

à la table :  
le goût de l'immigration

Musée canadien  
de l'immigration du Quai 21

# Un goût de chez nous

Les saveurs de la migration et de la diversité au Canada



Cahier d'activités du participant



# Un goût de chez nous

Les saveurs de la migration et de la diversité au Canada

Créé par Bryce Mathew Watts, David A. Jimenez Cabuya et Erika Alejandra Chacón  
en partenariat avec le Musée canadien de l'immigration du Quai 21

Présenté par



Musée canadien de  
l'immigration du Quai 21  
Canadian Museum of  
Immigration at Pier 21

Canada

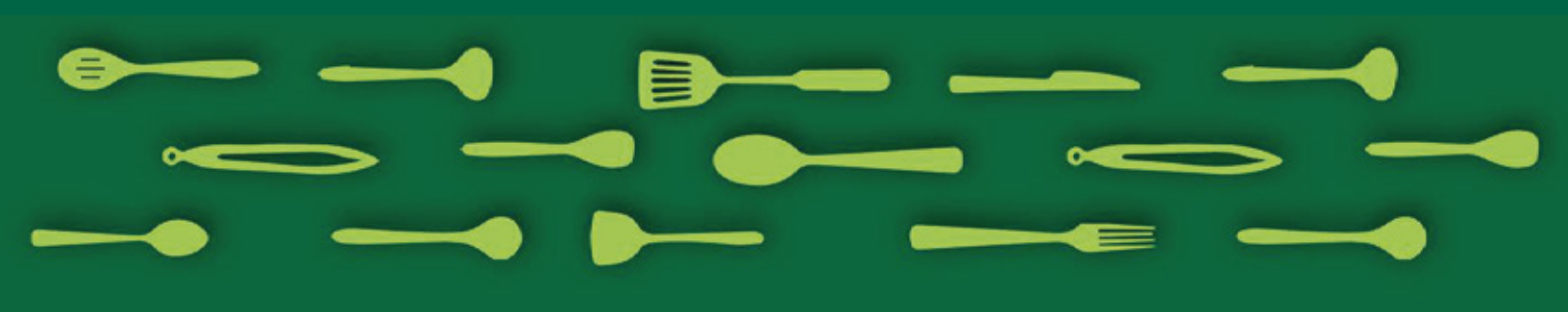
forager  
education

forager  
publishing  
A division of  
Forager Media Group

© 2025 Musée canadien de l'immigration du Quai 21  
1055, chemin Marginal  
Halifax (Nouvelle-Écosse)  
B3H 4P7  
Téléphone : +1 902 425 7770  
Courriel : [info@quai21.ca](mailto:info@quai21.ca)

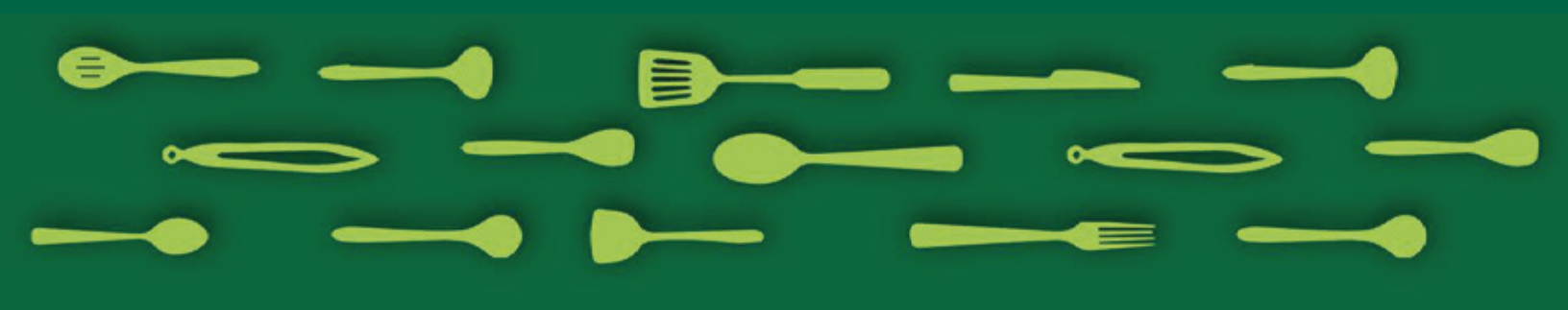
Ce programme éducatif a été créé en collaboration avec le Musée canadien de l'immigration du Quai 21, en partenariat avec Forager Education et Forager Publishing. Il accompagne à la table : le goût de l'immigration, une exposition créée par le Musée canadien de l'immigration du Quai 21 et présentée par la BMO. L'exposition voyagera à travers le Canada, partageant des histoires d'immigration grâce au langage universel de la nourriture et enrichissant les expériences pédagogiques en reliant les récits culturels à l'histoire communautaire.

