

↓ **Table ronde animée par Claude Michaud** **Education au bien manger :** **quels objectifs, quel contenu, quels acteurs ?**

Une proposition de cadre de réflexion pour l'éducation nutritionnelle

Claude MICHAUD

La tenue d'un colloque ainsi que la sortie simultanée d'un rapport du Haut Comité de la Santé Publique intitulé « pour une politique nutritionnelle de santé publique en France » laissent penser qu'une volonté nationale émerge sur ce thème et que les responsables politiques de notre pays prennent conscience que l'alimentation constitue un déterminant majeur de la santé des Français. Il nous faut, nous les éducateurs « explicites » comme le dit Matty Chiva, contribuer à fixer le cadre ou les axes de cette éducation au bien manger. En introduction de cette table ronde, je souhaiterais formuler quelques pistes de travail : ma proposition se résume dans ce que je nomme la règle des « quatre 3 » : 3 dimensions de la santé, 3 niveaux d'intervention, selon 3 axes forts et 3 principes pédagogiques.

Une éducation au bien manger portant sur les 3 dimensions de la santé et agissant sur 3 niveaux (approche globale de la santé)

Les actions éducatives dans le champ de la promotion de la santé s'attachent à combiner autant que faire se peut les trois dimensions de la santé (biologique, mentale, sociale) ainsi que 3 niveaux d'intervention : l'individu, son entourage proche, son environnement.

Dimension de la santé et dimension de l'acte alimentaire : le lien avec l'éducation nutritionnelle est aisé à faire, les différents intervenants de cette journée de réflexion se plaisant tous à souligner les 3 dimensions de l'acte alimentaire.

De même, en ce qui concerne les 3 niveaux d'intervention, retrouve-t-on la grande idée sous-tendue dans le concept de la promotion de la santé : l'environnement dans lequel évolue un individu ou un groupe ne peut être écarté, ni dans le constat, ni dans les réponses apportées à un problème de santé.

Une éducation au bien manger autour de 3 axes principaux

1°) Promouvoir la notion d'alimentation équilibrée en l'associant au bien-être et à l'activité physique.

Pour cela, la valorisation des notions de quantité, de variété, de diversité, de repas rythmés dans le temps et structurés permettant un équilibre physiologique sont nécessaires.

L'éducation nutritionnelle doit apporter à la population les connaissances nécessaires pour avoir une alimentation équilibrée en insistant sur 3 points essentiels :

- *la quantité* : c'est à dire l'importance d'avoir des apports alimentaires qui correspondent aux dépenses de notre organisme

- *la qualité* : c'est à dire la nécessité de varier ses apports (interchanger les aliments d'un même groupe alimentaire) et de les diversifier (apporter chaque jour des aliments de groupes alimentaires différents)

- *le rythme* : c'est à dire le maintien, dans le temps et hors période festive, d'un rythme de repas adapté aux besoins et contraintes de chacun

La notion de repas principaux (petit-déjeuner, déjeuner et dîner) structurés et de repas complémentaires (collation matinale, goûter) composés autour de produits laitiers et céréaliers est également importante pour donner une cohérence à l'apport nutritionnel et limiter ainsi les grignotages qui favorisent l'obésité.

2°) Aider le consommateur à faire des choix éclairés

- *concernant les nouveaux aliments et la sécurité alimentaire*

Aujourd'hui, dans le domaine de la nutrition, les Français sont avant tout préoccupés par les problèmes de santé publique largement médiatisés : les organismes génétiquement modifiés (OGM), l'encéphalopathie spongiforme bovine (la vache folle), les listérioses (charcuteries et fromages). De nouveaux enjeux ou questionnements sont apparus avec les nouveaux aliments : sentiment d'une perte de contrôle des consommateurs sur l'origine des aliments, remise en cause des fondements de l'agriculture par exemple. Le consommateur doit être aidé dans ce nouveau paysage pour pouvoir faire des choix.

