

L'éco-alimentation un savoureux défi éducatif

Quels sont les fondements, les pratiques, les réussites, les difficultés et les défis de l'éducation à l'éco-alimentation ? Réponses avec Lucie Sauvé et Nayla Naoufal, de la Chaire de recherche du Canada en éducation relative à l'environnement de l'Université du Québec à Montréal, qui viennent d'y consacrer une étude et un colloque¹.

Vous auscultez depuis quelques années, au Québec, l'éducation à l'éco-alimentation en milieu non-formel. Quel est le panorama de ce qui se fait chez vous ?

L'éducation relative à l'éco-alimentation est un processus qui vise à favoriser un cheminement individuel et collectif vers l'adoption d'une alimentation saine (diversifiée et sans risque), produite, distribuée et consommée dans le respect des processus écologiques et de l'équité des rapports sociaux. Le « territoire » actuel de ce qui se fait en la matière au Québec est très riche et diversifié. Parmi les types d'organisations concernées, hors école, on retrouve des associations, des centres d'interprétation, des musées, des fermes éducatives, des jardins communautaires ou collectifs, des groupes d'achats, des coopératives, des marchés de solidarité, des tables champêtres, etc. Ces divers types d'initiatives sont destinés à différents publics : les enfants et les jeunes (en milieu scolaire et non scolaire), les personnes âgées, les familles, les femmes, les personnes en réinsertion sociale, le personnel des Centres pour la petite enfance, les entreprises, les consommateurs, les jardiniers, les élus, les touristes, etc.

Les éducateurs privilégient certaines approches pédagogiques, qui leur semblent particulièrement pertinentes et efficaces pour éduquer aux liens entre alimentation, environnement et santé :

- ✔ des approches expérientielles (par exemple, la participation au travail de récolte, le soin aux animaux, des sorties en milieu rural ou agroalimentaire) ;
- ✔ des approches sensorielles (notamment, des dégustations de fromage ou de miel, des visites de fermes ou de jardins) ;
- ✔ des approches cognitives (à travers des affiches, des vidéos, des bulletins, des conférences, etc.) ;
- ✔ des approches pragmatiques (comme un atelier de fabrication du pain) ;
- ✔ des approches conviviales ou festives (par exemple, un festival de contes, une fête des semences ou des repas) ;
- ✔ des approches coopératives (tels les jardins collectifs, les activités d'aide aux fermiers ou les marchés de solidarité régionale).

Quelles sont les difficultés rencontrées par ces éducateurs et animateurs ?

Les éducateurs sont confrontés à de nombreux enjeux, voire à des obstacles, dans leurs interventions en éco-alimentation. Premièrement, il n'est pas toujours facile de rejoindre le grand public : les contenus traités concernent certes des réalités coutumières (les repas de chaque jour), mais renvoient aussi à des questions très complexes (si l'on pense par exemple au coût énergétique des aliments), et la distance des lieux de production les rend abstraites (en particulier en milieu urbain). Les personnes sont de plus en plus déconnectées de la provenance des aliments et du milieu agricole. En témoigne une éducatrice, à qui des enfants ont demandé « Pourquoi avez-vous mis les œufs sous la poule ?² ». Aborder de telles questions requiert l'adoption de stratégies éducatives appropriées, adaptées à chaque public, prenant soin d'éviter les simplifications abusives. Par ailleurs, le traitement adéquat de ces questions requiert l'accès à de l'information complète et valide, alors qu'elles se retrouvent au cœur de débats caractérisés par l'incertitude et les jeux de pouvoir³.

Deuxièmement, favoriser la mobilisation et le changement durable d'habitudes de consommation d'aliments constitue un défi considérable. Les déterminants de ce que nous mangeons sont en effet nombreux, et varient d'une personne à l'autre : moyens financiers, rythmes de vie, compétences culinaires, traditions familiales et culturelles, convivialité, goûts, offre disponible sur le marché, publicité, règles diététiques, vision écologique... Autre influence : la conjoncture économique actuelle, qui ne favorise pas l'achat biologique et équitable : équitable pour qui ? Autant de déterminants à identifier, avec les publics touchés, et qui constituent autant de points de départ dans la construction de stratégies éducatives.

Troisièmement, les acteurs soulignent largement l'enjeu stratégique de répondre à une demande sociale grandissante pour une « pédagogie de l'alimentation », mais regrettent l'absence de ressources adéquates et d'appuis politiques et institutionnels. La dimension éducative est souvent diffuse dans l'ensemble de leurs activités ou occasionnelle, et dépend d'un financement résiduel le plus souvent maigre ou inexistant. Or, comment éduquer et œuvrer pour un changement culturel majeur à travers



« Le jardin est envisagé par plusieurs éducateurs comme un processus éducationnel, et non pas comme un résultat... »

des interventions trop souvent ponctuelles, isolées et à court terme ? De plus, le manque de moyens financiers empêche les organisations de constituer une équipe suffisamment nombreuse et permanente pour répondre à la demande sociale, développer l'action éducative et entreprendre des démarches pour obtenir des subventions.

