

Février 2011

La place du cuisinier de collectivité dans le projet éducatif de la ville de Bruz.

Entre santé et éducation au goût.

Présenté par :

Jean Jacques GUERRIER

Coopérateur de recherche :

Jean Marc VANHOUTTE

Le cuisinier de collectivité a-t-il un rôle à jouer dans le cadre de la prévention alimentaire auprès des enfants ? Et par quels moyens peut-il participer à d'éventuels changements ? Notre société de surconsommation favorise certaines dérives sanitaires qui coûtent très cher (obésité et maladies qui en découlent). Des changements seraient possibles à condition de privilégier l'éducation alimentaire à l'école, mais aussi au sein du foyer. En parallèle, les cuisiniers de collectivité ont des contraintes de normes d'hygiène et de gestion. C'est en second plan qu'apparaît l'acte culinaire. Fort heureusement, le cuisinier de collectivité, peu reconnu jusqu'alors, commence à relever la tête. En effet, une ingénierie culinaire prenant en compte des paramètres tels que la sociologie alimentaire, le goût, ou la chimie des aliments, commence à voir le jour et cela pour nourrir de façon responsable et citoyenne les différents consommateurs du quotidien. Sa connaissance des produits, sa maîtrise des techniques culinaires et des assaisonnements permettraient à ce nouveau cuisinier d'animer des ateliers auprès d'enfants et d'adultes en alliant plaisir, convivialité et diététique. Ainsi les plats élaborés seraient équilibrés et moins riche en protéines animales. Il deviendra alors un acteur incontournable de la prévention alimentaire.

Mots clés :

Le cuisinier de collectivité, la socialisation, la prévention alimentaire, l'obésité, les parents, l'école, l'éducation au goût.



COLLÈGE COOPÉRATIF EN BRETAGNE

DHEPS REPS

Diplôme de Responsable d'Études et de Projet Social

Certification professionnelle de Niveau II

Délivrée par l'Établissement Collège Coopératif en Bretagne

(publié au Journal Officiel du 21 avril 2007 et révisée le 27 août 2008)

La place du cuisinier de collectivité
dans le projet éducatif de la ville de
Bruz :
Entre santé et éducation au goût.

Présenté et soutenu publiquement par :

GUERRIER Jean Jacques

Promotion n°46

Coopérateur de recherche :
VANHOUTTE Jean-Marc
Sociologue

RENNES – Février 2011

UNIVERSITE RENNES 2 – CAMPUS LA HARPE

Avenue Charles Tillon – CS 24414

35044 RENNES cedex

Tél. : 02.99.14.14.41 – Fax : 02.99.14.14.44

Email : ccb@uhb.fr - Site Internet : <http://www.ccb-formation.fr>

N°de SIRET : 32712493900056 – N° de déclaration d'existence : 53 35 00693 35 – Code APE : 8559A

Etablissement d'enseignement supérieur technique privé, laïque et associatif conventionné avec l'Université Rennes 2

REMERCIEMENTS.....	5
INTRODUCTION.....	6
HISTORIQUE DE LA RESTAURATION COLLECTIVE SCOLAIRE : D'ABORD LA SANTE DES ENFANTS. ...	6
BIOGRAPHIE ALIMENTAIRE ET RENCONTRE ASSOCIATIVE.....	9
Une dynamique de réseaux, « Les cuisines du quotidien ».....	12
CONTEXTE NATIONAL.....	14
LA QUESTION DE L'EDUCATION AU REPAS.....	15
CONTEXTE DE LA VILLE DE BRUZ.....	16
PARTIE 1. ENJEUX, CADRE THEORIQUE ET METHODOLOGIE.....	17
INTRODUCTION DE LA 1^{ERE} PARTIE.....	17
1.1. LA COMPLEXITE DES ENJEUX.....	18
1.1.1. La santé des enfants : prévention contre l'obésité.....	18
1.1.2. La santé de la planète : dimension écologique globale, nationale et locale.....	19
1.1.3. Crise des valeurs actuelles et valeurs éducatives.....	20
1.1.4. Le projet municipal en matière d'éducation alimentaire.....	22
1.1.4.1. Présentation de la cuisine centrale.....	22
1.1.4.2. Organisation municipale du pôle éducation de la ville de Bruz.....	23
1.1.4.3. L'éducation, une mission partagée.....	23
1.1.4.4. L'enfant, au cœur du projet éducatif.....	24
1.1.4.5. Le responsable de restauration recruté par rapport aux différents enjeux.....	25
1.2. OUTILS ET REPERES THEORIQUES.....	25
1.2.1. Développement de l'enfant et classes d'âges.....	25
1.2.2. Deux définitions possibles de l'habitus et la socialisation.....	27
1.2.3. Historique du goût.....	28
1.2.4. Mécanismes et apprentissage du goût.....	29
1.2.5. Logiques d'action des différents acteurs.....	31
1.3. CHOIX METHODOLOGIQUE : ENTRETIENS SEMI-DIRECTIFS.....	33
1.3.1. Préparation d'entretiens et déroulement prévu.....	33
1.3.2. Grille de questions d'entretiens.....	35
1.3.3. Déroulement des entretiens.....	36
1.3.4. Des préadolescents (11 à 14 ans) dans un contexte de camp d'été.....	39
1.3.5. Méthode d'analyses d'entretiens.....	40
CONCLUSION DE LA 1^{ERE} PARTIE.....	40
PARTIE 2. INCERTITUDES ALIMENTAIRES : LES REPRESENTATIONS DES DIFFERENTS ACTEURS.....	41
INTRODUCTION DE LA 2EME PARTIE.....	41
2.1. LES REPAS DANS LA SPHERE PRIVEE (SOCIALISATION DOMESTIQUE).....	42
2.1.1. Le changement des rôles des femmes et des hommes.....	42
2.1.2. Les achats alimentaires des familles : prix et côté pratique comme principaux critères de choix alimentaires.....	43
2.1.3. La structure changeante des repas.....	46
2.1.3.1. Le petit déjeuner, le goûter et le cuisinier.....	47
2.1.4. Ce que ces mères cuisinent.....	50
2.1.4.1. Durant la semaine.....	50
2.1.4.2. Lors des week-ends.....	52
2.1.5. Temps et déroulement du repas au sein du foyer.....	53
2.1.5.1. Le déroulement du temps de repas chez Elodie à la maison.....	53

2.1.5.2.	<i>Moins de bruit à la maison.</i>	54
2.1.5.3.	<i>Le temps consacré au repas.</i>	54
2.1.5.4.	<i>Les repas en famille : un moment de rassemblement</i>	56
2.1.5.5.	<i>Des repas à la maison trop interrompus</i>	56
2.1.6.	Des mères qui n'ont plus le temps.	57
2.1.7.	La soupe, appréciée par les enfants.	57
2.1.8.	Histoire de vie de certains acteurs.	58
2.1.9.	Les préférences et aversions des enfants.	60
2.2.	LES REPAS DANS LA SPHERE PUBLIQUE (SOCIALISATION SCOLAIRE)	62
2.2.1.	La réputation de la cantine au regard des mères.	62
2.2.1.1.	<i>La taylorisation du temps lors du repas à la cantine</i>	63
2.2.1.2.	<i>Un temps de repas limité</i>	63
2.2.2.	Comment rompre la rapidité des prises de repas de certains enfants ?	63
2.2.3.	« Je la mets à la cantine quand le menu lui plaît ».	64
2.2.4.	Les différences constatées par rapport aux tranches d'âge des enfants.	65
2.2.5.	Le rôle de la cantine selon différents acteurs.	67
2.2.6.	La viande de plus en plus consommée.	67
2.2.7.	Faire goûter à tout prix, mais sans forcer.	69
2.2.8.	Les courses effectuées par les animateurs du mercredi.	70
2.2.9.	Entre besoins et publicité (la télévision, les marques, le sucre).	71
2.2.10.	L'ambiance sonore et le repas dans la sphère publique.	72
2.2.10.1.	<i>Pas de répit pour les enfants lors des repas à la cantine.</i>	72
2.2.10.2.	<i>Des enfants trop bruyants.</i>	73
2.2.11.	Les craintes d'enfants qui mangent à la cantine.	74
	CONCLUSION DE LA 2EME PARTIE	75

PARTIE 3. PLACE DU CUISINIER DANS LA PREVENTION ET L'EDUCATION ALIMENTAIRE......76

	INTRODUCTION DE LA 3EME PARTIE	76
3.1.	CERTAINES NORMES DOMINANTES : SANITAIRES ET DIETETIQUES	76
3.1.1.	Le rôle du GEMRCN (Groupe d'Étude des Marchés de Restauration Collective et de Nutrition).	76
3.1.2.	La confection des menus : entre la volonté de créativité des cuisiniers et les obligations sanitaires de la diététicienne.	78
3.1.3.	Normes organisationnelles.	79
3.1.4.	Produits biologiques et commissions effectuées avec des enfants en accueil de loisirs...	80
3.2.	L'EDUCATION MEME ALIMENTAIRE : PEUT-ELLE ETRE UNE NORME A CONSTRUIRE ?	83
3.2.1.	L'éducation aujourd'hui. L'enfant face à la variété des produits.	84
3.2.2.	La soupe enseignée aux enfants d'école élémentaire, une approche pédagogique en classe...	84
3.2.3.	Éducation au repas et marketing.	87
3.2.4.	Une autre expérience à l'éducation au repas, une autre logique d'acteur.	88
3.2.5.	Le repas du centre aéré : des temps différents.	89
3.3.	LA PLACE DU CUISINIER DE COLLECTIVITE EN RESTAURATION SCOLAIRE.	90
3.3.1.	La proximité du cuisinier avec les usagers.	90
3.3.2.	Un cuisinier de collectivité en camps d'été : une expérience de contexte différent.	91
3.3.3.	Une proposition éducative portée par le cuisinier.	91
3.4.	COMMENT ASSOCIER PARENTS ET ENFANTS A UNE NOUVELLE CULTURE DE LA CUISINE ?	93
3.4.1.	Les enfants, les parents et les cuisiniers face au goût. Où en sommes-nous ?	95
3.4.2.	Des ateliers cuisine pour les parents et les enfants.	98

3.4.2.1.	<i>Les ateliers cuisine pour adultes.</i>	98
3.4.2.2.	<i>Les ateliers cuisine à l'accueil de loisirs pour les enfants.</i>	99
3.4.3.	Des enjeux pour les cuisiniers de collectivité : une nouvelle approche.	100
CONCLUSION DE LA 3EME PARTIE.		101
CONCLUSION GENERALE		102
BIBLIOGRAPHIE		104
GLOSSAIRE DES SIGLES		106
ANNEXES		107
	Echantillon des personnes interrogées	107
	Un cuisinier parmi les animateurs en camps d'été à St Jean de mont.	108
	L'association « Slow food » : transmission de valeurs par des ateliers du goût.	112
	Une dynamique de réseaux, « Les cuisines du quotidien ».	114
	<i>L'objectif de l'association « Les cuisines du quotidien ».</i>	115
	<i>Le paradoxe culturel français.</i>	116
	<i>La cuisine évolutive : une manière pour comprendre la cuisine</i>	118
	<i>Tableau des températures de cuisson des viandes et poissons.</i>	121
	Les entretiens retranscrits.	122

Remerciements

Je tiens à remercier ma compagne ainsi que mes enfants pour leur patience. Je remercie également Jean Marc VANHOUTTE pour son expertise et sa disponibilité. Et enfin, je remercie Patrick CROSNIER pour ses conseils et son aide précieuse.

Introduction.

Il me paraît important de commencer ce document par une présentation personnelle pour des raisons de légitimité. D'abord, dans la première partie, il sera question des principaux enjeux d'éducation alimentaire, ensuite quelques clés conceptuelles permettront de clarifier le sens que je souhaite donner à ce mémoire. Puis, nous regarderons la manière dont les informations ont été recueillies auprès des différents acteurs concernés par l'alimentation quotidienne des enfants dans la sphère domestique comme dans la sphère scolaire. La deuxième partie sera consacrée au développement de ces données recueillies et analysées pour ces trois types d'acteurs (parents, enfants, professionnels qui interviennent pour le repas des enfants). Dans la troisième partie, il sera davantage question des préconisations alimentaires ainsi que la place du cuisinier de collectivité dans l'éducation au repas. Enfin, quelques exemples de projets et quelques pistes seront proposés. Mais tout d'abord, essayons de comprendre en commençant par la genèse de la restauration collective.

Historique de la restauration collective scolaire : d'abord la santé des enfants.

La restauration collective actuelle se distingue de la restauration commerciale par une approche sociale. Elle est chargée de fournir sous forme d'avantage, des repas aux membres d'une collectivité. Le critère communautaire reste encore très présent aujourd'hui. Pour preuve, la revendication précise des décideurs et de convives des collectivités, sur le caractère « d'avantage social » de cette prestation. À sa prime origine, on peut y voir les restaurants coopératifs d'ouvriers. Ceux-ci proposaient, en effet des repas, contre une faible rémunération, à des convives membres d'une collectivité :

« Pour la première fois, des repas consistants, se substituent aux soupes et sont destinés à des ouvriers solvables, membres sociétaires de l'organisation¹ ».

Le premier restaurant coopératif fut créé par Alexis de Tocqueville en 1848 à Grenoble. Ces coopératives se développeront au début du 20e siècle et participeront à l'amélioration du repas des ouvriers.

De nos jours, la restauration collective, aussi appelée restauration sociale, se scinde en deux pôles distincts de taille inégale. 75 % des restaurants sont gérés par leur collectivité d'appartenance ;

1 Mériot Sylvie-Anne. Le cuisinier nostalgique. Entre restaurant et cantine. CNRS Sociologie Paris 2002 p35

c'est la gestion directe ou l'autogestion, et 25 % sont concédés, pour diverses raisons, à des sociétés de restauration privées qui agissent en prestataires de services ; c'est la concession.

Chacun de ces deux pôles intervient sur trois principaux secteurs d'activité. Le monde de l'enseignement avec les cantines² scolaires, celui de la santé avec la restauration hospitalière en clinique ou en maison de retraite, et celui du travail avec les cantines d'entreprise ou d'administration. Cette sectorisation actuelle de la branche d'activité, écoles, hôpital, travail ne s'est pas opérée par rapport à des marchés. Elle n'est pas non plus le fruit du hasard. Elle est issue de l'histoire et des spécificités propres à chaque activité.

Les cantines d'entreprises sont aujourd'hui majoritairement concédées. Celles des secteurs, scolaires et hospitaliers, toujours très liés à leur vocation sociale, restent généralement prises en charge par les pouvoirs publics.

Nous allons observer comment la branche d'activité a évolué pour arriver jusqu'à nous.

Dans la restauration scolaire, le maître mot est la nutrition. Bien que sa signification ait évolué avec les années, elle reste indissociable de l'alimentation des enfants. Du calcul des minima alimentaires à attribuer aux jeunes pour conserver leur santé de la fin du 19^{ème} siècle, au PNNS³ de notre époque, c'est autour de ce concept⁴ que cette restauration fut et est bâtie.

Même si les raisons diffèrent de celles qui nous animent aujourd'hui, la satisfaction des besoins nutritionnels des jeunes, devint rapidement une préoccupation pour ceux qui étaient en charge de l'éducation.

« L'église avait dispensé l'instruction en France et devait permettre de sauvegarder la santé et le patrimoine des familles.⁵ »

Il s'agit alors de subvenir aux besoins des élèves et de justifier les sommes reçues pour cela. Le repas n'est pas dispensé, mais géré.

L'école est ensuite convertie en service d'État. Bien que publique et républicaine, sa fréquentation reste réservée principalement aux fils de la bourgeoisie. À cette époque, l'approche des savoirs est austère et les repas s'en ressentent.

« Le savoir se mérite, il est austère. Et les parents qui surchargent leurs tables, s'escrimant par des bombances à se faire reconnaître, mettent, sans hésiter, leurs rejets à la portion congrue⁶ »

2 Cantine viendrait de l'italien cantina ou canto² qui signifient cave, coin, réserve. Il apparaît au 17^{ème} siècle pour désigner un coffre compartimenté permettant de ranger des bouteilles. Par extension le lieu ou l'on rangeait le coffre aurait pris son nom. Source : Le Petit Robert Dictionnaire de la Langue Française. Paris 1993

3 PNNS Programme National de Nutrition et de Santé.

4 La nutrition est l'ensemble des processus et de désassimilation qui ont lieu dans un organisme vivant, lui permettant de se maintenir en bon état et lui fournissant l'énergie vitale nécessaire. Source : Le Petit Robert Op. cit. 1993

5 Mériot. Sylvie-Anne. Op. cit. 2002 p43

Plus tard, au début du 20^e siècle, l'obligation de fréquenter l'école, imposée par Jules FERRY, pousse à la création de « Caisses des Écoles ». Celles-ci ont pour objectif de distribuer, gratuitement ou à petits prix, des repas aux plus démunis. Les repas distribués par ces « Caisses » ont progressivement remplacé les nourritures que les enfants amenaient à l'école et qui étaient réchauffées sur le poêle. Bientôt, ce repas chaud devient le plus consistant pris dans la journée par les élèves.

Des cuisines et des lieux communs de prises de repas sont alors agencés et la réalisation de cette prestation est confiée aux concierges des écoles. Rapidement, la responsabilité du service de restauration glisse vers le chef d'établissement. Pour répondre à ces besoins, ce sont alors, le plus souvent, les femmes de ces responsables d'établissements qui se chargent de la préparation des repas. C'est clairement une extension de l'alimentation domestique.

Après avoir débuté avec des structures balbutiantes, cette aide aux familles a évolué vers un service public dont l'importance, tant du point de vue alimentaire que du point de vue politique, est encore présente aujourd'hui.

Le cadre nutritionnel actuel est basé sur une première circulaire, datant de juin 1971. Celle-ci régit les principes de composition des menus servis à la cantine. Elle stipule également que ce repas doit représenter 40 % de la ration journalière. Le 6 mai 1999, un guide de pratiques nutritionnelles complet, élaboré par le GPEM/DA⁷ est approuvé par le ministère de l'Économie. Il fixe les objectifs nutritionnels des repas, les moyens de les atteindre et les contrôles aptes à vérifier la mise en place de ces bonnes pratiques. Si ces règles sont imposées lors de la délégation du service de restauration, le secteur public reste libre de les appliquer ou pas. Aujourd'hui, les repas sont élaborés en fonction des logiques diététiques et cela pour lutter contre l'obésité, mais quelle marge de manoeuvre ont les cuisiniers de collectivité pour valoriser leur métier. Qu'est-ce qui détermine ce que les enfants mangent aujourd'hui ?

6 Aron Jean-Paul. Le mangeur du 19^{ème} siècle Edition Payot Alençon 1989 p262

7 GPEM/DA : Groupe Permanent d'Études des Marchés de Denrées Alimentaires. Il est aujourd'hui remplacé par le GEMRCN : Groupement d'études des marchés en restauration collective et de nutrition.

Biographie alimentaire et rencontre associative.

Entre zéro et trois ans, c'est à la ferme chez mes grands-parents que j'ai passé le plus clair de mon temps. Mes grands-parents possédaient une petite ferme modeste et tout ce que nous consommions provenait de cette exploitation, à part l'épicerie où il fallait se rendre chaque semaine après la messe. Pendant que mon grand-père se rendait au café avec ses collègues paysans, ma grand-mère m'emmenait chez cette vieille épicière. L'épicerie et le café faisaient partie du même bâtiment. Ma grand-mère annonçait sa liste de course (café, sucre, chaussons, tabac, gâteaux secs, etc.), et l'épicière allait chercher chaque article les uns après les autres dans un immense meuble en bois massif composé de cases régulières où se trouvaient les différents articles alimentaires. Rien de comparable à nos supermarchés d'aujourd'hui.

Mes grands-parents possédaient une vingtaine de vaches. Chacune d'entre elles avait un nom, mais aussi une personnalité. D'ailleurs, nous leur parlions souvent en les caressant affectueusement. Ma grand-mère s'épuisait à la traite manuelle matin et soir. À mon réveil, c'était ce lait que je buvais avec du chocolat, pendant que la tartine plantée d'une fourchette grillait au feu devant la cheminée. Dans un vieux poêle en fonte alimenté au feu de bois lui aussi, un poulet commençait sa cuisson. Pour l'accompagner, des oignons des carottes des pommes de terre et du beurre. Avant cela, j'avais été témoin de sa mise à mort. Après ce petit déjeuner copieux, nous emmenions les vaches au champ à deux ou trois kilomètres de la ferme.

Lors des moissons, les paysans se regroupaient pour que le travail soit plus efficace et moins pénible. Le soir, c'est autour de grandes tablées bruyantes et conviviales que nous partagions des repas parfois un peu arrosés.

D'autres rituels favorisaient aussi le regroupement, c'était lors de l'abattage du cochon. Le tueur se déplaçait de ferme en ferme pour saigner ces pauvres bêtes dont les cris retentissaient dans tout le village. Il était demandé aux enfants les plus courageux de tenir la queue de ce cochon pendant la mise à mort. La bête était couchée sur le côté, sur un banc et sanglé à l'aide de cordes. D'un coup de couteau bien affûté, le tueur incisait la gorge de l'animal en un point précis, et plus la bête criait, plus le sang jaillissait. Ma grand-mère était là pour récupérer ce sang en le remuant pour ne qu'il coagule pas; il servira à la confection du boudin noir. À l'issue de ce rituel barbare, encore un repas convivial où l'on mangeait ce qui était appelé «la fricassée». C'était les filets de porc cuisinés avec des oignons et du cidre, et accompagnés de pommes de terre à l'eau. Souvent, en complément du pain, des galettes de blé noir fraîches pliées en quatre étaient posées sur la table. Après cela, la découpe et le partage des morceaux de même que la confection des

charcuteries pouvait commencer. C'est dans ce contexte que j'ai passé une partie de mon enfance. Peut-être, est-ce de là que m'est venue la passion de la cuisine ?

Par la suite, c'est à la cantine que mon expérience alimentaire se poursuit. Affamés, nous faisons la queue avant de nous agglutiner autour de tables hexagonales où nous attendaient les plats préparés par les cantinières. Nous devons nous servir seuls. Pas question de se servir plus les uns que les autres.

Au collège le service était un peu différent. Nous passions devant deux cantinières qui déposaient les mets dans nos assiettes. Nous allions ensuite nous installer autour de grandes tables rectangulaires. Un deuxième passage était nécessaire pour aller chercher le plat chaud. Ces deux dames au visage rubicond avaient pour réputation d'être sévères, mais leur cuisine était bonne.

C'est au lycée que je découvre la restauration en self service (là, je découvre la possibilité de choisir un plat sur les trois ou quatre autres qui me sont proposés).

Puis, j'intègre le lycée hôtelier où je découvre un monde inconnu pour moi, mais qui me fascine d'autant plus. Rapidement, je comprends que la cuisine occuperait une grande place dans ma vie. D'ailleurs, cette passion ne m'a jamais quitté encore aujourd'hui. En ce qui concerne le repas du midi dans l'établissement hôtelier, deux possibilités s'offraient à nous : soit déjeuner au restaurant « dit pédagogique », ou alors en salle de restaurant « dit application » où nous étions servis par nos homologues apprentis serveurs. Quelques règles de bonnes manières pour se tenir correctement à table nous étaient inculquées par la directrice.

