

# Quiz du territoire manuel de l'animateur·trice

*Questionner nos dépendances et reprendre  
la main sur nos territoires*



### TABLE DES MATIERES

I. Mise en contexte	p.3
II. Mode d'emploi	p.4
1. Posture de l'animateur·trice	p.4
2. Présentation de l'animation	p.5
3. Quiz du territoire	p.6
a. Répondre au quiz	p.6
b. Calculer les point	p.6
4. Débriefing	p.7
a. Les grands thèmes du quiz	p.7
b. Les éléments théoriques (la tête)	p.9
c. Les émotions (le cœur)	p.11
d. La mise en mouvement (les mains)	p.11
e. Note générale sur le débriefing	p.13
5. Evaluation	p.13
a. Tour de parole final	p.13
b. Pour aller plus loin	p.14

### I. Mise en contexte

#### Accroche

A quel point sommes-nous attentifs à ce qui nous entoure dans notre quotidien, là où on vit ? Que dit de nous ce que nous connaissons de notre milieu de vie ? En quoi avoir ou pas ces connaissances est-il une bonne chose ou un problème ? Qu'est-ce que cela changerait d'être plus connecté à son territoire, d'être relié à une communauté de vie ? Que faire pour y arriver ?

#### Pourquoi cet outil ?

Par ces questions, l'outil vise à faire prendre conscience de nos dépendances matérielles dans ce qui assure notre subsistance au quotidien. Il attire ainsi l'attention sur l'impact de nos modes de vie sur notre territoire et les vulnérabilités qui en découlent.

Cet outil cherche à mettre en discussion l'organisation de nos "territoires de vie" en proposant comme piste une relocalisation de nos usages, de nos pratiques pour répondre aux besoins de base et offrir davantage d'autonomie.

#### Comment ça marche ?

Un quiz de 24 questions est donné aux participant·es. Les questions sont fermées : il s'agit d'une auto-évaluation. Chaque participant·e calcule son score avec pour seule boussole sa bonne foi. Ensuite, s'engage une discussion en groupe - ou en sous-groupes si le groupe est trop grand pour que chacun·e puisse s'exprimer - sur base de ces résultats.

#### Aspects matériels

Nombre de participant·es : Minimum 5 et maximum 20. Idéalement entre 10 et 15.

Temps estimé : environ 2h.

#### Matériel nécessaire :

- Autant de questionnaires imprimés que de participant·es
- Des bics ou des crayons
- Un support pour écrire sur les feuilles
- Quelques grandes feuilles et des post-it pour le partage de ressources
  
- Optionnel :
  - Flipchart, tableau blanc + marqueurs pour prendre des notes lors du debriefing
  - Un outil pour faciliter l'expression des émotions lors du débrief (roue des émotions<sup>1</sup>, cartes "le langage des émotions"<sup>2</sup>, ou tout autre outil similaire)
  - du tape et/ou de la ficelle pour le débat mouvant

#### Prérequis ?

Aucun prérequis n'est indispensable pour animer l'outil, mais l'animateur·trice sera assurément plus confortable en ayant quelques notions sur la relocalisation de nos modes de vie et le biorégionalisme (voir la rubrique 5b "pour aller plus loin" à la page 14)

---

(1) <https://www.lautrementdit.net/fiche-technique>

(2) <https://fcppf.be/produit/le-langage-des-emotions/>

### **D'où ça vient ?** Inspiration de ce quiz :

Le biorégionalisme, un mouvement né aux USA au début des années 1980 qui propose une autre manière d'habiter le territoire, en lien avec ses relations écologiques, ses spécificités propres, pour répondre aux besoins des habitants sans épuiser ou polluer le territoire ni nuire aux autres espèces vivantes.

Définition du concept : "Une biorégion est un territoire qui se définit non pas par des frontières administratives mais par un contexte et une cohérence écologique, par son biotope, sa topographie et aussi par une certaine culture similaire au sein de cette biorégion. Ainsi, le biorégionalisme définit le type de société, la manière de vivre ensemble au sein des biorégions." Source : podcast Homo Ethicus, épisode 40 : Le biorégionalisme - Kirkpatrick Sale <https://www.youtube.com/watch?v=qhloZtfnwHI&t=579s>

### **Objectifs : à quoi ça nous mène ?**

- mieux **prendre conscience de ce dont on dépend** et de ce qui assure notre subsistance par l'évaluation de notre milieu de vie ;
- inciter à en apprendre davantage sur les possibilités de **reconnexion à ses communautés et à la nature dans une perspective d'autonomie** (individuelle et collective).  
"Autonomie" au sens d'une reprise de pouvoir sur nos vies ;
- stimuler discussions et **réflexions sur les implications de nos modes de vie** (sans culpabiliser sur les choix de vie) ;
- envisager, collectivement, une forme **d'entraide pour reprendre du pouvoir sur nos vies** et sur nos territoires ;
- offrir quelques **pistes et ressources pour imaginer des alternatives à notre situation**, accroître nos connaissances.

## **II. Mode d'emploi**

### **1) Posture de l'animateur·trice**

- éviter le piège de la culpabilisation et de la moralisation des individus, a fortiori pour les populations vivant dans des milieux défavorisés, en situation précaire, et/ou urbaines qui n'ont pas toujours nécessairement le choix ;
- dédramatiser l'aspect "évaluation scolaire" liée au questionnaire en expliquant bien les objectifs poursuivis et en rappelant le cadre dans lequel s'inscrit l'atelier ;

- être attentif aux émotions, notamment via le non-verbal, inviter les participant·es à leur faire une place autant pour les accueillir que les exprimer, leur dire qu'elles sont légitimes.
- S'assurer que tous les participant·es se sentent à l'aise, dans un climat bienveillant et non-jugeant : pour aider à cela, poser un cadre en début d'animation pour poser quelques bases commune telles :  
écoute active (être pleinement dans l'écoute de ce qui se dit pour chercher à comprendre),  
ne pas s'interrompre (laisser parler la personne jusqu'au bout), parole concise (essayer d'aller à l'essentiel pour veiller à une répartition équilibrée du temps de parole de tous),  
confidentialité (ne pas répéter ailleurs ce qui se dit en termes de récits intimes),  
non-jugement (ne pas moraliser, condamner les personnes), place pour les émotions (chacun·e peut se sentir libre de les accueillir et de les exprimer).

### 2) Présentation de l'animation

Avant l'arrivée des participant·es, installer un cercle de chaises si le lieu le permet, avec autant de places que de personnes attendues.

Pour éviter de rentrer trop brusquement dans le vif du sujet et si l'animateur·trice dispose d'un peu de temps pour cela, proposer un petit brise-glace pour mettre en confiance et détendre l'atmosphère. Un simple tour des prénoms avec une petite question peut suffire (ex: "quelles sont vos attentes pour cette animation ?", "racontez une anecdote sur votre prénom (ou faire un tour de surnom)", "quel est votre lien avec votre lieu de vie/territoire ?", ...)