Enfin, plusieurs des organisations qui mènent des actions éducatives en éco-alimentation interagissent avec le milieu scolaire, d'où émane une grande demande de collaboration. Cependant, les acteurs dans ces organisations observent que le milieu scolaire ne favorise pas l'intégration d'activités qui ne sont pas explicitement prévues au curriculum : les créneaux horaires sont cloisonnés, les enseignants manquent de temps, il est difficile d'envisager des sorties à l'extérieur de l'école et les ressources financières sont rares.

Quelles stratégies mettent-ils en œuvre pour relever ces défis ?

Dans notre étude, alors qu'ils sont en butte à de nombreuses difficultés, les éducateurs en éco-alimentation mettent cependant en avant les points forts de leur action ainsi que leur résilience et leurs réussites. Ainsi, pour optimiser et développer l'intervention éducative, ils recommandent de diversifier les approches et les stratégies pédagogiques, de collaborer avec le milieu scolaire, de faire un grand effort de vulgarisation, de bien préparer son action en s'adaptant aux caractéristiques des publics et à leurs besoins, de faire appel à des experts si nécessaire, de favoriser une approche collaborative avec le public, etc.

Autre conseil récurrent : ancrer les activités éducatives en éco-alimentation dans un lieu (le jardin, le potager, la ferme, la cuisine, etc.) où elles prennent une signification concrète, particulière : le lieu porte en lui-même un message et il invite à l'expérience directe. En particulier, le jardin est envisagé par plusieurs éducateurs comme un processus éducationnel, et non pas comme un résultat.

Enfin, pour ne pas décourager les publics, surtout les enfants et les jeunes, une autre stratégie est d'éviter d'être moralisateur et de proposer plutôt des solutions concrètes. On le voit dans les actions éducati-

ves menées dans les fermes (ndlr : lire à ce sujet le *Symbioses n°87, été 2010*). Mais aussi dans les activités conviviales et festives qui célèbrent l'éco-alimentation. Ces activités sont parfois l'occasion d'initiatives interculturelles, comme un souper où une personne enseigne la cuisine de son pays d'origine et présente ce dernier, en faisant ressortir les problématiques socio-écologiques, agronomiques, politiques, etc.. Il s'agit d'aller à la rencontre de l'autre, à travers l'éco-alimentation, vecteur de partage.

Vous parliez aussi de difficultés financières et de celles d'intégrer l'école. Comment les surmontent-ils ?

Les organisations travaillant avec le milieu scolaire associent les enseignants au développement de l'action, leur fournissent des formations, des programmes et des ressources pédagogiques, tout en s'assurant que les interventions développées s'intègrent au quotidien, pour ne pas trop surcharger les enseignants.

Pour contourner les obstacles financiers et institutionnels, les associations et autres structures mettent en place des mécanismes de concertation, voire des partenariats, afin de se prêter main forte mutuellement et de ne pas « réinventer la roue » ; ils régionalisent les actions et choisissent des éducateurs locaux ou régionaux pour favoriser la contextualisation et diminuer l'empreinte écologique ; ils cherchent à occuper une niche spécifique pour leur action ; ils s'ouvrent sur la communauté et impliquent cette dernière ; ils organisent des événements festifs pour collecter des fonds ; certaines organisations regroupent plusieurs services liés à l'alimentation au sein d'une organisation (jardin, cuisine, épicerie, distribution de repas aux personnes défavorisées, etc.).

Selon le sociologue de l'alimentation Claude Fischler⁴, dans le domaine des pratiques alimentaires comme dans d'autres, on est passé du collectif à l'individuel. On est passé d'une pratique dans laquelle l'individu n'a que peu de liberté et se pose peu de questions, à une situation dans laquelle il ne fait que se poser des questions sur la manière d'exercer sa liberté et son choix. Certains acteurs de l'éducation à l'environnement encouragent cela. Mais sommes-nous individuellement capables de réguler notre alimentation ?

Les actions éducatives que nous avons analysées dans notre recherche visent généralement à faire de l'alimentation une responsabilité et un cheminement collectifs, basés sur le respect de l'environnement et sur la solidarité avec les agriculteurs. Il s'agit de jardiner ensemble, de cuisiner ensemble, de manger ensemble. Il s'agit aussi de jardiner et de cuisiner pour autrui, moins favorisé que soi. Il s'agit de partager les talents et les savoirs en enseignant aux autres à fabriquer du pain ; de s'approvisionner collectivement à travers les groupes d'achats, les coopératives et les marchés de solidarité régionale ; d'aller en groupe cueillir les pommes ou aider les fermiers ; de s'occuper de la ferme ensemble ; de partager les avantages et les coûts de la production alimentaire avec un agriculteur en s'inscrivant à un programme de paniers biologiques, etc. L'action éducative en éco-alimentation a pour but et stratégie générale une reprise en charge partagée de l'alimentation et de ses effets sur l'environnement, la santé et les questions sociales, économiques et politiques.

