

Ressources disciplinaires de formation des enseignants

Compétences de la vie courante

Module 1 Section numéro 3

Exploration des idées qu'ont les élèves
sur une vie saine

- 1 Construire sur les acquis des élèves pour développer leur savoir de ce qu'est une vie saine
- 2 Organiser une discussion sur ce qui constitue une vie saine
- 3 Utiliser la communauté locale pour apprendre encore plus



TESSA (Teacher Education in Sub-Saharan Africa ou Éducation et formation des enseignants en Afrique subsaharienne) vise à améliorer les pratiques pédagogiques des enseignants du primaire et des professeurs de sciences du secondaire en mettant à leur disposition des ressources éducatives libres (REL) pour les aider à développer des approches participatives centrées sur l'élève. Les

REL TESSA constituent pour les enseignants un compagnon du manuel scolaire. Elles proposent des activités que les enseignants essaient dans leurs classes avec leurs élèves, ainsi que des études de cas montrant comment d'autres enseignants ont enseigné le sujet considéré, et des ressources supplémentaires pour aider les enseignants à développer leurs fiches de leçon et leur connaissance de la discipline.

Les REL TESSA sont le résultat d'un travail d'écriture collaboratif par des auteurs africains et internationaux pour aborder les programmes scolaires et les contextes de différents pays d'Afrique. Elles sont disponibles pour une utilisation en ligne et sur papier (<http://www.tessafrica.net>). Les REL pour les enseignants du primaire sont disponibles en plusieurs langues (anglais, français, arabe et swahili) et en plusieurs versions. Initialement elles ont été produites en anglais et adaptées aux contextes de divers pays d'Afrique. Les partenaires TESSA les ont adaptées pour l'Afrique du Sud, le Ghana, le Kenya, le Nigeria, l'Ouganda, le Rwanda, la Tanzanie et la Zambie, et traduit et adapté par des partenaires au Soudan (arabe), Togo (français) et en Tanzanie (swahili). Les REL pour les sciences dans le secondaire sont disponibles en anglais et ont été adaptés pour le Kenya, l'Ouganda, la Tanzanie et la Zambie. Nous recherchons et apprécions les commentaires de ceux qui lisent et utilisent ces ressources. La licence Creative Commons permet aux utilisateurs d'adapter et localiser le REL pour répondre aux besoins et aux contextes locaux.

TESSA est dirigé par l'Open University du Royaume-Uni, et actuellement financé par des subventions de la Fondation Allan and Nesta Ferguson, de la Fondation William et Flora Hewlett et des alumni de l'Open University. Une liste complète des bailleurs de fonds est disponible sur le site Web TESSA (<http://www.tessafrica.net>).

En plus des ressources pédagogiques pour soutenir l'enseignement dans des disciplines spécifiques, TESSA offre une sélection de ressources supplémentaires, y compris audio, des ressources clés qui décrivent des techniques pédagogiques spécifiques, des guides d'utilisation et des boîtes à outils.



TESSA Programme
The Open University
Walton Hall
Milton Keynes, MK7 6AA
United Kingdom
tessa@open.ac.uk

À l'exception des matériels produits par un tiers et d'indication contraire, ce contenu est mis à disposition sous un contrat Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 licence: <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>. Tous les efforts ont été faits pour communiquer avec les détenteurs de droits d'auteur. Nous serons heureux d'inclure toute reconnaissance nécessaire à la première occasion.

TESSA_FrTO_LS_M1, S3 May 2016



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 License

Table des matières

- Section numéro 3 : Exploration des idées qu'ont les élèves sur une vie saine
 - 1. Construire sur les acquis des élèves pour développer leur savoir de ce qu'est une vie saine
 - 2. Organiser une discussion sur ce qui constitue une vie saine
 - 3. Utiliser la communauté locale pour apprendre encore plus
 - Ressource 1: Habitudes de vie hygiéniques
 - Ressource 2: Idées d'expositions dans la classe
 - Ressource 3: Aliments locaux

Section numéro 3 : Exploration des idées qu'ont les élèves sur une vie saine

Question clé: Comment pouvez-vous utiliser les connaissances acquises et le travail de groupe pour parvenir à la compréhension de l'hygiène de vie ?

Mots clés: discussion de groupe, récit, écriture, habitudes hygiéniques traditionnelles, connaissances acquises

Résultats de l'apprentissage

À la fin de cette section, vous aurez :

- utilisé la discussion par groupes et avec la classe entière pour trouver ce que les élèves savent déjà;
- appris comment vous baser sur les connaissances acquises des élèves;
- utilisé les personnes locales comme ressources pour motiver les élèves à apprendre.