Après cela, présenter l'animation : *Elle durera environ 2h. Elle a pour but d'évaluer la connaissance que l'on a de son milieu de vie. Cela permettra de répondre à plusieurs questions :*

- *A quel point sommes-nous attentifs à ce qui nous entoure, et à quoi en particulier ?*
- *De quoi sommes-nous dépendants dans notre quotidien ? Pour notre survie ?*
- *Sommes-nous conscients de nos dépendances ? Que disent-elles de nous ?*

*Pour ce faire, chacun répondra aux questions d'un petit quiz, et qui concerne tant notre environnement "humain" que "non humain".*

*A l'exception d'une question (la n°15), personne n'est en mesure de vérifier la bonne réponse avec certitude. Il s'agit donc d'une auto-évaluation basée sur la bonne foi, et c'est à chacun.e de décider dans quelle mesure il a ou non la réponse (ou une partie de celle-ci).*

*Nul examinateur ou professeur pour donner de "mauvais points" ici.*

## Quiz du territoire - manuel de l'animateur·trice

---

Préciser que l'animateur·trice est conscient que cette logique de point peut avoir un côté désagréable rappelant de mauvais souvenirs d'école... Il faut bien insister là-dessus : les points ont un caractère arbitraire et n'ont pour objectif que de donner une **estimation** (subjective) que la personne a de sa propre **connaissance de son milieu de vie**. L'enjeu n'est pas dans les points mais dans ce qui se cache derrière les questions.

Pour faire passer ce message, utilisez une formule telle que : "Ne soyez pas gênés de ne pas savoir, ce n'est pas un concours entre vous, il s'agit juste d'un petit jeu pour réfléchir sur notre milieu de vie à partir de ce qu'on en sait. Si vous ne savez pas, passez simplement à la prochaine question sans vous prendre la tête."

Note pour l'animateur·trice : une réflexion sur les points peut faire l'objet d'une discussion pendant le moment d'échange qui suit le questionnaire.

### 3) Quiz du territoire

Une fois l'outil présenté, chaque participant·e est invité à répondre à son questionnaire individuellement. Une fois rempli, il lui est demandé de comptabiliser ses points.

#### a) Répondre au questionnaire :

Distribuer le document "quiz du territoire" (questionnaire). Présenter le questionnaire aux participant·es. Leur en expliquer la logique :

Certaines questions sont fermées, type "oui vs non", "je sais vs je ne sais pas", et donnent un point quand on a la réponse. Certaines questions sont plus ouvertes et laissent de la place à des connaissances partielles ("je sais vaguement, en partie, plus ou moins") ou à une gradation ("je connais 2 éléments demandés sur 5"). Si les participant·es disent "je sais répondre à la question mais j'ignore si tous les éléments que je donne sont corrects", demander au participant·e de s'autoévaluer sur base de son degré de confiance en la réponse fournie. S'il a de gros doutes, il a la possibilité de se donner moins de points.

L'idée étant d'avoir une autoévaluation raisonnable de nos connaissances. Demander d'écrire sa réponse quand on pense l'avoir. Les réponses aux questions se font en silence pour ne pas s'influencer. L'animateur·trice reste disponible pour clarifier les questions en cas d'incompréhension.

Note pour l'animateur·trice : lors de la mise en commun, pendant la discussion qui suivra le quiz, il est possible de s'échanger ses réponses et de se questionner à plusieurs, tous ensemble ou en petits groupes, pour affiner le résultat.

#### b) Calculer les points

A la dernière page du quiz, chaque participant·e peut comptabiliser ses points.

Le nombre maximum de points en cas de sans faute = 36

Dans la première partie du débriefing, on distinguera le nombre de points pour les questions paires noires (18 si sans faute) et impaires vertes (18 si sans faute).

### 4) Debriefing

Pour rappel, l'enjeu de cette animation n'est pas tant le résultat au questionnaire que l'échange qui en découle.

Le quiz est un prétexte pour amorcer une discussion sur nos milieux de vie, notre rapport au vivant, notre organisation sociale et ses conséquences. Idéalement, suite à cet échange, les participant·es seront motivés à mettre en place l'une ou l'autre chose pour récupérer un peu d'autonomie dans leur quotidien.

Le débriefing se fait en 4 temps :

- a) Les grands thèmes du quiz
- b) Les éléments théoriques (la tête)
- c) Les émotions (le coeur)
- d) La mise en mouvement (les mains)

#### a) Les grands thèmes du quiz

Les participant·es l'ignorent en commençant le quiz, mais celui-ci est divisé en deux types de questions.

Il y a les questions impaires ayant trait à l'autonomie ancrée sur le territoire et à la connaissance du monde naturel et des spécificités de ce dernier.

Les questions paires, elles, concernent davantage les aspects "humains" propres au monde industriel et les institutions et infrastructures dont nous sommes nombreux à dépendre pour notre quotidien.

Demander aux participant·es s'ils ont remarqué qu'il y avait deux grandes catégories de questions ? Oui ? Non ? Lesquelles ? Que cela leur évoque-t-il ? Arrivent-ils à identifier ou nommer des catégories ? Noter ces mots au flipchart/tableau si l'animateur·trice en a un.

Après plusieurs propositions et un petit moment d'échange à ce sujet, expliquer qu'il s'agit des questions paires et des questions impaires.

Voici des propositions pour nommer ces catégories :

Questions impaires	Questions paires
Autonomie - Nature - Ancrage territorial - Vivant - Paysage - Ecologie ...	Dépendance - Industrie - Chaînes mondiales - Artificiel - Monde civilisé - ...

## Quiz du territoire - manuel de l'animateur·trice

---

Préciser que toutes les questions, vertes ou noires, ont trait à notre environnement immédiat, notre milieu de vie au sens large (maison, voisinage, commune), dont nous dépendons dans notre quotidien pour nos besoins de base et une série de pratiques, usages et comportements. Cela inclut autant l'environnement humain (relations de voisinage, histoire, activités économiques, services publics, mobilité, énergie...) que non-humain (écologie, espèces vivantes, sol, saisons, cycles, ...).

Demander alors aux participant·es, si l'on ne compte que les questions impaires (vertes), quel est leur score (sur 18 et non plus 36) ? Faire un petit tour pour voir ce qui se dégage. Maîtrise-t-on mieux une catégorie qu'une autre ? La différence entre les deux est-elle petite ou grande ?

Pour les questions vertes, un "bon" score peut traduire :

- une connaissance, un sens de l'observation et une attention pour les éléments naturels et leur saisonnalité (savoir quoi regarder quand et où, connaître les cycles, ...)
- une connaissance de la biodiversité locale
- un souci de la provenance des aliments et de l'eau pour que ceux-ci soient proches du lieu de vie
- une connaissance de ce qui est cultivé et de ce qui peut être cueilli sur le territoire
- une attention aux services communs rendus (éboueur, poste, ...), à l'entraide, au lien social (noms des voisins)

Pour les questions noires, un "bon" score peut traduire :

- une connaissance des différents types de magasins environnants (supermarchés, réparateurs)
- une connaissance des infrastructures locales (centrales de traitements des eaux, des déchets, de production d'électricité, antennes relais gsm)
- une connaissance d'aspects "économiques" de base : distributeurs de billets, grandes marques
- une connaissance du voisinage (noms des voisins, trajets pour aller chez les gens)
- une connaissance de l'histoire du territoire (humaine), de son héritage et de ses spécificités (origine du village, économie passée)

NB : la notion de "bon score" peut être discutée, de même que la notion de score. Comme indiqué précédemment, le but est ici de mesurer des connaissances, mais cette évaluation ne s'assortit d'aucune mention de type "bien", "mauvais", etc.