Après deux années d'école hôtelière, j'obtiens mon diplôme de cuisinier. Entre ces deux années, j'effectue un stage de cuisine dans un restaurant renommé situé aux alentours de Saint-Malo. Je découvre alors la dureté de ce métier et la discipline qui règne au sein d'une brigade de cuisine. Dans ce « panier de crabes », il faut s'imposer et se faire respecter des autres. En effet, dans ce restaurant nous étions environ une trentaine de cuisiniers. Il y avait deux chefs de cuisine dont un était maître cuisinier de France. La brigade se composait de quatre chefs de partie : un pour les préparations froides, un pour le poisson, un pour les viandes et un chef pâtissier. C'est également à cette époque que j'ai perdu le bénéfice de mes week-ends. En effet, suite à ce stage et tout en poursuivant mes études culinaires, j'ai cherché à travailler dans les restaurants proches du domicile parental, d'abord pour apprendre mon métier, mais aussi pour gagner un peu d'argent de poche.

Arrive alors l'intégration en baccalauréat professionnel par la voie de l'apprentissage. Deux années en alternance, à raison de deux semaines d'enseignement théorique à Vannes puis deux semaines de pratique dans un restaurant gastronomique rennais. Encore une fois il faut s'imposer et se faire accepter de la brigade de cuisine par le savoir-faire et la maîtrise du métier. Pas toujours facile au début. Une année sur les deux m'a été nécessaire pour faire ma place.

Ensuite, je pénètre dans la vie active en tant que cuisinier, toujours en gastronomie. Ceci pendant un an. L'hôtel-restaurant de l'époque travaillait beaucoup avec des séminaires. Je découvrais là une autre approche de la gastronomie avec parfois plusieurs groupes de convives à nourrir en même temps avec des menus différents.

Obligation militaire oblige, et c'est au MESS des sous-officiers à Rennes que je découvre la restauration collective avec 600 personnes à nourrir chaque midi.

Ensuite, j'effectue six mois de pizzeria, mais la passion pour la gastronomie me rattrape. C'est ainsi que durant un an et demi, j'occupe le poste de second cuisine dans un autre restaurant renommé de la capitale bretonne. Dans le même temps, le désir d'enfants me décide à changer de travail.

De toute évidence, le travail en restauration gastronomique et la vie de famille semblent difficilement conciliables. Il s'en suit que je me retrouve à travailler en restauration collective, car les horaires conviennent mieux pour l'éducation d'un enfant. Pendant sept années consécutives, je gravis les échelons, et acquiers de plus en plus de responsabilités. Durant cette période, j'apprends également la gestion et le « management ». Par contre, d'un point de vue culinaire pas vraiment de progression. La pression budgétaire constante de la part des dirigeants me décide à quitter la restauration collective d'entreprise concédée pour la restauration collective hospitalière autogérée.

C'est dans une clinique rennaise que je continue mon ascension professionnelle pendant cinq années. Dans cette clinique, mon ambition était de proposer des produits de haute qualité. Mais encore une fois, la logique financière me rattrape. Durant cette même période, je rencontre deux personnes qui semblent exprimer le désir de former des cuisiniers spécialisés en restauration collective de haute qualité. Ce sont les créateurs d'une association, « Les cuisines du quotidien », qui envisagent de former des chefs de cuisine à une nouvelle approche en restauration collective. Enfin, je me dirige vers la restauration collective pour les enfants. Mais aussi l'alimentation des personnes âgées en EHPAD (Établissement d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes).

Démarche personnelle vers l'association « Les cuisines du quotidien »

Les différents postes en tant que responsables en restauration collective que j'ai pu occuper durant la période évoquée précédemment m'ont tous laissé un goût amer. En effet, le travail en cuisine collective consiste souvent à assembler des produits élaborés ou semi-élaborés, et la qualité des produits n'est pas la priorité. Ceci est dû au manque de temps et de connaissances, pour des raisons financières ou par manque de motivation des cuisiniers. De plus, le poste de responsable de restauration comporte des tâches administratives conséquentes sans compter la partie « managériale » souvent apprise sur le tas. Mais lorsque j'ai rencontré les fondateurs de l'association « Les cuisines du quotidien », les choses ont changé pour moi. Pour la première fois, je réalisais qu'il était possible de faire évoluer ce monde de la restauration collective dans lequel je n'avais pas encore trouvé ma place. J'avais face à moi des personnes qui avaient une partie des réponses qui me manquaient pour trouver ma place et redonner un sens à ce métier. Mais avant cela, jetons un regard sur le contexte dans lequel nous évoluons en ce qui concerne l'alimentation des enfants.

Une dynamique de réseaux, « Les cuisines du quotidien ».

« Ce document est destiné à présenter l'ingénierie culinaire, c'est-à-dire une approche de la restauration collective centrée sur l'acte culinaire décliné dans ses différentes dimensions ; mettre en évidence la nécessité de former les cuisiniers de collectivité sur de nouvelles bases techniques et culturelles préalablement à toute démarche visant à améliorer la qualité des repas. Cette réflexion sur l'environnement de la cuisine collective et ses enjeux à moyen terme est née en 1998 au sein d'une Société de Restauration Collective (SRC). Il s'agissait alors de proposer une alternative au déficit d'image de la profession et de pallier la carence en formation technique perceptible chez l'ensemble des chefs. Ces lacunes sont généralisables à l'ensemble du secteur. Il n'existe, encore aujourd'hui, aucun ouvrage technologique de référence pour la cuisine de collectivité et les écoles hôtelières abordent très rarement les particularités de cette restauration. Un dispositif de formation fut ainsi créé au sein de cette SRC autour d'une autre approche de la cuisine collective. Il permit à plus de 1800 chefs de cuisine d'être formés sur des bases nouvelles. Tous furent unanimes sur la pertinence de la réflexion et l'efficacité du dispositif. Cette opération ne pris pas, cependant, la dimension d'un projet d'entreprise. Comme toute démarche novatrice, elle était en décalage avec la culture dominante. En effet, la restauration collective ne se conçoit qu'en termes d'hygiène, de traçabilité, de ratios et surtout d'économies (de main d'oeuvre, de

matières premières, de fluides, etc.). Alors que, pour nous, il semble plus opportun d'optimiser les gestes techniques employés et d'améliorer la qualité des matières premières utilisées. Il est surtout urgent d'avoir une approche plus globale, de parler de nourritures, de lien social, d'environnement et de citoyenneté. Certes l'hygiène, la connaissance des circuits de distribution et la maîtrise des coûts sont des paramètres indispensables, car les collectivités doivent maîtriser la sécurité et le prix des aliments qu'elles proposent à leurs convives, mais ces paramètres doivent être abordés comme des moyens et en aucun cas être considérés comme des objectifs. Il est de première importance de rappeler et de faire valoir que les cuisiniers de collectivité ont pour mission de nourrir leurs contemporains. C'est une mission riche et complexe qui doit être considérée et enseignée avec cet autre regard que permet l'ingénierie culinaire. La France campe sur sa réputation de pays où l'on sait ce que bien manger signifie. La réputation de la cuisine française est mondiale. La notoriété internationale de nos grands chefs est directement liée au nombre d'étoiles que leur décerne le petit guide rouge. La gastronomie constitue l'un des fleurons de notre pays. Hors de la cuisine gastronomique point de salut. Les écoles hôtelières ne forment qu'à la cuisine gastronomique, les médias ne parlent que de cuisine gastronomique. La cuisine gastronomique est normée, codifiée, construite. C'est une cuisine de l'exception qui élabore des repas destinés à changer de l'ordinaire, à éviter la routine, à rompre la monotonie alimentaire, que ce soit par la qualité des produits, la complexité des techniques, ou le raffinement du service. C'est le cortège des repas de fêtes ou des banquets qui marquent les événements familiaux. Sur ces bases, certains chefs talentueux et médiatiques pratiquent un art véritable, un culte de la sophistication dans lequel rien n'est jamais laissé au hasard (y compris l'addition). La cuisine devient alors grande, haute ou de prestige. Elle est l'objet de tous les superlatifs. C'est un loisir hautement culturel, réservé à une minorité et enclin à beaucoup d'excès. Curieusement, c'est également l'unique référence de notre culture alimentaire. Que l'on soit industriel agroalimentaire, cuisinier de collectivité ou ménagère, il est de bon ton de s'inspirer des grands chefs (« *de les inviter chez soi* »), de tenter de les imiter, de les copier, sans jamais y parvenir, bien entendu. Que ce soit dans les linéaires des grandes surfaces, à la cantine ou à la maison, pour bien manger, on nous fait croire qu'il faut percer les secrets de la grande cuisine française et que malheureusement cette mission est difficile voire impossible pour les non initiés. La cuisine gastronomique n'est pourtant qu'une cuisine de divertissement. Elle n'a jamais été conçue pour répondre à nos besoins vitaux. Nous la consommons essentiellement durant nos temps libres, nos moments de détente, nos périodes de loisirs. À ce titre, elle est sociologiquement proche de la restauration à thème, de la restauration rapide, voire de la « sandwicherie ». Certains loisirs sont seulement plus culturellement ancrés que d'autres...Il faut juste se garder de tout jugement de

valeur. La cuisine collective par contre, est aux antipodes de ces représentations dominantes. Elle s'inscrit dans le temps de la vie de la collectivité et dans la durée. C'est une cuisine à vocation nourricière et éducative. Elle doit répondre à nos besoins fondamentaux. C'est une cuisine de l'ordinaire qui se consomme à des moments ordinaires. Elle s'intègre dans l'ordinaire de la vie des gens. Elle doit cependant faire face aux exigences des convives du quotidien, garantir une bonne santé et résister à l'usure du temps. Cette cuisine de tous les jours doit donc être simple et équilibrée. Elle doit se renouveler sans cesse pour ne pas lasser. C'est une cuisine exigeante et difficile, pour laquelle les points de repère de la gastronomie fondés sur la sophistication des produits, des recettes et des manières de table ne suffisent pas. Tout y est différent : les volumes, les produits, le matériel, les techniques et surtout la finalité : il ne s'agit plus ici de divertir, mais de nourrir. Etre formé à la cuisine gastronomique ouvre les horizons gustatifs et sensoriels et apporte une réelle culture alimentaire. C'est sans doute nécessaire pour travailler en collectivité, mais ce n'est certainement pas suffisant. Il est urgent de former les cuisiniers à prendre en main des techniques nouvelles, éloignées des traditions de la cuisine classique. Mais il est surtout impératif de les amener à penser différemment la cuisine. Il faut opérer une mutation culturelle. Il n'existe aujourd'hui, en France, aucune base technologique formalisée, aucun ouvrage de référence, aucun cursus de formation⁸ performant sur ce sujet. La France, pays de la gastronomie, forme les cuisiniers qui la divertissent, mais néglige ceux qui la nourrissent. Ce paradoxe culinaire français fait qu'il n'est pas étonnant que les cantines aient mauvaise réputation, que les cuisiniers soient démotivés, que des problèmes de santé publique se multiplient, que tant de tables rondes et de colloques sur la bonne façon de se nourrir restent sans effet. Cette association vise à combler cette béance. Nous oeuvrons pour la reconnaissance d'une culture de la cuisine du quotidien, afin que ceux qui la préparent trouvent la place qui leur revient au cœur de la société. »

Contexte national

Il est maintenant établi que l'obésité croît rapidement en France, spécialement depuis le début des années 1990 ; mais surtout elle apparaît de plus en plus jeune (16 % des enfants en surpoids contre 5 % en 1980) et frappe surtout les populations à faibles revenus (25 % d'enfants défavorisés).

Les pathologies associées à une mauvaise nutrition (les maladies cardiovasculaires entraînent 170.000 morts par an ; le diabète « gras » touche deux millions de français mais aussi les cancers,

⁸ Seule l'Afpa dispense aujourd'hui des formations en cuisine de collectivité. Les volumes formés sont faibles et très inférieurs aux besoins de la branche.

l'ostéoporose, l'anorexie...) pèsent très lourd dans la dépense de l'assurance maladie (ces pathologies coûtent cinq milliards d'euros par an, la part attribuée à la mauvaise nutrition atteindrait 800 millions d'euros)⁹. Il apparaît que ce contexte sanitaire, économique et social ne peut évincer les différents aspects éducatifs (culturels, affectifs, cognitifs...) du repas.

La question de l'éducation au repas.

Les changements sociétaux ont induit des modifications au niveau du statut et des rites alimentaires. Le terme « gastro anomie » emprunté à Claude FISCHLER dans son livre « l'omnivore » signifie que certains codes alimentaires ont changé, et que cela semble être lié à un mal-être dans nos sociétés (dis-moi ce que tu manges, je te dirais qui tu es). Nous sommes passés de mangeur commensal encore dans les années soixante, à consommateur individuel aujourd'hui, avec en prime la possibilité de choisir parmi les nombreuses possibilités alimentaires. Le consommateur actuel jouit d'une « abondance à portée de main » (Vanhoutte, 1982, p 43). Chaque membre de la famille se débrouille avec des aliments prêt-à-manger individualisés, le couple frigo / micro-ondes devient alors roi¹⁰. Le repas relève parfois de la simple recharge énergétique (Claude Fischler p 212). Quoi qu'il en soit, le repas du midi dans les écoles mobilise de nombreux acteurs.

En effet, l'accompagnement des enfants dans leur alimentation se fait par le biais de différents acteurs que sont les professeurs des écoles, les ATSEM, les agents de restauration, les animateurs, les cuisiniers et agents de cuisine, mais aussi les parents, et surtout les élus.

Ces différents acteurs se mobilisent pour faire en sorte que le repas soit un moyen de véhiculer certaines valeurs aux enfants et cela par rapport à sa propre représentation de l'éducation. En effet, chacun possède sa logique d'actions construite par rapport à sa représentation personnelle. La difficulté étant d'articuler les différentes logiques qui sont souvent prises séparément (Yves Bonny 2003), sachant qu'il faut également prendre en compte la dimension historique et culturelle de chacun (Les nouvelles approches sociologiques des organisations p 188).

De plus, les logiques d'acteurs sont à la fois collectives et individuelles (Yves Bonny 2003). Sachant cela, il est aisé de comprendre la difficulté à coordonner les actions éducatives autour des repas.

9 Synthèse du deuxième programme national nutrition santé 2006-2010

10 Jean-Claude Kaufmann « Casseroles, amour et crises, ce que cuisiner veut dire (page 301).

D'après les auteurs du livre « Enquêtes auprès des enfants » (page 52), l'école est aujourd'hui probablement la seule institution où l'apprentissage de la vie sociale entre pairs est réelle (socialisation secondaire).

A. Percheron avance l'hypothèse selon laquelle la famille constitue la principale source de socialisation de l'enfant (socialisation primaire) et que son action s'avère primordiale pour la structuration ultérieure de la personnalité. Toujours selon ses propos, c'est à travers le cadre familial que vont se filtrer toutes les autres expériences de la vie sociale.

« En cas de discordance des messages, ceux de la famille ont tendance à l'emporter ; en cas de redoublement des messages, la transmission se voit renforcée ». C'est pourquoi mon intérêt se dirige vers cette hypothèse principale suivie de trois sous-hypothèses :

Aujourd'hui, les repas proposés à l'école avec une volonté éducative, ont-ils un impact sur les familles ?

Par exemple, est-ce que certaines familles considèrent l'école comme un partenaire pour faire découvrir des nouveautés alimentaires à leurs enfants ?

Ou encore, les repas pris en institution (école, accueil de loisirs, colonie de vacances) impulsent-ils d'autres modèles dans la famille ?

Et enfin, est-ce qu'on ne socialise pas les enfants de façon trop directive ? Y a-t-il une démarche pédagogique plus adaptée ?

C'est sur le territoire de Bruz où je travaille comme responsable de restauration en cuisine centrale que j'ai choisi d'éclaircir ce questionnement.

Contexte de la ville de Bruz

Bruz est une ville jeune et dynamique qui a connue une forte progression démographique : plus cent quarante et un pour cent entre mille neuf cent soixante huit et mille neuf cent quatre vingt dix neuf, et plus soixante deux pour cent entre mille neuf cent quatre vingt dix et mille neuf cent quatre vingt dix neuf (la deuxième plus importante augmentation de Bretagne entre les deux derniers recensements). Quarante six pour cent des Bruzois ont moins de trente ans. Aujourd'hui seize mille sept cent quatre vingt trois Bruzoises et Bruzois (recensement complémentaire de deux mille cinq) habitent la commune. En mille neuf cent quatre vingt dix neuf, la commune comptait treize mille cinq cent vingt deux habitants.

La population active (personnes de plus de quatorze ans) se répartie entre les employés (17,5%), les professions intermédiaires (16%), les retraités (15,4%), les ouvriers (12,2%), les cadres et professions intellectuelles (10%), les commerçants, artisans, chefs d'entreprises (3%), et les agriculteurs (0,3%). 25,6% sont sans activité professionnelle (élèves, étudiants, femmes au foyer).

La ville de Bruz accueille plus de neuf mille six cent élèves de la maternelle à l'enseignement supérieur dans des établissements publics et privés. Pour l'enseignement primaire (écoles maternelles et élémentaires), trois groupes scolaires publics et deux privés reçoivent mille sept cent neuf élèves dans soixante trois classes. L'enseignement secondaire se répartit entre un collège public et un collège privé (mille huit cent trente quatre élèves), ainsi qu'un lycée public et un lycée privé (mille deux cent soixante deux élèves). Le campus de Ker Lann assure la formation de quelques quatre mille huit cent étudiants, à travers une quinzaine d'écoles et organisme de formation. Par ailleurs, la ville de Bruz compte cent cinquante associations ou sections d'associations de loisirs, sportives, culturelles ou sociales qui regroupe plus de sept milles adhérents soit près d'un bruzois sur deux.

Le quartier du Vert Buisson est en pleine expansion. Il est prévu d'y construire environ mille cinq cent logements. Une population nouvelle pourra bénéficier de certains de ces logements sociaux.

ENJEUX, CADRE THEORIQUE ET METHODOLOGIE

Introduction de la 1^{ère} partie

L'alimentation semble faire partie des priorités de l'État, et par extension des municipalités. Face aux dérives alimentaires coûteuses (obésité, maladies...), il deviendrait urgent de redonner à l'alimentation, une place plus importante. C'est pourquoi l'éducation alimentaire, véhiculant des valeurs structurantes pour les enfants, est préconisée, même si les différents changements de société font apparaître de nombreuses contradictions. Par exemple des perceptions éducatives différentes selon les personnes, une société changeante, la complexité de la mécanique gustative, ou encore les empreintes culturelles de groupes, et sans oublier les différentes étapes au niveau du développement de l'enfant. Enfin, nous regarderons la méthode utilisée pour recueillir des informations, auprès des familles et des professionnels de l'accompagnement des repas à l'école.

1.1. La complexité des enjeux.

Qu'il s'agisse de la santé des enfants ou de l'équilibre écologique, de dimension internationale, nationale ou locale, ce qui est commun, c'est l'éducation à certaines valeurs. La ville de Bruz qui partage ce constat semble agir en ce sens, pour peu que cela ne grossisse pas l'enveloppe budgétaire prévue. Les priorités affichées pour les enfants (méthodes de pédagogie active en périscolaire), l'intégration de produits alimentaires respectueux de l'environnement sont des éléments qui paraissent le confirmer.

1.1.1. La santé des enfants : prévention contre l'obésité...

Les maladies cardio-vasculaires causent plus de 30 % de morts par an, c'est la première cause de mortalité en France, les cancers près de 240 000 nouveaux cas par an (les hommes un peu plus que les femmes).

L'obésité augmente sans cesse chez l'adulte, mais on parle déjà de 16 % d'enfants en surpoids et 11 % d'adultes ! En 2004, 41 % des Français sont en surcharge pondérale.

Le diabète touche de plus en plus de personnes près de 3 % de la population française.

Près de 20 % de la population française a une cholestérolémie supérieure à la normale. Premier pas vers les maladies cardio-vasculaires.

Les coûts de santé augmentent en conséquence, le malaise moral des uns et des autres fait que la prévention prend vraiment toute son importance.

En 2001, le gouvernement décide de mettre en place un programme national nutrition santé (PNNS). Ce programme est établi avec l'aide d'experts scientifiques et il a pour but d'améliorer

l'état de santé de la population vivant en France. Les deux axes principaux sont « la santé vient en mangeant » et « la santé vient en bougeant ».

Les messages sanitaires ont été définis par le ministère de la Santé. Ils reprennent les messages du PNNS et seront présentés à travers différents médias en alternance.

Les voici :

« Pour votre santé, manger au moins cinq fruits et légumes par jour »,

« Pour votre santé, pratiquer une activité physique régulière »,

« Pour votre santé, éviter de manger trop gras, trop sucré, trop salé »,

« Pour votre santé, éviter de grignoter entre les repas ».

1.1.2. La santé de la planète : dimension écologique globale, nationale et locale.

Aujourd'hui, pas une journée ne passe sans que nous soyons sollicités par les médias ou dans la vie quotidienne, et cela, pour nous faire prendre conscience de l'importance du respect environnemental. Il semblerait que notre planète soit en danger, et ceci, à cause de nos abus grandissant depuis une centaine d'années. Réchauffement climatique, gestion de nos déchets, énergie renouvelable, respect de la biodiversité, qualité de l'eau... sont des mots qui font désormais partie de notre quotidien. La santé humaine serait même liée à la santé de la planète.

Au niveau national, on parle de développement durable. Au niveau local, on parle davantage de l'agenda 21 qui est l'outil du développement durable.

En 1992, lors du sommet de la Terre de Rio de Janeiro, 173 pays adoptent le programme action 21 ou agenda 21 pour les pays francophones. C'est une déclaration qui fixe un programme d'action pour le XXI^e siècle dans des domaines très diversifiés afin de s'orienter vers un développement durable de la planète. Ainsi action 21 énumère quelque 2500 recommandations concernant les problématiques liées à la santé, au logement, à la pollution de l'air, à la gestion des mers, des forêts et des montagnes, à la désertification, à la gestion des ressources en eau et de l'assainissement, à la gestion de l'agriculture, à la gestion des déchets.

Aujourd'hui le programme action 21 reste la référence pour la mise en oeuvre du développement durable au niveau des territoires. Dans le cadre du chapitre 28 de cet agenda 21, les collectivités territoriales sont invitées, en s'appuyant sur les partenaires locaux que sont les entreprises, les

habitants et les associations, à mettre en place un agenda 21 à leur échelle, appelée agenda 21 local.¹¹

1.1.3. Crise des valeurs actuelles et valeurs éducatives.

Le mot valeur, très usité dans la sociologie allemande du début du XX^{ème} siècle (notamment dans la mouvance wébérienne), désigne plus précisément une « manière d'être ou d'agir qu'une personne ou une collectivité se reconnaissent comme idéale et qui et qui rend désirables ou estimables les individus, les groupes ou les conduites auxquels elle est attribuée ».¹²

Actuellement, la crise de nos valeurs nous amène à une restauration des valeurs à partir du religieux. Ce manque de repères dont souffre la jeunesse est également dû à la consommation de masse qui, en véhiculant une image publicitaire de l'humain, n'assure pas la transmission des valeurs.