Ainsi, notre recherche a mis en lumière l'existence d'un réseau d'acteurs du domaine de l'éco-alimentation, en quelque sorte une « famille de l'éco-alimentation ». Ces personnes ont placé les liens

entre alimentation, environnement et santé au cœur de leurs choix de vie et de leurs interventions éducatives. Elles ont entre elles des connections interpersonnelles, amicales, parfois familiales, communautaires, éducationnelles, professionnelles... Elles sont parfois impliquées dans différentes organisations à la fois et de diverses manières. Leurs connections leur permettent de s'inspirer les unes des autres et de s'entraider. Ce réseau informel éco-alimentaire est un formidable levier pédagogique et témoigne de l'enrichissement progressif d'une culture éco-alimentaire.

Propos de LUCIE SAUVÉ et NAYLA NAOUFAL, de la Chaire de recherche du Canada en ERE (UQAM), recueillis par CHRISTOPHE DUBOIS

¹ Pour plus d'informations sur la recherche, consulter www.eco-alimentation.uqam.ca

² Fortin, L. (2004). Pourquoi avez-vous mis des œufs sous les poules ? La ferme : Un milieu où l'ERE prend tout son sens. L'ERE en nature L'éducation relative à l'environnement en milieu naturel Un dossier produit par l'Association québécoise pour la promotion de l'éducation relative à l'environnement, p. 14

³ Albe, V. (2009). Enseigner des controverses. Rennes: Presses Universitaires de Rennes

⁴ Interview réalisée par le Réseau IDée dans l'Infor'IDée n°1/2010, téléchargeable sur <http://www.reseau-idee.be/inforidee>. A lire aussi : « Le Paradoxe de l'abondance », Claude Fischler, dans le mensuel Sciences Humaines n°135, février 2003, en ligne sur www.scienceshumaines.com

Radioscopie de nos assiettes

« Dans les sociétés modernes, les contraintes temporelles liées au développement du travail féminin, à l'éloignement du lieu de travail et à l'attrait des loisirs entraînent une réduction du temps consacré aux activités alimentaires qui se traduit par une demande croissante en produits prêts à manger et un développement de la fréquentation de diverses formes de restauration hors foyer ». (J.L. LAMBERT, 2004)

Les chiffres :

- * De 60% du **budget** des ménages en 1920, la part consacrée à l'alimentation à domicile n'a cessé de décroître pour atteindre 12% aujourd'hui, quelque soit le niveau de revenu. Parallèlement, on assiste à une augmentation de la consommation hors domicile (restaurants, cantines, etc.) qui représente désormais un quart des dépenses totales en boissons et aliments. Au total, que ce soit chez lui ou en dehors, le ménage belge moyen consacre aujourd'hui seulement un cinquième de son budget pour se nourrir.
- * En 1955, le **prix** d'un kilo de steak de boeuf équivalait à un « coût - équivalent minutes de travail » de 127 minutes, un kilo de beurre à 220 minutes. Un demi-siècle plus tard, ces temps ont été divisés par 6 pour le bifteck et par 11 pour le beurre.
- * En 2006, les dépenses des ménages belges en alimentation **bio** représentent 1,8% des dépenses alimentaires, soit une augmentation de 235% par rapport à 2003
- * En un quart de siècle, la part des dépenses en viande a diminué de 10%, celles des graisses de 3% et des pains et céréales de 1%, tandis qu'augmentait de 6% la part des dépenses pour les **plats préparés** et de 2% pour les fruits et légumes, les produits laitiers et le poisson.
- * Depuis la fin des années 80, la consommation de **viande** semble stagner et dans ce contexte de saturation, les viandes blanches, surtout de volaille, ne cessent de voir leur part relative augmenter.
- * 0,1 % des Belges respectent la recommandation de consommation de **légumes** (350 g par jour)
- * 250 g : c'est la consommation de **fruits** recommandée, par jour. Les Belges n'en consomment que 118 g (174 g avec les jus).
- * Le Belge consomme quotidiennement 5 fois plus d'**aliments superflus** qu'il ne le devrait
- * 42 % des 15-18 ans ne prennent pas de petit-déjeuner ; leur part atteint 49 %, chez les 19-29 ans
- * Prix, qualité, fraîcheur constituent les éléments **les plus déterminants dans le choix** d'un produit alimentaire. Le goût, la sécurité, l'odeur et le respect de l'environnement sont quant à eux cités par plus de deux consommateurs sur trois.

Ces chiffres sont tirés de :

- * l'article très intéressant et facile à lire : « Hypermoderne, le mangeur belge ? », de B. Duquesne (ULG), 2010, téléchargeable sur <http://eg.fsagx.ac.be/publicationsconsommationalimentaire> > communication
- * diverses recherches et analyses du CRIOC, publiées sur www.observatoire-consommation.be