### b) Les éléments théorique (la tête)

Demander au groupe : “selon vous, à quoi ça sert de se poser de telles questions ? quel est l'intérêt ? “A quoi ça sert de mieux connaître son milieu de vie, à votre avis ?”

En quoi cela vous concerne-t-il, cela change votre vie ou non de savoir répondre à telle ou telle question ?”

Quel pourrait être l'intérêt de mieux savoir répondre aux questions impaires ?

Plusieurs réponses peuvent sortir et se dégager pour servir de base à une discussion qui serait relancée par l'animateur·trice. Le but, ici, est de questionner nos capacités d'autonomie, individuelles et collectives, à différentes échelles, afin de visibiliser les vulnérabilités liées à certaines de nos dépendances (au système électrique, aux énergies fossiles, au système de communication, au système monétaire, au système alimentaire, ...). Il questionne également le rapport au vivant et la déconnexion que nous avons pour la plupart avec lui alors qu'un environnement sain est la base d'une société viable et vivable.

Questions ouvertes pour amorcer ou relancer la discussion :

- “Quand tout fonctionne dans le monde industriel, savez-vous comment vous assurez vos besoins quotidiens ?”
- “Vous dépendez d'un bouton, soudain il ne marche plus, que cela implique-t-il ?”  
exemple : appuyer sur un interrupteur pour la lumière, tourner le robinet pour l'eau...
- “Suite à ce quiz, identifiez-vous des dépendances à des services, structures, institutions ? Cela vous donne-t-il le sentiment d'être vulnérable ? Auriez-vous envie d'y remédier ?
- Si vous habitez votre territoire depuis longtemps, avez-vous constaté avec le temps (ne serait-ce que par le récit de vos parents ou grands-parents) des changements sur votre territoire ? Que ce soit en termes de...
  - proximité des services (banques, distributeurs de billets, postes, médecin, ...)
  - d'autonomie des personnes et des groupes (entraide entre voisins, producteurs locaux ou fermes, fontaine d'eau potable ou puits ou source, ...)
  - biodiversité (espèces présentes/absentes, qualité de l'eau, qualité du sol, cultures biologiques, ...)
  - paysage (diversité des milieux, présence de bois publics accessibles, types de cultures, urbanisme, pollution lumineuse, infrastructures comme des éoliennes ou centrales ou déchetteries, ...)
  - convivialité (lieux de rencontres, bibliothèques, espaces culturels, cafés, fêtes locales, évènements culturels, ...)

Pour rendre ce moment plus dynamique, selon l'énergie du groupe ou l'envie de l'animateur·trice, il est possible d'avoir ces échanges sous forme de débat mouvant (voir plus bas) ou de “viennent au centre ceux qui...”. Dans les deux cas, l'idée est de montrer son opinion par sa position dans l'espace et de visibiliser rapidement l'avis du groupe sur un sujet donné.

### Débat mouvant

“Le débat mouvant s’articule autour de quelques affirmations vis-à-vis desquelles les participant·es doivent se positionner en étant « d’accord » ou « pas d’accord », pour ensuite formuler leurs arguments qui peuvent faire changer d’avis - et donc de position - les autres participant·es.”  
source : <https://agir-ese.org/methode/debat-mouvant-ou-jeu-de-la-ligne-et-riviere-du-doute>

Pour organiser le débat, une affiche “d’accord” est accrochée à une extrémité de la pièce, une autre “pas d’accord” à l’autre extrémité, et une ligne est tracée au centre (avec du tape, une ficelle ou autre) pour départager les deux opinions.

### Viennent au centre ceux qui ...

Le groupe se met en cercle. L’animateur·trice énonce des phrases qui commencent par “viennent au centre ceux qui...”. Ceux et celles qui s’estiment en accord avec l’énoncé ou concerné par l’affirmation avant d’un pas vers le centre du cercle. On marque un temps de pause pour voir les positionnements de chacun. Puis on peut éventuellement discuter en donnant la parole (ou les participant·es qui souhaitent intervenir la demandent).

### Questions pour un débat mouvant ou “viennent au centre ceux qui...” :

- Se poser de telles questions est utile/important
- Vous avez le sentiment d’être autonome aujourd’hui dans votre vie pour les besoins de base
- Vous avez le sentiment d’être dépendant d’institutions et/ou de technologies pour vos besoins de base
- Vous avez le sentiment que votre territoire (ou votre famille) était plus autonome par le passé qu’aujourd’hui ?
- Vous aimeriez être plus autonome ?
- Vous voyez quoi faire pour être plus autonome ?
- Vous avez les moyens (argent, temps, connaissances, compétences, réseau, ...) pour tendre vers plus d’autonomie ?
- Vous estimez que ces questions devraient aussi être prises en charge par la société (écoles, pouvoirs publics, etc.) sur votre territoire ?
- Vous vous sentez connectés avec ou proche des autres espèces vivantes de votre territoire ?
- Vous voyez l’intérêt/le sens/l’utilité de connaître les plantes et animaux vivant sur votre territoire ?

Si certaines personnes du groupe ne voyaient pas l’intérêt du quiz et de telles questions, il peut être bon de donner quelques éléments plus factuels qui illustrent les crises que l’on traverse et en quoi elles affectent notre capacité à être autonome. Ceux-ci peuvent être retrouvés dans le document “Chiffres clés et sources” après la page **14** de ce PDF.

### c) Les émotions (le coeur)

Répartir le groupe en sous-groupes de 2 à 3 personnes.

Prendre un temps pour faire le tour des scores de chacun (total et questions impaires) et demander comment cette personne se sent par rapport à ce(s) score(s) et ce que ce sentiment traduit selon elle ?

Une fois que chacun.e dans le sous-groupe a pu s'exprimer, prendre un temps pour comparer les questionnaires, voir s'ils peuvent s'expliquer des éléments de réponse ou en débattre, voir ce qu'il y a en commun et ce qui diffère.

Si il y a le temps, revenir en grand groupe et faire un tour de parole (facultatif, ceux qui le souhaitent peuvent passer leur tour) où chacun exprime son "état émotionnel" en un mot pour prendre la température du groupe.