Introduction

Lorsque vous présenterez l'étude de l'hygiène de vie dans votre programme, vous devrez agir avec tact par rapport à l'environnement dans lequel vous enseignez. Cette section traite de la manière dont vous pouvez rechercher quelles sont les connaissances acquises de vos élèves – savoir d'où ils tiennent leurs idées, et quel est le savoir qu'ils apportent en classe – pour les utiliser afin de développer leur réflexion au sujet de l'hygiène de vie. En prenant en considération les connaissances et les compétences de vos élèves, vous les aidez à améliorer l'estime qu'ils ont d'eux-mêmes.

Les activités vous demandent d'utiliser la discussion de groupes, les travaux pratiques et les personnes locales pour explorer et approfondir les connaissances de vos élèves au sujet de l'hygiène de vie.

1. Construire sur les acquis des élèves pour développer leur savoir de ce qu'est une vie saine

Vos élèves doivent savoir quels aliments sont les meilleurs pour eux, mais il ne suffit pas de le leur dire. Ici, nous allons imaginer des méthodes plus interactives pour les aider à apprendre et à comprendre.

Il est important de savoir s'ils ont déjà des idées sur le sujet. Pour trouver ce que sont ces idées, vous pouvez commencer votre leçon par :

- la présentation du sujet et leur demander « Que pouvez-vous me dire à propos de... », et noter leurs idées,
- les répartir par groupes de deux ou trois, pour parler du sujet en leur donnant des questions ouvertes afin de guider leur discussion,
- leur demander de donner leurs réponses, et faire la liste des idées principales que vous voudriez approfondir.

Après avoir trouvé quelles sont les connaissances préalables de vos élèves, votre préparation – et donc votre enseignement – correspondra mieux à leurs besoins. Voir [la ressource clé : Utiliser le questionnement pour développer la pensée](#) qui vous aidera à trouver les questions qui guideront leurs discussions.

Étude de cas 1 : Trouver ce que savent les élèves sur une bonne nutrition

Mme Etchité, de l'école primaire de Kpalimé au Togo, s'est rendu compte que sa classe aimait parler de nourriture, alors elle leur a demandé de faire la liste de tous les aliments qu'ils aimaient.

Elle leur a demandé s'ils savaient d'où venaient les aliments – de plantes ou d'animaux. Par groupes, ils ont découpé des images d'aliments dans des vieilles revues que Mme Etchité avait conservées dans sa classe, et les ont triées suivant les différents groupes d'aliments (voir la [Ressource 1 : Habitudes de vie hygiénique](#)).

Ils ont discuté des types d'aliments qui sont sains et de ceux qui peuvent avoir bon goût, mais ne sont pas bons pour la santé.

Mme Etchité a parlé d'autres aliments qu'ils n'avaient pas mentionnés, et leur a demandé de les inclure dans leurs listes. Elle a expliqué qu'il était préférable d'avoir un régime équilibré si possible, et de manger plus de fruits, de légumes et moins de sucre. Les enfants ont dessiné les différents aliments.

Elle leur a demandé s'ils savaient pourquoi la viande et le poisson étaient bons pour eux. Ils ont eu beaucoup d'idées : un garçon a dit que la viande et le poisson aidaient les enfants à grandir. Mme Etchité était très contente, et leur a expliqué comment ces aliments contribuaient à développer leurs muscles.

Ils ont aussi discuté du fait que, lorsqu'il y a peu d'argent, ils doivent manger ce que leurs parents peuvent acheter, et ce n'est pas toujours ce qu'ils voudraient manger ou ce qui est bon pour eux. Ils se sont rendu compte que manger quelque chose est quand même mieux que de ne rien manger.

Activité 1 : Activités de tri des aliments

Avant de commencer, vous pouvez lire la [Ressource 1 : Habitudes de vie hygiénique](#).

Demandez aux élèves ce qu'ils aiment manger. Ils peuvent dessiner ces aliments ou en trouver des images dans de vieilles revues si vous en avez.

Demandez aux élèves, par petits groupes, de discuter des types d'aliments qu'ils pensent être meilleurs pour eux.

Demandez à chaque groupe de présenter une idée, et faites-en la liste au tableau.

En partant de leurs idées, expliquez quels sont les différents groupes d'aliments, et la fonction de chacun. Voir la [Ressource 3 : Aliments locaux](#) qui présente des images d'aliments locaux que vous pouvez utiliser pour cette activité.

