



## Bar à eaux

Type de support : Stand alimentaire

Publics cibles : tout venant

Thématique principale : hydratation et consommation d'eau en lien, ou non, avec l'usage de drogues

### Fiche descriptive

1. Utilisation :

Individuelle ou en groupe

2. Objectifs pédagogique :

Amener à une réflexion sur la consommation d'eau en contexte festif et au quotidien

3. Thèmes abordés :

Deshydratation

Plaisir gustatif

Pleine conscience

4. Compétences mobilisées :

Goût

Prendre soin de soi

Attention et centration

5. Description :

Un bar à eaux animé par un.e professionnel.le ayant une affinité avec la dimension psychocorporelle et la sensorialité.

Il peut être intéressant de reprendre tous les éléments propres à la culture bar-bistrot (tabourets de bar, comptoir, étagère avec bouteilles, verres, étiquettes sur les bouteilles, etc.)

### Fiche d'utilisation :

1. Matériel :

- Contenants : bouteilles, jarre avec robinet, etc.
- Verres
- Tisanes, infusions,
- Bouilloire
- Ingrédients pour les eaux aromatisées (gingembre, concombre, citron, bissap, menthe)
- Sucre
- Fiches recettes à destination des usager.e.s
- Fiches nutriments : les dangers du sucres, de la conso d'alcool, les bienfaits de l'eau, des eaux détox, etc.

2. Nos attentes de l'utilisateur :

- Questionner la présence d'un bar qui ne vend pas d'alcool
- Curiosité gustative
- Questionner « l'obligation » implicite de boire de l'alcool en milieu festif

3. Conseils d'utilisation de l'outil :

- La présence d'un.e professionnel.le avec des compétences psychosensorielles serait un plus.
- Ne pas hésiter à reconstruire l'ambiance bar et bistrot : ainsi la convivialité des bars ne seraient pas uniquement liée à la consommation d'alcool ?!

4. Outils complémentaires :

- Mario Kart
- Parcours alcool
- Mme Irma