Ce tour est l'occasion de voir si certaines personnes vivraient mal ce quiz (ex : "je me sens nul car je ne connais rien", "je me sens démoralisé, abattu"). C'est peut-être l'occasion alors de creuser un peu pour déculpabiliser la personne en légitimant son sentiment sans pour autant la rendre responsable de sa situation. Interpeller alors le groupe et le questionner sur ce qui peut générer une méconnaissance de certains éléments (en particulier les questions impaires), d'où cela vient et pourquoi nous n'en sommes pas entièrement responsable. Que pense le groupe de l'origine de ses connaissances/ignorances : "comment avez-vous appris ce que vous savez ? Est-ce qu'on vous a appris à connaître votre environnement ? Dans quel contexte ? (qui, où, quand, comment, ...)".

En profiter pour mettre en évidence que les inégalités en matière de connaissance au sein du groupe sont davantage d'ordre systémique qu'individuel, elles sont le reflet d'inégalités, de discriminations et de privilèges structurels pré-existants : vivre à la ville ou à la campagne, avoir accès à des informations, à des espaces vert, avoir (beaucoup) de temps libre pour apprendre et faire des choses, être encouragé à être curieux dans son environnement familial, avoir les moyens financiers de se rendre autonome sur certains aspects (énergie, eau, légumes, conserves, ...) ou d'être simplement propriétaire de son lieu de vie, ...

NB : bien veiller au respect du cadre installé en début d'animation (non-jugement, confidentialité, ...) et ne pas hésiter à le rappeler pour insister là-dessus.

### d) Mise en mouvement : comment compléter nos savoirs ? Qu'est-ce que cela apporterait ?

Ce quizz est inspiré d'une notion inventée par Peter Berg, Gary Snyder et Kirkpatrick Sale et qui s'appelle biorégionalisme. En deux mots, "Une biorégion, selon l'essayiste américain Kirkpatrick Sale, est « un lieu défini non par les diktats humains mais par les formes de vie, la topographie, le biotope ; une région gouvernée non par la législature mais par la nature ».

Chaque biorégion est précisément située, unique et reconnaissable. On y retrouve des espèces animales et végétales spécifiques, un climat dominant, des types de sols caractéristiques autant que des modalités d'installations humaines particulières. « Parler de biorégion, c'est tenter de décrire un milieu de vie plus qu'humain, partagé et cohabité »"

Article de Reporterre "Les biorégions, une alternative écologique aux régions administratives"<sup>3</sup>

(3) <https://reporterre.net/Les-bioregions-une-alternative-ecologique-aux-regions-administratives>

## Quiz du territoire - manuel de l'animateur·trice

---

Les porteurs de cette notion pensent que "Si nous pouvions penser localement, nous prendrions bien mieux soin des choses que nous ne le faisons maintenant".

Ce que ces questions valorisent en creux :

- **Ralentir et relocaliser** pour restaurer les conditions de perception, réflexion et reprise en main de ce qui nous arrive ;
- **Les réseaux d'entraide** (entre amis, voisins, membres de la famille) : moins de biens, plus de liens. Il est des dépendances saines et positives. On ne peut être autarcique, 100% autonome seul dans son coin. Nous sommes des êtres sociaux, nous avons besoin des autres pour notre survie et cette interdépendance est une force de l'Humanité depuis qu'elle existe ;
- La **conscience** que l'on a de son environnement et la connaissance qui en découle nous aident à l'intégrer dans ce que nous faisons avec ;
- L'intérêt d'assurer la **préservation des conditions qui permettent l'entretien** d'une diversité biologique, d'un libre accès à l'eau, à la terre, et à la possibilité de se loger et de manger.

Le questionnaire met en évidence ce à quoi on est adapté, et ce à quoi on l'est moins. Il illustre aussi nos dépendances et pose la question de notre fragilité/vulnérabilité par rapport à celles-ci. Nous sommes tous pris dans un système, à différents degrés, qui nous aliène, nous dépossède de notre capacité à faire par nous même.

Suite à ce questionnaire, quel est votre élan ? Comment en sortir, individuellement mais surtout collectivement, en tant que société ?

Questions à discuter en sous-groupes :

- Qu'auriez-vous envie d'apprendre, quelles questions vous donnent envie d'en savoir plus, de vous renseigner ?
- "Comment pourriez-vous avoir une meilleure connaissance de votre territoire qui vous rendrait localement plus interdépendant et mondialement moins dépendant ?"
- "Où en êtes-vous dans votre capacité à vous projeter dans un autre mode de vie ?"
- Que comptez-vous faire pour passer à l'action ? Quel serait le premier pas ?
- Avez-vous des ressources à vous partager pour cela ?

## Quiz du territoire - manuel de l'animateur·trice

---

Note pour l'animateur·trice : pour le partage des ressources, il peut être intéressant d'accrocher quelque part dans la pièce une grande feuille ou un tableau sur lequel tout le monde peut partager des ressources (associations, événements, formations, stages, livres, podcasts, films, documentaires, ...) pour faciliter le passage à l'action. Cela peut se faire de façon libre, ou avec un moment d'écriture sur post-its qu'on met en commun, ou via plusieurs posters avec chacun une question :

- qu'est-ce que j'ai envie de faire (action) pour tendre vers plus d'autonomie ?
- des ressources ou compétences que je peux partager pour les autres ?
- quels sont les sujets sur lesquels j'aimerais en apprendre davantage ?
- quels sont mes freins à passer à l'action ? Une idée pour les dépasser ?

### e) Note générale sur le déroulement du débriefing

Ce canevas pour le débriefing est une suggestion. Si l'animateur·trice préfère changer l'ordre, ou estime qu'il vaut mieux laisser la place à une certaine spontanéité et liberté dans la parole et que cela entraîne une autre dynamique, c'est très bien aussi.

Par exemple, pour un groupe pour qui le quiz en lui-même serait confrontant et le résultat aux seules questions impaires serait fort bas pourrait très vite ressentir ou exprimer un malaise (sentiment d'infériorité, de nullité, de jugement, d'abattement, de découragement, etc.) il sera peut-être préférable d'enchaîner rapidement sur un temps émotion pour leur laisser de la place et atténuer ce malaise.

De même, un groupe qui ne verrait pas bien l'intérêt de ces questions, ne se sentirait pas concerné par ces sujets et aurait peut-être besoin d'un temps de recontextualisation avant (d'éventuellement) d'enchaîner sur un temps "émotions". Le temps "émotions" peut aussi passer à la trappe ou servir de débriefing final. A l'animateur·trice de composer en fonction de ce qu'il sent du groupe, de ce qui se vit et de ce qui émerge.

## 4) Evaluation

### Tour de parole final

Pour faire une évaluation courte et concise, voici plusieurs possibilités :

#### Option 1 : "pépite - caillou - graine"

(pépite = coup de coeur ; caillou = ce qu'on n'a pas aimé ; graine = ce qu'on pourrait améliorer dans l'animation ou ce qu'on se souhaite pour l'avenir pour soi)

#### Option 2. "je prends - je laisse".

Je prends = exprimer ce qu'on a apprécié, découvert, ce qui nous inspire, qu'on a envie de ramener précieusement chez soi ou de ne pas perdre de vue.

Je laisse = ce que j'ai moins ou pas aimé, que j'ai envie de déposer et de ne pas garder avec moi, ce qui me déplaît, me démotive, ...