Valeur économique, qui est plutôt une valeur matérielle en faveur du gain, du profit et de l'argent. L'argent est une de nos premières valeurs et nous croyons que nous pouvons obtenir d'autres valeurs avec.

Valeur vitale, du latin « valere » qui veut dire entre autres être bien portant (santé). Mais aussi le plaisir : plaisir sexuel, de la table, du jeu et des émotions fortes. À tel point que l'on peut se demander si le plaisir n'est pas devenu l'unique valeur. Les valeurs font l'objet de dualités, et le plaisir est donc collé au refus de la mort, rejet du suicide, de l'euthanasie, des révoltes contre les guerres, etc. On parle également de vie et respect de la nature et de l'environnement, ce qui nous amène vers les valeurs morales qui sont davantage le don de soi, une pureté d'intention, une générosité qui se situe à l'opposé de la valeur économique.

Malheureusement, l'éducation aux valeurs morales n'est pas dispensée par les organismes de formation.

Par ailleurs, il arrive qu'il y ait une perte des valeurs et que tout se dérobe sous nos pieds. Ce phénomène, le nihilisme présent quand la tentation du rien hante l'esprit. La conscience collective pourrait considérer l'existence comme un drame pénible et donc le néant serait une délivrance. On peut distinguer le nihilisme actif comme le nazisme et le terrorisme mondial par exemple. Freud entre autres avait identifié ce phénomène comme la crise de la conscience collective. Quant au nihilisme passif, c'est une perte de repères et une crise de sens qui est compatible avec la

¹¹ Définition agenda 21 Wikipédia.

¹² Définition dictionnaire de la sociologie page 217.

société de consommation, et qui n'exclut pas le divertissement, l'aisance matérielle et la frénésie de l'action. Tout cela entraîne une surconsommation inutile dans de nombreux domaines. Consommer, jeter l'alimentation, l'amour, le savoir, mais aussi la culture et l'art. La crise des valeurs que traverse notre société s'appelle « la maladie de la vie » et le rapport entre vie et représentation en est la cause. L'état désemparé dans lequel se trouve la jeunesse favorise cette consommation, car moins la vie a de sens, plus on consomme. Là, le bonheur se résume à la sécurité économique, au confort et à la jouissance matérielle. Le travail devient technique et dépersonnalisé et a perdu toute attache dans la réalisation de soi. Le temps est un décompte de périodes avec des obligations et des échéances. Nous sommes dans un monde où les valeurs spirituelles ont été perdues, ce qui explique la résurgence de la violence, car la vie ne peut être pleinement vécue. C'est le rôle des valeurs spirituelles que de libérer la création de soi par soi.

C'est à l'éducation d'assurer la compréhension des valeurs spirituelles, et de permettre à chacun de les redécouvrir par lui-même. Malheureusement, une éducation intelligente devrait être fondée sur les valeurs et non les faits (ex. : fallait-il lâcher une bombe sur Hiroshima et Nagasaki ? C'est une décision avant d'être un fait, une décision motivée par un système de valeurs).

Si nous voulons être plus libres, plus heureux et plus respectueux de la vie, il nous faudra donner dans l'éducation, au minimum trois valeurs essentielles :

D'abord, la valeur de la conscience qui ajustée à nos décisions aurait une incidence extraordinaire sur la portée de nos actes. Ensuite, l'honnêteté qui signifie que l'extérieur reflète fidèlement l'intérieur de l'individu, elle consiste à dire ce que l'on pense et à faire ce que l'on dit. Enfin, la responsabilité qui consiste à avoir conscience de nos actes. Éduquer les enfants à la responsabilisation les amène à regarder le monde comme une famille élargie, et décroïsonne les visées à courte vue de l'égo en leur offrant une perspective illimitée.¹³ Le lien entre ce texte et l'acte alimentaire n'est pas évident à percevoir, mais il existe. Au travers du repas qui est aussi une forme de consommation aussi, il semble important de véhiculer certaines valeurs qui pourraient contribuer à faire en sorte que des enfants deviennent des citoyens conscients, honnêtes et responsables.

¹³ Article « Primauté des valeurs et spiritualité » site Internet « Philosophie et spiritualité » 2005, Serge CARFANTAN.

1.1.4. Le projet municipal en matière d'éducation alimentaire.

1.1.4.1. Présentation de la cuisine centrale.

« À partir de 1987, les cuisines centrales se sont multipliées dans le secteur des cantines, tant en gestion directe qu'en sous-traitance (à des sociétés de restauration collective)¹⁴. Aujourd'hui encore, les sociétés de restauration hésitent encore à investir directement dans des cuisines centrales qui leur appartiendraient pour approvisionner les restaurants qu'elles gèrent ou pour livrer à domicile des personnes âgées (par l'intermédiaire d'un Centre Communal d'Action Sociale).

Quoi qu'il en soit, ce pari technologique et organisationnel a été le principal vecteur de privatisation lorsque le secteur public souffre d'équipements vétustes et n'a plus les moyens de financer leur rénovation. » (Sylvie-Anne Mériot, *Le cuisinier nostalgique*, page 234).

La cuisine centrale de Bruz confectionne et livre environ mille cent repas par jour réparti comme suit : aux alentours de neuf cent cinquante répartis sur trois écoles, pour un public d'enfants de maternelles et d'élémentaires, et environ quatre vingt convives le midi et autant le soir pour une maison de retraite (EHPAD). Deux crèches sont aussi approvisionnées. Quinze repas pour chacune d'entre elles.

Nous sommes neuf personnes à travailler dans cette cuisine : un responsable de restauration, trois cuisiniers, quatre agents de cuisine et un apprenti. Les plats sont acheminés à l'aide d'un véhicule isotherme, de la cuisine centrale vers les écoles, la maison de retraite et les crèches. Un des cuisiniers se transforme en livreur pour l'occasion. Ces plats répartis sur les trois écoles sont distribués par les agents de restauration, les ATSEM et les animateurs du périscolaire. Trois métiers différents avec chacun sa perception de l'apprentissage pour faire manger les enfants. Il n'existe que très peu de liens entre les acteurs de la production culinaire et ceux de la distribution et de l'animation. Pourtant, la volonté affichée serait de coordonner les actions de ces différents acteurs, mais cela à un coût.

¹⁴ Le nombre de cuisines centrales est difficile à estimer dans le secteur autogéré, mais il est probablement comparable à celui des sociétés de restauration collective. Ces dernières géraient une centaine de cuisines centrales en 1997, mais les chiffres qu'elles communiquaient à la presse étaient largement supérieurs, pour impressionner un lectorat de clients potentiels et de concurrents.

1.1.4.2. Organisation municipale du pôle éducation de la ville de Bruz.

Dans l'organigramme du pôle éducation de la mairie, se trouvent:

La restauration (cuisine centrale, offices-écoles), la halte-garderie, le périscolaire accueil de loisirs, le service jeunesse (animation auprès des adolescents de la commune), et les ATSEM (Agent Territoriaux Spécialisés des Écoles Maternelles).

En effet, les petits bruzois sont pris en charge par la commune dès le plus jeune âge, et jusqu'à l'adolescence pour certains d'entre eux. Les moments éducatifs communs à la restauration et au temps périscolaire sont les mercredis et les vacances scolaires. Concernant le temps du repas du midi pendant l'école, un projet qui réunirait les différents acteurs semble émerger. Pour l'instant, le service restauration évolue souvent séparément des autres services du pôle éducation. Les logiques de restrictions budgétaires sont-elles vraiment compatibles avec les logiques éducatives ?

1.1.4.3. L'éducation, une mission partagée.

Partant d'un constat organisationnel d'isolement des services et d'un objectif de principe selon lequel on ne découpe ni la journée, ni la vie d'un enfant, le pôle éducation se donnera comme mission d'instaurer une continuité éducative.

Ce principe s'inscrira directement au cœur des valeurs du service public dans une logique de transversalité, de continuité et de transparence de fonctionnement des services.

C'est dans l'articulation des différentes actions éducatives à la recherche d'une cohérence d'ensemble que l'on pourra atteindre ces objectifs. Cette recherche de cohérence et donc d'harmonie n'impliquera pas d'uniformisation de fonctionnement. C'est en effet, grâce à des pratiques différentes s'enrichissant les unes des autres et par la rencontre de personnalités différentes que les enfants trouveront les repères nécessaires à la construction de leur propre personnalité.

C'est dans le partage que l'on fera vivre cette continuité éducative, le partage entre les services et le partage avec les parents que l'on considérera comme les premiers acteurs de l'éducation et comme les garants de cette continuité.

Notre devoir d'information et de transparence vis-à-vis des parents nous permettra de participer à cette responsabilité collective d'éducation.

Cet objectif de continuité éducative va se décliner en action concrète au sein et entre les services du pôle.

Ainsi, la halte-garderie, initiatrice de la vie en collectivité et donc de la socialisation des enfants sera le premier maillon de cette chaîne éducative.

Le service périscolaire et l'accueil de loisirs se rejoindront au sein d'un même service « enfance ». Le service de restauration scolaire se placera dans une démarche éducative en reconnaissant le repas comme un acte éducatif et poursuivra son action en impliquant tous les acteurs concernés par ce temps de repas.

Le service jeunesse en fin de chaîne éducative proposera un projet se nourrissant de tout l'esprit des projets des secteurs « petite enfance » et « enfance », adapté à l'âge et la composition du public accueilli.

Parallèlement, la continuité interservices viendra soutenir l'ensemble des projets de service. Cette transversalité au sein du pôle éducation nous projettera hors d'une logique de structure, dans une logique de public et de territoire.

1.1.4.4. L'enfant, au cœur du projet éducatif.

Notre mission aura toujours pour objectif l'intérêt des enfants accueillis dans les services de la ville de Bruz.

Ainsi l'organisation des services sera pensée dans le sens du respect de leurs réalités, leurs besoins et leurs rythmes. La recherche de leur responsabilisation visant à l'autonomie sera permise grâce à un parcours marqué de repères rassurants leur permettant de grandir dans un contexte sécurisant.

Nous voulons rendre les enfants acteurs de leurs projets et leur donner les moyens de devenir des adultes libres, responsables et citoyens.

Ce principe se fondera dans l'organisation même des services. Nous ferons place aux initiatives, à la responsabilisation des équipes dans un cadre de fonctionnement souple permettant l'expression des projets innovants et adaptés au territoire bruzois.

En effet, nous devons réussir à mettre les équipes au cœur des projets afin de créer une dynamique générale propice au développement d'une organisation plaçant l'intérêt de l'enfant au cœur de nos actions.

1.1.4.5. Le responsable de restauration recruté par rapport aux différents enjeux.

En octobre 2006, j'ai été recruté par la municipalité de Bruz en qualité de responsable de restauration. Lors de cet entretien d'embauche, trois objectifs m'ont été fixés par Mr le maire de l'époque. D'abord mettre en place une restauration de qualité (tant au niveau de l'organisation que des denrées utilisées), puis travailler en collaboration avec une diététicienne pour la validité nutritionnelle des menus, et enfin remobiliser l'équipe de restauration de manière participative. Ces trois objectifs semblaient correspondre à la représentation que je me faisais de mon poste, ce qui m'a conforté dans mon choix d'intégrer la municipalité de la ville de Bruz. Par la suite, nous avons écrit des procédures qui expliquent l'ensemble du fonctionnement de la cuisine centrale dans un document appelé PMS (Plan de Maîtrise Sanitaire). Puis ma mission a évolué vers davantage de coopération avec le service enfance et le service jeunesse pour proposer des ateliers cuisine aux enfants, et aussi pour conseiller les animateurs qui confectionnent des repas pour les enfants lors des camps d'été. Cette collaboration transversale avec les autres services s'est ensuite arrêtée suite au non remplacement d'un agent.

1.2. Outils et repères théoriques.

Parmi les principaux apports théoriques, il en est quatre sur lesquelles j'aimerais m'attarder. En premier lieu, il s'agit du développement de l'enfant avec les différents changements selon ses tranches d'âge. En second lieu, une définition possible concernant les mécanismes d'intégration socioculturels des jeunes individus sera proposée. Le troisième point traitera de la complexité de la physiologie gustative. Pour enfin arriver au quatrième point qui tentera de décrypter les différentes approches représentatives de logiques d'action selon les individus.

1.2.1. Développement de l'enfant et classes d'âges.

Selon leur âge, les enfants sont en mesure d'intégrer des connaissances aussi bien en famille qu'à l'école. Comme évoqué précédemment, on a vu que l'école favorisait l'apprentissage par la

confrontation avec les pairs, même si la famille reste le principal lieu de socialisation. Les enfants se développent de manière cognitive (connaissances), affective (émotions), et sociale (rapport aux autres). De plus, l'enfant construit sa connaissance par expérimentation, en relation ou en conflit avec un pair (partenaire). L'aspect social est donc un facilitateur de son développement. D'ailleurs, selon Wallon, autrui est nécessaire pour que l'enfant accède à la connaissance.

Il est intéressant de connaître certaines théories à ce sujet. Comme le naturalisme, le béhaviorisme (théorie comportementale) ainsi que le constructivisme. Dans le premier cas, l'aptitude vient de l'enfant. À mesure qu'il grandit, il mûrit. L'enfant n'est pas acteur. Ce courant considère que ce développement est régulier par des facteurs internes (endogènes), par la maturation de l'équipement biologique. Dans le second cas, le développement est tributaire de l'apprentissage (facteurs exogènes). Pour alors, l'enfant est quelqu'un qui a tout à apprendre et qui est façonné par l'éducation. Et enfin dans le dernier cas, son développement est le produit des interactions entre l'organisme et le milieu (interaction entre facteurs internes et externes). La connaissance se structure progressivement en prenant appui sur les connaissances antérieures et en préparant l'intégration des connaissances nouvelles. De toute façon il ne peut y avoir de personnalisation sans socialisation, c'est-à-dire qu'il ne peut se construire en tant que personne sans les autres.

Pour ce qui est des différents stades chez l'enfant, Wallon décrit trois moments clés. Crise d'opposition (centripète, l'enfant dit non à tout) vers 3-4 ans, âge de grâce, de séduction vers 4-5 ans (il cherche à recueillir l'admiration de l'adulte) et période d'imitation vers 5-6 ans (l'enfant imite pour enrichir sa propre image). C'est également vers 5-6 ans qu'il est dans la résolution du complexe d'Oedipe. Ce qui est essentiel dans l'évolution affective des enfants de cet âge, c'est le détachement nécessaire à la mère et l'intégration dans la réalité des relations interpersonnelles à l'intérieur de la constellation familiale, avant de pouvoir investir ses pulsions d'amour sur d'autres objets extérieurs.

Après vient la période de latence (6-12 ans) définie par Freud, qui favorise l'activité intellectuelle ainsi que le développement d'intérêt pour la connaissance et le monde extérieur.

Un autre élément important décrit par Piaget, est que l'enfant se construit en manipulant. De toute évidence, les indications décrites ci-dessus sont un passage obligé pour comprendre certaines réactions d'enfants lors des repas. La théorie de l'oralité défendue par Freud permet aussi de comprendre que notre rapport à l'alimentation commence très tôt.

« Le stade oral est le premier stade prégénital de l'évolution sexuelle et psychique d'un individu. Lorsqu'à ce stade la libido investie est amenée à être retardée, et qu'il y a de ce fait difficulté au dépassement de ce stade, on dit qu'il y a fixation au stade oral, que l'individu a fixé en oralité. Ce

qui implique qu'il aura tendance à régresser à ce même stade afin de se rassurer lorsque, devenu adulte, il se trouvera confronté à des difficultés qui lui paraîtront insurmontables. Le caractère de celui qui a fixé en oralité ressemble à celui du nourrisson que l'on allaite et qui est persuadé que le sein, qu'il a tant désiré et fantasmé, finit par arriver comme preuve à la toute puissance de sa pensée (voir : Pensée magique). Être en oralité revient donc à penser (panser !) qu'on a été dépossédé provisoirement d'une faculté de toute puissance qui ne manquera pas de nous être restituée. L'oral est sans doute dans l'attente, le regret et l'insatisfaction permanents. L'oral se nourrit de fantasmes et de rêves. Il fait des projets qui n'aboutissent pas la plupart du temps et les contingences matérielles sont difficiles à gérer pour lui. Une fixation à ce stade peut se traduire par le choix du métier (cuisinier par exemple), un rapport à l'alimentation perturbé (boulimie), une addiction à l'alcool ou la cigarette ou bien encore les drogues dites dures (le produit que l'on s'injecte symbolisant l'incorporation du lait que l'on recevait). Le principal mécanisme de défense de l'oral est le clivage bon sein/mauvais sein qui a tendance à s'exprimer dans une relation du « tout ou rien » car la relation mère/nourrisson est caractérisée par les sensations d'apaisement/frustration que l'enfant perçoit ».¹⁵

1.2.2. Deux définitions possibles de l'habitus et la socialisation.

Habitus

Terme ancien qu'on trouve chez Aristote. Actuellement utilisé en sociologie dans le cadre du courant animé par Pierre Bourdieu. Désigne le système de dispositions durables acquis par l'individu au cours du processus de socialisation. Se présente à la fois comme le produit agissant de conditions sociales passées et comme principe générateur des pratiques et des représentations permettant à l'individu de construire des stratégies anticipatrices. Selon Bourdieu, cette notion contribue au dépassement de l'opposition entre les points de vue objectivistes et subjectivistes, entre les forces extérieures de la structure sociale et les forces intérieures issues des décisions libres des individus. « Intériorisation de l'extériorité », l'habitus, produit d'un travail d'inculcation et d'incorporation, sert de support à la mise en correspondance des possibilités objectives et des stratégies subjectives, tout en assurant l'indépendance relative des pratiques par rapport aux déterminations extérieures du présent immédiat. Il y aurait alors compatibilité entre

¹⁵ Eric Ruffiat (psychanaliste), Nouveau Dictionnaire de la Culture Psy, 477 pages.

l'homogénéisation des pratiques et des représentations à l'intérieur du groupe ou de collectifs soumis à des conditions d'existence semblables et la singularité des trajectoires sociales.¹⁶

Socialisation

Concept occupant une place ambiguë en sociologie, centrale pour certains, secondaire pour d'autres. En psychologie sociale, il désigne le processus par lequel les individus apprennent les modes d'agir et de penser de leur environnement, les intériorisent en les intégrant à leur personnalité et deviennent membre de groupes où ils acquièrent un statut spécifique. La socialisation est donc à la fois apprentissage, conditionnement et inculcation, mais aussi adaptation culturelle, intériorisation et incorporation. Le terme trouve alors sa place dans des courants théoriques aussi divers que dans l'anthropologie culturelle, la psychanalyse, la psychologie génétique ou interactionniste.

Chez Durkheim, importance de la conscience collective (transmission, d'une génération à l'autre, des normes et des traditions ; rôle de l'éducation morale ; construction d'une identité, à partir de la dualité originelle entre égoïsme et altruisme). Bien distinguer, à la suite de Weber, socialisation associative par accord volontaire, et socialisation institutionnelle par imposition des règles et domination du pouvoir légitime.

Correspond, chez Parsons, à une adaptation de type fonctionnel. Autre perspective : celle de l'habitus (transformation des différences sociales entre différences individuelles, par inculcation et incorporation des pratiques et des représentations de groupes partageant les mêmes conditions d'existence).

Les nouvelles approches s'efforcent de dépasser certains clivages et considèrent la socialisation comme une transaction entre des systèmes définis par des règles et des valeurs, et des individus développant leurs propres stratégies.¹⁷

1.2.3. Historique du goût.

Le goût est un sens très particulier car il juge en même temps qu'il perçoit ce que nous pouvons manger ou rejeter. Il est tributaire de la culture, des milieux sociaux, des lieux, des époques. En effet, au XIVe siècle époques des premiers livres de cuisine en Europe occidentale, les assaisonnements des mets étaient bien différents. Le goût médiéval était caractérisé par la passion des épices qui étaient plus nombreuses qu'aujourd'hui et utilisées dans des proportions beaucoup plus importantes. À cette époque les élites sociales ne consommaient pratiquement pas de beurre.

¹⁶ Définition du dictionnaire de sociologie page 84, cf. bibliographie.

¹⁷ Dictionnaire de sociologie page 199, cf. bibliographie.

Les jours gras, c'est le lard ou le saindoux qui était préféré, et l'huiles les jours maigres. Le beurre était considéré comme une graisse paysanne. C'est suite à des réformes protestantes et par des décrets de la papauté au XVI^e siècle, que s'est démocratisé la consommation du beurre. Tout cela favorisa une cuisine beaucoup plus grasse qu'au moyen âge.

Pour ce qui concerne l'acide et le sucré, le goût française se distinguait de celui des peuples voisins : au XIV^e siècle, 63 % des recettes du Viandier de Taillevent comprenaient des ingrédients acides alors qu'on n'en trouve moins de 20 % dans les livres anglais de la même époque, et 19 à 23 % dans les Italiens. Les ingrédients doux, en revanche, était presque absent de livres français : sucre ou miel n'apparaissent que dans moins de 8 % des recettes, contre 19 à 50 % dans les livres Italiens des XIV^e siècle XV^e siècle et 49 à 68 % dans les livres anglais analysés.

Au cours du XV^e et du XVI^e siècle, les français se sont malgré tout mis à consommer du sucre de Cannes. Mais ce qui les a différenciés des autres pays, c'est la différenciation entre le salé en ce qui concerne les viandes et poissons et légumes et le sucré pour les gâteaux les fruits et desserts en général, ce qui a malgré tous influencer les pays voisins.

C'est également XV^e siècle que l'on voit disparaître des tables cossues des mammifères marins et certains grands oiseaux que l'on considère comme immangeable aujourd'hui. La seule nouveauté, parmi les volailles et le dindon arrivé d'Amérique par la première moitié du XVI^e siècle. En boucherie, le chevreau très apprécié auparavant, disparaît à la fin du XVII^e siècle, tandis que le mouton et le veau progressent, et plus encore le boeuf, dont les personnes distinguées ne consomment que le bouillon.

La plupart des légumes venant de la Terre paraissaient plus grossiers, et était abandonnés aux paysans. Seules les céréales et légumineuses apparaissaient sur les bonnes tables. À partir du XVI^e et XVII^e siècle, on voit apparaître d'autres plats de légumes dans les livres de cuisine comme des champignons les asperges les artichauts et le cardon. Quant aux fruits, ils sont très appréciés et connaissent leur âge d'or au XVII^e et XVIII^e siècle.

1.2.4. Mécanismes et apprentissage du goût.

Le goût est une image sensorielle, une sensation subjective et une représentation mentale des stimulations que nous transmettent nos sens. Lorsque nous mangeons, nous transformons les

propriétés physiques et chimiques du contenu de notre assiette en un ensemble d'activations cérébrales qui aboutissent à une représentation. Le goût est en fait l'association de plusieurs sens, dont les récepteurs thermiques et tactiles de la langue et surtout la muqueuse olfactive qui est stimulée par les odeurs alimentaires lors de la déglutition (la flaveur). Mais le goût est fortement teinté d'affectivité et coloré d'émotion et de manière binaire (acceptation ou refus des aliments).