Développé par Forager Education  
Conçu par Forager Publishing



# Contenu

Introduction au cahier d'activités .....	1
À propos du Musée canadien de l'immigration du Quai 21.....	3
À propos d'à la table : le goût de l'immigration.....	4
Message aux parents, enseignants et accompagnateurs.....	5
Activités .....	6
Une carte des aliments.....	7
Banquet culinaire.....	10
Savourer le passé, partager des souvenirs .....	13
Mes photos de famille.....	16
Plaques sculpturales.....	19
Qui cuisine chez moi? .....	21



# Introduction au cahier d'activités



Préparez-vous à découvrir comment la nourriture nous relie tous! Ce cahier d'activités fait partie du programme éducatif de l'exposition itinérante *à la table : le goût de l'immigration* — du Musée canadien de l'immigration du Quai 21 d'Halifax.

Grâce à des activités amusantes, des défis créatifs et des discussions de groupe, vous découvrirez comment l'immigration a aidé à façonner les aliments que nous mangeons aujourd'hui au Canada. Vous apprendrez également comment différentes communautés — des peuples autochtones aux nouveaux arrivants du monde entier — ont partagé et adapté leurs traditions alimentaires, créant ainsi des liens solides et de nouvelles saveurs.

En parcourant ce cahier, vous vous pencherez sur vos souvenirs et vos histoires liés à la nourriture, vous explorerez comment les aliments font partie de l'histoire du Canada et vous réfléchirez au rôle de l'alimentation dans l'identité, la famille et la communauté. Vous explorerez également comment la nourriture peut nous aider à comprendre certains sujets importants comme le colonialisme, les migrations et les échanges culturels.

Et surtout, ce cahier d'activités vous invitera à faire preuve de curiosité, de créativité et d'ouverture d'esprit. Nous espérons qu'il vous aidera à comprendre que la nourriture est plus que des aliments — qu'elle est un moyen puissant de partager qui nous sommes, d'où nous venons et comment nous vivons ensemble.

## Reconnaissance des terres

### **Nous cultivons, cuisinons et mangeons sur des terres autochtones.**

Avant la colonisation et l'immigration, les peuples autochtones ont récolté des aliments durablement pendant des siècles. Les communautés autochtones font aujourd'hui revivre des traditions alimentaires en plus de les partager, car beaucoup de ces pratiques alimentaires ont été volées ou perdues lors de la colonisation. Nous vous encourageons à en apprendre davantage sur les diverses pratiques alimentaires des communautés et nations autochtones de l'ensemble de ce que l'on appelle aujourd'hui le Canada.

nineSixteen Creative Inc,  
Oulton et Devine, et Expozone © 2024



# À propos du Musée canadien de l'immigration du Quai 21

Le Musée canadien de l'immigration du Quai 21 est situé à Halifax, en Nouvelle-Écosse. Il s'agit du seul musée national du Canada atlantique et il est situé à un endroit très spécial, à l'endroit même où près d'un million de personnes sont arrivées au Canada entre 1928 et 1971, espérant commencer une nouvelle vie.

Le Musée raconte l'histoire de personnes venues du monde entier pour s'installer au Canada. Il partage leurs espoirs, leurs luttes et leurs réalisations grâce à des expositions passionnantes, des histoires personnelles et des présentations interactives. Si le visitez, vous apprendrez comment l'immigration a contribué à bâtir la société multiculturelle du Canada et comment les nouveaux arrivants continuent encore aujourd'hui de façonner notre identité.

Le Musée ne se limite pas à l'histoire, il s'intéresse aussi au présent et à l'avenir. Certains programmes, comme « Un goût de chez nous », aident les visiteurs à se pencher sur les liens entre la migration et l'identité, la communauté et l'appartenance. Le Musée est un lieu qui célèbre la diversité et nous rappelle le courage et la résilience dont il faut faire preuve pour repartir à zéro dans un nouveau pays.





# À propos d'*à la table : le goût de l'immigration*

Bienvenue dans le cahier d'activités d'*à la table : le goût de l'immigration*, une nouvelle exposition itinérante passionnante consacrée à la nourriture et aux histoires étonnantes qu'elle raconte!

Cette exposition s'intéresse au lien entre l'alimentation, notre identité et nos origines. Elle célèbre que les gens du monde entier apportent au Canada leurs styles de cuisine, leurs ingrédients et leurs traditions, créant ainsi une scène gastronomique riche, passionnante et en constante évolution.

Pensez-y. Lorsqu'une personne déménage, la nourriture est souvent la première chose qu'elle partage et la dernière à laquelle elle s'accroche. **En effet, la nourriture est plus qu'une question d'alimentation, elle est aussi empreinte de souvenirs, de culture et de communauté.**

Dans cette exposition, vous entendrez de puissantes histoires, vous verrez des expovitrines impressionnantes et vous ferez des activités pratiques qui vous aideront à comprendre comment la nourriture rapproche les gens et développe une curiosité et une compréhension interculturelles.