## Quiz du territoire - manuel de l'animateur·trice

---

### Option 3 : "prise de température"

avec les mains. Sorte de spectre allant du haut si on a apprécié vers le bas si on n'a pas aimé, en passant par le milieu où on a trouvé ça moyen ou neutre.

### Option 4 : "tour émotion" :

dans quel état je me sens là maintenant sur la fin, comment je repars de cet atelier, ce que ça m'a fait ? (surtout si vous ne l'avez pas encore fait auparavant)

### Option 5 : "tour de parole libre"

pour faire le bilan de l'atelier vécu (ou en 3 mots si manque de temps)

### Mot de la fin

" Si nous pouvions penser localement, nous prendrions bien mieux soin des choses que nous ne le faisons maintenant. Les bonnes questions et réponses locales seront les bonnes questions mondiales. La question amish : " Qu'est-ce que cela va faire pour notre communauté? " tend vers la bonne réponse pour le monde.

### Wendell Berry"

### Pour en savoir plus sur la notion de biorégion

"Avec la crise sanitaire, leur approche [aux écologistes] a suscité un regain d'intérêt. La pandémie a montré la vulnérabilité de nos espaces politiques et la nécessité d'en inventer de nouveaux, moins artificiels, plus ancrés. Cette idée s'incarne aujourd'hui dans le concept de « *biorégion* ». Entre cette dernière et les régions administratives, telles qu'elles existent actuellement, il n'y a pas seulement un préfixe mais tout un monde.

Une biorégion, selon l'essayiste américain Kirkpatrick Sale, est « *un lieu défini non par les diktats humains mais par les formes de vie, la topographie, le biotope ; une région gouvernée non par la législature mais par la nature* ». Chaque biorégion est précisément située, unique et reconnaissable. On y retrouve des espèces animales et végétales spécifiques, un climat dominant, des types de sols caractéristiques autant que des modalités d'installations humaines particulières. « *Parler de biorégion, c'est tenter de décrire un milieu de vie plus qu'humain, partagé et cohabité* », explique à Reporterre le professeur d'architecture Mathias Rollot. Son échelle emblématique est le bassin-versant. Les biorégions suivent les torrents, les rivières et les fleuves qui apportent avec l'eau la vie et créent une première forme de communauté."

- Article de Reporterre "Les biorégions, une alternative écologique aux régions administratives"  
<https://reporterre.net/Les-bioregions-une-alternative-ecologique-aux-regions-administratives>

- Site web "La société écologique du post-urbain"  
<https://www.post-urbain.org/>

- Podcast de Homo Ethicus sur le biorégionalisme  
<https://www.youtube.com/watch?v=qhloZtfnwHI&>

- Livre "L'art d'habiter la terre" de Kirkpatrick Sale, éditions WildProject  
<https://wildproject.org/livres/lart-dhabiter-la-terre>

Cet article est disponible gratuitement sur le site internet [www.asblrcr.be](http://www.asblrcr.be).

Le RCR<sup>2</sup>, Réseau de Collectifs en Recherche de Résilience est une association promouvant la restauration des conditions d'habitabilité de la planète par l'invention, l'expérimentation et la diffusion de modes de vie écologiquement résilients, inclusifs et solidaires. Les outils, analyses et études du RCR<sup>2</sup> sont des moyens de délibérer et d'élaborer sur ces enjeux en portant des regards critiques aussi bien sur nos modes de vie actuels que sur ce qui se présente comme ses alternatives. Leur visée est d'approfondir la compréhension de ces enjeux pour stimuler l'élaboration des réponses inclusives, collectives, écologiques, solidaires, lucides et inspirantes. Ces documents sont le résultat d'entretiens, d'échanges entre collectifs ou groupes de citoyen.ne.s s'étant prêtés à nos outils d'animation ainsi que des recherches menées en groupe de travail composé.e.s de volontaires et de différents partenaires associatifs.

Toute diffusion et reproduction est autorisée et encouragée sous réserve de citer la source. N'hésitez pas à nous partager vos propres contributions ainsi que d'éventuelles questions, commentaires ou propositions. A votre disposition pour aborder, au sein de votre collectif, les thématiques traitées.

**Pour nous contacter : [info@asblrcr.be](mailto:info@asblrcr.be)**

**Publié en 2025**

# Chiffres clés et sources



- **La raréfaction d'eau douce** partout dans le monde et les conflits autour de son usage, notamment en Europe Occidentale

*“Avec une 23e place, la Belgique dans son ensemble fait partie de la catégorie des pays en “pénurie hydrique élevée”<sup>1</sup>. La Flandre est l’une des régions les plus densément peuplées et urbanisées d’Europe. Beaucoup d’eau est également utilisée pour l’agriculture et l’industrie<sup>2</sup>.”*

- **La pollution des eaux** (nitrates, phosphates, ogm, microplastiques, perturbateurs endocriniens, polluants éternels, PFAS, métaux lourds, acidification, ...)

*“Avec seulement 37% de ses eaux de surface en bonne ou très bonne santé écologique, l’Europe doit mieux gérer ses ressources aquatiques pour garantir à ses citoyens de l’eau de bonne qualité, a prévenu l’Agence européenne de l’Environnement (AEE)<sup>3</sup>.”*

- **Trajet moyen** parcouru par un aliment = 2500 KM selon Equiterre.org<sup>4</sup>
  - question de la consommation d’énergie que ça entraîne
  - question des émissions de CO2 que ça génère
  - question des conditions de culture à échelle industrielle (monoculture, exploitation d’êtres humains, usage de pesticides, ...)

(1) <https://lejournel.cnr.fr/articles/la-guerre-de-leau-aura-t-elle-lieu>

(2) <https://www.rtb.be/article/la-belgique-est-l-un-des-pays-europeens-les-plus-exposes-aux-risques-de-penurie-d-eau-10287665>

(3) <https://www.rtb.be/article/l-eau-est-en-danger-en-europe-11450226>

(4) <https://www.equiterre.org/fr/ressources/fiche-kilometrage-alimentaire>

- **La concentration des fermes** (moins nombreuses et toujours plus grosses)

*“(Belga) Entre 1980 et 2019, le secteur agricole a perdu 68% de ses exploitations en Belgique, avec un rythme de disparition plus ou moins identique en Flandre et en Wallonie (-2% par an en moyenne). Mais, en parallèle, la taille des fermes a fortement augmenté, avec une superficie moyenne par exploitation qui a triplé sur cette période, selon les Chiffres clés de l’agriculture 2020 publiés lundi par Statbel<sup>5</sup>.”*

- **Perte de variétés et de nutriments des fruits et légumes industriels** versus variétés locales et plantes sauvages riches en nutriments et vitamines

*“Un nombre croissant d’études scientifiques montrent que de nombreux fruits, légumes et céréales cultivés aujourd’hui contiennent moins de protéines, de calcium, de phosphore, de fer, de riboflavine (ou vitamine B2) et de vitamine C que ceux qui étaient cultivés il y a plusieurs décennies<sup>6</sup>”*

- Les **services écosystémiques**<sup>7</sup>

*Les services écosystémiques sont les bénéfiques que nous apporte la nature. En Fédération Wallonie-Bruxelles, la biodiversité fournit plusieurs services essentiels :*

- **Régulation** : Les forêts et zones humides purifient l’air et l’eau, limitent les inondations et stockent du CO<sub>2</sub> pour lutter contre le changement climatique.
- **Approvisionnement** : Nous tirons de la nature du bois, de la nourriture (miel, gibier, champignons) et des plantes médicinales.
- **Culturels** : Les paysages, la faune et la flore favorisent le bien-être, le tourisme et l’éducation à l’environnement.
- **Soutien** : Les sols fertiles et la pollinisation permettent l’agriculture et la croissance des plantes.