Il est de la responsabilité des pouvoirs publics, des industries agro-alimentaires et des associations d'éclairer le citoyen-consommateur sur ces changements. Les activités d'éducation nutritionnelle ne peuvent donc plus se limiter à la diffusion des grands principes nutritionnels. Elles doivent aussi rendre le citoyen « intelligent », capable de faire des choix éclairés et d'intégrer la notion de risque, capable d'assumer l'inéluctable distance qui s'est progressivement établie entre le producteur (les industries agroalimentaires souvent) et lui.

- *concernant une consommation citoyenne*

Aux aspects nutritionnels, hygiéniques ou symboliques soulevés par les nouveaux aliments, s'ajoutent les enjeux citoyens (politiques, écologiques, de développement). Se pose ainsi par exemple la consommation d'aliments consommés hors saison et produits dans les pays en développement dont la culture se fait au détriment de l'auto-subsistance alimentaire de ces pays. Le concept d'entreprise citoyenne sensible au respect des droits de l'Homme est émergent. L'éducation pour la santé a sûrement sa pierre à apporter dans ce débat, ou pour le moins, à permettre l'existence de ce débat.

3°) valoriser les modèles alimentaires traditionnels

Déjà souligné dans le rapport du Haut Comité de Santé Publique « la santé en France » puis par le Conseil National de l'Alimentation, et rappelé dans deux ouvrages du Comité Français d'Education pour la Santé, cette valorisation des modèles traditionnels nationaux (crétois, japonais, africain) ou régionaux (méditerranéen, sud-ouest de la France par exemple) reste nécessaire afin d'ancrer chaque individu dans sa culture et de reconnaître leur bienfait en matière de santé publique. L'éducation nutritionnelle doit réaffirmer que chaque continent s'est forgé, de façon empirique au fil du temps, un régime adapté à son contexte écologique. Ces régimes traditionnels correspondent à ce que chaque groupe humain a trouvé de mieux pour perpétuer l'espèce dans les meilleures conditions.

Les actions éducatives et de communication en nutrition doivent reprendre ces acquis en les adaptant au monde moderne et à ses nouvelles contraintes.

Une éducation au bien manger avec 3 principes pédagogiques

L'idée d'un message unique, unidirectionnel et négatif destiné à l'ensemble de la population a vécu.

1°) Une pédagogie différenciée

Les messages doivent être adaptés (à minima, selon l'âge et le sexe) aux quatre principaux groupes sur lesquels portent le consensus de l'éducation nutritionnelle en France : les enfants et les jeunes, les femmes enceintes, les personnes âgées et les personnes en situation de précarité.

2°) Une pédagogie ouverte

La pédagogie doit être basée sur l'échange et la participation des personnes concernées. Le dialogue est essentiel pour déterminer le niveau de connaissances, de représentations et d'habileté des interlocuteurs et mettre en œuvre des activités éducatives adaptées. Il est également essentiel tout au long de l'action afin que la personne « éduquée » ne soit pas en position d'infériorité et que soit reconnu son savoir « profane » au même titre que le savoir du professionnel. L'éducation nutritionnelle doit ouvrir de nouveaux horizons, faire découvrir de nouveaux aliments, des technologies alimentaires, des modes différents de préparation d'aliments connus, de nouvelles cultures et l'alimentation qui leur est associée.

3°) Une communication positive et globale

La communication doit valoriser le bien-être, la dimension hédonique (le plaisir) et la dimension sociale du repas.

Les leçons de diététique basées sur des interdits alimentaires en relation avec un ou des problèmes de santé (ne pas manger de graisses pour éviter les maladies cardiovasculaires, par exemple) ne doivent plus être la règle générale dans le domaine de l'éducation nutritionnelle. La valorisation des comportements positifs (les consommations de fruits et légumes, de poisson, de produits laitiers, de produits céréaliers de base) doit être préférée.