L'exposition est divisée en trois sections amusantes : **manger, préparer, partager**. Chacune d'entre elles vous aidera à découvrir un aspect de l'histoire alimentaire du Canada. Si vous avez l'occasion de la visiter, vous verrez des photos, vous entendrez de vraies histoires et vous interagirez avec des objets provenant de toutes sortes de cultures. Vous aurez même l'occasion de vous pencher sur vos propres souvenirs liés à la nourriture et à leur place dans votre identité.

Ce cahier d'activités est votre guide d'exploration! Vous découvrirez les défis auxquels les communautés immigrantes ont fait face et la créativité dont elles ont fait preuve, vous explorerez les traditions alimentaires autochtones et vous découvrirez comment la culture alimentaire du Canada est une histoire de survie, d'adaptation et de liens. Parce qu'en fin de compte, cette exposition ne se limite pas à la nourriture; elle porte sur les personnes et les puissantes histoires derrière chaque bouchée.



---

# Message aux parents, enseignants et accompagnateurs

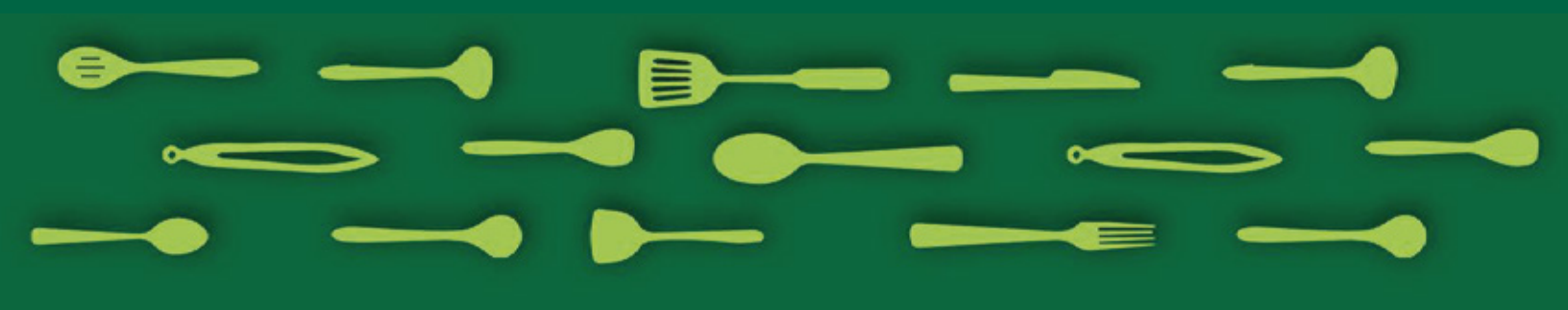
**Vous jouez un rôle important!**

Ce cahier d'activités invite les jeunes à explorer comment la nourriture raconte des histoires de culture, de migration et d'appartenance. Votre soutien en tant que **parent, enseignant ou accompagnateur** permet de donner vie à ces histoires.

Vous pouvez accompagner les participants :

- **En encourageant la réflexion :** Demandez-leur quels sont leurs aliments préférés, d'où ils proviennent et quels souvenirs ils évoquent.
- **En partageant vos propres expériences :** Parlez des recettes ou des traditions transmises dans votre famille ou votre communauté.
- **En vous joignant à la discussion :** Discutez du lien entre la nourriture et l'identité, l'histoire et le changement au Canada.
- **En étant curieux :** Explorez de nouvelles saveurs, cuisinez un plat d'une autre culture ou recherchez l'origine d'un ingrédient.

Que ce soit à la maison ou en classe, votre participation aide les jeunes à se sentir valorisés et en confiance, et ils seront enthousiastes à l'idée d'apprendre. Laissons la nourriture nous mener vers des conversations intéressantes!



# Activités



Image de Freepik

# Une carte des aliments

## (Activité à domicile à partager à l'école)

**But :** Avez-vous déjà réfléchi à l'endroit où la nourriture est consommée dans votre maison, et à ce qui se passe autour? Dans le cadre de cette activité, vous explorerez votre maison à la manière d'un détective. Vous dresserez une carte des espaces où la nourriture est préparée et partagée, puis vous réfléchirez aux moments de la vie quotidienne qui y ont lieu. Vous pouvez faire cette activité individuellement ou avec l'aide d'un enseignant, d'un parent ou d'un autre adulte. Vous apporterez ensuite vos découvertes en classe et partagerez votre carte des aliments avec vos camarades.