*Protéger la biodiversité, c’est donc protéger ces services indispensables à notre vie !*

- **la quantité de déchets par habitants** et leurs devenir (expédiés ailleurs, incinérés, enfouis)

*694 kg de déchets par habitant en 2023 en Belgique. En 2023, 45% des déchets municipaux étaient incinérés, 34% étaient recyclés, 20% servaient au compost et à la fermentation et 0,1% étaient mis en décharge .*

---

(5) <https://www.rtl.be/actu/en-pres-de-40-ans-la-belgique-perdu-70-de-ses-fermes/2020-07-27/article/324640>

(6) <https://www.nationalgeographic.fr/environnement/nos-fruits-et-legumes-sont-de-moins-en-moins-nutritifs>

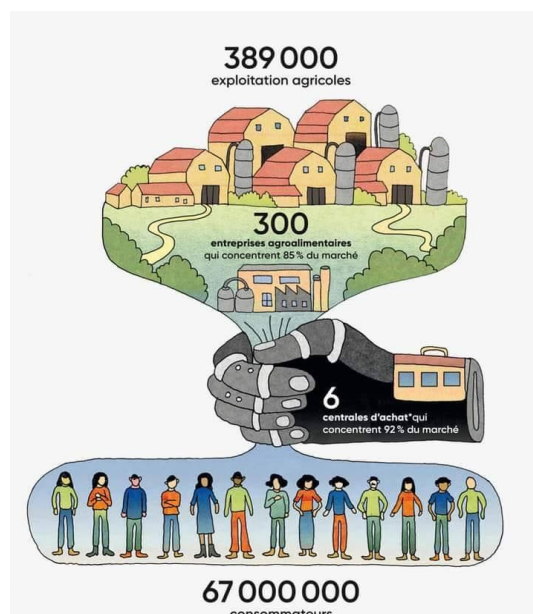
(7) <https://services-ecosystemiques.wallonie.be/fr/services.html?IDC=5735>

(8) <https://statbel.fgov.be/fr/themes/environnement/dechets-et-pollution/dechets-municipaux>

## Chiffres clés et sources

- **La disparition des petites enseignes** et petits magasins au profit des grandes enseignes (zoning industriels, grandes marques, ...)

*“Les conclusions mettent en cause de nombreuses idées reçues. Elles montrent ainsi que, si le nombre de petits commerces a fortement diminué en 70 ans, le secteur a paradoxalement connu une importante croissance en termes de chiffre d’affaires, de superficie et d’emploi. Les causes du déclin du petit commerce sont loin de se limiter à la seule influence des grandes surfaces, des centres commerciaux et des sites de vente par Internet ; elles résident dans une évolution globale de l’économie et des pratiques de consommation, qui s’inscrit dans le temps long<sup>9</sup>.”*



- **disparition du cash**, des distributeurs automatiques de billets<sup>10</sup>

*“Pris tous ensemble, ces distributeurs de billets sont donc toujours moins nombreux (- 376 points de retrait en un an). À la fin du mois de juillet de cette année, on ne comptait plus que 3049 lieux comprenant au moins un point de retrait, alors qu’ils étaient encore plus de 3400 l’été dernier, soit une chute de pas moins de 10%<sup>11</sup>.”*

- La pollution par les **pesticides**

*“La Belgique reste aussi parmi les plus gros consommateurs européens de produits phytopharmaceutiques : 4,9 kilos de substances actives en moyenne par hectare de surface agricole en 2017, contre 2,5 en France, d’après les calculs du Bureau fédéral du plan. Pourtant, des plans de réduction ont été adoptés à tous les niveaux de pouvoir<sup>12</sup>.”*

- **La consommation d’eau moyenne** par habitant

*“Exprimée par jour et par habitant, la consommation d’eau s’élevait en moyenne à 120 l/(hab.j)<sup>13</sup>”*

(9) <https://www.crisp.be/librairie/catalogue/1917-causes-disparition-petits-commerces-1945-2015-9782870751404.html>

(10) <https://www.rtb.be/article/les-banques-continuent-a-supprimer-des-centaines-de-distributeur-de-billets-11236591>

(11) <https://www.rtl.be/actu/belgique/economie/ou-sont-passees-nos-distributeur-de-billets-cest-un-vrai-probleme/2023-01-22/article/518512>

(12) <https://tchak.be/index.php/2020/07/03/programme-wallon-reduction-pesticides-agriculteurs-2/>

(13) <https://etat.environnement.wallonie.be/contents/indicator sheets/MEN%203.html#>

- **La consommation d'électricité moyenne** par habitant

*“En 2016, 81 848 Gigawatts-heure (GWh) d'électricité<sup>14</sup> ont été consommés en Belgique, toutes activités confondues. Selon Statbel, le résidentiel (les ménages belges) représente 23% de cette consommation globale : 18 848 GWh. Soit en moyenne 1660 kWh par Belge (puisque nous sommes 11,3 millions d'habitants)<sup>15</sup>.”*

### Le déclin de la biodiversité en général (et en Europe ou mieux, en Belgique)

L'érosion de la biodiversité en Fédération Wallonie-Bruxelles est une préoccupation majeure, reflétant des tendances alarmantes observées à l'échelle mondiale. Voici quelques chiffres clés illustrant cet effondrement :

- **Perte globale de biodiversité** : Selon le WWF<sup>16</sup>, depuis 1970, les populations de vertébrés (mammifères, oiseaux, poissons, reptiles et amphibiens) ont diminué de 68 % à l'échelle mondiale.

- **Situation en Wallonie**<sup>17</sup> : Environ 31 % des espèces étudiées en Wallonie sont menacées de disparition.

Dans les zones agricoles qui occupent 44% du territoire belge, par contre, le déclin des espèces est vertigineux. Les populations d'oiseaux ont baissé de 60,9% en moyenne.

Dans les forêts, qui couvrent 20% de la superficie nationale, les populations étudiées ont chuté de 26,6% en moyenne.



### **Rapport Planète Vivante Belgique : bilan de santé mitigé pour la biodiversité<sup>18</sup>**

- **État des habitats naturels** : Le dernier état de l'environnement wallon, publié en avril 2024, indique qu'environ 95 % des habitats naturels sont dans un état défavorable.