Education au bien manger, éducation alimentaire : les enjeux

Jean-Pierre POULAIN

Depuis les développements de l'épidémiologie et de la pensée hygiéniste à la fin du 19^{ème} siècle, l'idée de changer les habitudes alimentaires pour que les hommes soient en bonne santé est à la fois un horizon et une justification de la recherche scientifique en matière de nutrition. Cependant très vite ces ambitions réformistes se sont heurtées à des difficultés majeures. Changer les habitudes alimentaires s'est révélé beaucoup plus compliqué qu'on ne pouvait le penser. Les sciences humaines et sociales ont alors été convoquées pour cet ambitieux projet. Citons à titre d'exemple les travaux :

- d'Audrey Richards, dans les années trente, en Angleterre,
- de Maurice Halbwachs, entre les deux guerres, et de Léon Palhès, dans les années cinquante, en France,
- de Kurt Lewin et Margaret Mead, dans le début des années quarante, aux Etats-Unis.

L'introduction de l'alimentation, dans les programmes scolaires, est un thème récurrent depuis une vingtaine d'années. Elle a commencé avec des tentatives d'éducation au goût (les classes du goût) animées par l'Institut Français du Goût et la semaine du goût. Elles ont même bénéficié de la bienveillance de certains ministres de l'Education Nationale. Face à la montée de l'obésité infantile un certain nombre d'acteurs sociaux militent pour une intervention plus massive dans le système de l'éducation avec une éducation nutritionnelle. En conclusion des Etats Généraux de l'Alimentation, le Premier Ministre a annoncé un vaste programme d'éducation nutritionnelle, avec le déblocage de plusieurs centaines de millions de francs et la création de nombreux postes de diététiciennes.

Comment changer les habitudes alimentaires ? Cette question s'articule sur plusieurs postulats et peut être reformulée ainsi : une population donnée a un ensemble fixe d'habitudes dont certaines sont mauvaises et l'on souhaite les transformer en un nouvel ensemble fixe de pratiques conformes aux règles scientifiques de la nutrition. Elle repose sur plusieurs présupposés qui ne sont pas véritablement vérifiés :

- Les individus sont plutôt stables dans leur comportement erroné ;
- L'environnement social est plus ou moins stable ;
- Les connaissances nutritionnelles sont définitives.

Voilà l'exemple type de question mal posée. Il faut passer de la question "Comment changer les habitudes alimentaires ?" à "Quelle est la nature du comportement alimentaire ?" pour déboucher enfin sur une nouvelle question "Comment favoriser le développement de pratiques appropriées à des individus donnés, dans une société et à un moment donnés ?".

La conception implicite de ce que l'on peut appeler l'idéologie des régimes postule un "mangeur libre" de ses choix et rationnel dans ses décisions. Or les décisions alimentaires ne sont ni des décisions individuelles, ni des décisions rationnellement simples.

On sait de plus que ni l'accumulation ni même la compréhension des connaissances nutritionnelles ne changent pas nécessairement les habitudes alimentaires des individus. Il

convient donc de faire très attention de ne pas propager des messages qui risquent d'avoir des effets non désirés.

On peut même pointer ce *paradoxe américain* qui est que le taux d'obésité le plus important se rencontre dans une société où la vulgate de la culture nutritionnelle est aussi la plus diffusée et où les programmes d'éducation nutritionnelle sont les plus nombreux. Harvey Levenstein dans une étude des modes alimentaires américaines au XXe siècle et des politiques qu'elles ont inspirées a montré qu'à la lumière des connaissances actuelles, il est heureux que les programmes mis en place aient été des échecs. Les connaissances acquises aujourd'hui, tant sur les risques que fait courir l'obésité que sur les modalités de changer les habitudes alimentaires sont-elles suffisamment solides pour justifier un interventionnisme ?

L'acte alimentaire et les goûts sont soumis à de très fortes déterminations sociales et les modalités cognitives de construction des choix sont multiples : rationalité en valeur, en finalité, représentations symboliques, pensée magique... Même si les acquis des sciences sociales et humaines appliquées à l'alimentation sont nombreux et non négligeables, ils sont loin d'avoir épuisé la question centrale de la nutrition humaine qui est de comprendre ce que manger veut dire. Question que l'on devrait se poser avec beaucoup plus d'insistance avant de chercher à changer les habitudes alimentaires. Un champ de recherche nouveau s'ouvre, à l'interface des sciences de la nutrition et de la socio-anthropologie de l'alimentation, dont l'objet est de comprendre la complexité des décisions alimentaires.