Demandez aux élèves, à l'intérieur des groupes, de rassembler les images en fonction des groupes d'aliments. Demandez-leur de discuter entre eux pour savoir en quoi les différents aliments sont bons pour eux, et ce qu'ils apportent.

Demandez à chaque groupe de rédiger cinq questions à propos de différents types d'aliments. Faites un quiz dans la classe – chaque groupe à son tour pose ses questions, et les autres y répondent.

Enfin, demandez aux groupes de faire des posters ou des affiches sur les aliments, en utilisant leurs dessins et leurs images. Vous pouvez aussi utiliser des échantillons ou des paquets d'aliments vides. Laissez-les exposés dans la classe. (Voir la [Ressource 2 : Idées d'expositions dans la classe](#).)

2. Organiser une discussion sur ce qui constitue une vie saine

Vous avez présenté des idées à propos des aliments et de la nutrition à vos élèves, et leur avez donné l'occasion de donner leurs propres idées au cours des activités.

Cependant, lorsque vous parlez d'une vie saine, vous devez aussi les encourager à prendre des habitudes saines, en utilisant ce qu'ils savent déjà. Par la discussion, vous pouvez les encourager à réfléchir à leurs habitudes quotidiennes et à trouver des façons de les améliorer.

Quelques sujets possibles de discussion :

- prendre de l'exercice,
- manger une alimentation aussi équilibrée que possible,
- la conservation des aliments,
- l'hygiène.

L'organisation d'une discussion doit être soigneusement préparée. Où est-ce que les groupes vont travailler ? Qui sera dans quel groupe ? Vous pouvez favoriser des groupes mélangeant bien les personnalités afin de favoriser les discussions, avec un élève qui sera responsable.

Pour encourager les élèves à participer, posez trois ou quatre questions aux groupes. Une ou deux peuvent être plus faciles – par exemple « Nommez trois habitudes saines » – et les autres devraient encourager les élèves à expliquer leurs idées – par exemple « Quelle est l'habitude que vous trouvez la plus importante ? » « Pourquoi cela ? »

Il est important qu'ils respectent les idées des autres, et qu'ils s'écoutent bien réciproquement.

Étude de cas 2 : Discussions de la classe au sujet d'une vie saine

Mme Bello voulait développer les idées de ses élèves au sujet d'une vie saine. Elle a décidé d'organiser des discussions sur un sujet différent chaque semaine pendant trois semaines.

Pour chaque discussion, elle a présenté le sujet à l'aide d'images ou d'histoires, et a posé quelques questions pour que les élèves commencent à réfléchir. Elle les a ensuite répartis en petits groupes de quatre ou cinq pour discuter d'un sujet en rapport, par exemple « Pourquoi devons-nous être aussi propres que possible ? »

Pendant que les élèves parlaient, elle passait d'un groupe à l'autre pour écouter, en participant parfois à la conversation pour la faire avancer.

Après cinq ou dix minutes de discussion, elle a demandé à chaque groupe de dire de quoi il avait parlé, et d'expliquer les idées qui en ressortaient.

Finalement, elle a rédigé une liste de bonnes habitudes au tableau avec les élèves, afin qu'ils s'en souviennent et les enregistrent. Le lendemain elle leur a demandé de regarder la liste encore une fois et de dire ce qu'ils trouvaient le plus important.

Puis, Mme Bello a annoncé le sujet de la semaine suivante aux élèves et leur a demandé d'y réfléchir à l'avance.

Activité 2 : Préparer et organiser une discussion

Avec vos propres élèves, comment organiseriez-vous une discussion de groupe sur la vie saine ?

Choisissez un sujet de discussion ou faites une liste dans laquelle ils pourront choisir. Préparez votre introduction.

Réfléchissez à la manière dont ils vont travailler – par groupes de deux, par groupes ou toute la classe ensemble ? Identifiez le travail – discuter de la réponse à une question, ou demander à vos élèves de préparer une activité qui aide à rester en bonne santé.

Préparez vos instructions. Comment allez-vous vérifier qu'ils ont compris le travail ?

Combien de temps vont-ils discuter ? 10 à 15 minutes ou plus ? Qu'allez-vous faire pendant qu'ils discutent ?

À la fin de la discussion, demandez-leur les idées qu'ils ont eues. Réfléchissez à des questions que vous pourriez poser pour les aider. À combien d'élèves allez-vous poser ces questions ? Préparez la manière dont vous allez résumer leurs meilleures idées, peut-être en dessinant une carte mentale ou carte conceptuelle. Voir la [ressource clé : Utiliser les cartes conceptuelles et le remue-méninges pour explorer les idées](#).

