 2 personnes qui, après avoir fait leurs courses, percutent leur caddie faisant alors tomber leurs achats. En les redistribuant entre eux, les personnages échangent leurs connaissances et avis sur les produits : OGM, bio, commerce équitable, produits allégés, etc. Ce film dure 8 minutes.



@ Dominique Bobbot



@ Dominique Bobbot



@ Dominique Bobbot

**Bon appétit, une expo 100% ludique, à consommer sans modération !**