18

L'éducation au goût permet de découvrir au quotidien toute la richesse et la variété des perceptions sensorielles générées par la dégustation : le monde des odeurs, des saveurs, des arômes et des textures se révèle petit à petit. Les perceptions sensorielles s'inscrivent dans notre mémoire, associées à des souvenirs heureux ou malheureux et donc les aliments dont nous avons mémorisé le goût nous font vivre des « tranches de vie ». Des différences de points de vue entre goûteurs existent. Des différences innées, car chaque individu reçoit à la naissance un équipement en récepteurs olfactifs et gustatifs qui lui est propre. On peut donc dire que « le goût ne se raconte pas, il se goûte ». Mais également des différences acquises qui sont plutôt associées à un contexte agréable vis-à-vis des aliments que l'on aura appris à apprécier. Ces mécanismes associatifs, très puissants, modèlent nos préférences dès notre naissance. Tous ces mécanismes olfactifs sont totalement inconscients. La création d'un contexte de consommation agréable et rassurant, d'encourager l'esprit de découverte de l'enfant quand il goûte un aliment nouveau, en un mot d'éveiller plutôt que de forcer.

L'éducation au goût nous apprend à respecter ces différences, par conséquent à défendre son point de vue, à écouter et respecter le point de vue des autres. La convivialité des échanges aidant, on se laisse éventuellement convaincre de goûter ce que l'on rejetait initialement ! Facteur d'insertion pour les uns, facteur de découverte pour les autres, facteur d'enrichissement dans tous les cas, l'éducation au goût réveille chez les enfants le plaisir de goûter, de manger et de cuisiner.

Le goût s'apprend à tout âge, mais cet apprentissage est particulièrement important chez l'enfant, sachant que les choix alimentaires effectués durant l'enfance conditionnent durablement la vie d'adulte. Les psychologues ont bien compris que les enfants refusent de consommer un certain nombre d'aliments par crainte de la nouveauté¹⁹ : manger n'est pas un acte si simple et banal qu'il y paraît, c'est un acte intime, puisque l'aliment avalé devient une partie de l'organisme, une part de soi.

Les enfants ayant peur de goûter certains aliments doivent être gratifiés par un adulte. De plus, un enfant a besoin de temps pour faire connaissance avec un aliment nouveau avant de le mettre en

18 L'Homnivore Claude FISCHLER page 90.

19 L'Homnivore Claude FISCHLER page 113.

bouche. Le résultat de la familiarisation est que l'aliment change de statut, d'inconnu et potentiellement dangereux, il passe de connu inoffensif²⁰.

Quand nous apprécions un mets, c'est parce que nos sens sont mis à contribution (gustation, olfaction, vision...). Ces perceptions sensorielles sont liées à des significations. Grâce à l'apprentissage, certaines normes sont établies, et se créer une passerelle entre ce que nous sommes biologiquement et ce que nous deviendrons culturellement et socialement.

Par conséquent, un enfant est-il capable de faire la différence entre le bon le mauvais de manière innée.

Il faut savoir que de la quatrième mois de grossesse, nous sommes armés pour sentir la finesse d'une saveur, mais pas de manière égale. Il y a effectivement des différences d'un individu à l'autre. Nous sommes apparemment complètement appareillés pour sentir la finesse de saveur dès l'âge de un an. Les saveurs sont perçues de manière cognitive (identification ou intensité...), ou affectives (saveur agréable ou désagréable). Nous les exprimons à travers des mimiques appelées réflexe gusto facial. En effet, les quatre saveurs proposées à des enfants provoquent les mêmes réflexes gusto faciaux respectifs. Le réflexe est identique pour une même saveur et d'un individu à l'autre. Ceci est pour l'enfant une façon non verbale de communiquer avec autrui.

Nous avons donc pu constater que pour apprécier un plat la dégustation faisait intervenir d'une part la gustation et d'autre part l'olfaction. C'est pour ça que lorsque l'on est enrhumé, nous disons que nous n'avons plus de goût, alors que c'est de l'odorat que nous sommes privés. (En fonction de notre équipement inné et de notre apprentissage spécifique, nous percevons entre 3000 et 15 000 odeurs différentes). D'autres facteurs interviennent dans la construction de la saveur : la perception thermique, la perception des textures des volumes, ainsi que la perception auditive ont une grande importance. En définitive, toutes ces perceptions permettent de communiquer par signes grâce aux apprentissages et aux expériences individuelles.

Les acteurs du temps du midi de la ville de Bruz posent souvent la question « doit-on forcer les enfants à goûter ? ». Chacun a son avis sur la question, mais personne n'a encore réussi à mettre chaque acteur d'accord (ATSEM, animateurs périscolaires, agents restauration, cuisiniers...).

1.2.5. Logiques d'action des différents acteurs.

20 Nathalie Politzer responsable scientifique du goût à l'institut du goût (résumé de l'article « apprentissage du goût et construction de l'individu »).

Pour Yves Bonny, on peut distinguer trois ensembles de logiques. Les logiques sociétales qui mettent en forme les rapports sociaux les plus généraux, les logiques institutionnelles basées sur le projet que la structure élabore et les logiques d'action au niveau des acteurs. Cette dernière logique se divise en six mondes identifiés. Un monde industriel, un monde marchand, un monde de l'inspiration, un monde de l'opinion, un monde domestique et enfin un monde civique. Sachant cela, on comprend la difficulté pour les différents acteurs, à se mettre d'accord sur un même point de vue. Pour mieux comprendre, voici un exemple des trois logiques contradictoires décrit par Yves Bonny.

En effet « les infirmières naviguent entre une logique à caractère technique, centrée sur les protocoles de soin à l'égard des malades, une logique relationnelle où se font face deux personnes et où priment les qualités humaines, et une logique organisationnelle structurée autour de la gestion d'un service sur un mode largement industriel (pour faire le lien entre la grille de lecture de Boltanski et Thévenot). Leur expérience est éclatée dans la mesure où elles n'arrivent pas à intégrer ces trois logiques, qui se révèlent profondément contradictoires au niveau même de leur activité professionnelle. Dubet souligne que pour échapper à ces tensions, on constate des formes de spécialisations, par où l'on rejoint une situation où chaque logique renvoie à des acteurs différents. Alors « les relationnelles critiquent les techniques et les bureaucrates, qui se critiquent entre elles et méprisent les relationnelles » (p.221). Mais cette spécialisation a ses limites, elle ne peut jamais être conduite à son terme, de sorte que les tensions entre logiques constituent aussi des tensions internes que doit gérer comme il le peut chacun des acteurs. » A la ville de Bruz, différentes logiques d'action s'entrecroisent aussi. Les cuisiniers sont dans une logique de production culinaire avec comme impératif le respecter des règles d'hygiène. Son travail est planifié et il doit sans cesse prouver ses bonnes pratiques de sécurité alimentaire par de la traçabilité. Il est contraint par le temps. En effet, les plats doivent être prêts et conditionnés dans des chariots chauds ou froids pour dix heures trente (les jours scolaires). Ils sont ensuite transportés sur les différentes écoles de la ville. Les agents de restauration sont aussi dans le respect des normes en vigueur. Elles distribuent les repas au self, et leur inquiétude est de ne pas manquer de marchandises. Elles savent qu'en cas de manque alimentaire, la cuisine centrale mettra trop de temps pour réagir (re-cuisson d'aliments ainsi que leur transport). Sans compter le stress qu'elles ont face aux enfants allergiques et à qui il ne faut surtout pas donner les produits auxquels ils sont allergiques. Elles ne connaissent pas la composition exacte des plats et craignent l'œdème de quincke²¹. L'agent qui surveille les enfants (enfants d'élémentaire), valide leur départ

21 L'œdème de Quincke est le gonflement (œdème) rapide de la peau, des muqueuses et des tissus sous muqueux. Il est dû à une allergie.

vers le débarrasage de plateau. Souvent elles sont désemparées en voyant les plateaux repartir pratiquement intactes. Certains enfants sont restés cinq minutes à table. Ils sont pressés de retourner jouer au football. Les enfants de maternelle sont encadrés par les ATSEM et les animatrices. Leurs rôles est d'apprendre aux enfants à manger, mais n'ont pas tout à fait la même approche. Les ATSEM ont une approche éducative dans la continuité de l'apprentissage en classe, et les animatrices ont une approche basée sur une pédagogie active²². A cela s'ajoute des logiques encore différentes des élus et des parents. Chaque acteur agit par rapport ses intérêts, mais souvent, ils sont contradictoires.

1.3. Choix méthodologique : entretiens semi-directifs.

Cette étape de recueil d'entretiens a été laborieuse, mais fort heureusement, la technologie informatique m'a bien facilité la tâche. Ces entretiens se sont avérés, je pense, assez riches, même s'ils n'ont pas été pas réalisés comme je l'avais envisagé. Au travers de la grille d'entretien, nous verrons la liste des questions posées aux différents publics. Nous verrons comment ont été mobilisés les recueils d'information par observation de préadolescent lors d'un camp d'été, pour finir par la partie explication de la méthodologie d'analyse de toutes ces données retranscrites.

1.3.1. Préparation d'entretiens et déroulement prévu.

Initialement, j'envisageais d'interroger les différents acteurs qui sont concernés par le repas des enfants à l'école le midi.

Tout d'abord j'avais prévu d'interviewer une ATSEM, un(e) animateur (trice), une agent de restauration, un cuisinier et un (e) agent de cuisine, ainsi qu'un (e) instituteur (trice) ou plutôt un (e) professeur des écoles.

Ensuite, c'est vers les parents par le biais des associations de parents d'élèves que je comptais récupérer des données, car il me semblait difficile d'aller interviewer les parents eux-mêmes.

22 La pédagogie active a pour objectif de rendre l'apprenant acteur de ses apprentissages, afin qu'il construise ses savoirs à travers des situations de recherche.

Enfin, j'avais prévu d'interroger les enfants de l'école élémentaire par entretien individuel, mais également de recueillir des données chez les enfants de la maternelle par observation. Pour construire cette grille d'entretien auprès des enfants, je m'appuierai sur le livre « enquêter auprès d'enfants et de jeunes. Objets, méthodes et terrains de recherche en sciences sociales », car la méthodologie y est bien expliquée de mon point de vue.

D'autre part, j'avais l'opportunité de participer à un camp d'été pour des jeunes, âgés de 11 à 14 ans. Pendant cette période, j'animerai des ateliers cuisine. Ce séjour sera l'occasion de faire des observations intéressantes.

Par ailleurs, il était prévu que j'anime des ateliers cuisine en accueil de loisirs pour les différentes tranches d'âge d'enfant.

Pour interviewer les enfants, cela demandait la maîtrise de quelques notions afin de ne pas induire l'effet inverse à celui escompté sur le terrain. Une nouvelle fois, je me suis inspiré de la méthodologie décrite dans l'ouvrage « enquête auprès d'enfants et de jeunes ».

En ce qui concerne les enfants de l'école maternelle, j'avais prévu d'intervenir en collaboration avec la maîtresse, car n'étant pas habitué à ce public, je pensais que cela me faciliterait la tâche. Ce type d'intervention demandait de préparer les entretiens ou observations auparavant en collaboration avec le professeur des écoles. Leur durée ne devait pas dépasser plus d'une demi-heure, car les enfants ont du mal à se concentrer au-delà.

Lors de l'intervention, je souhaitais proposer des photographies aux enfants. Une qui représentait une scène de repas à la cantine avec les dames de la cantine, et l'autre qui représentait une scène de repas à la maison avec les parents. Des questions simples, mais précises auraient été posées aux enfants en même temps que ces photos.

Par exemple : « pour vous, c'est quoi la différence entre manger à la cantine et manger à la maison ». Mais avant cela, il fallait une première prise de contact qui serait également un temps d'observation. En effet, si j'avais voulu faire parler les petits dans le dictaphone, j'aurais dû les avoir rencontrés avant de façon à ce qu'ils soient en confiance²³.

Chez les enfants de maternelle, il fallait favoriser une dynamique de groupe afin de pallier au déséquilibre dû à ma posture sociale ainsi que mon rapport à la parole et ceux des enfants. Je

23 Enquêter auprès d'enfants et de jeunes objets, méthodes et terrains de recherche en sciences sociales, page 134, 135, 136.

prévois donc d'intervenir auprès de petits groupes de quatre enfants volontaires avec l'aide du professeur.

Le vocabulaire utilisé devait correspondre à celui des enfants.

Pour les enfants d'élémentaire, il était important d'avoir un premier contact informel. Je prévois de suggérer les mêmes photos que pour les plus petits, par contre l'entretien serait individuel et plus formel. En effet, à cet âge-là, les enfants subissent la pression du groupe ce qui surdétermine leurs réponses. Les entretiens se seraient déroulés sur une demi-heure maximum, et dans un lieu hors contexte par rapport aux thèmes abordés. Par exemple, dans une salle de classe pour aborder le thème du repas à la cantine. Les plus grands peuvent rester plus longtemps concentrés et ils ont plus de facilité à construire un discours sur ce qu'ils font. Ils prennent aussi le temps de dérouler des indications qu'ils ne dérouleraient pas devant leurs pairs et surtout personne ne leur coupe la parole.

Le questionnaire prévu était assez long, mais certaines questions étaient de même nature. Cela aurait permis de recouper les différentes réponses des enfants pour plus de précisions.

1.3.2. Grille de questions d'entretiens.

La restauration municipale à la ville de Bruz.

L'école peut-elle être un lieu de socialisation par l'alimentation ?

Public concerné	Questions
	<p>Est-ce que l'intervention des acteurs du repas du midi n'est pas inspirée par des logiques d'action de la sphère privée alors qu'elle est pensée dans sa dimension éducative dans la sphère publique.</p> <p>Hypothèse 1 : Les acteurs qui interviennent à l'école pensent que les parents ne remplissent pas leur rôle dans la sphère privée.</p> <p>Hypothèse 2 : Les parents comptent sur l'école pour éduquer les enfants au repas.</p>
<p>Les parents ou associations de parents d'élèves</p>	<p>1-Qu'est-ce que vous connaissez du repas à l'école ? 2-Etes-vous déjà venu à la cantine ? 3-Est-ce que vous vous inspirez des repas de la cantine ? 4-Pensez-vous que les enfants mangent bien à la cantine ? 5-Pensez-vous que les personnes qui s'occupent des enfants s'en occupent bien ? 6 Que pensez-vous de l'ambiance à la cantine en général ? 7-Constataz-vous une différence au niveau alimentaire entre les maternelles et les élémentaires ? 8-Pour vous, les enfants qui mangent à la cantine mangent-ils différemment que ceux qui n'y mangent pas ? 9-Pour vous quelle est la chose la plus importante à la cantine ?</p>
<p>->ATSEM ->Instit. ->Animateurs ->Agents de restauration</p>	<p>1-Est-ce que les enfants disent bonjour à la cantine ? 2- Sont-ils tous placés, par qui et comment ? 3- Est-ce que cela provoque des changements ? 4- Que pensez-vous de l'ambiance à la cantine en général ? 5-Comment vous représentez-vous le rôle des autres agents ? Ex. : Le rôle des agents de restauration, des animateurs et des professeurs des écoles pour une ATSEM. 6-Pensez-vous que les enfants mangent bien à la cantine ? Pourquoi ? 7-Pensez-vous qu'ils mangent mieux à la maison ou à la cantine ?</p>
<p>Les enfants</p>	<p>1-C'est quoi la différence entre un repas à la maison et un repas à l'école ? Mieux ou moins bien ? Pourquoi ? 2-Aimez- vous manger à la cantine, pourquoi ? 3-Qu'est-ce que vous préférez manger à la cantine ? Détestez manger ? Et à la maison ? 4 Avec qui aimez-vous manger à la cantine ? Pourquoi ? 5-Avec qui n'aimez-vous pas manger à la cantine ? Pourquoi ? 6-Est-ce que vous discutez, à la cantine ? 7-Parlez moi des dames de la cantine.</p>

1.3.3. Déroulement des entretiens

En réalité, tout ne s'est pas déroulé comme je l'avais prévu, pour autant, les entretiens se sont révélés assez riches de mon point de vue. J'ai affiché dans trois écoles, une note expliquant ma démarche de recherche. Dans cette note, j'invitais les personnes volontaires à me contacter au numéro téléphone de la cuisine centrale.

En effet, peu de femmes ont répondu présentes à mon appel à témoin. L'échantillon de ces personnes se situe plutôt dans des catégories socioprofessionnelles aisées. Seul un foyer semblait être dans une situation plus précaire. J'aurai eu besoin de questionner davantage de foyers à revenus plus modestes pour que l'échantillon soit représentatif. C'est ainsi que j'ai pu rencontrer Audray, Béatrice, Létitia et Véronique. Pour les cinq autres rendez-vous, j'ai contacté des personnes que je connaissais de vue, car elles travaillaient pour la ville de Bruz. Le fait d'interroger des mères de famille d'un côté et des femmes professionnelles sur le temps scolaire de l'autre me permettrait de mesurer les différences entre le repas à la maison et celui servi à l'école pour les enfants. Il est intéressant de souligner que seules des femmes ont répondu à l'appel des entretiens. Il a très peu été question des pères lors des rencontres avec ces femmes. De même que nous avons peu abordé la question de l'obésité. D'ailleurs, selon les dires d'une des directrices d'école, « il y a peu d'enfants obèses à la ville de Bruz ».

Les femmes interrogées dans la sphère familiale

Véronique travaille dans un centre électronique d'armement comme technicienne informatique. Elle a trois enfants (un garçon de 14 ans, un autre de 11 ans, et une fille de sept ans). Son mari est

ingénieur électronicien informaticien à son compte dans le cinéma et la publicité numérique. Lieu d'entretien : à son domicile.

Béatrice est mère au foyer avec trois enfants (un garçon de 7 ans, une fille de 5ans et une autre de 3 ans). Elle est professeur de sciences physiques en lycée et son mari est cadre chez PSA. Lieu d'entretien : à la cuisine centrale de Bruz.

Létitia est mère au foyer avec cinq garçons (un de 11 ans, un de 7 ans, un de 5 ans, un de 3 ans et petit dernier de deux mois). Son mari est maçon coffreur. Lieu d'entretien : à son domicile.

Audrey est assistante maternelle avec deux enfants (une fille de sept ans et une autre de quatre ans). Son mari est ingénieur dans une société électronique. Lieu d'entretien : à son domicile.

Les femmes interrogées dans la sphère professionnelle

Laurence est agent de restauration mère de deux enfants (une fille de 23 ans et un garçon de 15 ans). Son mari est militaire de carrière. Lieu d'entretien : dans le réfectoire où elle sert les repas.

Geneviève est directrice d'école avec trois filles (une de 21 ans, une de 18 ans et une de 14 ans). Son mari a la direction d'un collège. Lieu d'entretien : dans son bureau à l'école.

Martine est professeur des écoles avec trois enfants (29 ans, 25 ans et 23 ans). Son mari est militaire de carrière. Lieu d'entretien : dans sa classe d'école.

Elodie est ATSEM (Agent Territorial Spécialisé des Écoles Maternelles) avec deux garçons (un de 23 ans, l'autre de 15 ans). Son mari est chauffeur de bus. Lieu d'entretien : à la cuisine centrale de Bruz.

Laure est animatrice en périscolaire, célibataire et sans enfant. Lieu d'entretien : dans une salle du centre de loisirs.

En ce qui concerne les entretiens avec les enfants, j'ai profité que certains enfants soient présents lors des entretiens avec les mamans pour les questionner. D'ailleurs, la présence de la mère et son

rapport à ma position professionnelle surdéterminait parfois le discours de certains enfants. Par exemple :

« Hein c'est bon ce que tu manges à la cantine » disait une mère à sa fille. De surcroît, mon statut de responsable de restauration devait modifier une partie des réponses des interviewées.

Par ailleurs, je n'ai rencontré aucun enfant d'école maternelle, par contre j'ai pu exploiter les observations sur le temps de l'accueil de loisirs lors des ateliers cuisine que je co-animais.

Les entretiens des femmes se sont tous déroulés sur un modèle identique. Avec elles, nous nous entendions sur un lieu de rendez-vous. Le jour « J », je leur expliquai ma démarche.

J'avais sous les yeux mon guide d'entretien avec les questions à aborder par thèmes, un crayon pour rayer les questions posées, et un dictaphone numérique.

Je leur ré-expliquai pourquoi je souhaitais les entretenir, et je demandai si l'entretien pouvait être enregistré sachant qu'il resterait anonyme.

Je fixais le temps des entretiens à environ une heure. En réalité, ils n'ont jamais excédé quarante-cinq minutes.

Je commençai les entretiens en ne posant pas forcément les questions dans l'ordre. J'essayai de rebondir sur les réponses lorsqu'elles étaient liées à un des thèmes que j'avais choisis d'aborder. Cela supposait de bien connaître les questions voire de les avoir apprises avant, ainsi que d'avoir en tête la problématique et les hypothèses de départ.

La pratique de l'entretien du genre écoute active, c'est-à-dire en reformulant les réponses des interviewées me paraît plus adapté pour moi, car c'est la méthode avec laquelle je suis le plus à l'aise. En effet, à l'occasion d'autres entretiens, je me suis rendu compte que je mettais les personnes en confiance. De cette manière, je réussissais à obtenir de nombreuses informations.

1.3.4. Des préadolescents (11 à 14 ans) dans un contexte de camp d'été.

Durant ce camp d'été, j'ai choisi l'observation participante pour recueillir des matériaux. Pour cela, j'ai établi une grille avec différents thèmes en rapport avec la problématique. Dans cette grille, j'ai repris certaines observations de jeunes, j'ai noté mes propres observations, et y est ajouté quelques remarques par rapport à mon ressenti.

J'ai également écrit un journal de terrain où j'ai noté mes sensations jour par jour.

En complément de cela, de nombreuses photos ont été prises. Il s'agit là d'un support très intéressant pour se remémorer certaines situations juste en observant quelques détails.

1.3.5. Méthode d'analyses d'entretiens.

L'entretien terminé, je transfère l'enregistrement du dictaphone vers l'ordinateur pour la retranscription. Les fichiers numériques audio peuvent ensuite être réécoutés plus aisément, car le logiciel est muni d'un curseur qui correspond au temps de l'enregistrement. Je peux cliquer-glisser en avant ou en arrière pour réécouter la « bande » (cf. la feuille informatique en annexe).

Ensuite, j'ai choisi des thèmes liés à ma problématique de près ou de loin. Puis, j'ai recherché dans les différents entretiens des dénominateurs communs à chaque thème. Enfin, j'ai rédigé des textes par thème avec une introduction et une conclusion sans oublier d'y ajouter certains compléments théoriques.

C'est à ce moment que j'ai pu commencer l'écriture de ce mémoire en complétant les données de terrain et en articulant les thèmes entre eux, pour qu'ils prennent sens par rapport à la problématique.