- **Espèces des milieux agricoles** : Les populations d'oiseaux des zones agricoles ont diminué de 60,9 % en moyenne entre 1990 et 2018, principalement en raison de l'intensification des pratiques agricoles.

- **Espèces forestières** : Les populations d'espèces forestières ont chuté de 26,6 % en moyenne sur la même période.

(14) <https://www.engie.be/fr/blog/autres/electricite-prix-kwh-production-fournisseurs>

(15) <https://www.engie.be/fr/blog/conseils-energie/consommation-electricite-moyenne-belge>

(16) [https://wwf.be/fr/communiqués-de-presse/communiqué-de-presse-la-biodiversité-sest-effondrée-de-68-depuis-1970-selon?utm\\_source=chatgpt.com](https://wwf.be/fr/communiqués-de-presse/communiqué-de-presse-la-biodiversité-sest-effondrée-de-68-depuis-1970-selon?utm_source=chatgpt.com)

(17) [https://biodiversite.wallonie.be/fr/la-biodiversite.html?IDC=3290&utm\\_source=chatgpt.com](https://biodiversite.wallonie.be/fr/la-biodiversite.html?IDC=3290&utm_source=chatgpt.com)

(18) <https://www.natagora.be/news/rapport-planete-vivante-belgique-bilan-de-sante-mitige-pour-la-biodiversite>

## Chiffres clés et sources

---

Ces données soulignent l'urgence de mettre en place des mesures de conservation et de restauration des écosystèmes pour inverser cette tendance préoccupante<sup>19</sup>.

- La question des **risques de pénurie**

Pour toute une série de raisons, il est plus que probable que les pénuries se multiplient :

<https://trends.levif.be/entreprises/penuries-les-chaines-dapprovisionnement-sont-de-plus-en-plus-chahutees-et-linquietude-grandit/>

<https://www.rtbf.be/article/hausse-de-20-des-penuries-de-medicaments-en-belgique-11338312>

Article rassemblant les causes de ruptures possibles : [https://www.atlas-mag.net/article/le-risque-de-rupture-de-la-chaine-d-approvisionnement?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.atlas-mag.net/article/le-risque-de-rupture-de-la-chaine-d-approvisionnement?utm_source=chatgpt.com)

## Pourquoi c'est important ?

**Perte des savoir et savoir-faire vernaculaires** : avant il était commun pour les gens ordinaires d'avoir un potager, de faire ses conserves, de cueillir des fruits, plantes ou champignons sauvages, de savoir fabriquer et réparer ses vêtements, de faire son compost, récolter l'eau de pluie, faire son bois de chauffage. Sans compter les multiples formes d'artisanat (vannerie, cordonnerie, poterie, céramique, tricot, ...).

Ces savoir se sont progressivement perdus et ont été remplacés par des services ou des produits bon marché. Aujourd'hui, se les réapproprier est d'autant plus difficile que les personnes qui pourraient nous les transmettre se sont faites plus rares et que les outils et matériaux pour y parvenir par soi-même sont parfois durs à trouver.

**Conclusion** : si ces services (qui dépendent souvent d'une chaîne logistique mondiale) ne devaient plus être assurés, nous ne savons pas facilement "retomber sur nos pattes" même pour quelque chose d'aussi essentiel que manger.

**Seuls ensemble sur nos écrans** : perte de lien social, de sens, atomisation, isolement, individualisme. C'est chacun pour soi, on ne s'adresse plus à son prochain, on ne prend plus le temps, chacun est dans sa bulle. Quand on a besoin d'une réponse, on demande à google. Quand on veut se rendre quelque part, on a un gps. Quand on s'ennuie (ce qui, en fait, n'arrive plus), on a internet dans notre poche. Cela a des conséquences sur notre santé mentale (explosion des dépressions, burn-out, augmentation du taux de suicide, ...), notre manière d'être ensemble, en relation, de faire société.

**Conclusion** : s'il y a une coupure de réseau, on ne sait plus où chercher des réponses, comment arriver quelque part, etc.

---

(19) [https://www.natagora.be/news/investir-dans-la-biodiversite-cest-investir-pour-lensemble-de-la-societe?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.natagora.be/news/investir-dans-la-biodiversite-cest-investir-pour-lensemble-de-la-societe?utm_source=chatgpt.com)

**Dépendances aux grands réseaux et systèmes de distribution** : notre société est basée sur une énergie abondante et bon marché. Elle est construite de telle sorte que la distance ne soit pas un problème et que les personnes comme les biens soient très mobiles. Or, notre mobilité est dépendante en grande partie du pétrole, dont les stocks mondiaux sont limités et dont l'extraction stagne ces dernières années. Notre quotidien est basé sur le fonctionnement de tas de machines dépendant de l'électricité. En cas de black-out ou de délestage, notre mode de vie en serait fort impacté.

Exemples : l'eau du robinet n'arrive à nous que parce que les pompes électriques des châteaux d'eau permettent leur distribution. Nos cuisines et systèmes de chauffage fonctionnent au gaz ou à l'électricité en grande partie.

**Conclusion** : il faudrait repenser l'organisation de notre quotidien et de nos communautés et sociétés pour limiter les déplacements, multiplier et diversifier les sources et systèmes d'énergies pour des besoins de base, décentraliser et autonomiser ces systèmes, ...

### Vers une multiplication des pénuries :

la pandémie a bien montré la fragilité de nos chaînes d'approvisionnement mondiale à flux tendus. Quand la machine se grippe (avec un grain de sable aussi petit qu'un virus par exemple), certaines denrées de base ne sont plus disponibles et cela occasionne des troubles.

**Conclusion** : en cas de rupture des flux de marchandises nous sommes vulnérables et ne disposons plus de certains produits et/ou services



**Un système alimentaire industriel fragile et nuisible** : la majorité de la population belge se nourrit par le biais de l'agro-industrie. Or, un tel système, outre les problèmes qu'il soulève par ses méthodes (monocultures intensives, pesticides et engrais de synthèses, épuisement et érosion des sols, ...) est un géant aux pieds d'argile (dépendant des intrants de synthèses et des produits phytosanitaires, basé sur une mécanisation lourde, du pétrole, de gros apports d'eau) sensible aux produits dont il dépend. Sans parler de la distance parcourue par la majorité de nos aliments, transformés ou non, qui viennent souvent de loin.

**Conclusion** : il est urgent de relocaliser notre consommation et réduire la dimension des fermes (et donc, d'encourager l'installation de producteurs) pour développer une politique alimentaire souveraine et résiliente.

**Concentrations et monopoles des entreprises** : synonyme de dépendance à ces géants qui jouissent d'une puissance et d'un pouvoir énormes contre lesquels il est difficile de s'opposer. Cette concentration de la production de pouvoir a pour conséquence résulte en une homogénéisation des produits, qui tendent à perdre en qualité tout en générant toute une série de nuisances (exploitation naturelle et humaine, pollutions multiples, épuisement de ressources, ...). L'artisanat et les petits commerces peinent à survivre dans un monde fait pour les grandes chaînes et les grosses industries. Les villes s'étalent et les villages se meurent.

