

Ce qu'on appelle la tradition alimentaire française tient non seulement au contenu de nos assiettes mais aussi à l'ordre, à la « syntaxe » qui structurent nos repas.

---

# Résumé

---

Or depuis quelques années, des motifs d'inquiétude semblent apparaître : sommes-nous menacés d'une « destructuration » de nos repas, d'un trouble ou d'une dégénérescence irréparables de nos grammaires et syntaxes culinaires ? Ce processus serait-il lié à des forces implacables : modernité et nouveaux marchés, américanisation croissante, perte d'identité ?

La menace pèserait à la fois sur notre patrimoine culturel (culinaire en l'occurrence) et sur la santé publique : si les repas se « destructurent », si le « grignotage » progresse significativement, ne risquons-nous pas en effet de voir se développer en France l'obésité, en particulier infantine, comme c'est le cas aux États-Unis (rappelons que l'on compte un Américain obèse sur trois en 1994, contre un sur quatre en 84, selon le National Health Statistics) avec ses conséquences sur la pathologie et la mortalité cardio-vasculaire ? Le « paradoxe français » passionne l'opinion et les chercheurs aux États-Unis : il consiste en ce que la mortalité coronarienne est presque 3 fois moindre en France que dans ce pays, à consommation de graisse équivalente (et même légèrement supérieure en France pour les graisses saturées) et à taux de cholestérol sanguin à peu près équivalent dans les deux populations. On a proposé toutes sortes d'explications ponctuelles pour résoudre ce paradoxe, du vin rouge aux anti-oxydants contenus dans les légumes et les fruits frais. Il est très vraisemblable que le caractère « réglé » de notre alimentation joue un rôle à la fois dans le fait que les Français (et surtout les Françaises) figurent parmi les peuples les plus minces du monde riche et dans la situation relativement favorable de notre pays sur le plan des maladies coronariennes.

Le « modèle alimentaire » français, aussi bien sur le plan gastronomique, culturel que nutritionnel, serait donc à l'origine d'un avantage réel de la France. D'où la question : ce « modèle » serait-il en voie de désagrégation ? Notre alimentation est-elle aussi menacée par un processus de « destructuration » qu'on ne l'a dit ou cru ? Le repas familial en France reste-t-il vivace, en tant que pratique, rite, reflet de valeurs diverses ? C'est ce que l'on a cherché à savoir à travers cette enquête de l'OCHA menée sous la direction de Claude Fischler et réalisée à l'école, auprès d'un très important échantillon (6014 enfants), en région parisienne et dans la Haute-Saône.

## Un repas familial valorisé et structuré

À travers ce que nous disent les 10-11 ans, l'image du repas qui nous apparaît est celle d'une institution et d'un rituel très valorisés, **peut-être même plus valorisés que jamais**, en particulier dans des catégories sociales où, précisément, le repas semblerait a priori le plus menacé (classes moyennes urbaines, activité professionnelle des deux parents). Une proportion très importante des enfants, en effet, traduit dans ses réponses l'idée que le repas est à la fois le symbole et le ciment de la vie familiale, en particulier celui qui apparaît comme le plus important de la journée : le repas du soir. Ce repas reste, en France, plutôt « structuré » : **dans une très grande majorité de l'échantillon**, si l'on en croit les témoignages des enfants, on mange assis à table, en compagnie de l'ensemble de la famille (et de la télévision). Dans le plus grand nombre de cas, tout le monde se met à table en même temps, à des horaires assez réguliers et en consacrant au repas 15 à 30 minutes. Dans trois familles sur quatre, le menu est le même pour tout le monde. Quand ce n'est pas le cas, c'est la plupart du temps pour des raisons de préférence individuelle, ou plus rarement de régime, qu'un ou des convives se sont distingués des autres. Les familles où il est habituel que chaque membre de la famille choisisse son menu restent exceptionnelles (6 % de l'échantillon).

## Pas de véritable déstructuration

Dans **une partie très minoritaire** de l'échantillon, on trouve néanmoins des caractéristiques qui pourraient laisser penser que les enfants sont quelque peu « livrés à eux-mêmes » : horaires de repas fluctuants, repas du soir pris seul devant la télévision, etc.

Pourtant, les propos tenus par ces enfants témoignent nettement de la transmission par les adultes d'un certain nombre de règles et de valeurs, notamment l'importance de l'alimentation pour la santé et la dimension conviviale du repas. Il paraît donc difficile de parler de véritable « déstructuration » en tout cas dans cette tranche d'âge.

## Manières de table

Aux deux bouts de l'échantillon, on voit se dessiner deux conceptions assez différentes de la relation à l'alimentation.

D'un côté, des familles plus « conservatrices » qui sont plus soucieuses que la moyenne du respect de règles telles que la ponctualité et la tenue à table. Dans ces familles, on accorde également beaucoup d'importance aux

aspects *quantitatif* de l'alimentation et on valorise des aliments tels que la soupe, la viande, le pain.

De l'autre, des familles que l'on pourrait qualifier de « post-modernes », plus tolérantes et souples par rapport aux règles de tenue à table et aux goûts individuels, mais davantage sensibles aux prescriptions d'origine médicale, en tout cas aux principes du « nutritionnellement correct ». Les aliments les plus valorisés dans ces familles sont les légumes, les fruits et les produits laitiers.

À noter que, à cet âge précoce, les filles semblent, à leurs dires en tout cas, déjà nettement plus « diététiques » que les garçons...

### **Le repas, un moment de plaisir**

Le plaisir semble néanmoins une dimension essentielle du repas pour la quasi totalité de l'échantillon. Il figure notamment très fréquemment dans les réponses à la question « ouverte » sur la définition personnelle du repas.

Pour un grand nombre de répondants, c'est bien un « moment de plaisir » et ce plaisir tient soit à la satisfaction du goût et de l'appétit, soit à la sociabilité et à la commensalité familiale.