L'état des connaissances actuelles invite donc à la prudence et suggère de passer de l'éducation nutritionnelle à l'éducation alimentaire. Pour prendre en charge les différents horizons de l'acte alimentaire : son lien à la santé, son lien au plaisir et ses dimensions symboliques...

De plus l'alimentation est très largement impliquée dans les processus de socialisation et il convient de respecter les différents particularismes alimentaires, sociaux, régionaux, religieux qui contribuent à la construction des identités sociales.

En ne se réduisant pas à la simple perspective nutritionnelle et en cherchant à prendre en charge les différentes dimensions de l'acte alimentaire, on renouera avec la grande tradition humaniste de Jean Trémolières, le fondateur de la nutrition française.

Idées à retenir :

- ✍ L'augmentation du stock d'information, ni même leur compréhension, ne modifie pas forcément les comportements
- ✍ L'implication de l'alimentation dans les processus de socialisation est complexe et méconnue
- ✍ L'acte alimentaire n'est pas un acte individuel ni simplement rationnel
- ✍ L'éducation alimentaire doit prendre en charge les différents horizons de l'acte alimentaire : son lien à la santé, son lien au plaisir et ses dimensions symboliques...

Parents : que veut dire « éduquer aujourd'hui » ?

Eduquer en général et éduquer au bien manger ? Quelles valeurs, quels repères essentiels transmettre aux enfants ?

Paule STERCKX

Avant de se poser la question « Que transmettre ? », il est important de prendre conscience que, dès la conception et même avant, les parents transmettent quelque chose :

- leur désir d'enfant,
- leur désir de donner la vie,
- leur désir de se prolonger au delà de leur propre vie.

Puis ils transmettent leur joie ou leur refus de cette nouvelle vie, leur amour, ce qu'ils sont prêts à sacrifier de leur confort et de leurs habitudes pour son bien-être : arrêter de fumer, changer de rythme de travail, de loisirs, faire des sacrifices financiers, etc...

A travers les attitudes de ses parents, l'enfant prend conscience de sa valeur.

Les premiers échanges visibles entre mère et enfant sont la tétée et tout ce qui va autour : contacts, odeurs, chants et mots ou gazouillis, leur rythme aussi.

Les rythmes des tétées, à la demande ou à heures fixes, donnent à l'enfant toutes sortes de repères : il expérimente l'être-ensemble et l'être-séparés qui le préparent doucement à l'individuation par rapport à sa maman. Il découvre confort et frustration, plénitude et manque, donner et refuser, bonne et mauvaise mère.

Dès ses premiers jours, la maman impose ou n'impose pas cette alternance à son enfant. La proportion de chaque élément lui apportera un début de la socialisation et des matériaux pour la construction de l'estime de soi. En retour, le bébé exprime son bien être et sa soif de vivre par toutes sortes de comportements dont son rapport à la nourriture : ogre ou moineau ? glouton ou « chipoteur » ? vomisseur ? réclamant sans cesse pour boire trois gorgées ?...

Très tôt, un jeu s'organise entre maman et bébé : des allers et retours dans la satisfaction ou l'inquiétude, quelquefois dans l'angoisse, une prise de pouvoir aussi .

Marcel Rufo dans son livre « Œdipe toi-même » affirme : « manger, mordre, c'est s'approprier le monde, la vie... » Le goût est un sens qui participe à l'élargissement des découvertes de l'enfant. Il suce, il lèche sans cesse. Le nourrissage y tient une place importante. C'est l'occasion de découvrir de nouvelles saveurs.

Transmettre

Transmet-on des valeurs, des repères ? « Proposer » semble un terme plus adapté. Les parents et les éducateurs proposent à l'enfant ou au jeune les orientations de vie qui leur semblent les meilleures pour eux et pour lui.

C'est offert aux enfants, très tôt, non par des discours mais par l'attitude des parents, la manière dont ils vivent, ce qu'ils disent, les choix qu'ils font et ce qu'ils en disent.