### Matériaux :

- Une grande feuille de papier (format affiche si possible);
- Crayon et crayons de couleur ou marqueurs;
- Règle (facultatif);
- Un téléphone ou un appareil photo pour prendre des photos de votre carte.

nineSixteen Creative Inc,  
Oulton et Devine, et Expozone © 2024





## Étape 1 : C'est parti!

Commencez par faire le tour de votre maison. Portez une attention particulière à la nourriture :

- Où la nourriture est cuisinée (p. ex., cuisine, espace barbecue);
- Où la nourriture est mangée (p. ex., table à manger, sofa, cour arrière, au sol);
- Quand la nourriture est partagée (p. ex., repas en famille, collations avec les frères et sœurs, vacances).

Prenez des notes et observez tranquillement. Chaque maison est différente. Peut-être que votre famille cuisine ensemble, ou peut-être que vous mangez tous à des heures différentes. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise façon de faire les choses!

## Étape 2 : Dessinez votre carte des aliments

Il est maintenant temps de dessiner une carte de votre maison. Elle n'a pas besoin d'être parfaite, mais elle doit être suffisamment claire pour qu'on puisse y voir les différentes pièces ou zones.

Commencez par la disposition des pièces. Dessinez les pièces où la nourriture fait partie de la vie quotidienne. Marquez et étiquetez les espaces liés à l'alimentation. Utilisez des flèches, des étiquettes ou des symboles pour montrer comment les gens se déplacent dans ces espaces. Utilisez des couleurs pour rendre l'exercice amusant et pour lui donner du sens. Vous pouvez par exemple utiliser des couleurs chaudes pour les zones de repas, des couleurs froides pour les espaces de préparation, etc.

## Étape 3 : Ajoutez les actions

Maintenant que votre carte montre les endroits où la nourriture fait partie de votre vie quotidienne, explorons ce qui se passe dans ces espaces!

Voyez aussi votre carte des aliments comme une carte des souvenirs — un endroit montrant comment la nourriture est liée aux personnes, aux émotions et aux habitudes quotidiennes. Réfléchissez aux autres actions qui ont lieu dans chaque espace identifié pendant la préparation et le partage des aliments.

Par exemple :

- **Lieu** : La cuisine.
- **Action** : Écouter de la musique en cuisinant.
- **Dessin** : Ajouter des notes de musique, une personne qui danse ou un haut-parleur sur le comptoir.



- **Lieu :** La table à manger.
- **Action :** Partager des histoires de famille.
- **Dessin :** Montrer les membres d'une famille assis ensemble, l'un d'entre eux racontant une histoire.

Ajoutez autant de moments et de détails que possible. Essayez également de répondre aux questions suivantes :

- *Qu'est-ce qui rend ces moments-là spéciaux?*
- *Qui est habituellement présent?*



## Étape 4 : Créez un document visuel

Une fois votre carte terminée, prenez des photos de votre travail à l'aide de votre téléphone ou de votre appareil photo. Vous pouvez utiliser ces photos pour faire une courte présentation ou une affiche pour la classe. Vous pouvez également emmener votre carte en classe pour la partager directement avec vos camarades.

### La présentation de la carte doit :

- Montrer clairement votre carte des aliments;
- Décrire au moins deux espaces liés à la nourriture dans votre maison;
- Expliquer quelles actions se produisent dans ces espaces ou quels souvenirs importants y sont liés.

Si vous décidez d'utiliser des outils numériques, vous pouvez faire votre présentation à l'aide des éléments suivants :

- Une affiche imprimée;
- Un diaporama montrant vos photos;
- Une courte vidéo ou un enregistrement vocal, si votre enseignant l'autorise.

## Étape 5 : Partagez à l'école

Pendant les cours, vous aurez l'occasion de partager votre carte des aliments avec vos camarades de classe. Tandis que vous écoutez les autres, réfléchissez aux questions suivantes :

- *En quoi nos espaces alimentaires se ressemblent-ils ou diffèrent-ils?*
- *Quels types d'histoires et de souvenirs sont associés à l'alimentation?*
- *Comment l'alimentation rassemble-t-elle les gens dans différents foyers?*







Image de Freepik

# Banquet culinaire

## (Activité à domicile à partager à l'école)

**But :** Cette activité vous invite à célébrer et à explorer les riches traditions alimentaires de votre région en préparant et en partageant un plat traditionnel avec vos camarades de classe. En faisant de la recherche, en cuisinant et en racontant des histoires, vous en apprendrez davantage sur l'histoire d'une recette et vous participerez à un banquet culinaire organisé par l'ensemble de la classe. Vous pouvez faire cette activité avec l'aide d'un enseignant, d'un parent ou d'un autre adulte. À la fin de l'activité, vous vous pencherez sur les choix que vous avez faits et vous partagerez vos découvertes avec la classe.

### Matériaux :

- Ustensiles de cuisine (utilisés à la maison avec un adulte responsable).
- ingrédients pour le plat attribué;
- Ustensiles de service ou contenants pour apporter le plat à l'école;
- Espace dans la salle de classe pour le banquet.



nineSixteen Creative Inc,  
Oulton et Devine, et Expozone © 2024



## Étape 1 : C'est parti!

### Mini-étape 1.1 : Votre mission culinaire

Chaque participant (ou petit groupe) préparera un plat traditionnel de sa région, de son territoire ou de sa province. Le plat doit être préparé en quantité suffisante pour être partagé avec votre classe.