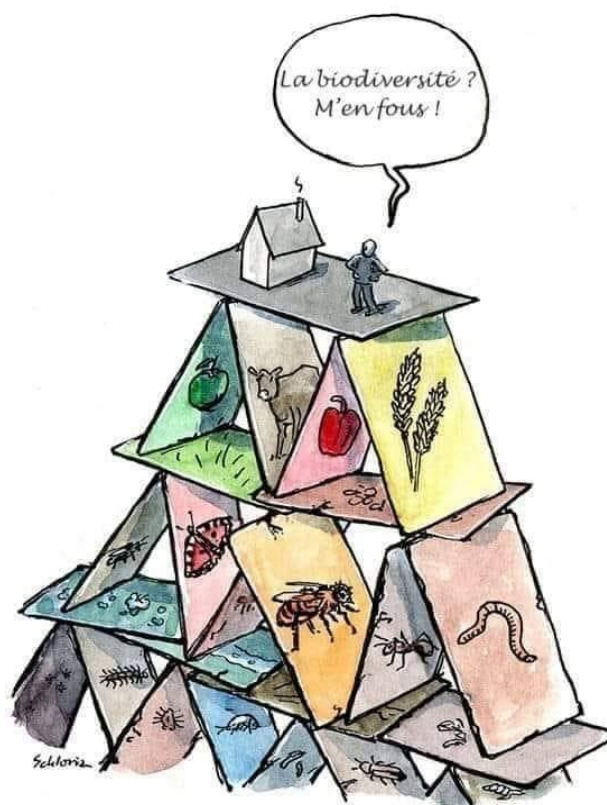
**Exemple** : concentration et diminution des fermes ces 50 dernières années, disparition des petits commerces et multiplications des centres commerciaux.

### La biodiversité : un peu comme un château de carte.

Les écosystèmes sont un ensemble de liens, de relations, d'interdépendances. Plus on défait, distend, rompt les liens, plus l'ensemble devient fragile.

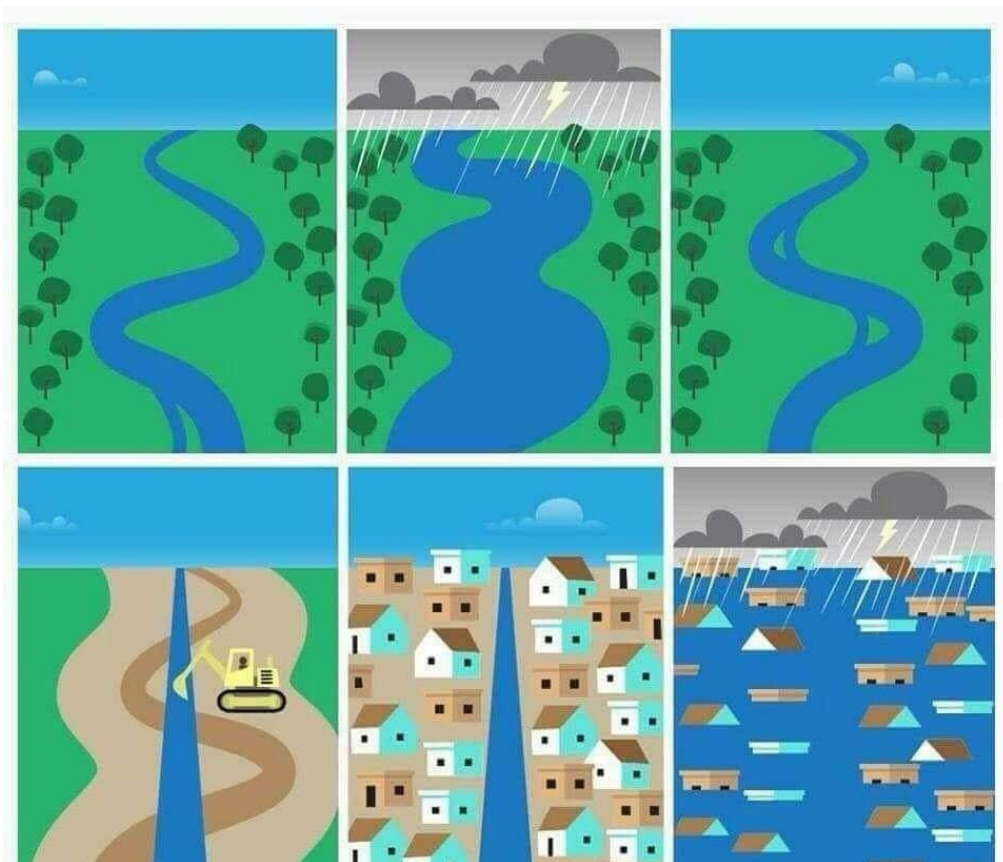
Et alors, certains "services" indispensables à une partie de nos besoins (et ceux d'autres espèces) viennent : régulation du climat, régulation des inondations, pollinisation, diminution du risque de pullulation de pathogènes, purification de l'eau, régulation de l'érosion des sols, ...

**Exemples** : la multiplication des zoonoses et des "nouvelles maladies", les inondations extrêmes de l'été 2021, l'érosion de nos sols et les coulées de boue qui en découlent, la pollution de nos eaux aux microplastiques et autres polluants tels les PFAS, les forêts fragiles et malades à cause de la monoculture intensive (épicéas, hêtres, ...), la disparition des pollinisateurs, ...



**"on aime ce qui nous émerveille et  
on protège ce que l'on aime".**

Commandant Cousteau



Cet article est disponible gratuitement sur le site internet [www.asblrcr.be](http://www.asblrcr.be).

Le RCR<sup>2</sup>, Réseau de Collectifs en Recherche de Résilience est une association promouvant la restauration des conditions d'habitabilité de la planète par l'invention, l'expérimentation et la diffusion de modes de vie écologiquement résilients, inclusifs et solidaires. Les outils, analyses et études du RCR<sup>2</sup> sont des moyens de délibérer et d'élaborer sur ces enjeux en portant des regards critiques aussi bien sur nos modes de vie actuels que sur ce qui se présente comme ses alternatives. Leur visée est d'approfondir la compréhension de ces enjeux pour stimuler l'élaboration des réponses inclusives, collectives, écologiques, solidaires, lucides et inspirantes. Ces documents sont le résultat d'entretiens, d'échanges entre collectifs ou groupes de citoyen.ne.s s'étant prêtés à nos outils d'animation ainsi que des recherches menées en groupe de travail composé.e.s de volontaires et de différents partenaires associatifs.

Toute diffusion et reproduction est autorisée et encouragée sous réserve de citer la source. N'hésitez pas à nous partager vos propres contributions ainsi que d'éventuelles questions, commentaires ou propositions. A votre disposition pour aborder, au sein de votre collectif, les thématiques traitées.

**Pour nous contacter : [info@asblrcr.be](mailto:info@asblrcr.be)**

**Publié en 2025**