Le principal lieu d'échange, de transmission et d'observation, c'est autour de la table. Là les parents se racontent leur journée, leurs soucis, les rencontres, la lecture du journal, etc... Là les enfants écoutent et « engrangent » les messages des parents, messages verbaux ou comportementaux : les parents s'écoutent ou non, se critiquent, se contredisent ou s'encouragent, s'acceptent différents... Là les enfants parlent ou se taisent, sont écoutés, interrompus, critiqués ou approuvés...

A travers ces échanges ou ces non-échanges, les valeurs sont transmises au quotidien, à doses homéopathiques, certes, mais efficaces. Transmises ? Ce n'est pas sûr, car alors, tous les frères et sœurs recevraient la même « chose ». C'est pourquoi j'ai utilisé la formule : « les valeurs sont proposées... »

On observe que chaque enfant se fait sa propre éducation en composant aussi avec les attentes de ses parents qui ne sont jamais les mêmes d'un enfant à l'autre : aîné ou cadet, fille ou garçon ?...

Eduquer, vient de « ex ducere » c'est à dire « conduire au dehors » ou aider à sortir... On peut aussi le traduire par « épanouir dans le sens où la fleur qui s'épanouit, sort de son bouton et se déploie dans toute sa beauté, où elle développe ses potentialités cachées jusqu'à la graine et la fécondité. Eduquer, c'est donc offrir à l'enfant les meilleures conditions, le meilleur cadre pour qu'il puisse développer lui-même ses capacités et ses richesses. C'est lui transmettre les valeurs et les repères qui lui permettront de conduire sa vie et de traverser les difficultés.

Eduquer au bien manger

Qu'est-ce que « Bien manger »

Manger pour vivre ou vivre pour manger ? Manger-corvée, manger-plaisir ? manger-partage ? manger-tout-seul ? manger-je-donne ou manger-je –reçois ? manger-ensemble ? manger-grignottage, manger-composé, manger-j'ai-envie, manger à heures fixes, manger n'importe quand, manger-prends-ton-temps, manger en courant, manger-bagarre, manger-prise de pouvoir, manger-punition, manger-récompenses, manger fais-moi plaisir, manger-chantage...

Lorsqu'on a répondu à toutes ces interrogations, peu m'importe ce qu'il y a dans l'assiette : bio ou transgénique, pousses de soja ou cassoulet à la graisse d'oie. Les diététiciens disent très bien ce qu'il convient de faire. Pour moi l'important, c'est de savoir pourquoi on mange, comment on mange. Et ce qu'on exprime à travers le Manger.

Ce que les enfants apprennent en classe sur l'alimentation

Quelles matières et quelles classes sont concernées, le rôle des enseignants et les limites de leur action.

Patrick MARCEL

Pour bien manger, il faut être bien informé. L'école est un lieu privilégié d'éducation à la nutrition. Tout au long de sa scolarité, l'élève acquiert des connaissances sur différents aspects de son alimentation : l'origine des aliments, les différents types d'aliments, la composition des repas, les apports alimentaires recommandés, le lien nutrition-santé, la physiologie de la nutrition...Ce savoir se construit progressivement, de la maternelle au lycée.

I. L'alimentation dans les programmes de l'Education Nationale.

L'éducation à la nutrition est présente, sous un aspect ou un autre, à tous les niveaux de la scolarité de l'élève.

1. A l'école primaire.

Cycle 1 (maternelle)

Découverte du monde : le monde du vivant.

Sensibilisation aux problèmes d'hygiène et de consommation, éducation à la sécurité :

Approche concrète de l'hygiène de l'alimentation (régularité des repas, composition...)

Le maître, en plaçant l'enfant dans une situation de découverte active, le sensibilise aux règles de base de l'alimentation : découverte des différents types d'aliments, leur place dans les repas, leur fabrication....

Exemple d'activité : « du blé à la baguette ».

Cycle 2 (CP, CE1)

Découverte du monde : le monde du vivant.

Le corps de l'enfant et l'éducation à la santé :

- notions simples de physiologie et d'anatomie

- importance des règles de vie : hygiène (habitudes quotidiennes de propreté, d'alimentation, de sommeil, de rythme de vie...)

L'enfant acquiert des connaissances et un vocabulaire plus précis sur le fonctionnement de son corps, et sur l'hygiène alimentaire.