Il doit refléter des éléments liés à votre culture locale, à vos traditions culinaires ou à l'histoire de votre famille.

### Mini-étape 1.2 : Attribution des plats

Votre enseignant :

- Fera une liste de tous les participants ou groupes.
- Attribuera à chaque personne ou groupe un plat traditionnel propre à votre région.

**Remarque :** Les plats proposés seront faciles à préparer et utiliseront des ingrédients couramment offerts dans les magasins d'alimentation.

### Mini-étape 1.3 : Réservez la date

Votre enseignant annoncera le jour du banquet culinaire afin que vous sachiez exactement quand apporter votre plat à l'école.

## Étape 2 : La recherche à la maison

Lorsque vous saurez quel plat vous préparez, vous devrez en apprendre plus à son sujet. Utilisez des livres, des sites Web ou des connaissances familiales pour découvrir :

- Les ingrédients utilisés dans la recette;
- La méthode de préparation;
- L'origine et l'histoire du plat (d'où le plat provient-il, pourquoi est-il important?).

Ces renseignements vous aideront à présenter votre plat lors du banquet.

### La sécurité avant tout!

Avant de commencer votre activité culinaire, voici quelques points importants à retenir :

- 1) **Cuisinez toujours en compagnie d'un adulte responsable.** Certaines étapes peuvent être délicates ou dangereuses, alors assurez-vous qu'une personne soit là pour vous aider.





2) **Vérifiez s'il y a des allergies alimentaires.** Certaines personnes ont des restrictions alimentaires. Certaines personnes sont allergiques à des produits comme les noix, le fromage, le poisson et même le chocolat! Avant de préparer votre plat, demandez à votre enseignant et à vos camarades de classe s'il y a des choses qu'ils ne peuvent pas manger pour des raisons médicales.

3) **Respectez les choix alimentaires.** Certaines personnes ne mangent pas certains aliments pour des raisons personnelles, culturelles ou éthiques. Par exemple, une personne ne mange peut-être pas de viande ou de produits d'origine animale. N'oubliez pas de demander à votre enseignant et à vos camarades de classe s'ils évitent certains aliments.

*Veillons à ce que tout le monde se sente en sécurité et inclus, et soyons prêt à profiter ensemble de cette expérience gastronomique!*

### Mini-étape 2.1 : Planification pour le service

Le jour du banquet, vous devrez apporter :

- Votre plat cuisiné (bien emballé et prêt à servir);
- Les ustensiles, cuillères de service ou assiettes dont vous pourriez avoir besoin.

## Étape 3 : Le banquet culinaire : Partager et célébrer

### Mini-étape 3.1 : Aménagement de l'espace

Une longue table (ou plusieurs tables) est installée dans la salle de classe afin de présenter tous les plats. Les élèves aident à organiser l'espace et à préparer les tables.

### Mini-étape 3.2 : Présenter les plats et parler des plats!

Lorsque c'est votre tour, apportez votre plat à la table et préparez-vous à le présenter.

Chaque participant partage brièvement :

- Pourquoi ce plat est-il important.
- Qu'avez-vous appris sur son histoire.



### Mini-étape 3.3 : Dégustation

Au fur et à mesure que l'histoire d'un plat est racontée, les camarades de classe sont invités à le goûter. Vous aurez l'occasion de goûter différents plats, d'écouter les autres et de découvrir la diversité des traditions culinaires de votre région.



# Savourer le passé, partager des souvenirs

(Une activité à domicile à partager à l'école et à la maison)

**But :** Cette activité vous invite à explorer une recette familiale spéciale et à la transformer en votre propre émission de cuisine! Vous apprendrez à préparer un plat ayant de l'importance pour votre famille, découvrirez son histoire et partagerez ce que vous avez appris d'une manière amusante et créative. Vous pouvez faire cette activité avec un enseignant, un membre de votre famille ou un autre adulte de confiance. Lorsque vous aurez terminé, vous pourrez prendre une photo ou réaliser une courte vidéo pour montrer votre création et l'histoire qui s'y rattache!

## Matériel

- Ingrédients pour le plat choisi.
- Un téléphone portable muni d'un appareil photo.



nineSixteen Creative Inc,  
Oulton et Devine, et Expozone © 2024



## Étape 1 : Découvrez la recette!

Déterminez qui cuisine habituellement chez vous et interrogez cette personne quant à son plat préféré et sa préparation. Demandez à cette personne d'où provient la recette et pourquoi elle est importante pour votre famille.

## Étape 2 : Écrivez la recette

Avec l'aide de cette personne, écrivez :

- Les ingrédients et les mesures;
- Les instructions étape par étape;
- Les notes personnelles et souvenirs liés au plat.