Discutez avec les élèves de la manière dont ils vont mémoriser et utiliser ces idées.

Utilisez ces questions pour préparer votre cours sur un sujet concernant la vie saine. Après la leçon, réfléchissez à ce qui s'est bien passé, et à ce que vous feriez de façon différente la prochaine fois pour que cela soit plus efficace.

3. Utiliser la communauté locale pour apprendre encore plus

Les enfants doivent savoir beaucoup de choses pour rester en bonne santé. Ils peuvent apprendre certaines de ces choses à l'école, mais ils peuvent en apprendre aussi beaucoup à la maison ou dans leur entourage.

Pour les encourager à apprendre plus de choses dans leur communauté, donnez-leur des idées pour les aider à trouver des personnes susceptibles de les aider à apprendre. Cela les motivera pour chercher à apprendre. Une manière d'encourager cela est de leur donner des devoirs à faire à la maison qui leur feront poser des questions à leurs parents ou leurs grands-parents. Comment pouvez-vous aider les enfants à faire cela ? Par exemple, quelles sont les informations qu'ils vont rechercher ? Quelles questions poseront-ils ? Comment enregistreront-ils les informations ?

Il est également possible d'inviter dans la classe des personnes de la communauté locale qui connaissent les habitudes d'hygiène de la communauté. C'est ce que fait un enseignant dans l'**Étude de cas 3**. Vous pouvez aussi consulter la [Ressource clé : Utiliser l'environnement local et la communauté comme ressource](#).

Étude de cas 3 : Utiliser une personne locale pour en savoir plus sur l'alimentation locale

M. Balouki a demandé à Mme Arégba de venir dans sa classe parler de l'alimentation locale. Mme Arégba est la première épouse du chef traditionnel, et chaque année elle rend visite aux écoles pour expliquer aux enfants comment les aliments sont cuisinés et conservés.

Elle apporte à l'école de la farine de manioc, de la semoule de maïs, du plantain, de la viande et du poisson séchés et explique aux élèves comment cuisiner ces aliments et comment les faire sécher au soleil.

Ils identifient tous les aliments qui sont disponibles localement. Voir la [Ressource 3](#) pour voir des images des aliments disponibles au Togo. Les élèves sont très enthousiasmés par la visite, et ils écoutent avec attention. Ils adorent goûter les petits morceaux de plantains frits qu'elle cuisine pour eux.

Mme Arégba parle de la récolte des grains, de combien de temps la réserve locale va durer, et les élèves trouvent comment les autres aliments locaux poussent et sont conservés.

M. Balouki a vu comment cette nouvelle expérience d'apprentissage avait motivé ses élèves lorsque, le lendemain, un grand nombre d'entre eux sont venus lui dire comment leurs parents cuisinaient et conservaient certains aliments.

Activité clé : Utiliser les personnes-ressources locales

Cette activité traite de la manière dont vous pouvez préparer et faire un cours où vous invitez un expert local dans la classe. Pour préparer cela de façon efficace, vous devrez penser aux choses suivantes :

- Quelles personnes-ressources locales pourraient rendre visite à votre classe ?
Quels sont les sujets relatifs à la santé dont ces personnes pourraient parler ?
Par exemple :
 - un agriculteur viendrait parler des aliments locaux,
 - un guérisseur traditionnel viendrait parler des plantes et des herbes médicinales,
 - une ménagère viendrait parler de la conservation et de la cuisine des aliments,
 - une infirmière viendrait expliquer les habitudes d'hygiène quotidiennes.

Vous devrez :

- prévoir une activité pour vérifier les connaissances préalables des élèves sur le sujet ;
- discuter avec les élèves de quelles questions ils vont poser au visiteur ;
- dire au visiteur de quoi il doit parler, et pendant combien de temps ;
- prévoir une activité des élèves après la visite, afin qu'ils explorent les idées de manière plus approfondie.

Pour la dernière activité, vous pouvez évaluer ce que les élèves ont appris en leur demandant d'écrire des histoires ou de faire des jeux de rôles qu'ils pourront partager avec la classe.

Vous pouvez maintenant faire votre cours tel que vous l'avez préparé, et réfléchir à son efficacité.

Vous pouvez approfondir les découvertes de vos élèves en faisant une présentation par la classe devant l'école entière.