Exemple d'activité : « utiliser ses sens pour reconnaître différents aliments ».

Cycle 3 (CE2, CM1, CM2)

Sciences et technologie :

Le corps humain et l'éducation à la santé :

- les fonctions de nutrition

- conséquences à court et à long terme de notre hygiène (actions bénéfiques ou nocives de nos comportements)

Cet enseignement est réalisé dans le cadre d'activités scientifiques, au cours duquel l'enfant met en œuvre certains aspects de la démarche scientifique, utilise divers modes de communication et de représentations (écrits, dessins, schémas, graphiques..) et organise peu à peu un ensemble de connaissances lui permettant de comprendre et d'agir. La physiologie de la nutrition est abordée de façon plus précise, ainsi que le rôle des aliments, les aspects qualitatif et quantitatif de l'alimentation, le lien entre alimentation et santé...

Exemples d'activités : « que deviennent les aliments une fois qu'on les a mangé ? », « que doit-on manger chaque jour ? ».

2. Au collège.

Dans le secondaire, l'éducation à la nutrition se fait presque exclusivement dans le cadre des cours de SVT (Sciences de la Vie et de la Terre), avec parfois des liens avec d'autres disciplines (éducation civique, physique-chimie..).

Sixième

SVT – Partie III : des pratiques au service de l'alimentation humaine (10 heures).

1. Un élevage ou une culture

- *l'Homme élève des animaux et cultive des végétaux pour se procurer des aliments.*
- *élevage et culture nécessitent une maîtrise de la reproduction, des apports nutritifs et des conditions appropriées.*

2. Une transformation biologique (ex : fabrication du pain, du fromage)

- *certains aliments proviennent d'une transformation contrôlée par l'Homme.*
- *l'Homme maîtrise l'utilisation des micro-organismes à l'origine de cette transformation.*

La croissance accélérée de la population humaine suppose l'augmentation de la production alimentaire, favorisée par les progrès des sciences et des techniques, limitée par ses effets sur l'environnement. Pour illustrer cet enjeu, deux types de pratiques (un élevage ou une culture ; une transformation biologique) sont étudiés. Une visite, une enquête, l'intervention en classe d'un professionnel constituent des points de départ possibles. Dans le cadre de l'éducation à la responsabilité des élèves, il est essentiel d'accompagner l'étude d'une réflexion sur les limites de la pratique (effets sur l'environnement et la santé, respect des êtres vivants).

Cinquième-Quatrième

SVT – Fonctionnement du corps humain et santé.

Fonctionnement du corps et nutrition :

- *les nutriments utilisés en permanence par les organes proviennent de la digestion des aliments.*
- *le bon fonctionnement du système cardio-vasculaire est favorisé par l'activité physique ; une alimentation trop riche, le stress... sont à l'origine de maladies cardio-vasculaires.*

La fonction de nutrition au sens large (incluant aussi respiration et circulation) est abordée à travers l'examen de ses manifestations les plus immédiates, la recherche des organes impliqués, la mise en évidence de leur rôle et de leurs relations. Les conditions d'un bon fonctionnement et certaines causes de dérèglement sont abordées. Cette approche fournit les bases d'une véritable éducation à la santé.

Troisième

SVT – Fonctionnement de l'organisme, activité des cellules et échanges avec le milieu.

- la digestion et l'absorption assurent l'approvisionnement en nutriments des cellules à partir des aliments.

- la connaissance des besoins nutritifs (énergie et matière) permet de définir une alimentation qui évite les excès et les carences.

Cette partie comporte une dimension éducative dans le domaine nutritionnel.

SVT – Responsabilité humaine : santé et environnement

Education à la responsabilité en matière de santé et d'environnement. Il s'agit de justifier, sur la base de données scientifiques, le bien fondé de mesures prises dans le domaine de la santé. Les exemples en relation avec l'alimentation ne manquent pas...

3. Au lycée

Le thème de l'alimentation n'est pas évoqué en Seconde générale, et par la suite, du fait de la diversification des séries à partir de la Première, seul un nombre réduit d'élèves l'abordera.