Vous connaissez maintenant la recette, mais vous n'avez pas fini!

## Étape 3 : Enregistrez une vidéo ou prenez des photos

Avec l'aide d'un adulte, préparez votre plat familial à la maison. Utilisez votre téléphone — ou demandez à votre partenaire de cuisine d'utiliser le sien — pour prendre des photos ou enregistrer de courtes vidéos du processus. Si vous voulez vous inspirer, regardez des vidéos de cuisine en ligne et essayez des styles qui vous plaisent!

Montrez les ingrédients, montrez chaque étape et ajoutez une voix hors champ ou du texte expliquant ce qui se passe.

N'oubliez pas de personnaliser cette étape! Parlez de la personne qui a partagé la recette avec vous, de ce que cette recette représente pour votre famille et pourquoi elle est spéciale. Votre histoire est tout aussi importante que la nourriture!

**Conseil :** Regardez d'abord quelques vidéos de nourriture avec vos parents ou d'autres adultes de confiance afin de vous donner des idées!



## Étape 4 : Partagez votre plat!

Maintenant que vous avez cuisiné et capturé l'expérience, il est temps de partager votre travail! Vous n'avez pas besoin d'un montage sophistiqué. Ce qui compte, c'est le soin et la créativité que vous mettez à raconter l'histoire de votre famille.

### Que pouvez-vous partager?

Vous pouvez présenter un ou plusieurs des éléments suivants à votre famille, vos amis et vos camarades de classe (si vous le souhaitez!) :

- Une courte vidéo présentant le processus de préparation de votre plat et votre histoire familiale.
- Un diaporama de photos ou un collage de photos imprimé montrant chaque étape.
- Une affiche ou un scénario en images présentant des dessins, des images ou des légendes décrivant ce que vous avez fait, comment vous l'avez fait et en quoi c'est important pour votre famille.
- Une page de recette que vous avez conçue et sur laquelle on retrouve vos propres instructions, décorations ou illustrations.

Vous pouvez demander à un membre de votre famille d'imprimer vos images ou de rédiger les légendes à la main. Si vous avez utilisé un téléphone pour prendre des photos ou des enregistrements, demandez à un adulte de vous aider à les afficher sur un appareil ou à les imprimer.

### Comment présenter vos éléments?

Lors des présentations, vous pouvez :

- Accompanyer vos camarades d'une étape à l'autre à l'aide de vos photos ou de vos dessins;
- Parler de l'origine de la recette et expliquer pourquoi elle est importante pour votre famille;
- Raconter un moment drôle ou mémorable lié à la préparation;
- Parler de ce que vous avez appris en préparant le plat.



Image de Freepik

# Mes photos de famille

## (Une activité à domicile à partager à l'école et à la maison)

**But :** Dans le cadre de cette activité, vous explorerez votre propre album de photos de famille et découvrirez des histoires où la nourriture a joué un rôle particulier. La nourriture fait partie de nos souvenirs. Elle nous lie à des personnes, à des lieux et à des traditions. Votre objectif est de choisir une photo, de réfléchir à ce qui s'y passe et d'imaginer l'histoire de la nourriture qui s'y trouve. Vous pouvez faire cette activité individuellement ou avec l'aide d'un enseignant, d'un parent ou d'un adulte de confiance. À la fin de l'activité, vous vous pencherez sur les choix que vous avez faits et vous partagerez vos découvertes avec la classe et votre famille.

### Matériaux :

- Une photo imprimée tirée de votre album de famille (numérique ou physique);
- Papier calque;
- Crayon ou crayons de couleur;
- Ruban adhésif (facultatif);
- Un téléphone ou une caméra pour enregistrer votre histoire.



nineSixteen Creative Inc,  
Oulton et Devine, et Expozone © 2024



## Étape 1 : C'est parti!

Commencez par demander à quelqu'un chez vous :

- Où est notre album photo de famille?



Il peut s'agir d'un album photo imprimé ou d'un dossier numérique sur un ordinateur ou un téléphone. Une fois l'album trouvé, prenez le temps de regarder les photos et essayez de trouver des photos où on voit de la nourriture. Il peut s'agir d'un anniversaire, de vacances, d'un pique-nique, d'un souper ou même d'un repas décontracté.

Choisissez une photo qui attire votre attention.

- Si l'album est numérique : Imprimez la photo (demandez à un adulte ou à un enseignant, au besoin).
- Si l'album est imprimé : Faites une photocopie de l'image (ne dessinez pas sur l'original!).

## Étape 2 : Regardez de plus près et posez des questions

Observez bien votre photo et répondez aux questions suivantes dans un cahier ou sur une feuille séparée.