Conclusion de la 1^{ère} partie

Nous avons donc posé le cadre s'agissant des différents enjeux (sanitaires, écologiques, éducatifs et économiques), puis défini le contenu théorique nécessaire (l'aspect physiologique, culturel, affectif, social...), de façon à comprendre le sens donné au repas. Finalement, nous avons décrit la manière dont j'avais questionné ces femmes proches des enfants dans la sphère privée comme dans la sphère publique, et cela pour comprendre certains pans du fonctionnement éducatif, tant familial que scolaire. L'échantillon des personnes interrogées est peu représentatif et la question de l'obésité évoquée au début apparaît peu par la suite. Peut-être y a-t-il un lien sachant que les enfants obèses sont plus fréquents dans les milieux plus défavorisés.

Maintenant, nous allons pénétrer au cœur de l'objet de recherche, en allant découvrir comment les acteurs familiaux comme les acteurs du temps scolaire se représentent l'éducation alimentaire, mais aussi leurs craintes.

INCERTITUDES ALIMENTAIRES : LES REPRESENTATIONS DES DIFFERENTS ACTEURS.

Introduction de la 2ème partie.

Dans cette partie, c'est la parole des différents acteurs qui sera entendue au niveau de leur perception du repas. Tout d'abord dans la sphère familiale avec le rôle des parents, la configuration des repas, le temps qui lui est consacré, mais également les approvisionnements du foyer avec le choix de certains types de produits. Tout en prenant en considération l'histoire personnelle de certains acteurs qui déterminent souvent leurs actions. Nous aborderons les préférences et aversions des enfants et ce que les mères (le plus souvent) cuisinent, ainsi que leur regard sur la cantine.

En second lieu, nous nous intéressons à la sphère publique (repas à l'école, en accueil de loisirs, en colonie de vacances) avec la vision des professionnels du repas, de l'animation et de l'éducation. Là, c'est surtout l'ambiance autour du repas qui apparaîtra ainsi que les difficultés des enfants par rapport à leur tranche d'âge, mais aussi les interrogations des professionnels qui interviennent lors des repas des enfants.

L'éducation alimentaire s'intègre surtout dans le cadre familial, et cela dans un contexte de changement perpétuel de notre société. En effet, le rôle des hommes comme celui des femmes ont changé, tout comme la structure des repas, la manière d'acheter les aliments, leur variété. Le temps et le budget que l'on consacre au repas ont aussi évolué. C'est également à travers les achats alimentaires et la manière de cuisiner de ces femmes interrogées que nous pouvons mieux comprendre les pratiques domestiques.

1.4. Les repas dans la sphère privée (socialisation domestique).

1.4.1. Le changement des rôles des femmes et des hommes.

Pour Jean-Claude Kaufman, la place de la femme n'est plus ce qu'elle était. La mutation des comportements alimentaires que nous vivons aujourd'hui provient pour beaucoup (outre le développement de l'autonomie individuelle) du changement de place des femmes dans la société. Les femmes n'ont pas déserté en masse les cuisines. Face à un partage des tâches n'évoluant que lentement (même si la progression est un peu meilleure dans le domaine culinaire que sur l'entretien du linge ou le ménage), elles se sont organisées pour préparer les repas plus vite, se réservant des moments choisis, surtout le week-end, pour donner libre cours à leur désir de faire famille par le don de soi sans calcul ; pour le plaisir personnel et le goût des autres. Une partie des repas, notamment le déjeuner, est pris à l'extérieur. Une autre partie, en particulier le petit déjeuner est géré par chacun. La pièce cuisine est moins marquée par la présence maternelle, et s'ouvre à des individus circulant qui se la représentent avant tout comme un lieu de stockage. L'émergence du frigo comme organisateur central s'inscrit dans un mouvement inverse au retrait féminin.

(Jean Claude Kaufmann « Casseroles, amour et crises. Ce que cuisiner veut dire » Page 101).

Quant au rôle du père, il semble avoir changé un peu par rapport aux générations précédentes. Chez Laurence, son mari fait souvent les courses. Chez Béatrice, il aide en allant chercher le pain avec les enfants le dimanche, « mais la cuisine, ce n'est pas son truc ». Quant à Létitia, elle se fait aider uniquement lorsque c'est barbecue. Geneviève, passionnée de cuisine, ne veut pas de son mari dans la cuisine. « C'est mon domaine, je ne veux pas qu'il prenne ma place ». Comme si elle contrôlait le foyer par le biais de la cuisine. La cuisine est l'activité où les taux de répartition des tâches entre hommes et femmes ont atteint les niveaux inégalitaires les plus élevés. Dans environ un ménage sur dix en Europe, c'est l'homme qui est désormais aux fourneaux, en tant que chef, assurant la cuisine ordinaire. Plus accessoirement, il met aussi très souvent la main à la pâte. (Jean Claude Kaufmann « Casseroles, amour et crises. Ce que cuisiner veut dire » Page 261).

Une des raisons de cette envie pour certains hommes semble être de créer des plats originaux, de recherche de valorisation publique, ou simplement de plaisirs gustatifs. Garçons et filles font leurs premiers apprentissages culinaires durant la jeunesse, où ils sont autant mangeurs que cuisiniers.

Les garçons en particulier, plus portés que les filles sur les plaisirs du palais, plus avides de quantité, plus focalisés sur les repas. C'est souvent ce besoin primaire qui pousse à l'action. La transmission mère fille se fait surtout par l'observation des jeunes filles qui intègrent des techniques sans même s'en rendre compte. Les mères ne dévoilent pas tous leurs secrets de peur d'être détrônées du fourneau, et cela de façon inconsciente. (Jean Claude Kaufmann « Casseroles, amour et crises. Ce que cuisiner veut dire » Page 252).

« Les connaissances culinaires, transmises de mère à fille, n'atteignent qu'exceptionnellement les garçons. Depuis que l'industrialisation de la nourriture a pénétré le processus de la production culinaire, elle rend ces savoir-faire de moins en moins fréquents dans l'éducation des jeunes filles. L'évolution de cette activité est indissociable de l'histoire récente de la femme contemporaine. Mais c'est précisément dans les repas d'exception que les femmes font appel à ces connaissances culinaires qui n'ont plus l'occasion de s'exprimer aussi couramment qu'auparavant. Bien souvent, elles sont complètement inconnues des jeunes générations féminines. C'est cette disparition d'éducation culinaire des filles, qu'il importe de saisir, pour comprendre les mécanismes qui ont présidé à l'évolution de la cuisine. »

1.4.2. Les achats alimentaires des familles : prix et côté pratique comme principaux critères de choix alimentaires.

Comme nous avons pu le constater précédemment, depuis les années soixante avec notamment l'émancipation des femmes, la structure des menus a considérablement changé. Ces changements ont modifié notre manière de nous approvisionner. Pour certaines, les commissions doivent être effectuées rapidement, car leur temps est compté, une deuxième journée les attend à la maison. Pour d'autres ce qui importe, ce sont les produits à bas prix, achetés à proximité du foyer, mais aussi la question de la qualité et de l'abondance des produits. Finalement, les commissions effectuées avec les enfants pendant des ateliers cuisine en accueil de loisirs permettent de mieux cerner les types de produits achetés par les parents.

Véronique privilégie aussi le côté pratique pour effectuer ses courses.

« Ben oui, on habite juste en face. Je fais toujours mes courses à l' « Intermarché » parce que de toute façon je pense qu'au niveau des prix c'est à peu près partout pareil. En prenant les marques que les grandes surfaces nous mettent comme « top budget » enfin, on teste les produits. Et s'ils ne nous plaisent pas, on n'en reprend pas. Je ne suis pas une acharnée des marques. Ça m'est

arrivé d'aller à « LIDL » mais « LIDL » j'y vais plutôt pour acheter de la farine pour le pain ou des trucs comme ça.

Le marché de Bruz, je n'ai pas le temps, c'est le vendredi, alors ça nous est arrivé d'aller au marché « des Lices » le samedi matin, sinon non. Il y a une bonne poissonnerie à l'Inter. Donc, une fois qu'on a tout ce qu'il faut à l'Inter, on n'a pas besoin d'aller plus loin. Voilà ».

Par souci d'économie, elle privilégie les produits de saison.

« Ah ben oui hein ! Moi j'ai pas les moyens d'acheter, enfin pas les moyens, je ne veux pas avoir les moyens d'acheter des fruits, déjà cet été ils étaient super chers les fruits. Là on a les pêches de vigne qu'on a ramassées».

À environ deux cents mètres du domicile de Létitia se dresse une galerie marchande avec « l'Intermarché ». C'est principalement dans ce lieu qu'elle s'approvisionne chaque jour, car elle ne possède pas de congélateur. Il arrive occasionnellement qu'elle aille au marché du vendredi pour acheter des fruits, mais c'est rare. À l'évidence, les préférences d'achat alimentaire de Audray vont aussi vers les produits rapides à mettre en oeuvre.

De plus son métier d'assistante maternelle lui laisse peu de temps. En effet, elle attend le vendredi soir ou le samedi pour aller faire les courses, sauf si elle a une course urgente, elle va au supermarché du coin. Sinon ses lieux d'approvisionnement c'est : Super U, Leclerc, Carrefour et LIDL. Néanmoins, le vendredi, quand le temps le permet elle se rend au marché. En général, elle s'approvisionne en fruits, légumes et viande. Le poisson étant consommé le samedi soir en famille, il est acheté en grande surface le samedi matin pour une question de fraîcheur. Autrement les œufs fermiers semblent être très appréciés. Au marché elle achète aussi des crêpes et du pain.

« Les courses, c'est moi là, par contre toujours ». Affirme Béatrice. « Donc, j'ai mon opération grande surface, une fois par semaine avec le caddie plein, et puis sinon ben des petites courses d'appoint en moyennes surfaces on va dire et puis marché. Souvent le vendredi. Ça dépasse le cadre..., enfin ce n'est pas simplement d'acheter à manger quoi. C'est vraiment sympa, c'est presque culturel ».

Quand ses enfants étaient petits, Elodie allait faire les commissions avec eux. Ils mettaient les produits dans le caddie et elle les intéressait à aller chercher les produits en rayon. Quand ils étaient en âge de faire, elle leur demandait ce qu'ils avaient envie de manger et préparait les menus avec eux. Mais maintenant elle établit les menus à la semaine. Sur sa fiche de courses, elle met deux poissons trois viandes, puis elle regroupe ses articles de façon méthodique. Son mari se

rend peu dans les grandes surfaces et il cuisine peu. Par contre elle, adore cuisiner. Sinon quand ses enfants étaient petits elle faisait les courses à la semaine, mais maintenant c'est une fois tous les quatre, cinq jours. Pour autant, elle n'aime pas aller dans les magasins, mais achète de façon ponctuelle, par exemple le poisson au dernier moment. Par contre elle aime le marché ainsi que ses produits, mais n'a pas souvent l'occasion d'y aller excepté pendant ses vacances.

Pour Martine, les fruits et légumes sont des produits de luxe, et que tout le monde n'a pas les moyens de s'acheter. Pourtant, les campagnes médiatiques favorisent leur consommation.

« Avec les enfants de ma classe, on était en train de parler des types de commerce dans le centre-ville, et on est venu à parler du marché. Et on disait, mais qu'est-ce qu'on va faire au marché, est-ce que vos parents vont au marché ? Y a des enfants qui ont dit : ben moi mon papa ou ma maman ils vont au marché à la fin parce que le monsieur qui vend les légumes ou les fruits et ben ils baissent ses prix. Voilà ».

Lorsqu'elle fait ses courses, Martine croise des enfants de sa classe qui accompagnent leur maman le plus souvent. Elle s'étonne de certaines demandes d'enfants envers leur mère, car il s'agit pratiquement toujours de réclamations de produits sucrés, et cela, non pas dans un but nutritif, mais pour avoir la paix ou faire plaisir à l'enfant.

« Ah ben moi quand je vais faire les courses, je vois des élèves, maman tu peux me prendre ça, et moi je constate c'est que du sucré, c'est que du sucré. Ca c'est clair hein.

Pour elle, les commissions doivent être faites sans les enfants, ou alors ponctuellement, mais surtout à l'aide d'une liste pré établie par rapport à des menus élaborés.

« Mais je pense que oui, il y a beaucoup de gens qui achètent du tout fait quoi ».

Revenant de l'étranger, Béatrice, apprécie de retrouver le choix alimentaire français.

« La variété, c'est incroyable, on se rend pas compte. Ouais, quand on fait ses courses, on a le choix maintenant entre acheter pour un jour ou on est à la bourre, un truc tout préparé. Je ne trouve pas ça terrible, il ne faut pas en abuser. Ça a l'avantage d'être offert (disponible), ça peut dépanner, et en même temps, on trouve tout en qualité. Bon c'est sûr qu'il y a les prix. Non, c'est un vrai bonheur de retrouver la France pour ces aspects là (elle éclate de rire) ».

Laure a plusieurs points d'approvisionnement. Elle va au supermarché pour les courses en gros, et quand elle peut elle essaye de faire le marché, parce qu'elle trouve que les fruits sont meilleurs et d'aussi bonne qualité. Autrement, elle s'approvisionne beaucoup au niveau du potager de ses parents. Deux de ses frères sont agriculteurs, donc elle en bénéficie un peu.

Par ailleurs, elle attache beaucoup d'importance à la cuisine, de même qu'à la qualité des aliments.

« C'est sacré la cuisine. La bonne bouffe c'est primordial. La qualité de la nourriture au maximum ».

« La mère de famille chargée dans la division des tâches traditionnelles, de faire des choix en fonction des goûts de la famille. Mais les produits « en pointe » sont aujourd'hui conçus très spécifiquement pour une femme qui est devenue une consommatrice directe et à part entière et dont on cherche à saisir les préoccupations, les représentations, bref la demande propre. Une bonne partie de l'innovation agro-alimentaire aux confins des années quatre-vingt et quatre-vingt dix en France s'adresse prioritairement aux femmes ».

1.4.3. La structure changeante des repas

Véronique : « Le goûter à la maison j'essaie de leur dire de prendre du pain et du fromage plutôt, mais... j'évite de prendre du Nutella parce que sinon ça serait que du Nutella. À l'école c'est hors de question. Y'a qu'à manger le matin, s'ils ont faim, tant pis pour eux ils ont qu'a mangé mieux le lendemain matin. Pas de goûter, pas de grignotage. C'est interdit. Le pain et le camembert. S'exclame encore une fois la fillette. Voilà, elle, elle aime bien manger du pain et du camembert le matin.

Ou alors avec du Morbier. Nous la part de Morbier c'est ça (elle me montre la quantité avec ses mains) quand on achète du Morbier. C'est le kilo. Donc ils mangent le matin... Le grand à quatre heures, il aime bien, alors ça va être de la brioche avec du fromage ou du pain avec du fromage et le matin lui le grand il prend des céréales. Les filles, ben elles, jamais faim le matin, il faut se fâcher donc du coup pain fromage passent bien. La petite, elle est encore à boire du lait avec du chocolat puis à manger une tartine avec de la confiture ou du fromage enfin ce qu'il y a, elle est moins casse-pieds pour manger. Mais c'est elle la plus casse-pied (elle me montre la fillette présente) le matin pour manger. C'est pour ça je lui ai dit que c'était hors de question qu'elle ait un goûter « t'as qu'a manger le matin ». Voilà, le matin ça sera ça, fromage et pain. Ben ce matin c'est ce que j'ai mangé hein ! (Dit la fillette). »

La nature des menus est un des éléments structurants pour les enfants. De plus, les menus paraissent différemment appréciés selon qu'ils sont consommés en semaine, lors des week-ends ou en période de vacances. Au cœur des familles, les codes structurels des menus ne seraient plus

les mêmes qu'à la cantine, ils se manifestent par exemple dans l'usage des plats composés ou des plats uniques (Fischler, l'Homnivore, page 168).

Par exemple, « lorsque McDonald's examina les potentialités que lui offrait le marché français, les dirigeants et la firme estimèrent que la France présentait en matière alimentaire des caractéristiques traditionnelles trop affirmées, trop exigeantes, bref des structures trop rigides et trop résistantes au changement pour que le fast-food américain puisse s'y intégrer et s'y développer rapidement. On fut donc trop heureux de trouver un partenaire français et on lui céda la franchise de McDonald's pour la France à des conditions tout à fait exceptionnelles. Les restaurants connurent un succès non moins important que dans les autres pays et la firme américaine poursuivit bientôt ce partenariat français devant les tribunaux pour reprendre le contrôle des opérations, arguant que les restaurants transgressaient les règles sacro-saintes, notamment sanitaires, imposées à ses franchisés. Après une longue procédure, elle obtint gain de cause. McDonald's, au début des années quatre-vingt-dix, prospère en France et tente de rattraper le terrain perdu sur la concurrence. Argotiquement francisé en « Macdo » dans le langage des adolescents, le « roi du hamburger » n'éprouve pas de difficulté particulière à s'adapter au marché français : il lui suffit de tenir compte de certaines résistances locales spécifiques au goût américain : ainsi la sauce spéciale qui accompagne les Big Macs dans leur version française est moins sucrée et plus moutardée que celle qui est servie aux Etats-Unis.

Alors qu'aux Etats-Unis, toute la stratégie de la chaîne est orientée vers les enfants et la famille (ils sont présentés comme les « restaurants de famille »), en France, du moins dans un premier temps, les adolescents ont constitué une part importante de la clientèle. C'est l'attrait de la culture américaine qui a constitué le moteur symbolique de l'adoption. Les « Macdos » ont rapidement pris place dans la culture quotidienne adolescente-juvénile, au même titre que la musique, le cinéma et l'habillement d'origine américaine. Dans un deuxième temps, la proportion des jeunes dans les clients des restaurants de fast-food tend à baisser régulièrement, car des couches de plus en plus large les fréquentent (BDG, 1989) ». (Fischler, l'Homnivore, pages 176 et 177).

1.4.3.1. Le petit déjeuner, le goûter et le cuisinier

Lors des moments d'échange, les différentes femmes interrogées n'ont pas souvent abordé la question du petit-déjeuner, qui est pourtant l'un des repas les plus importants. Par contre, en classe, Martine constate les effets sur ceux qui n'ont pas petit-déjeuné le matin.

« Ah, je pense qu'y a environ vingt à trente pour cent des enfants qui n'ont pas de petit déjeuner dans le ventre le matin ». Je lui demande ce qui lui fait dire cela.

« Ben le manque de tonus qu'ils ont, ou les baisses de formes qu'ils ont par moment. C'est évident que ce sont des enfants qui arrivent, bon ils sont toniques et tout d'un coup puff ».

« Ce sont des enfants qui, souvent en les questionnant, disent maman elle n'a pas eu le temps ou j'ai pas voulu manger parce qu'elle était partie. Il y en a quand même quelques un qui se débrouillent tout seuls le matin ».

« On a même des enfants à qui l'on donne un petit déjeuner de façon très rarissime, mais nécessaire parce que les mamans le prennent à cinq heures du matin, il n'y a pas de garderie tout ça, les gamins arrivent tout seul, et on sait qu'ils n'ont pas fait à manger, euh on se permet de leur faire avaler quelque chose parce qu'ils n'ont rien dans le ventre ».

Une croyance largement répandue indique qu'il existe une hypoglycémie en fin de matinée, responsable d'une diminution de la performance scolaire, que la collation du matin permettrait de contrecarrer.

En réalité, ce « coup de barre de fin de matinée » n'est qu'un moment de fatigue qui n'est pas la conséquence d'une hypoglycémie. En effet, la réalisation des tests de jeûne sur 48 heures a montré chez le sujet normal, une diminution progressive et faible de la glycémie, les valeurs glycémiques restant, toutefois dans les limites de la normalité et ne créant aucun malaise.²⁴

En milieu scolaire, compte tenu de l'augmentation du surpoids et de l'obésité, la collation matinale ne doit être ni systématique, ni obligatoire, et l'AFSSA (Agence Française de Sécurité Sanitaire en Alimentation) a recommandé sa suppression. Cependant, certaines situations spécifiques liées aux conditions de vie des enfants et de leur famille peuvent nécessiter une distribution d'aliments. Cette collation doit être ciblée sur les enfants qui n'ont pas pris de petit déjeuner, ou sur ceux qui en ont pris un mais très tôt et/ou très pauvre, c'est-à-dire en petite quantité et/ou ne comportant qu'une ou deux des 7 composantes listées ci-dessous, afin de pallier des apports insuffisants. Dans ces cas, la collation doit être proposée si possible lors de l'arrivée des enfants à l'école, et au minimum deux heures avant le déjeuner, en privilégiant le pain, les fruits et le lait demi-écrémé non sucré.

Le cahier des charges doit bien spécifier le nombre d'éléments qui doivent composer le petit déjeuner. Ce nombre est défini en fonction du type de population servi et de ses besoins nutritionnels.

24 Afssa-Saisine n°2003-SA-0281. Avis de l'agence française de sécurité sanitaire des aliments relatif à la collation matinale à l'école.

En restauration scolaire ou pour l'adulte en bonne santé, il est recommandé que le petit déjeuner en comporte au minimum 3 éléments, qui sont: un aliment céréalier un produit laitier et une boisson ou un jus de fruit.

Le lait est à considérer comme une boisson et un produit laitier. Un lait demi-écrémé est à privilégier. La ration servie doit apporter au moins 150 mg de calcium (lait, produit laitier frais, fromage) pour les enfants de 11 ans et plus, l'adulte et les personnes âgées, et au moins 100 mg de calcium pour les enfants entre 2 et 10 ans.

Il convient d'éviter les viennoiseries (croissant, pain au chocolat, etc.), les barres chocolatées, les biscuits chocolatés ou fourrés et les céréales fourrées qui apportent beaucoup plus de lipides que le pain et les autres produits céréaliers. Le petit déjeuner n'est pas fourni par la cuisine centrale de Bruz, mais le goûter des plus petits l'est.

Laure aimerait beaucoup travailler sur le goûter pendant le temps scolaire. Du fait de ses horaires un peu chamboulés, et pendant qu'elle surveille les enfants, elle goûte sur la cour, et certains enfants viennent discuter avec elle par rapport au contenu de son goûter. Elle ressent un besoin éducatif sur ce point. « Est-ce que le goûter c'est un temps de pause, est-ce qu'on ne pourrait pas se poser autour d'une table, ou assis sur l'herbe, ou au milieu de la cour, je n'en sais rien ? »

En milieu scolaire le goûter, pris habituellement après la classe, est un repas important qui permet d'éviter le grignotage jusqu'au dîner. Le goûter doit être unique, et proposé à une heure régulière au moins deux heures avant le dîner.

Il est recommandé de servir aux écoliers 2 aliments au maximum et une boisson. Les aliments proposés doivent être choisis parmi les groupes suivants : fruits frais, fruits cuits en compote, produits laitiers, produits céréaliers (pain, biscuits secs...), si possible non raffinés. Les barres chocolatées, les biscuits chocolatés ou fourrés, les céréales fourrées, les pâtes à tartiner, les viennoiseries, les pâtisseries contenant plus de 15% de matières grasses (quatre quarts, gâteau au chocolat) doivent être évitées au maximum. Les boissons sont l'eau, les jus de fruits, et le lait demi-écrémé non sucré. L'accès aux autres types de boissons sucrées doit être évité. À cet effet, les distributeurs automatiques de boissons et de produits alimentaires payants sont interdits dans les établissements scolaires depuis le 1er septembre 2005 (Loi 2004-806 du 9 août 2004-JORF du 11 août 2004).