On peut citer comme exemples :

- en 1L (littéraire) et 1ES (économie et sociale) : Alimentation et environnement
- en 1S (scientifique), dans le cadre des TPE (Travaux Personnels Encadrés) : Les Aliments.

Chaque élève a donc reçu une éducation dans le domaine de l'alimentation, dès son plus jeune âge et tout au long de sa scolarité (du moins jusqu'en troisième), essentiellement dans le cadre d'un enseignement scientifique.

II. Rôle des enseignants et limites de leur action.

Dans le cadre des programmes officiels de l'école primaire et du collège, les enseignants apportent les connaissances et les outils méthodologiques permettant une véritable éducation dans le domaine de l'alimentation.

Cette éducation englobe plusieurs aspects :

- une approche individuelle : connaissance du fonctionnement du corps, des apports nutritionnels conseillés, de l'incidence des déséquilibres alimentaires sur la santé, l'éducation au goût...

- une approche collective : en terme de santé ou de risques d'atteintes pour l'environnement.

En cela, cet enseignement participe à l'éducation à la citoyenneté, et doit fournir aux jeunes des clefs pour se repérer dans les enjeux de sociétés à venir.

Cependant, l'action de l'enseignant peut-être limitée pour différentes raisons :

- A l'école primaire, l'enseignant peut choisir de privilégier l'acquisition de la lecture, de l'écriture, des mathématiques, au détriment d'autres enseignements.

- Au collège, cette éducation se fait dans le cadre strict des programmes et des horaires de la matière : il est difficile pour l'enseignant de prolonger ce thème et de s'assurer que le message est passé auprès de chaque élève de la classe sans risquer de ne pas finir le programme (ce qui pour nous est une obligation !).

- Elle se fait pour l'essentiel dans le cadre d'un enseignement scientifique, et met donc en jeu des activités de recherche, dans le cadre d'une démarche scientifique.

L'enseignant doit donc vérifier que le message purement éducatif est bien passé , même auprès d'élèves que l'approche scientifique peut décourager.

Une approche pluridisciplinaire du sujet est donc souhaitable, et semble vouloir être promu par le gouvernement. Je citerai à ce sujet, un extrait du discours de clôture des Etats Généraux de l'Alimentation de Monsieur Lionel Jospin (du 13/12/2000) à propos du rôle de l'école dans la découverte du goût et l'éducation à la nutrition :

« Un volet important du programme Nutrition-Santé sera consacré aux outils pédagogiques et aux actions de formation liées à l'alimentation. L'intérêt des enfants pour cette question sera suscité au sein de plusieurs matières : les cultures alimentaires en Histoire, l'origine des aliments en Géographie, les plaisirs de la gastronomie à travers la Littérature. Cette éducation au goût est l'affaire de tous ».

Il semble donc exister une réelle volonté pour que le rôle éducatif de l'Education Nationale dans le domaine de l'alimentation soit encore renforcé, en collaboration avec d'autres acteurs.

Messages essentiels pour les parents

- ✍ J'invite les parents à prolonger chez eux l'action éducatrice des enseignants, en discutant sur le contenu des enseignements avec les maîtres, en parlant du contenu du cours et des manuels scolaires avec leurs enfants, et pas seulement dans le cadre de la récitation de leçons, en vérifiant ainsi si les messages à visée éducative sont bien passés.
- ✍ J'invite aussi les parents à surveiller certains comportements alimentaires de leurs enfants, et en particulier de vérifier que le petit déjeuner est suffisamment copieux, afin d'éviter le terrible coup de barre de fin de matinée que tous les enseignants constatent chez leurs élèves.

Les grands parents et la transmission

« Mauvaises habitudes » ou moments de tendresse et de gourmandise ?

Antoinette ERNY

Les grands-parents occupent une place singulière puisqu'ils ne peuvent être pensés que par rapport aux piliers de la famille nucléaire, les parents. Cette famille se présente comme un groupe constitué d'un couple géniteur, parfois par un seul géniteur et de son ou ses enfants. En contact quotidien, dans une grande intimité et une durée qu'aucun autre groupe ne peut atteindre, cette famille là est d'une richesse psychologique importante dit Y. Castellan.