- **Que voyez-vous sur la photo?** (Décrivez tout : les personnes, les objets, la nourriture, le décor, les vêtements, les expressions.)
- **Que pensez-vous qu'il se passe sur la photo?** (Inventez ou rappelez-vous une petite histoire à propos de ce qui se passe.)
- **Quelles nouvelles questions vous viennent à l'esprit en regardant la photo?** (Par exemple : Que mangent-ils? Qui a préparé le repas? D'où vient la recette?)



Ces questions vous aideront à orienter votre dessin et votre histoire.

## Étape 3 : Tracez et imaginez

Il est temps de faire preuve de créativité! Placez une feuille de papier calque par-dessus votre photo imprimée ou votre photocopie. Utilisez un petit morceau de ruban adhésif pour maintenir le papier calque en place, si nécessaire. À l'aide d'un crayon ou de crayons de couleur, dessinez directement sur le papier calque. Ajoutez tout ce que vous avez imaginé en fonction des questions que vous avez posées.





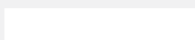
**Exemple :** Dessinez les aliments que vous pensez qu'ils mangeaient.

Ajoutez des mots ou des symboles afin de montrer ce que les gens ont pu ressentir. Ajoutez également des notes sur l'origine des aliments ou sur ce que le plat représente pour votre famille. C'est l'occasion d'enrichir ce souvenir et de raconter votre propre version de l'histoire!

## Étape 4 : Partagez votre histoire!

Une fois votre dessin terminé, il est temps de raconter votre histoire! Enregistrez une courte vidéo à l'aide de votre téléphone ou de votre tablette. Dans la vidéo :

- Montrez votre photo et votre dessin sur papier calque.
- Lisez ou résumez l'histoire que vous avez écrite.
- Dites-nous ce que le plat représente pour vous ou votre famille.



### **Vous n'êtes pas sur les médias sociaux? Pas de problème!**

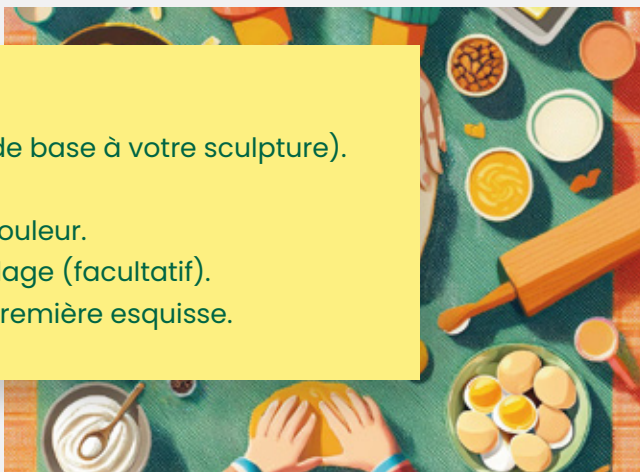
Vous pouvez toujours :

- Partager votre histoire à l'école;
- Présenter votre histoire à votre classe ou à votre famille;
- Afficher votre photo et votre dessin dans une galerie ou sur un tableau de classe.





### (Activité à domicile à partager à l'école)



le base à votre sculpture).

bleur.

age (facultatif).

première esquisse.

- Une plaque de cuisson (elle servira de base à votre sculpture).
- Papier, carton, colle, ciseaux.
- Peinture, marqueurs et crayons de couleur.
- Argile ou autres matériaux de modelage (facultatif).
- Papier blanc et crayons pour votre première esquisse.





## Étape 1 : C'est parti!

En classe, votre enseignant animera une conversation au cours de laquelle chaque personne partagera son plat préféré. Tandis que vous écoutez et participez, réfléchissez aux questions suivantes :

- Qu'est-ce qui rend ce plat spécial pour vous?
- Est-il lié à une tradition, à un membre de votre famille ou à un souvenir particulier?
- Participez-vous à sa préparation à la maison?



## Étape 2 : Dessinez votre plat

Après la discussion, vous recevrez une feuille blanche et des crayons de couleur. Votre tâche : dessinez votre plat préféré tel que vous vous en souvenez ou tel que vous l'imaginez. Ajoutez autant de détails que possible — couleurs, textures, ingrédients et présentation. Ce dessin vous aidera à planifier votre sculpture.

## Étape 3 : Créez une assiette sculpturale

Avant le prochain jour de classe, vous devez transformer votre dessin en sculpture. Voici comment faire :

- Utilisez une vraie plaque de cuisson comme base pour votre œuvre d'art.
- Créez votre plat en utilisant du papier, du carton, de la colle, de la peinture, de l'argile, du tissu ou des objets recyclés.

Essayez de faire en sorte que votre sculpture ressemble le plus possible au vrai plat, mais n'hésitez pas à faire preuve de créativité avec les textures et les couleurs.

**Rappel!** Pour des raisons de sécurité, demandez l'aide d'un adulte responsable lorsque vous utilisez des ciseaux, un pistolet à colle ou de la peinture à la maison.