Le petit déjeuner et le goûter sont gérés par les familles. A la ville de Bruz, les goûters des enfants de maternelles sont distribués par la cuisine centrale. Ils sont équilibrés en fonction des menus du midi, et validés par une diététicienne. Par exemple, pain beurre fruit, pain compote, céréales et lait, crêpe confiture, brioche fromage blanc etc. Ce sont les agents de cuisine qui les préparent

puis ils sont acheminés sur les différentes écoles. La distribution s'effectue par les animatrices. A aucun moment, le cuisinier n'intervient au moment du goûter ou du petit déjeuner. Les petits déjeuners sont souvent gérés par les cuisiniers de collectivité dans les internats. Ce repas considéré comme le plus important de la journée est devenu pour certains enfants, carrément inexistant. Là encore, le cuisinier n'aurait-il pas un rôle à jouer dans la prise en charge des petits déjeuners et des goûters ?

1.4.4. Ce que ces mères cuisinent.

1.4.4.1. Durant la semaine

Chez Véronique, le repas du soir se déroule toujours à table, le plateau télé étant un moment de fête. C'est indispensable de manger dans la cuisine de ne pas prendre de mauvaises habitudes. Enfin, manger devant la télé, c'est pour elle hors de question.

« Donc tout le monde arrive en même temps quand je le demande enfin, au bout de trois-quatre fois, ça dépend des motivations. Et hier soir c'était très simple : il y avait des boulettes de viande avec des pâtes, et toujours en général il y a de la salade, du fromage ou un yaourt et un fruit. Le soir il y a toujours un fruit c'est systématique. Alors, avant-hier c'était la fête à la maison parce que j'avais acheté des pizzas. Pizzas salade, alors il y avait carottes, enfin carottes à croquer comme ça euh ils préfèrent. Pizzas salade et un fruit parce que dans la pizza il y a du fromage. Bon il y en a qui ont mangé du fromage quand même. Et après un fruit. Ça, c'est en semaine, on mange souvent les restes en semaine. Ouais, des boulettes avec des restes. Alors des fois ça chipote pour les petits pois. Il y en a des fois qui mangent les petit pois, d'autres qui ne mangent pas la carotte. Bon ça, la carotte cuite ils n'aiment pas. Ils préfèrent la carotte crue que cuite. Et puis la viande, souvent grillée au barbecue ou poisson ça dépend. Suivant le marché quoi, parce qu'on fait attention à ce qu'on achète. Et puis ben fromage ou yaourts de toute façon y'a toujours le laitage et le fruit. On est très fruit ».

Geneviève a plutôt tendance à cuisiner des plats uniques que ses enfants apprécient, et au détriment des entrées qu'ils semblent délaisser.

« Je pense au plat que j'ai fait hier et qu'elles ont adoré, c'est le hachis parmentier.

Par contre, il n'y avait pas d'entrées, je fais peu d'entrées du coup parce qu'à chaque fois, c'est un peu galère ».

« Le midi dans la semaine, c'est chacun selon son emploi du temps. Moi je déjeune souvent avec mon mari, mais les filles euh... Quoique l'aînée évite le self de son lycée donc on la retrouve souvent à la maison. Elle mange toute seule, enfin le midi c'est assez fluctuant. Le mercredi, c'est irrégulier aussi, ça dépend des activités de chacun, des rendez-vous et des réunions ».

À ce sujet, Jean Claude Kaufmann parle de la culture du frigo. Aujourd'hui, le frigo a remplacé la cuisinière. Et les plats portionnés et prêts-à-manger favorisent le repas individuel (Kaufmann, page 47).

Létitia explique qu'elle ne cuisine pas les plats qu'elle n'apprécie pas. De plus, et contrairement aux autres mères de famille, les charcuteries semblent faire souvent partie des menus.

« Alors en semaine le soir c'est simple, on mange de l'entrée, des rillettes, du pâté, saucisson et tout ça. Après c'est de la viande, alors ça peut être steak haché, côte d'échine, rôti. C'est tous les soirs qu'on mange de la viande. Il n'y a pas de poisson, parce que mon mari n'aime pas le poisson. Donc je n'en fais pas. Avec des légumes, ça varie aussi, ça peut être des patates, des nouilles, des haricots verts. Fromage et un petit dessert. Un yaourt pour les enfants. Voilà. Puis en boisson c'est de la menthe.

Mais il y a des trucs que je ne mets pas en légumes parce que je n'aime pas ça. Donc je n'en fais pas pour les enfants. Les courgettes, la ratatouille, tout ça, ils en mangent à l'école, mais ils n'en mangent pas à la maison ».

Apparemment et contrairement à Létitia, Béatrice privilégie davantage les légumes le soir, mais le repas peut être différent entre les parents et les enfants.

« Alors, nous on a mangé du melon en entrée, c'était pas le même menu pour tout le monde, les enfants avaient des épinards avec des petits croûtons, pour essayer d'améliorer un petit peu. Comme ça, ça passe mieux. Nous on avait une espèce de poêlée de légumes en sachet qui me restait avec du riz, je précise. Ensuite, fromage ou laitage, ça dépend. Ils ont le choix, ils choisissent. Euh et puis un fruit. Il y a toujours un fruit ».

Béatrice propose des menus différents, car elle utilise les restes du frigo.

Chez Elodie, les repas peuvent également être individualisés.

« Ben moi j'ai mangé le radis avec la sardine au piment, et eux, ils avaient envie de boudin aux oignons, alors ils ont mangé du boudin aux oignons avec une salade ». Deux plats différents pour ces trois mangeurs. De toute évidence, la structure du repas était différente dans les années soixante, il n'y avait pas le choix du menu. Pour Jean Claude Kaufmann nous sommes devenus

des mangeurs individuels et autonomes, chacun à la possibilité de choisir des plats préparés individualisés. (Casseroles, amour et crises, ce que cuisiner veut dire. Page 48).

1.4.4.2. Lors des week-ends.

Létiitia dit ne pas vouloir se compliquer la vie et confectionne des plats qu'elle appelle « simple », par exemple des ailes de poulet. Elle semble privilégier les plats uniques (sans entrées) lors des fins de semaine.

Le vendredi soir, c'est galette complète pour tout le monde.

Le dimanche midi, le repas est plus consistant, elle fait poulet frites ou rôti frites. Nous retiendrons que les mets rôtis sont des plats de réception ou de cérémonie généralement consommés lorsque l'on reçoit, et cela, pour la plupart des cultures occidentales, alors que les bouillis comme le pot-au-feu en France sont des plats plus intimes plutôt pris en famille (Fischler l'omnivore page 46). Par ailleurs, pour elle, les plats sophistiqués sont les bourguignons et les blanquettes que ses enfants mangent à l'école. Autrement le dimanche soir, soit ça peut être du hachis Parmentier ou des lasagnes qu'elle achète congelé et qu'elle accompagne de salade. Ou encore une omelette accompagnée de pommes de terre à l'intérieur, et toujours avec une salade.

Des fois elle regarde sur son bouquin de cuisine pour varier un peu.

Parfois, il arrive que ça soit pizza ou Mac Do, mais pratiquement toujours à emporter. Cela permet de changer et les enfants adorent. S'ajoute à cela que les enfants ont un jouet avec leur menu, donc ils sont contents.

Les repas sont de plus en plus pris à l'extérieur du foyer, et cela au détriment des pratiques familiales. « Les habitants de Paris intra-muros prennent en moyenne 3,9 repas à l'extérieur par semaine, alors que cette moyenne n'est que 2,7 pour l'ensemble des villes de plus de deux cent mille habitants. Peut-être la France se rapprochera t-elle progressivement, dans l'avenir, de la situation américaine, où plus de 40% des repas sont pris hors domiciles ». Pour Claude Fischler, c'est le restaurant qui favoriserait les changements dans les foyers. En France, c'est avec l'apparition des drugstores vers les années soixante qui a imposé le service sur plateau avec des plats uniques. Puis les fast foods qui ont pris la relève (page167).

Autre exemple, celui de Geneviève qui explique les repas chez les grands-parents et chez elle le week-end.

« Quand il y a des frites dans un repas de famille, en général c'est quand on va chez les grands-parents, il y a toujours des frites et les filles adorent ». Aujourd'hui, les repas en famille peuvent aussi être pris dans des selfs services. Par exemple, les restaurants « Flunch » ouverts sept jours sur sept proposent une grande variété de plats pour un prix peu élevé. Les convives ont la possibilité de consommer des légumes à volonté. Le premier restaurant « Flunch » fut créé dans la Métropole Lilloise en mille neuf cent soixante et onze. Aujourd'hui deux cent unités sont ouvertes à travers la France. C'est le groupe Mulliez, qui possède aussi l'enseigne Auchan qui a fondé ces restaurants rapides. L'idée était que les convives se servent eux même, ce qui limite le personnel de service. Aujourd'hui le modèle en restauration collective est identique.

1.4.5. Temps et déroulement du repas au sein du foyer.

Tout d'abord, il n'y a pas un temps, mais des temps. Comme le temps physique avec la notion de mouvement ou le temps psychologique qui diffère selon les individus.

Aucune définition précise du temps n'existe vraiment, cependant, quelques métaphores sont proposées. Certaines d'entre elles ont retenu mon attention : Le temps c'est l'ordre des choses qui se succèdent, ou l'ordre du mouvement selon l'avant et l'après. Ou encore, le temps, c'est le meilleur moyen qu'a trouvé la nature pour que tout ne se passe pas d'un seul coup.²⁵ En ce qui concerne les descriptions qui vont suivre, il sera plutôt question du déroulement du repas avec le temps qui lui est accordé, Et les horaires au sein des foyers.

1.4.5.1. Le déroulement du temps de repas chez Elodie à la maison.

Pour Elodie, le temps du repas semble être un moment important et peu compressible, qui dure plus ou moins selon le nombre de personnes attablées.

« On va dire que quand on est que deux, on met une demi-heure à table. Quand on est trois, ça dure quarante-cinq minutes, une heure. Parce que forcément l'apport de discussion est plus euh...on va dire, c'est le quotidien là, je parle de la semaine là ».

Pour elle, les week-ends sont l'occasion de menus encore plus simples que la semaine contrairement à d'autres familles pour qui le week-end est l'occasion d'améliorer le menu.

²⁵ Conférence Etienne Klein (physicien), le temps et sa flèche.

« Alors nous le dimanche ce n'est pas un repas amélioré, on n'est pas comme à l'époque de mes parents. Je pense que c'est une histoire de temps. On est décalé, le dimanche on traîne, on dort longtemps, on déjeune très tard, par contre on fait un gros déjeuner. On va mettre des crêpes, de la brioche du pain, des fruits, un ananas coupé plein de trucs, et après on va se promener. Et on va faire qu'un repas, mais on va manger à dix-sept heures. Ca peut-être une pierrade ou alors que des huîtres avec un vin d'alsace et du pain de seigle. Ce n'est pas une corvée, l'apéro quoi. En fait nous le dimanche on mange bien, mais patachon, c'est pour ça qu'il n'y a pas d'heure. En fait on privilégie notre temps à nous et on mange quand on a tous faim. On demande à tout le monde, on fait la moyenne et puis on dit ben on mange ».

1.4.5.2. Moins de bruit à la maison.

Audray (assistante maternelle) préfère aller chercher sa fille le midi, pour qu'elle ait le temps de se reposer sur le canapé familial.

« C'est vrai qu'à l'école c'est plus bruyant qu'à la maison. À la maison euh, bon dans le canapé, elle se repose euh, juste avant d'aller à l'école. Elle discute aussi, de ce qu'ils ont fait dans la matinée. Ils prennent leur temps voilà, alors qu'à l'école faut peut être se presser parce que d'autres attendent.»

Autre exemple, lors de l'entretien avec Audray, sa fille était présente, je me suis adressé à cette fillette de sept ans en lui demandant : pour elle c'est quoi la différence entre manger à la maison et manger à la cantine.

Ben euh à la maison, je me repose, alors qu'à la cantine, on se dépêche, on se dépêche, alors que là euh. Ben je préfère à la maison, parce que c'est plus calme, parce qu'à la cantine, ça n'arrête pas de parler et tout.»

1.4.5.3. Le temps consacré au repas.

À l'inverse, le repas semble être un acte dont il faut se débarrasser rapidement si l'on en croit la durée de celui-ci annoncée par Létitia.

« Oh, c'est vite fait. Oui. Oh! je prépare à manger vers sept heures moins dix, à sept heures on mange à sept heures un quart on a fini. Ah oui, c'est réglé (elle rigole) ».

Selon Fischler (l'Homnivore, page 214), les habitudes des Français concernant les repas évoluent. En effet, le déroulement du repas, sa régularité, sa composition sont remis en cause par les

consommateurs. Comme Létitia un tiers de la population française reste sur un déroulement traditionnel, au moins au niveau de la régularité. Car effectivement, un quart d'heure à table ne laisse que peu de place à la conversation.

À ce titre, selon ses dires, quand les enfants parlent, ils mettent davantage de temps à manger, d'autant que certains d'entre eux sont plus lents.

Il semblerait que Létitia soit restée sur un modèle hiérarchique qui n'autorise pas les enfants à prendre la parole. À l'opposé de cette famille, la tendance actuelle serait plutôt de laisser parler l'enfant, qui devient le centre des conversations. Et que les parents questionnent pour récupérer des informations sur leur journée passée.²⁶

Audray apprend à ses enfants à prendre leur temps lors du repas. D'abord elle les encourage à observer ce qu'ils ont dans leur assiette, ensuite elle leur demande d'apprécier ce qu'ils mangent.

« Je leur dis, on n'est pas là pour faire une course, je dis, vous regardez ce que vous avez dans votre assiette, et vous appréciez ce que vous mangez. Prenez plaisir à manger. »

Elle raconte que durant sa vie parisienne comme secrétaire, elle n'avait souvent pas le temps d'apprécier ce qu'elle mangeait. Probablement, qu'elle ne veut pas que ses enfants connaissent le même châtiment.

Aujourd'hui encore, son métier d'assistante maternelle ne lui permet pas toujours de prendre son temps pour manger le midi. Souvent, elle mange après les enfants. Or, on sait que pour les enfants, les repas pris avec un adulte sont plus bénéfiques que sans. En effet, l'apprentissage se ferait aussi par l'imitation. De plus, les enfants accepteraient plus volontiers les aliments présentés par leur mère plutôt que par un autre adulte. Mais lorsque le visiteur est seul, il semblerait que l'enfant goûte plus souvent. Il s'agirait d'un apprentissage par observation. Fischler (l'Homnivore, page 101 - 102).

Lors du repas du midi à la maison, elle doit préparer à manger, contrôler le lavage des mains avant le passage à table, faire manger les enfants qu'elle a en garde ainsi que les siens, et enfin emmener les enfants à l'école puisque son choix est de ne pas les laisser manger à la cantine. Elle semble apprendre à ces enfants à prendre leur temps pour manger alors qu'elle ne l'applique pas pour elle-même.

²⁶ Jean Claude Kaufmann « Casseroles, amour et crises. Ce que cuisiner veut dire » Page 123.

1.4.5.4. Les repas en famille : un moment de rassemblement

Cette mère de famille enseignante se met à table avec ses enfants avant que son mari très occupé n'arrive. Du coup, tous commencent un peu à manger, ce qui fait durer le repas environ une heure.

« Mais ça, quand j'étais petite c'était pareil, mon père rentrait du boulot, c'était (soupir) papa rentre, et hop on se raconte la vie quoi. En fait c'est comment dire, c'est un temps de famille parents vers les enfants ». Cette maman semble utiliser le temps du repas pour passer des messages à ses enfants.

Pour Isabelle Danic, Julie Delalande et Patrick Rayou²⁷, l'enfant n'est plus une pâte molle que les parents ou l'institution façonneraient à son gré, mais participe à la co-construction de ces réalités sociales. Mais, manger en famille n'est pas anodin, on n'en sort pas indemne, car c'est la personne entière qui se construit en mangeant, concrètement prise dans un réseau de valeurs de natures diverses, socialement fabriqué par l'ordre collectif dans lequel elle s'inscrit. Le repas est un architecte de la vie familiale qui dit et redit jour après jour, le rôle et la place de chacun (Casseroles, amour et crises, ce que cuisiner veut dire. Page 93).

1.4.5.5. Des repas à la maison trop interrompus

Pour Geneviève, les repas en famille sont trop rapides.

« Les filles ont tendance à se lever un peu trop tôt, enfin elles n'attendent pas. Je ne sais pas moi, je dois être sur des vieux schémas ou bon euh même si on a fini son plat, on attend au moins que l'autre ait terminé avant d'entamer la suite. Et en général, quand elles ont fini, elles se lèvent pour aller chercher le dessert, et ça, ça m'agace, mais je pense que je suis sur des vieux schémas, j'essaye de lâcher un peu ».

Aujourd'hui, l'individualisme alimentaire est un fait réel qui place le frigo comme chef de la cuisine au détriment des mères de famille²⁸. Pourtant, dans le cas cité au dessus, la maman cuisine énormément et tente de sauvegarder une image traditionnelle du repas.

²⁷ Enquêter auprès d'enfants et de jeunes. Objets, méthodes et terrains de recherche en sciences sociales.

²⁸ Jean Claude Kaufmann « Casseroles, amour et crises. Ce que cuisiner veut dire » Page 108.

1.4.6. Des mères qui n'ont plus le temps.

Pour Laurence, les mères de famille ont des emplois du temps trop chargé pour cuisiner.

« Les mamans, elles font au plus vite, elles ont autre chose à penser après leur journée. »

L'arrivée des femmes dans le monde du travail n'a pas empêché qu'elles aient gardé la maîtrise de la gestion du temps domestique ainsi que celui de l'éducation des enfants.²⁹

Chez elle, c'est son mari qui cuisine sauf depuis deux mois où il est absent c'est elle qui confectionne de la soupe de légumes maison, parce que les sachets elle ne les supporte plus.

« Moi je cuisinais rapide comme les mamans aujourd'hui, car j'avais un travail très prenant. Et c'est mon mari qui faisait les courses en grandes surfaces. Je n'avais pas le temps de faire les marchés, car je travaillais du lundi au samedi cinquante heures par semaine ».

« Maintenant, je me remets à cuisiner, des bœufs bourguignons, des pots au feu que je ne faisais jamais avant. Parce qu'on fait plaisir en cuisinant, les enfants nous le disent. »

On a vu que les femmes avaient conservé la maîtrise et la gestion du temps domestique, mais le plus souvent, elles compilent ce temps avec une vie professionnelle, ce qui les oblige à réduire le temps passé à cuisiner³⁰ Ainsi, elles ont recours à des plats prêts à l'emploi. De plus, une bonne partie de l'innovation agro-alimentaire aux confins des années quatre vingt et quatre vingt dix en France s'adresse prioritairement aux femmes.³¹ Toutefois, il est un plat qui semble résister à la facilité. C'est la soupe.

1.4.7. La soupe, appréciée par les enfants.

Apparemment, chez Audray, la soupe convient à toute la famille d'autant que la saison s'y prête. De plus c'est pour elle une solution pour faire manger des légumes mixés que ses enfants ne mangeraient pas entiers. « Quand c'est des morceaux, ils n'aiment pas ».

Tantôt ringardisée dans les années soixante-dix, avec l'image de la ménagère coiffée de ses bigoudis, qui prépare sa soupe. Tantôt tendance comme actuellement où l'on découvre des concepts de bars à soupe. En tout cas, elle traverse toutes les époques.

²⁹ Danielle Rapoport, sociologue, conférence « Le temps des autres et le temps pour soi ».

³⁰ Fischler, l'Homnivore, page 209.

³¹ Fischler, l'Homnivore, page 211.

Mais revenons à Audray pour qui la soupe est une stratégie pour faire consommer à ses enfants des légumes qu'ils apprécient moins.

« Autrement, dans la soupe tout passe. Y'a tout les légumes qui passent et là tout marche. Les carottes, les poireaux, les navets euh, le céleri euh et là ça passe. Tous les légumes, donc c'est pour ça que je leur donne de la soupe de façon à ce qu'ils aient tout ce qu'il faut.» Par contre, Létitia semble préférer les entrées de charcuteries à la soupe. Elle passe peu de temps à cuisiner.

La soupe demande une organisation domestique plus élaborée que le simple fait de griller de la viande par exemple. Elle a sorti l'homme de sa barbarie infantilissante de la viande chassée et du lait des troupeaux. Elle a également constitué le principal plat de résistance à la faim avec le pain, se réduisant parfois à un bouillon clair et pour les plus pauvres ou en période de disette. Elle est à l'origine des repas que nous connaissons aujourd'hui³²

Sur le temps scolaire et principalement aux saisons les plus froides, de la soupe est servie au repas du midi. Ce qui a déjà fait l'objet de remarques de certaines femmes de service. « La soupe, c'est le soir normalement ». Pour autant, elle semble très appréciée des enfants, comme si elle bénéficiait d'un côté rassurant. Peut-être rappelle-t-elle l'ambiance familiale à l'enfant ? Sinon, nous avons proposé sur un menu du midi à la fin du mois de juillet, un gaspacho (soupe froide à base de tomates, d'ail, de concombres, d'huile d'olive, et tout cela mixé). Il s'agit d'un plat ibérique, que les enfants ont semblé apprécier.

1.4.8. Histoire de vie de certains acteurs.

Aux mêmes âges, les enfants de Martine mangeaient de tout, car ils n'avaient pas le choix puisque c'était la cuisine de la maison. De toute façon, ils avaient systématiquement des légumes et systématiquement des fruits. De plus, une partie de sa famille habite au bord de la mer et d'autres sont paysans dans les terres, ce qui lui donne accès à des légumes, de la viande ainsi que des volailles à volonté.

« En fait, la différence entre ce que je trouve, il y a trente ans, parce que ma fille a trente ans, et maintenant, c'est que nous, on fonctionnait en légumes de saison. Et là, on ne fonctionne plus en légumes de saison. On a tout le temps les mêmes légumes, à part les cerises euh. J'vous dis, on voit toujours des oranges, on voit toujours des pommes euh. Certains légumes, on les voit tout le

³² Casseroles, amour et crises, ce que cuisiner veut dire, page 64.

temps. Alors que moi, je me souviens quand mes enfants étaient petits, y avait une saison pour les pommes, y avait une saison pour les poires, y avait une saison, j'allais dire presque pour les pommes de terre, pour tel type de pommes de terre, y avait une saison pour les salades. Là, vous trouvez des salades tout le temps quoi ».

Elle congèle ses légumes, et en donne à ses enfants qui habitent à Paris. D'après elle, les produits frais à Paris sont très chers. Soit ses enfants amènent des aliments de la maison et congèlent, soit ils achètent du tout fait. Mais quand ils sont à la maison, ils savent bien demander s'ils veulent de la qualité.

« Par exemple moi j'ai un fils, il rentre à la maison, il dit, tu pourras faire de la purée. Maison. Voilà. Ça, ça lui manque ».