La France compte près de 14 millions de telles familles. La clé de voûte de cet édifice est représentée par les parents des parents, les grands-parents. Ces grands parents très nombreux ne figurent pas dans les statistiques. Seule est recensée la population de plus de 60 ans qui constitue 20% de la population générale et qui est en augmentation constante, ce qui témoigne de l'allongement régulier de la durée de la vie. Ils sont nombreux à être grands parents effectifs ou à venir. En effet, actuellement la parentalité est tardive après 28 ans et la grand parentalité débute vers 52 ans. Vu que la durée de vie augmente sans cesse on est grands-parents pour longtemps. Ils demeurent actifs de plus en plus tard, ils s'investissent dans une activité valorisante, leur expérience reste actuelle. La vie de couple s'allonge, ce qui assure une assistance mutuelle.

Le plus souvent ils sont autonomes, avec un niveau de ressources plutôt élevé par rapport à la population générale, mais les écarts sont importants et les différences s'accroissent avec la durée.

Leur statut, leur rôle

Devenir grand-parent est l'un des événements les plus riches en satisfaction, dans la majorité des cas. A la naissance de l'enfant, les deux familles manifestent leur joie. Cette création s'origine dans chacune des deux branches. Les deux familles se penchent sur le berceau pour trouver des ressemblances qui les assurent de leur propre continuité. Les parents doivent à leur enfant le respect de sa double filiation tout en le reconnaissant comme un être unique lié aux deux lignées paternelle et maternelle. Il prend sa place dans la filiation.

Le grand-parent est le personnage que les jeunes parents désignent comme tel à l'enfant. Plus tard le lien grands-parents – petits-enfants pourra devenir personnel par la relation directe et parfois même indépendante des parents. Les grands parents ne sont pas là pour doubler les parents dans leur rôle, mais pour conforter le jeune dans l'amour inconditionnel. Les parents éduquent, les grands parents sont dans une démarche de séduction, d'ouverture, d'initiation, de transmission.

La présence et le contact avec les grands-parents ont une double action. Ils confortent le sentiment d'appartenance de la nouvelle génération à la lignée familiale, tout en lui permettant en même temps d'éprouver son originalité dans un jeu des ressemblances et des différences. Les rapports sont simples de familiarité et de tendresse.

La grand mère raconte, transmet la culture à travers les récits, conte, elle ouvre le temps sur la durée, mais elle témoigne aussi à travers ce qu'elle est. C'est elle aussi qui parle de leur mère ou père enfant, comment il a été, ce qu'il a fait à travers des anecdotes qui permettent de situer le parent dans sa trajectoire.

Le grand père est souvent plus tourné sur la présentation du monde, de l'histoire, la géographie, etc... Il fait partager aux petits enfants ses centres d'intérêt : la botanique, la géologie, l'élevage des lapins, le fonctionnement des moteurs, etc.

Le rôle des grands-parents est la fois celui de faire découvrir et de transmettre. Ce sont eux qui élargissent l'horizon de la famille aux dimensions de la société et même du monde. Par la généalogie, ils révèlent au jeune quelque chose de sa propre histoire, en lui permettant de se situer dans les combinaisons du schéma familial.

Chérir les petits-enfants passe par la nourriture. C'est là que la grand mère trouve une place centrale et même si toutes ne sont pas des cordons bleus, elles savent créer l'ambiance, une attirance pour des moments de convivialité. Les desserts faits maison font référence. Mais le soufflé de mamie, le gratin, le rôti aux saveurs particulières sont autant de senteurs, de goûts qui imprègnent l'enfant et qui persistent à l'âge adulte. Quel plaisir et que de complicité si en plus ils réalisent avec elle les recettes qui constituent à la fois une transmission d'un savoir, d'une culture, des échanges intimes.

Conseils :

- ~~///~~ Ne pas s'encombrer d'intention éducative mais réagir à ce qui se présente tel qu'on est, authentique
- ~~///~~ Les grands-parents ne doivent pas doubler les parents
- ~~///~~ Etre disponible mais discret