



# LES SELFODS

Une démarche ludique pour parler d'alimentation et d'agriculture en classe



Découvrons les Selffoods, ces auto-portraits alimentaires photographiques !

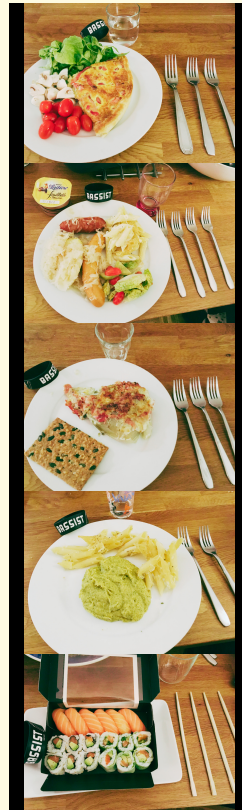
Créer ses selffoods, c'est suivre un protocole à la fois scientifique et artistique qui engage l'intimité, l'observation, la sensibilité, le sens critique et bien sûr, l'alimentation !

Une fois réalisés, ces selffoods deviennent un outil de questionnement collectif sur ce qu'expriment nos assiettes. Ils amènent à changer de posture et à réfléchir ensemble.

Vous souhaitez en savoir plus sur les selffoods et leur histoire ?



Un article pour comprendre la démarche scientifique des selffoods :



Dans le cadre d'un projet visant à sensibiliser les adolescents à l'agriculture et à l'alimentation, nous allons utiliser la photographie pour mener une enquête individuelle et collective sur notre rapport à l'alimentation.

Sur plusieurs jours, les élèves vont réaliser leur autoportrait alimentaire. Ces séries de photo seront l'occasion de proposer une nouvelle lecture sur différentes problématiques liées à l'alimentation : le plaisir, les émotions, la nutrition, la commensalité, les traditions...

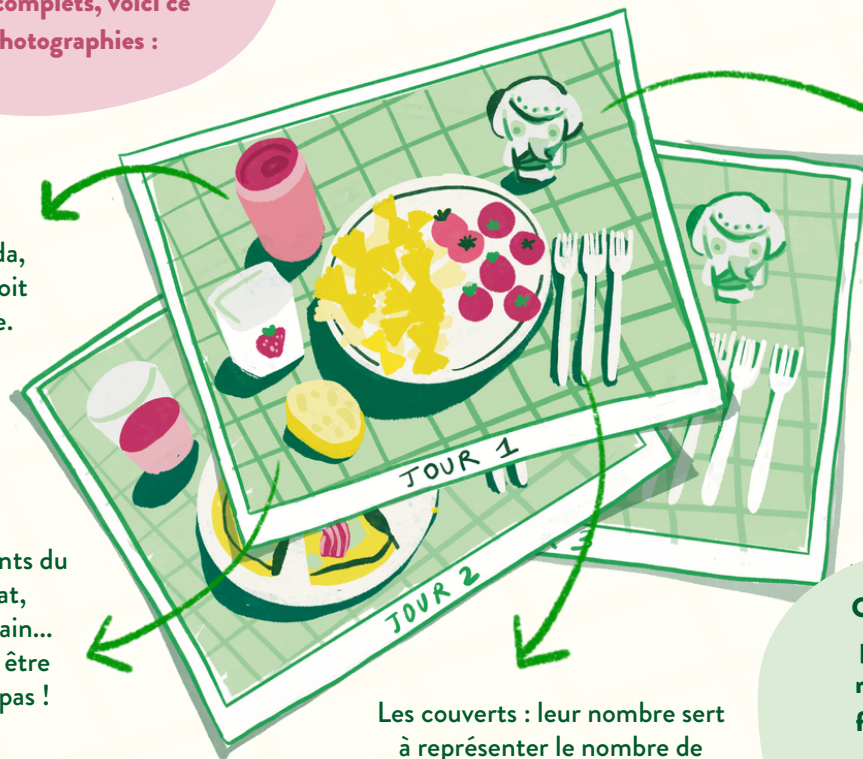
Le but n'est pas de juger les habitudes ou les goûts des uns et des autres mais de dégager les particularités de la classe, de montrer la diversité des pratiques ou au contraire les similitudes de nos alimentations...



Démarche pédagogique issue des mondes de la recherche et de l'art, les selffoods reposent sur un protocole simple : prendre une photo de son repas, et répéter l'exercice sur plusieurs jours. Pour que les selffoods soient complets, voici ce que l'on doit voir sur ces photographies :

# LES SELFFOODS

Comment ça fonctionne ?



La boisson : eau, soda, jus de fruits... Elle doit être reconnaissable.

Une mascotte : un objet qui sert à me représenter et qui permet de donner du lien dans la série

Les différents éléments du repas : entrée, plat, fromage, dessert, pain... bref, tout ce qui va être mangé durant le repas !

Les couverts : leur nombre sert à représenter le nombre de personne avec qui je mange !

Comme toute enquête, il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse. Il n'y a pas besoin de faire des repas spéciaux ou de changer ses habitudes.

**A VOUS DE JOUER !**