Nous pensons que cette activité fonctionne très bien seule, mais elle pourrait être encore plus amusante si vous la combinez avec une autre activité du livre. Jetez-y un coup d'œil et voyez s'il y en a une qui s'y prête bien. N'oubliez pas : c'est vous qui décidez!



**(Une activité à domicile à partager à l'école et à la maison)**

**But :** Vous êtes-vous déjà interrogé sur la personne qui cuisine chez vous? Comment a-t-elle appris? Qu'est-ce qu'elle aime cuisiner? Qu'est-ce que la nourriture représente pour elle? Dans le cadre de cette activité, vous deviendrez un mini-journaliste! Vous allez interviewer quelqu'un qui cuisine à la maison et faire un enregistrement vidéo de de cette personne. Vous pouvez faire cette activité individuellement ou avec l'aide d'un enseignant, d'un parent ou d'un autre adulte. Vous pouvez également partager votre création avec votre classe et votre famille.

## Matériqaux :

- Un téléphone portable ou un appareil équipé d'une caméra.
- Une connexion Internet (facultatif).

nineSixteen Creative Inc,  
Oulton et Devine, et Expozone © 2024





## Étape 1 : C'est parti!

Commencez par regarder autour de vous :

- Avec qui habitez-vous?
- Qui prépare habituellement les repas chez vous?



Déterminez qui vous aimeriez interviewer. Il peut s'agir d'un parent, d'un grand-parent, d'un frère aîné ou d'une sœur aînée, ou d'un autre membre de votre famille ou d'un ami qui prépare de la nourriture là où vous vivez.

## Étape 2 : Préparez vos questions d'entrevue

Réfléchissez à ce que vous aimeriez savoir. Vos questions doivent permettre de raconter l'histoire de la personne se cachant derrière les repas. Vous pouvez les écrire avant de filmer. Voici quelques idées pour vous aider à démarrer :

- Qui vous a appris à cuisiner?
- Quelle est votre recette préférée?
- Quels plats préparez-vous le plus souvent à la maison?
- Y a-t-il un plat qui vous rappelle votre enfance?
- Aimez-vous cuisiner? Pourquoi ou pourquoi pas?
- Quel est l'ingrédient que vous utilisez toujours?



N'hésitez pas à ajouter vos propres questions. L'objectif est d'apprendre quelque chose de nouveau sur la relation que cette personne entretient avec la nourriture.

## Étape 3 : Vérifiez, choisissez et questionnez!

**Avant de commencer à filmer :**

- Assurez-vous que votre téléphone ou votre caméra fonctionne bien.
- Testez l'audio et la vidéo afin d'éviter les surprises lors de l'entrevue.
- Préparez vos questions et chargez votre téléphone.



---

**Choisissez un endroit calme et confortable pour mener votre entrevue :**

- Veillez à ce qu'il n'y ait pas de bruit de fond (télévision, musique, circulation).
- Choisissez un endroit familier et confortable, comme la cuisine ou la salle à manger.
- Assurez-vous d'avoir un bon éclairage afin que votre vidéo soit claire.

**Avant de commencer, expliquez l'activité à la personne que vous souhaitez interviewer.****Expliquez-leur :**

- Pourquoi vous voulez leur poser des questions sur la préparation de nourriture;
- Que l'entrevue sera enregistrée;
- Que l'entrevue pourrait être partagée en classe,

La personne peut dire oui ou non. Il est important qu'elle se sente à l'aise et libre de participer.

## Étape 4 : Enregistrez l'entrevue

Lorsque tout est prêt, commencez votre entrevue. Vous pouvez filmer la conversation en une seule vidéo ou en courtes séquences. Essayez de garder une atmosphère détendue et naturelle — il s'agit d'apprendre et de partager, pas d'atteindre la perfection.

## Étape 5 : Montez et partagez

Après l'enregistrement, prenez le temps de monter votre vidéo :

- Coupez les longues pauses ou les parties superflues.
- Ajoutez des titres, des sous-titres ou de la musique si vous le souhaitez.
- Faites en sorte que la vidéo soit brève et engageante. généralement entre 15 secondes et 3 minutes.

Si votre entrevue est longue, choisissez un ou deux moments forts. Vous pouvez toujours garder la version complète pour la classe.

Nous vous recommandons également de nommer le Musée canadien de l'immigration du Quai 21.



Les hyperliens suivants peuvent vous inspirer lors de la création de votre vidéo. Vous n'avez pas à faire exactement la même chose... Utilisez-les simplement pour trouver des idées intéressantes!

***[Hyperlien 1](#) / [Hyperlien 2](#) / [Hyperlien 3](#) / [Hyperlien 4](#) / [Hyperlien 5](#) / [Hyperlien 6](#)***

Vous pouvez partager votre vidéo, en classe, avec votre famille ou lors d'un événement scolaire.





Canadian Museum of  
Immigration at Pier 21  
Musée canadien de  
l'immigration du Quai 21

Canada