Audray garde un mauvais souvenir de la cantine. Quand elle était petite, elle y allait tous les jours. Comme elle ne mangeait pas bien à la cantine, elle devait tenir avec le ventre vide jusqu'au soir. D'autant qu'à son époque, il n'y avait pas de plateaux. Les plats étaient posés directement en bout de table. Les premiers se servaient gracieusement et les derniers devaient se contenter des restes.

Parmi les aliments qu'elle déteste, il y a le fromage. Ils sont plusieurs dans ce cas au sein de sa famille. Elle pense donc que cette aversion au fromage est génétique.

« De génération en génération, j'ai un oncle qui n'aime pas non plus le fromage, une grand-mère ou une arrière grand-mère qui n'aime pas non plus le fromage. Gratiné, ça va, mais mangé comme ça non, et la plus petite est un peu comme ça aussi. »

Avec ses cinq frères et sœurs, lorsque Laure allait à la cantine, c'était une cuisinière qui confectionnait et distribuait les repas. Elle n'aimait pas forcément manger à la cantine, mais préférerait le repas à la maison. La cuisine de sa maman était meilleure, et de plus elle était contente de retrouver le cadre familial. Quand elle était petite, ses frères mangeaient avec elle. Elle paraît nostalgique de cette relation de fratrie, mais elle admet que cela était possible du fait du petit nombre d'enfants à s'occuper.

« Voilà, et sur un petit centre de loisirs quand ils sont cent enfants, on arrive à mélanger les enfants entre fratries, ceux qui veulent ou pas. Peut-être pas tous le temps, mais cela se faisait beaucoup plus quoi ». Cela permettait de rassurer les enfants qui avaient peur d'être forcés de manger à la cantine.

1.4.9. Les préférences et aversions des enfants.

Chez Audray, ses deux filles adorent la viande « elle aime bien le steak sans sauce ». « Le bœuf, le veau, la dinde, le poulet euh voilà. Les pommes de terre, ça marche tout le temps les haricots verts, ils adorent, euh la courgette, la grande elle mange un petit peu. Les frites aussi, ça, s'il n'y avait pas ça ; les fruits elles adorent ».

Chez Létitia, ce sont les épinards et les salsifis que tous ses enfants détestent le plus.

« Ca les salsifis, ils vont mettre deux heures à manger, ils aiment pas du tout ». Pour autant, elle pense qu'ils en mangent à l'école, car la présentation est différente. De plus, à la cantine une sauce est proposée et ses enfants préfèrent, surtout qu'elle ne leur propose jamais de sauce.

Par contre, les plats qu'ils préfèrent sont : les frites, les nouilles, les patates, le poisson aussi, qu'elle prépare le mercredi parce qu'elle sait qu'à l'école le poisson est proposé le vendredi en général. De plus son mari est absent ce jour-là, et comme il déteste le poisson, elle en profite. S'ajoute à cela que ses enfants adorent le fromage qui leur est proposé tous les soirs, mais jamais le midi. « J'adore le camembert, mon mari, c'est Cousteron et Gruyère, les enfants, ils aiment bien le Kiri, le gruyère, le gruyère ils adorent ça. Le Boursin aussi je prends. Je suis assez varié au niveau du fromage ». Après le fromage, elle leur propose un yaourt ou un fruit, ou encore un flan confection maison.

L'aspect est très important pour un enfant selon Laure. C'est vraiment, chez les élémentaires que c'est le plus flagrant. L'aspect du contenu de l'assiette, ainsi que la présentation, l'odeur, c'est ça qui va lui donné envie de goûter ou pas.

Apparemment, chez les petits, ce qui commence à émerger, c'est l'histoire des cinq fruits et légumes par jour. Elle se rend compte que les enfants sont d'avantage prêts à goûter des pommes par exemple. Alors qu'à une certaine époque les pommes ne faisaient pas l'unanimité.

Au grand regret de Geneviève, ses filles ne semblent pas apprécier les crudités.

« Ah ben quelque chose qui reste toujours d'actualité et que j'ai jamais réussi à faire passer sauf une, ce sont les crudités. Je sais pas comment euh ... Autant les épinards, j'ai réussi à les faire manger sans problème, autant euh en les mélangeant simplement à de la purée de pommes de terre. Les épinards passent super bien maintenant. Mais non, les crudités, je n'y arrive pas. »

Autrement, en ce qui concerne leurs préférences. « Euh bien ce qu'elles préféreraient, ben ça dépend, les trois ne fonctionnent pas pareil. Ah si les crêpes. Les crêpes et les frites on va dire.

Mais surtout les crêpes. Les crêpes et les galettes, elles adorent, parce que je fais beaucoup de galette. J'ai la chance d'avoir une galetière, une vraie, et quand j'en fais, c'est vraiment quelque chose de ... Toutes les trois adorent ça quoi. Les frites aussi sauf que moi, je n'ai pas de friteuses, donc je n'en fais pas. Quand il y a des frites dans un repas de famille en général, c'est quand on va chez les grands parents, il y a toujours des frites et les filles adorent quoi.

Laurence pense qu'à la cantine, les enfants aiment ce qu'ils connaissent déjà.

« Ce que les mamans cuisinent finalement ». Des frites, des pâtes, la crème « danette » achetée
« Ils aiment les plats que les parents font ».

Elle constate que sur le temps de repas à la cantine certains mets ne plaisent pas aux enfants. Par exemple, la purée de carottes ou la viande qui a un aspect gélatineux. Les plats en sauce, ils prennent ça pour de la graisse.

Et voici les propos de Véronique.

« Mme Maggi (une cantinière) m'avait fait la remarque qu'il ne mangeait pas de viande. Je n'arrive pas à lui faire manger de la saucisse. Alors là c'est sûr ! Si vous prenez la saucisse, y'a des bouts de blancs partout donc de gras, elle lui donnait un morceau de fromage en plus parce que j'vois bien qu'il faut qu'il compense autrement quoi."

Selon une étude menée parallèlement en France et aux États-Unis, on trouve dans les deux cas comme aliments préférés, des aliments sucrés, notamment des fruits. On trouve également les pommes frites, le poulet et la viande. Il y a également des similitudes en matière d'aversion (des légumes avec en particulier le chou-fleur, les épinards, la tomate cuite ; des abats comme le foie, etc.) on trouve cependant des différences frappantes, tenant en général au statut culturel de l'aliment en cause : le plus notable concerne le lait, qui est apprécié par 92 % des étudiants américains tandis que dans l'échantillon français, il ne recueille que 60 % de jugements favorables (55 % dans le groupe d'âge 17-18 ans) et plus de 31 % de jugements négatifs. On ne peut guère tirer de conclusions supplémentaires à la comparaison de ces données, mais on peut imaginer qu'il pourrait exister des traits communs dans les goûts alimentaires d'enfants appartenant à des cultures différentes. Ces traits communs pourraient être liés pour une part à des caractéristiques biologiques de l'espèce humaine (comme on sait maintenant que c'est le cas en ce qui concerne l'attrance pour la saveur sucrée). Toutefois, il est clair que, en dépit de ces traits communs, la caractéristique essentielle des préférences alimentaires reste, chez l'homme, la plasticité et la

variabilité.³³ (cf. tableau en annexe : « Aliments les plus fréquemment appréciés » et « Aliments les plus fréquemment rejetés »).

1.5. Les repas dans la sphère publique (socialisation scolaire).

Le constat de certains professionnels de l'apprentissage au repas, et la perception qu'ont certaines mères de famille sur les repas à la cantine révèlent quelques écarts entre la prise alimentaire scolaire et le repas pris en famille. Quant aux enfants, ils semblent davantage apprécier la compagnie de leurs camarades plutôt que le contenu de leur assiette à la cantine. Pour les enfants d'élémentaire, les repas sont consommés rapidement, alors que les enfants de maternelle sont plus lents et mangent mieux. Mais l'âge de l'enfant en est pour une part. Les acteurs du temps du midi négocient pour faire goûter les plats, et ils sont souvent confrontés à des enfants qui préfèrent les marques plutôt que du fait maison (ex : Danette et crème dessert maison). L'ambiance du repas à l'école qui est plus bruyante que l'ambiance du repas à la maison ne semble pas forcément être dérangeante selon le contexte.

1.5.1. La réputation de la cantine au regard des mères.

Il est établi que les cuisines centrales ne jouissent pas forcément d'une bonne réputation. Elles sont assimilées à l'industrie agroalimentaire. C'est probablement pour cela que certaines mamans m'ont fait remarquer que les plats que nous proposons n'étaient pas fabriqués sur place. « Ce n'est pas vous qui faite à la cuisine centrale, ça arrive tout prêt. »

Chose que je me suis empressé de démentir puisque nous travaillons principalement en fruits et légumes frais. Aujourd'hui, à la cuisine centrale de Bruz, nous élaborons les plats à base de légumes et fruits frais. Quatre-vingts pour cent des fruits et légumes frais sont issus de l'agriculture biologique, ainsi que cinquante pour cent des produits d'épicerie (huiles, farines, pâtes, riz, confitures...). Tous les autres produits sont également sélectionnés non pas uniquement pour leur prix, mais également pour leurs qualités gustatives.

³³ Fischler, l'Homnivore, page 107.

1.5.1.1. La taylorisation du temps lors du repas à la cantine

Audray souligne le manque de temps dont dispose le personnel de cantine pour s'occuper efficacement des enfants.

« Euh ce que j'ai entendu, c'est qu'elles ont beaucoup moins de temps maintenant qu'il y a plus d'enfants. C'est un peu à la chaîne quoi, on finit et après, hop au suivant. C'est pour ça que quand j'ai entendu ça, je ne mets pas ma fille à la cantine non plus, si c'est pour que ça soit à la chaîne. Autant que j'aïlle la chercher, et c'est pour ça qu'actuellement c'est occasionnel, car il y a de plus en plus de monde à l'école. »

« On m'avait dit qu'il y avait des enfants qui ne mangeaient pratiquement pas. C'était l'année dernière chez les CP. Il y avait un petit qui ne mangeait pas et ils n'avaient pas le temps de s'en occuper pour essayer de lui faire goûter parce qu'il y avait trop d'enfants à la cantine. C'était un petit garçon qui ne mangeait pas du tout, et on disait, il faudrait peut-être qu'on prévienne la maman qu'il ne mange pas. »

1.5.1.2. Un temps de repas limité

Même si elle semble trouver des circonstances atténuantes au personnel de restauration, Véronique pense que les enfants ne prennent pas assez de temps pour manger.

« D'un autre côté, les enfants, ça va vite, et il y a du monde à gérer ».

Lors de cet entretien, sa fille de sept ans était attablée avec sa maman et moi. Notre conversation lui faisant écho, elle rapporte les propos d'un agent de restauration.

« *Dépêche toi de manger, y'en a qui attendent* ». La maman répond que c'est dû au manque de place, mais que c'est dans toutes les cantines la même chose. Il s'agit là d'une des trois cantines qui certains jours est effectivement surchargée.

1.5.2. Comment rompre la rapidité des prises de repas de certains enfants ?

Selon Laure, certains enfants de l'élémentaire mangent en cinq minutes. Ils n'ont donc pas le temps de se poser. Ils ne connaissent pas la sensation de faim ou de satiété (vingt minutes sont

nécessaires), et le goût, ils n'ont pas le temps de s'y attarder. Où au contraire, le repas traîne en longueur pour ceux qui ne parviennent pas à manger. Alors que chez les petits en maternelles, ils sont servis différemment, et elle pense que c'est pour cela qu'ils mangent mieux.

D'après la fille de sept ans de Véronique, il faut se dépêcher de manger pour aller jouer aux différents jeux proposés par les animateurs du périscolaire. Comme si elle préférerait le temps de loisirs au temps de repas.

"J'étais pressée d'aller à la garderie. Parce qu'à la garderie t'as plein de jeux, des fois t'as des spectacles, des fois tu regardes la télé. Des fois tu fais des dessins, quand tu veux par contre, tu joues avec les ordinateurs, tu fais du foot, tu fais du basket et tu fais tout ça avec tes copains".

Certains enfants sont même tellement pris dans le jeu, qu'ils en oublient d'aller manger à la cantine.

Laurence confirme que l'enfant veut à tout prix aller jouer. Pour elle, il faut laisser la part du jeu à l'enfant le midi. Parce que toute la journée, ils étudient sur le temps scolaire alors qu'au centre aéré, ils sont plus détendus au moment du repas. Face à ce constat d'aliments ingurgités trop rapidement, certaines associations ont décidé d'agir. C'est le cas de l'association « slow food ». Mais nous en parlerons plus loin.

1.5.3. « Je la mets à la cantine quand le menu lui plaît ».

« Le menu, ben en général, je la mets au moment où elle aime le repas. Oui, dans le petit bulletin de la semaine de Bruz. Donc euh, il y en a beaucoup qui font ça, ils regardent un peu le menu de façon à ce que les enfants aiment la cantine, et qu'après, ils puissent y aller sans reculer. Y'en a pas mal qui font ça. J pense qu'il y en a beaucoup plus à aller à la cantine le jour où y a steak haché frites ».

S'ajoute à cela que, selon Audray, certains parents disent qu'à la cantine, parfois les repas sortent un peu trop de l'ordinaire et que les enfants n'apprécient pas forcément.

« Ben justement la maman du petit que je garde, sa fille reste à la cantine tous les jours. Et elle disait des fois, c'est très spécial. Elle disait en rentrant le soir à la maison qu'elle avait rien mangée. Quand il y a des animations et que tout le repas sort de l'ordinaire. La maman me disait, il faudrait que ça soit une chose, soit l'entrée, soit le dessert, mais pas tout le repas. »

Ce que confirme Laurence. Certains plats comme les creusets à l'andouille plaisent à de fins gourmets, mais certainement pas aux enfants. Elle préconise des plats simples pour que les enfants puissent les reconnaître. En effet, les creusets (pâtes de Sarrasin carrées) accompagnés de petits dés d'andouille sont difficilement identifiables, d'autant que la texture et la couleur sont peu attrayantes.

1.5.4. Les différences constatées par rapport aux tranches d'âge des enfants.

« Ben quand ils étaient plus petits justement ils mangeaient de tout. Quand ils étaient bébés et tout ça, c'était vraiment bien. Après en grandissant. Ils sont devenus plus difficiles. Oui, il y a une période où ils deviennent plus difficiles. Je dirais que c'est au moment de la maternelle. Non je dirais que c'est plutôt après la maternelle. Non, c'était déjà à la maternelle parce que je me rappelle que Thibault...

« Euh moi je suis étonnée, enfin c'est une question, c'est un constat, d'avoir fait les différentes tranches d'âge, et de voir comment des maternelles peuvent bien manger à la limite pour leur taille et pour leur âge et qu'ils mangent correctement, et qui arrivé en élémentaires, ne mangent plus rien. Ils n'aiment plus rien. Je ne sais pas s'ils ne mangent plus rien, mais en tout cas ils n'aiment plus rien. Le plateau reste plein. Voilà. La moitié voir les trois quarts vont à la poubelle. Alors que tout petit ça roulait ». Il s'agit du constat de Laure qui est aux premières loges pour observer le comportement alimentaire des enfants. Pour elle, il est question d'éducation à la maison, et chez les filles, il y a aussi une histoire d'image qui est importante. En élémentaire, en CM1 CM2 il y a des filles qui parlent de ligne et de taille. De plus, systématiquement tout ce qui est à la cantine n'est pas bon, alors qu'un tout petit n'a pas ça en tête encore.

« Il va dire, il aime où il n'aime pas par son goût à lui, où il ne goûte pas parce qu'il n'a pas l'habitude de goûter à la maison. Mais de dire la cantine, c'est bon où ce n'est pas bon, il n'y a pas forcément de différence pour lui. Alors que chez les grands, il y a une espèce de rumeurs ou de culture, ce qui fait que de toute façon ce n'est pas bon. Même avant de goûter, à part les frites, steak haché frites. Voilà. Parce que c'est le menu qui passe-partout, ou poulet frites. Donc ils vont reprendre deux fois, trois fois, sauf les petites minettes qui disent, ben on ne va pas toucher. Voilà. De toute façon, la salade, ce n'est pas bon, donc on n'en mangera pas. Même si je n'ai pas goûté, de toute façon, ce n'est pas bon. Ça ne sert à rien. Le poisson de toute façon ce n'est pas

bon, les épinards de toute façon ce n'est pas bon. Que les tout-petits, euh avec le jeu autrement on les amène à goûter, ils peuvent aimer ».

S'ajoute à cela le service en self, où ça va très vite où ils ne prennent pas le temps de manger et de goûter. Ils ne sont pas obligés, où ils ne veulent plus qu'on les oblige. Donc, elle se demande s'il vaut mieux laisser-faire : ne pas faire goûter et ne pas négocier un minimum ou tout mettre à la poubelle.

De toute façon ils se rattrapent sur le pain et le soir ils demandent à maman de faire un plat de pâtes parce que ce midi ce qu'ils ont mangé à la cantine c'était nul. . « Le fait qu'un enfant il grandit, plus il grandit plus il devient difficile quoi. Là, c'est le constat que l'on peut faire a priori ».

Chez Audray, la plus petite est plutôt difficile alors qu'étant bébé, elle mangeait de tout. Des légumes en purée, et là en grandissant, elle commence à être difficile. Auday pense que c'est dû à son âge. De plus, elle s'informe auprès de la pédiatre qui lui a dit qu'il y a un moment donné où ils aiment moins et ils commencent à sélectionner, mais ça va revenir.

« La grande mange à peu près, si elle n'aime pas, elle goûte quand même, et elle mange à peu près tout ce qu'on lui fait. »

« C'est à cet âge là, qui faut apprécier de manger un bon repas. Et la petite, elle a pas encore mangé à la cantine, donc elle connaît pas encore les goûts...mais ça va venir je pense hein. »

« Donc je me dis que c'est peut être un âge enfin y en a beaucoup à la cantine de l'âge de ma plus petite qui vont finir par aimer, c'est bizarre hein. Mais je pense que c'est avec l'âge. C'est vrai que la mienne, la grande, elle aime bien maintenant donc euh.»

Pour Laurence, les maternelles mangent sans réfléchir. En CP, ils commencent à juger. Et plus ils grandissent, plus il faut dialoguer.

« Un enfant, plus il est jeune, plus il va mettre du temps à manger. Il faut l'assister davantage, donc le prendre en priorité. Si vous le mettez en fin de service, il n'a plus faim.»

« De toute façon, au niveau des enfants, c'est toujours un travail de longue haleine. »

« Vous ne pouvez pas comparer si un enfant mange bien ou pas selon les âges. En maternelle, un enfant ne se soucie pas de ce qu'il mange. En primaire, ils jugent, mais en dessous, l'enfant n'a pas encore acquis l'histoire du goût. »

1.5.5. Le rôle de la cantine selon différents acteurs.

Pour Audray, le repas servi à ses enfants à l'école semble jouer un rôle complémentaire par rapport à ce qu'elle propose chez elle.

« Donc c'est ça qu'est bien, comme ça ils mangent de tout. Comme moi, je ne fais pas à la maison ». De plus, elle veut que ses enfants mangent équilibré. D'autre part, elle attache beaucoup d'importance au service fourni par le personnel municipal lors du repas. Même si elle se dit satisfaite du service, elle se demande si certains enfants ne sont pas laissés de côté. Sinon, elle compte sur l'école pour forcer ses enfants à manger, d'autant qu'elle trouve bizarre qu'un de ses enfants mange bien à l'école, alors qu'à la maison, au contraire, il ne mange pas très bien.

Selon elle certains enfants mangent que ce qu'ils aiment chez eux, et l'école comme l'accueil de loisirs sont là pour faire découvrir de nouveaux goûts.

« On compte aussi sur l'école pour les éduquer un peu au goût, et pour dire que c'est pareil qu'à la maison, il faut qu'ils goûtent un peu aussi. Il y a des parents, c'est tout le contraire aussi. Il ne faut surtout pas le forcer ». D'où l'importance de connaître le caractère de l'enfant peut être un peu le cadre familial, et d'être dans la négociation. C'est beaucoup de travail de médiation sur du long terme. Également d'être à l'écoute, mais pour cela il faut du temps. Il ne faut pas avoir beaucoup d'enfants en même temps, il faut réussir à garder son calme parce que plus on s'énerve et moins ça fonctionne. Et puis, le soutien des parents est indispensable. En effet, quelle satisfaction de voir un enfant qui mange bien alors qu'il ne mangeait rien avant. »

1.5.6. La viande de plus en plus consommée.

Après pour un enfant qui a cette difficulté il s'agit de choisir entre les plats, et une fois qu'il a choisi, c'est de goûter au moins une bouchée. « Alors, si c'est un bout de betteraves, c'est un bout de betteraves. Si c'est un dé de fromage, c'est un dé de fromage par exemple ». Si après avoir goûté, il n'aime toujours pas, l'animatrice lui demande de manger soit les légumes, soit la viande. Une négociation s'amorce avec l'enfant. Elle tente de diriger le petit mangeur vers la viande, car elle pense que c'est important la viande. Contrairement à cela, le dessert ne semble pas poser de soucis particuliers, même si parfois certains enfants ne le mangent pas, car ils n'ont plus faim. Pour elle l'important c'est l'entrée et le plat de résistance, et pour varier son alimentation, l'enfant compensera dans sa famille et par un goûter.

Pour ce qui est des fruits, elle essaye de proposer plusieurs pommes de manière à varier. Si l'enfant n'aime pas, il en prend une tranche pour goûter. « C'est de la négociation et de l'incitation ».

En France, depuis les années soixante, on assiste à une augmentation de la consommation de viande et dans le même temps le déclin des produits d'origine végétale, et notamment à base de céréales. Ainsi, la consommation de viande est passée d'environ 20 kilos par personne au début du XIXe à 93.5 kilos en 1983. Pour ce qui est du pain, c'est le contraire avec 550 grammes par jour et par personne au début du XIXe siècle, en culminant à 881 grammes entre 1885 et 1890, pour passer à 170 grammes en 1980 d'après l'enquête permanente de l'INSEE (Tourtain, 1971).³⁴ Dans le livre de Claude Fischler, *L'Homnivore*, il est dit que l'homo sapiens était frugivore avant de devenir carnivore. Ceci dit, la viande est sans doute l'aliment le plus désiré et recherché, et également le plus contradictoire de par certains interdits culturels ou religieux. Elle suscite tantôt un appétit irrésistible tantôt de la répugnance.

La religion a régulé l'accès à la viande par les jours maigres et les jours gras.

Le goût et le dégoût sont pratiquement toujours d'origine animale. Exemple, le gras de la viande, la peau du lait... D'ailleurs, dans la liste des dégoûts les plus fréquents en France, on trouve des abats (cervelle, foie), le gras de la viande, des sous-produits du lait (peau du lait, fromages forts)...

« La consommation de viande nous ramène à ce qui nous rapproche des animaux, ou ce que l'on aimerait récupérer en consommant leur viande. Par exemple, la force du bœuf, ou la douceur de l'agneau... Elle nous rappelle la promesse de la mort, la putréfaction.