Ressource 1: Habitudes de vie hygiéniques



Information préliminaire ou connaissance du sujet

Les informations suivantes sont utiles pour les différents sujets relatifs à une vie saine. Utilisez-les comme ressource pour concevoir des activités et guider des discussions.

Types d'aliments

Il est important de manger et, si possible, d'avoir une alimentation équilibrée.

Les aliments peuvent être classés de nombreuses façons différentes, en voici une qui est souvent utilisée en Afrique. C'est une liste de quatre groupes d'aliments de base, dont chacun a une fonction différente.

- **Les céréales** – cela comprend les aliments tels que le pain, le riz, le maïs et le fufou. Ils nous donnent l'énergie qu'il faut pour faire du travail physique. Les céréales, qui sont des hydrates de carbone, nous donnent l'énergie.
- **Les fruits et les légumes** – ils sont importants, parce qu'ils nous apportent les vitamines et les minéraux dont nous avons besoin pour être en bonne santé. En manger nous empêche d'être malade.
- **La viande, le poulet, le poisson, les œufs et les noix** – ils contiennent tous des protéines. Les protéines contribuent à fabriquer les muscles. Nous avons besoin de protéines pour devenir grands et forts.
- **Les laitages** – cela comprend le lait, le fromage et les yaourts. Ce type d'aliments contient beaucoup de calcium. Le calcium est important parce qu'il aide à fabriquer des os et des dents solides.

Manger un mélange de ces nourritures est la manière d'avoir une bonne alimentation. En mangeant une seule de ces sortes de choses tous les jours, nous pouvons avoir des problèmes de santé. Cependant, manger quelque chose est quand même mieux que de ne rien manger.

De nombreux enfants aiment manger des bonbons et du sucre. C'est très bien en petite quantité, car cela donne de l'énergie. Mais trop de sucre est mauvais pour les dents parce que cela peut provoquer des caries. Trop de sucre peut aussi nous faire grossir.

Conserver les aliments

Pour conserver les aliments, il y a un certain nombre de choses auxquelles il faut réfléchir.

Tout d'abord, certains aliments peuvent s'abîmer ou pourrir. Cela comprend la plupart des légumes, le poisson et la viande – mais certains peuvent mettre plus longtemps à s'abîmer que d'autres. Ils finissent par pourrir s'ils ont été laissés trop longtemps. Lorsqu'ils pourrissent, ils commencent par dégager une mauvaise odeur, et si on les mange, ils peuvent nous rendre malades.

Pour empêcher les aliments frais de pourrir, il faut les conserver dans un endroit frais de la maison ou de la cuisine, loin de la chaleur et de l'humidité. Une autre façon d'empêcher les

aliments frais de pourrir est de les mettre en conserve. Cela implique de sécher la viande, le poisson ou les légumes au soleil ou sur un feu.

Certains aliments, en particulier en boîtes, peuvent s'abîmer s'ils sont conservés trop longtemps et de façon inappropriée.

D'autres, en particulier la viande, peuvent nous rendre malades s'ils sont cuisinés une fois puis réchauffés, mais sans être suffisamment recuits. Il est mieux de ne cuire que ce que l'on va manger dans la journée. Si vous réchauffez quelque chose qui a déjà été cuit, faites bien attention à le chauffer entièrement.

Enfin, les animaux – y compris de nombreux insectes – aiment aussi la nourriture, mais s'ils touchent nos aliments, ils y laissent des microbes qui peuvent nous rendre malades ou nous provoquer des ennuis de santé. Essayez de garder les aliments hors de la portée des animaux. La meilleure solution est de les conserver dans une boîte ou dans un récipient.

Pourquoi devons-nous nettoyer notre environnement

Nous nettoyons notre environnement pour nous protéger de la saleté et des maladies. On peut tomber malade par un contact avec de nombreuses choses différentes. Celles-ci comprennent :

- des animaux et des insectes,
- des aliments pourris,
- des déchets,
- des déjections animales ou humaines,
- des produits chimiques,
- des vêtements sales.

Pour cette raison, il est nécessaire d'éloigner ces choses des endroits où nous vivons, mangeons ou dormons. Vous pouvez y parvenir facilement en nettoyant votre environnement chaque jour, et en ramassant la saleté et les déchets pour les mettre dans un endroit éloigné de celui où vous vivez.

