



# forum : *Bien dans mes pompes*

## constat & objectif(s)

*La mort est un sujet qui nous concerne tous, mais auquel personne ne nous prépare. L'objectif est d'apporter un maximum d'information neutre et bienveillante sur les sujets liés à la fin de vie et aux obsèques. Pour ce faire, nous proposons :*

*Un atelier de type «world café» : permet collectivement de démêler les idées reçues, d'aider à comprendre, d'anticiper et imaginer des funérailles à notre image pour reprendre la main sur ce moment qui fait aussi partie de la vie.*

*De vivre un moment de théâtre et de convivialité pour rappeler que la communauté des vivants c'est nous, que nous sommes bien dans nos pompes, même quand on parle de ces sujets.*

**Bénéfices** : action de prévention, soutien aux proches, réduction des situations de crise, partage autour des arts vivants et culinaires.

## déroulé

**14h accueil**

**14h30 - 17h ATELIER WORLD CAFÉ**

*Cette méthode permet d'aborder un sujet complexe ou sensible de manière conviviale et structurée, en s'appuyant sur la richesse des expériences et des points de vue de chacun. Elle est particulièrement efficace pour ouvrir la réflexion ou stimuler le débat.*



## format

*après-midi  
collectif,  
suivi d'un  
petit spectacle  
interactif &  
clôturé par  
un moment de  
convivialité*

## nombre de participants

*50 personnes  
maximum*

## durée

*6h au total*

## public visé

*+50 ans  
autonomes*

*les aidants de  
tous âges*

LA NEUVIÈME PLANÈTE

Association Loi 1901

RNA W313040017

Siège : 21 rue de Saint-Ferréol  
31290 GARDOUCH

contact@laneuviemeplanete.fr

SIRET 943 997 726 00014

APE 8230Z - droits réservés

reproduction interdite



forum :

## *Bien dans mes pompes*

### **Étape 1 : Lancement des échanges**

*Les participants sont répartis en petits groupes de 6 à 8 personnes (ou moins selon le nombre d'inscrits).*

*Dans chaque groupe, un volontaire joue le rôle de rapporteur : il note les idées clés et les points de vue exprimés.*

*Le groupe échange librement autour d'un thème ou d'une question proposée, pendant 10 à 15 minutes, selon le rythme souhaité.*

### **Étape 2 : Circulation des participants**

*À l'issue de ce temps, tous les participants sauf le rapporteur changent de table (par exemple dans le sens des aiguilles d'une montre).*

*Ils découvrent alors un nouveau groupe, un nouveau rapporteur et une nouvelle question.*

*Les échanges reprennent, en s'appuyant sur ce qui a déjà été évoqué précédemment.*

*Cette rotation se fait autant de fois que nécessaire, afin que chaque question bénéficie de regards variés.*

### **Étape 3 : Mise en commun et synthèse**

*Une fois toutes les rotations terminées, chaque groupe revient à sa table de départ.*

*Le rapporteur présente l'ensemble des contributions recueillies.*

*Le groupe prend le temps de discuter, croiser les idées et dégager une synthèse ou des enseignements clés à partir des échanges.*

### **Étape 4 : Restitution collective**

*Enfin, chaque groupe peut partager sa synthèse avec l'ensemble des participants.*

*Cette restitution permet de construire une vision collective, d'identifier des convergences ou des points de débat, et d'ancrer les apprentissages ou réflexions issues de la séance.*





## forum : *Bien dans mes pompes*

**17h30 – 18h45 – HAPPY HOUR SPECTACLE**

*Représentation d'un "Goûter Mortel" par la Compagnie Mange!\**

*Durée 1h environ - 2 comédiens*

*Descriptif :*

*Nous invitons le public à une vraie-fausse émission de radio consacrée au trépas dans notre société. Au programme, intervention d'un spécialiste pour vos joyeuses funérailles, reportages, invités en direct et jeux, ponctué d'un partage convivial qui nourrit les échanges avec douceur.*

*Promis, vous saurez tout sur les cérémonies funéraires !*

*La Compagnie MANGE! s'empare de ce sujet essentiel de la fin de vie pour briser les tabous, par l'absurde et le rire, avec pour objectif de faire de nous des heureux mortels.*



**\* La Compagnie Mange! existe depuis 2024, elle est basée en Aveyron, intervient dans toute l'Occitanie et collabore déjà avec la neuvième planète.**



## livrable

*une restitution des échanges de l'après-midi sera envoyée par e-mail à l'ensemble des participants inscrits.*

## lieu

*adapté à ce type d'événement, mis à disposition par vos soins, ou possibilité de gérer l'ensemble des aspects logistiques sous conditions & modalités à définir ensemble.*

## tarif

*nous contacter*

LA NEUVIÈME PLANÈTE  
Association Loi 1901  
RNA W313040017  
Siège : 21 rue de Saint-Ferréol  
31290 GARDOUCH  
contact@laneuviemeplanete.fr  
SIRET 943 997 726 00014  
APE 8230Z - droits réservés  
reproduction interdite

forum :

## Bien dans mes pompes

**19h - 20h30 - BUFFET MORTEL**

*Partage d'un buffet autour de créations culinaires réalisées par un chef local et inspirées par la thématique.*

*Démonstration live pour la mise en œuvre de certains mets.*



## critères de réussite / mesure d'impact

*Pour objectiver l'impact, nous diffusons un questionnaire anonyme avant et après le forum (mesure pré/post).*

*Outre la satisfaction, ce questionnaire évalue :*

- *Connaissance des repères et droits clés (auto évaluation sur quelques items)*
- *Aisance et fréquence du dialogue avec ses proches (volontés connues/partagées)*
- *Niveau d'anxiété vis-à-vis du sujet (échelle simple)*

**organisé et animé par  
deux formatrices-facilitatrices qualifiées**