Bonnes habitudes d'hygiène

Il y a de nombreuses bonnes habitudes d'hygiène que vous pouvez mettre en pratique quotidiennement, dans l'objectif de rester propre et de vous protéger contre les maladies. Quelques exemples de bonnes habitudes :

- se laver chaque jour si possible,
- se nettoyer les dents chaque jour si possible,
- se laver les mains avant de manger ou de cuisiner,
- se laver les mains après avoir été aux toilettes,
- tenir sa maison, ses vêtements et son environnement aussi propres que possible,
- ne pas faire ses besoins près de la maison ou de la cuisine,
- ne pas laisser traîner les aliments.

Les meilleurs exercices physiques

Tout exercice régulier est une bonne chose, mais c'est toujours une bonne idée d'essayer d'en faire une habitude.

Les exercices physiques que vous pouvez faire régulièrement sont par exemple :

- marcher ou courir pour aller à l'école,
- jouer à des jeux tels que le football,
- nager,
- travailler dans les champs,
- faire du travail domestique.

Il est important d'essayer de faire de l'exercice physique tous les jours, parce que cela aide votre cœur à mieux fonctionner, et à développer vos muscles et votre forme générale. Si vous ne faites pas d'exercice régulier, cela vous sera plus difficile lorsque vous essaieriez d'en faire. Vous aurez l'impression d'être faible et vous vous essoufflerez.

Ressource 2: Idées d'expositions dans la classe



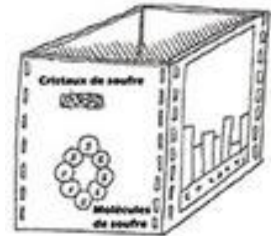
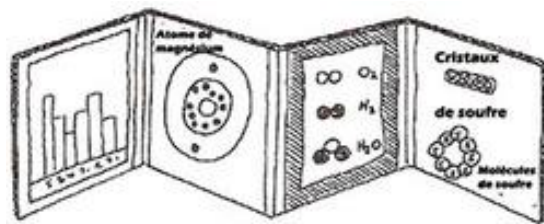
Ressources que les enseignants doivent planifier et adapter au niveau ou aux besoins des élèves

Affichage sur une boîte de carton

Agrafez les travaux sur les côtés de la boîte.

Cousez ou collez des panneaux de carton pour fabriquer une boîte.

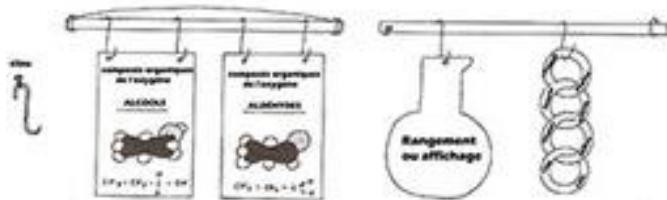
Une boîte peut présenter huit faces.



Cimaise et crochets d'exposition

Suspendez une tige au mur ou à une poutre par deux clous ou par des boucles de câble.

Des crochets ou des câbles permettront d'y accrocher facilement et rapidement ce que vous voudrez exposer.



Panneaux d'affichage

Des panneaux d'affichage peuvent être fabriqués avec des sacs de ciment recyclables, du tissu, des boîtes de carton, des tapis de sol ou des couvertures.

Pour que le panneau reste bien plat, fixez une tige de bois en haut et soit une autre tige de bois, ou des poids en bas.

Les bandes de bois en bas et en haut rigidifieront le panneau et le feront durer plus longtemps.

Fixez les objets qui doivent être affichés au panneau avec des punaises, des épingles ou des allumettes affûtées.



Adapté de Byers, Childs & Laine, *The Science Teacher's Handbook*, publié par VSO/Heinemann

Ressource 3: Aliments locaux



Ressources que les enseignants doivent planifier et adapter au niveau ou aux besoins des élèves

Les quatre photos montrent quelques-uns des fruits et des légumes qui sont disponibles dans de nombreuses régions du Togo, et la manière dont certains sont préparés.

Ces images peuvent être utilisées pour lancer une conversation, lorsque vous cherchez à savoir ce que les enfants aiment manger dans **l'Activité 1**, et encore dans **l'Activité clé** au sujet d'une vie saine, si vous n'avez pas accès à des revues.

Vos élèves peuvent discuter de la raison pour laquelle ces aliments sont particulièrement bons pour eux, lesquels ils aiment et comment ils les cuisinent ou les mangent.



Un étalage de fruits où sont vendues des pommes de terre, des tomates et des ignames



Sauce goussi (sésame) à la viande et igname pilée (foufou) ou Sauce à la viande d'agouti et igname pilée (foufou)



Étalage de pastèques



Du maïs doux et des mangues, cuits au bord de la route