Aujourd'hui, on constate une désanimalisation de la viande. À travers les morceaux de viande proposés en boucherie ou en charcuterie, on ne reconnaît plus l'animal d'origine. Ainsi, la tête de veau, les lapins entiers écorchés, de même que certains abats (cervelle) ont pratiquement disparu de nombreuses étales.

Quoi qu'il en soit, les protéines qui forment le corps humain sont constituées à partir d'une vingtaine d'acides aminés. L'organisme est capable d'en synthétiser lui-même qu'une douzaine. Il reste dix acides aminés (dits « essentiels ») que notre organisme ne peut synthétiser et qu'il doit donc trouver dans les aliments, en particulier dans les protéines. Or si un grand nombre d'aliments d'origine végétale contiennent des protéines, c'est dans la plupart des cas en moindre proportion que les produits animaux. Ainsi la différence est surtout qualitative : dans les végétaux, les acides aminés essentiels qui sont les plus précieux pour l'organisme humain sont en

³⁴ *L'Homnivore*, page 205, 206.

général peu abondants. À l'exception notable du soja, on estime que la qualité des protéines d'origine animale sur ce plan est de 25 à 50 % supérieure à celle des végétaux les plus riches en protéines. Par ailleurs, les produits animaux sont riches en vitamines (A, B et E notamment) et en minéraux indispensables. Les aliments d'origine animale, s'ils ne sont pas à proprement parler indispensables à la survie, constituent donc une source particulièrement précieuse de nutriments essentiels facilement assimilables. » (L'Homnivore, page 118)

1.5.7. Faire goûter à tout prix, mais sans forcer.

Faire découvrir des saveurs souvent en négociant avec l'enfant. « Il faut absolument que tu apprennes à découvrir les saveurs ».

Négocier avec l'enfant sans forcer. « Là sur le plateau et ben y faut que tu choisisses. Je comprends, je conçois que tu ne puisses pas avoir les goûts d'une grande personne, mais en tant qu'enfant, il faut quand même que tu goûtes un petit peu ».

Autre exemple, sur une autre école, au niveau des élémentaires, une table a attiré mon attention. En train de déjeuner sur cette grande table, une douzaine d'enfants était répartie comme suit : un CP, un CM2, un CP, un CM2, etc. je pose donc la question à la personne surveillant le réfectoire : « *pourquoi les CP et les CM2 sont-ils disposés ainsi ? - au début, c'était pour lutter contre le bruit. Le fait de les mélanger, ils crient moins. Aujourd'hui, nous continuons pour que les CM2 les incitent à manger* ». Cette situation nous renvoie une nouvelle fois à cette notion d'émulation évoquée par Claude Fischler.

En effet, « Il avait déjà été montré que les préférences alimentaires des enfants pouvaient subir des modifications importantes sous l'effet de la suggestion sociale, avec un effet plus marqué chez les sujets jeunes et une influence plus grande de la part d'individus dominants, ou avec qui l'enfant entretient des rapports amicaux. » Quant aux CM2, ils aimeraient mieux manger avec leurs camarades de même âge plutôt que de s'occuper de faire manger les CP. Il ne faudrait pas que les CM2 combrent un manque d'accompagnement pour les enfants d'élémentaire.

Quoi qu'il en soit, cette situation ne pose à priori pas de problème : « on a pu provoquer expérimentalement des changements dans les goûts alimentaires de certains enfants. Pour obtenir ce résultat, il suffit, dans une cantine scolaire, de mettre « un enfant cible » pendant plusieurs jours à la même table qu'un groupe de pairs, légèrement plus âgés, et qui présente tous une nette préférence pour un aliment peu apprécié par le sujet. Aux termes de l'expérience, celui-ci

« aime l'aliment qu'il n'appréciait guère auparavant et cette préférence est durable (Birch 1980)³⁵ ».

De la même manière, d'autres recherches ont mis en évidence que « les enfants acceptaient les aliments présentés par leur mère plus volontiers que lorsqu'ils étaient offerts par un autre adulte ; ils acceptaient plus souvent lorsque l'adulte mangeait lui-même l'aliment en question. Mais lorsque que le visiteur était seul avec l'enfant et mangeait lui-même, les enfants goûtent plus souvent encore. Les auteurs interprètent ces résultats comme l'indice d'une forme d'apprentissage par observation. »³⁶

Quoi qu'il en soit, ce jour-là j'ai pu constater que le réfectoire était moins bruyant, mais je n'ai pas pu mesurer l'impact sur ce que les enfants avaient réellement mangé.

Tous ces constats posent la question de la relation éducative entre les intervenants et les enfants, nécessaire à l'apprentissage du repas. Ce qui est sûr, c'est que les enfants intègrent mieux les aliments quand ils sont à l'origine de la préparation des repas. C'est ce que j'ai constaté au cours des ateliers cuisine ou nous préparions et consommions ensemble le repas. Mais avant les préparations culinaires, il y a les achats.

1.5.8. Les courses effectuées par les animateurs du mercredi.

Depuis un an, je participe et découvre le monde de l'animation. En effet, une partie de ma mission consiste à cuisiner avec les animateurs et les groupes d'enfants. J'ai souvent eu l'occasion de faire les courses avec des animateurs ou des animatrices. Leur point commun est qu'ils choisissent pratiquement tous les mêmes produits pour nourrir les enfants. Souvent, la priorité lors des temps de loisirs n'est pas l'alimentation, mais l'activité programmée. Ce qui importe au niveau alimentaire, c'est avant tout, le côté pratique (sandwichs emballés individuellement) ainsi que l'aspect hygiène, sans compter que les budgets alimentaires sont pauvres, pour ce qui est des pique-niques (environ deux euros vingt par personne). De plus, le manque de temps favorise l'achat de produits consommables immédiatement. S'ajoute à cela le manque de connaissance culinaire de certains animateurs (trices). Enfin les normes de plus en plus spécifiques effrayent de nombreux jeunes animateurs (trices). Les normes alimentaires sont les mêmes que celles de la restauration collective (procédures lourdes et difficilement

35 « L'omnivore » de Claude Fischler page 102.

36 « L'omnivore » de Claude Fischler page 101 (Harper et Sanders, 1975).

applicables). Les animateurs (trices) constatent que les marques sont parlantes pour les enfants (exemple du Nutella).

1.5.9. Entre besoins et publicité (la télévision, les marques, le sucre).

L'image nous prend, nous aspire en elle. Arme à double tranchant, l'instrument d'aide à la parole se retourne très vite en son contraire, dès lors que les convives se laissent glisser dans le rôle confortable de purs spectateurs, oubliant les exigences de la conversation familiale. Le prix à payer est cependant qu'il est très difficile ensuite de revenir en arrière ; la conversation familiale est définitivement morte.³⁷ C'est souvent par l'image télévisuelle que les enfants découvrent les marques avec le matraquage publicitaire qui associe un produit donné à la notion de plaisir ou à un personnage adulé par les plus jeunes. Laurence le constate régulièrement à la cantine.

« Vous allez mettre de la Danette dans une barquette transparente, ils ne vont pas vous la manger, vous mettez de la Danette avec un pot écrit Danette dessus, ils vont te la manger. C'est démodé. »

« L'industrie n'est cependant pas désarmée devant la méfiance du mangeur consommateur. Elle peut disposer d'un atout aussi efficace que le label de la puissance publique : la marque. Sur la marque se cristallisent des phénomènes non moins puissants et obscurs que ceux qui se fondent sur le nom des individus. La marque est un nom et par voie de conséquence, une identité en puissance pour les produits. Sa puissance est telle que, dans le duel entre Pepsi et Coca-Cola, celle de Coca-Cola construite durant plus d'un siècle, assure au produit de la firme d'Atlanta un avantage décisif. Dans les dégustations « à l'aveugle », Pepsi était régulièrement préféré. Les produits identifiés, le résultat s'inversait. »³⁸

De plus, comme nous l'avons vu précédemment, sur le temps scolaire, les enfants sont sensibilisés à la surconsommation de sucres cachés (dans les boissons gazeuses par exemple). Il ne peut en être autrement puisque le sucre sous toutes ses formes a envahi les rayons des grandes surfaces, et a contribué à la standardisation des goûts. Sans compter que le décryptage des étiquettes est relativement complexe. Pour autant, les fruits et légumes semblent bénéficier des faveurs des organismes de santé. Il n'empêche que le combat entre les deux s'avère quelque peu inégal.

37 Jean Claude Kaufmann « Casseroles, amour et crises. Ce que cuisiner veut dire » Page 127.

38 Fischler l'omnivore page 220.

En effet, en général, le sucre fait l'unanimité chez chacun d'entre nous. Dès le plus jeune âge, des nourrissons à qui l'on propose un biberon d'eau sucrée en boivent beaucoup plus que dans un biberon d'eau pure. Et plus il y a concentration en sucre plus ils en boivent³⁹. Cela se vérifie également chez un grand nombre d'animaux mammifères. Pour ce qui est de la consommation de sucre en France, elle était de 34.7 kg par habitant en 1984, contre 13 kg en 1899. Cette épice venant apparemment du Moyen-Orient était dans les premiers temps proposée par les apothicaires, ancêtres de nos épiciers et de nos pharmaciens⁴⁰. Ce que nous consommons est important, mais l'environnement dans lequel nous sommes l'est tout autant.

1.5.10. L'ambiance sonore et le repas dans la sphère publique.

Le bruit dans les cantines est aujourd'hui une des priorités sur laquelle il est primordial de travailler, car cela se répercute directement sur l'apprentissage des enfants. Geneviève en est consciente et à ce titre, elle propose des temps de relaxation à ses élèves, quant à Laurence qui a en charge des enfants d'élémentaire, elle a instauré une discipline pour réguler ce bruit. Quant à Audray, elle préfère récupérer sa fille à la maison pendant le repas du midi, c'est plus reposant, ce que confirme la fillette. Elodie qui s'occupe des enfants de maternelle, intercale les garçons et les filles ce qui adoucit l'ambiance sonore. En revanche, les camps d'été sont de véritables champs de foire, pour autant, le plaisir et la convivialité sont au rendez-vous. C'est le constat que j'ai fait lors du séjour que j'ai effectué avec des pré adolescents. Mais pour l'instant, revenons sur le temps scolaire.

1.5.10.1. Pas de répit pour les enfants lors des repas à la cantine.

Geneviève constate que l'ambiance pendant le repas est trop bruyante. Parmi les causes possibles, elle pointe celle de l'architecture inadaptée sans pour autant en être certaine. Elle semble persuadée que le personnel de service ainsi que les enfants font de leur mieux dans ce sens. Cependant, elle aimerait qu'une réflexion soit entamée par rapport au bruit à la cantine. Il se pourrait que cet excès de bruit vienne en partie des locaux mal isolés phonétiquement. En effet, beaucoup de bâtiments construits avant mille neuf cent quatre-vingt-quinze réverbèrent les sons. À ce titre, l'OMS recommande des temps de réverbération inférieurs à 0.5 seconde. Il s'agit de

39 Fischler l'omnivore page 275.

40 Fischler l'omnivore page 279.

sons qui sont renvoyés comme une caisse de résonance, ce qui génère un brouhaha et, par ricochet, oblige les enfants et les encadrants à hausser le ton.

Il semblerait même que le bruit puisse affecter l'alimentation des enfants puisqu'une étude réalisée après l'insonorisation d'une cantine à Créteil montre que le comportement des enfants s'est radicalement transformé : ils ont des conversations plus suivies à table, et des repas plus longs, où ils mangent fromage et dessert.⁴¹

De surcroît, Geneviève souligne que pour les enfants, les journées doivent paraître longues, car non seulement ils subissent une certaine pression de par l'effort intellectuel qui leur est demandé, mais en plus, le temps du repas n'est pas reposant du fait du bruit. Par conséquent, elle effectue des temps de relaxation avec eux. En fait, sans ce temps de relaxation, les enfants n'ont aucun moment dans leur journée scolaire pour se poser.

« Ils n'ont pas de moments dans la journée où ils peuvent se détendre, se relaxer parce qu'ils sont soit dans le bruit perpétuellement, soit on leur demande un effort intellectuel qui les mobilise aussi d'une autre façon, et ça représente des longues heures dans une journée».

Selon certaines études, ces moments scolaires que sont la récréation ou le temps du repas devraient permettre aux enfants de se détendre. Or il n'en est rien puisqu'au contraire, le bruit trop élevé (environ 75 décibels pendant le repas à la cantine) fatigue et excite ces jeunes, ce qui génère des troubles au niveau de l'apprentissage (perte de concentration).⁴² Pour ce qui est du repas, l'ouïe intervient à la fois pour entendre les bruits de croquant en mangeant, et les bruits environnants. Si on mange dans un environnement très bruyant, on perçoit bien moins les goûts et on a bien moins de plaisir gustatif, ce qui conduit souvent à des prises alimentaires exagérées.⁴³

1.5.10.2. Des enfants trop bruyants.

Vu par Laurence, les choses sont un peu différentes. Elle a constaté l'excès de bruit et cherche constamment à expliquer aux enfants que s'il y a du bruit, c'est un peu de leur faute. « Mais qui fait le bruit ? » Elle ne semble pas imaginer qu'il pourrait s'agir de la configuration des locaux par exemple.

« Parce qu'on a beaucoup de bruit. Et on leur explique que manger dans le bruit, ce n'est pas possible».

⁴¹ Espace des sciences « Le bruit nous détruit la santé. »

⁴² Article Christine Lapoujade et Edith Lecout « les bruissements des cours de récréation. Observations des conduites sonores et musicales spontanées des enfants ». Revue enfance. Presses universitaires de France 2001/2 volume 53 pages 167 à 179.

⁴³ Selon le GROS. ORG (Groupe de Réflexion sur l'Obésité et le Surpoids).

« Parce que arriver dans une restauration, on ne peut pas jouer, on ne peut pas crier, parce que chez eux, ils ne le font pas ».

Cependant, quelques années auparavant, elle explique que les cent quatre-vingts enfants du primaire s'engouffraient en même temps dans ce lieu de restauration, donc l'ambiance sonore était encore pire qu'aujourd'hui.

Selon plusieurs études, le comportement de l'enfant en milieu scolaire peut être en partie lié à l'environnement sonore. Plus l'insonorisation des locaux et en particulier celle des lieux communs sont efficaces, plus la concentration des élèves augmente. Ainsi, à la cantine, les repas se déroulent dans de meilleures conditions et, en cours, l'attention et la compréhension sont améliorées.⁴⁴

Ceci dit, les enfants sont conscients du bruit, puisque lors de leurs différentes commissions organisées par la directrice, ils mettent en évidence le bruit à la cantine comme très gênant et de façon récurrente.

Lors d'un camp d'été auquel j'ai participé en tant qu'animateur cuisinier, j'ai constaté que les repas étaient très bruyants aussi, mais pas de la même façon que sur le temps scolaire. Il s'agissait de collégiens et non plus d'enfants d'élémentaires. La première semaine de camp, il y avait plus de garçons que de filles, ce qui s'inversa la deuxième semaine. Nous avons pu constater que la deuxième semaine était moins bruyante que la première pendant le repas. Nous nous sommes aperçus que les filles régulaient l'ambiance du repas. Les repas duraient environ trois quarts d'heure, une heure, et tous restaient à table.

1.5.11. Les craintes d'enfants qui mangent à la cantine.

Lorsque certains enfants ne veulent pas manger, Laure doit essayer de comprendre s'il s'agit d'un caprice ou non. Pour certains d'entre eux, elle sait que le repas à la cantine est très compliqué, et qu'elle doit entrer en négociation.

« Sur tout ton plateau, tu manges au moins une chose. Voilà, mais tu la manges entièrement cette chose-là euh voilà. Après tu essaies de goûter une autre chose, un autre aliment ».

Il arrive que certains enfants aient des hauts de cœur, voire qu'ils vomissent. Chez les petits, si elle s'aperçoit qu'il n'aime vraiment pas, elle n'insiste pas si bien que l'éducation au goût ne sera

⁴⁴ AFSSET : agence française de sécurité sanitaire de l'environnement et du travail.

pas pour cette fois-ci. Donc après, c'est d'essayer de trouver le juste milieu de l'amener à goûter sans le terroriser, sans que ça devienne le drame, que ça soit l'angoisse pour lui la cantine.

Au centre de loisirs, il y a certains enfants qui, en arrivant le matin, ont une grosse angoisse :

« Je ne veux pas manger à la cantine ». Même s'ils connaissent le menu du midi.

Par ailleurs, il semble plus difficile de faire manger les enfants d'élémentaire que ceux de maternelle. Pour cette animatrice, le constat est accablant

« Un enfant de maternelle effectivement ne va pas aimer, il va avoir du mal, une grosse crise de sanglots, voilà. Mais à long terme, en travaillant en prenant le temps, on n'y arrive à goûter. Que des élémentaires, ben voilà il y a rien quoi, ils laissent tomber quoi. C'est assez impressionnant comme constat ».

Ce sont surtout les enfants de CP qui ont besoin d'être accompagnés d'après Laurence. « Y a quand même des enfants qui arrivent en CM2 ou CM1 et qui ne coupent pas leur viande, faut le savoir. » « Vous ne pouvez pas demander à un enfant qu'il se fixe pendant un certain temps. Vingt minutes. Il faut les ralentir au début quand ils arrivent. »

Conclusion de la 2^{ème} partie

En somme, nous pouvons dire qu'il existe un certain écart entre la sphère familiale d'un côté et la sphère scolaire et l'accueil de loisirs de l'autre. En effet la structure de repas, le rôle des adultes, les choix alimentaires semblent être organisés avec une volonté éducative dans la sphère publique (un menu unique), alors que dans la sphère privée, les changements dans la société depuis les années 60 ont modifié la manière de s'alimenter dans les familles. Le modèle familial s'oriente vers des plats de l'agroalimentaire qui bénéficient de l'appui de l'image (télévision, publicité...) pour diriger les consommateurs vers la facilité. Là où l'école prône la socialisation entre pairs. Les familles tentent de résister pour finalement s'enfoncer davantage dans la consommation individualisée avec des plats uniques souvent prêt à l'emploi. Face à cette dérive de perte de normes alimentaires (gastro anomie), des actions de prévention alimentaire se sont mises en place. Et la restauration collective qui fonctionne aussi sur le modèle de l'agroalimentaire, commence à s'organiser et à s'en démarquer en reprenant une place de type artisanal (fruits et légumes frais issus de l'agriculture biologique, produits d'épicerie et produits laitiers...). C'est le cas pour la ville de Bruz. Seule une production de qualité ne suffit pas, elle doit s'accompagner d'éducation et de prévention alimentaire.

PLACE DU CUISINIER DANS LA PREVENTION ET L'EDUCATION ALIMENTAIRE.

Introduction de la 3ème partie

Les normes alimentaires imposées par l'état sont plutôt sanitaires et diététiques, cela afin de lutter contre l'obésité grandissante et ce qu'elle génère comme maladies. Ces normes sont économiques et écologiques pour les élus, et pédagogiques et éducatives pour les professeurs, animateurs et ATSEM. Les cuisiniers et agents de restauration doivent prouver leur bonne maîtrise de l'hygiène avec des procédures de plus en plus lourdes. Quant aux parents, ils évoluent en même temps que les changements fulgurants de notre société. Face à ces problématiques croisées, des actions qui réunissent tous ces acteurs mangeurs commencent à émerger. De plus en plus, des animations ou formations préventives pour apprendre à cuisiner se mettent en place. Les cuisiniers deviendront-ils des acteurs de la prévention et l'éducation alimentaire ?

1.6. Certaines normes dominantes : sanitaires et diététiques.

1.6.1. Le rôle du GEMRCN (Groupe d'Étude des Marchés de Restauration Collective et de Nutrition).

Il s'agit d'un document de soixante-neuf pages dont les diététiciens se servent pour élaborer les menus. Ils doivent suivre les recommandations en terme de fréquence de présentation des plats. Par exemple, les produits frits ou pré frits contenant plus de 15 % de lipides devront être présentés moins de quatre fois sur vingt repas. Des grammages qui tiennent compte des publics à nourrir y sont inscrits. Ainsi, pour un enfant de moins de dix-huit mois, dix à vingt grammes de jambon suffit alors que pour un adolescent, il en faut cent à cent vingt grammes.

Afin d'aider les acheteurs publics à élaborer le cahier des charges de leurs contrats de restauration collective, le GEMRCN a établi une nouvelle recommandation relative à la nutrition (n°j5-07 du 4 mai 2007 se substitue à la recommandation n°j3-99 du 6 mai 1999 rééditée en 2001).

Les présentes recommandations nutritionnelles couvrent toutes les populations, y compris la petite enfance, quelque soit la structure publique de restauration, professionnelle, éducative, de soins, carcérale ou militaire.

Enrichie des enseignements tirés de l'application du texte de 1999, cette nouvelle recommandation a pour but d'améliorer la qualité nutritionnelle des repas, compte tenu des données nouvelles concernant la santé publique, notamment la montée inquiétante du surpoids et de l'obésité, et des priorités nutritionnelles nationales établies dans le cadre du Programme National Nutrition Santé (PNNS).

À cette fin, le présent document indique les objectifs prioritaires à atteindre. De façon générale, il s'agit de parvenir à une diminution des apports de glucides simples ajoutés et de lipides, notamment d'acides gras saturés, et à une meilleure adéquation des apports de fibres, de minéraux et de vitamines, pour aboutir à un équilibre global satisfaisant entre les aliments et les nutriments. Comme dans la précédente recommandation, afin de faciliter leurs recommandations les rédacteurs du GEMRCN se sont efforcés de traduire les données et les préconisations scientifiques en outils pratiques d'application. Ainsi, il est notamment recommandé ici la mise en place d'un contrôle de l'exécution des prestations sur la base de fréquences de service des aliments. Ces contrôles sont confiés à des agents de l'État (DDSV, DDASS, DDCCRF) qui seront formés durant l'année deux mille neuf. Les responsables de restauration devront fournir les fiches techniques des produits qui composent les plats servis.

L'indispensable formation des équipes à la nutrition doit cependant constituer un impératif pour les collectivités publiques et leurs établissements, qui doivent se doter de personnels qualifiés tels que les diététiciens. De façon générale, s'agissant des acheteurs publics chargés de la restauration, il convient de mettre en place des formations leur permettant « de bien identifier les produits, de connaître les filières de production et les technologies culinaires, et de disposer de connaissances élémentaires sur les besoins nutritionnels » (cf. CNA n° 47 du 26 mai 2004, 7^{ème} recommandation).

Les collectivités publiques doivent également, de façon tout aussi impérative, veiller à assurer le soutien humain à la prise d'aliments dont certaines populations, notamment les enfants et les personnes âgées, ne peuvent se passer sans risque de déséquilibre alimentaire, voire de dénutrition.

Il apparaît que les éléments réglementaires évoqués ci-dessus ne tiennent pas compte de la dimension pédagogique.

1.6.2. La confection des menus : entre la volonté de créativité des cuisiniers et les obligations sanitaires de la diététicienne.

Étant acteur de l'élaboration des menus servis aux enfants de la ville de Bruz, je peux en décrire le cheminement. Tout d'abord, les cuisiniers ainsi que les agents de cuisine proposent des idées de plats, qui sont visés par le responsable de restauration. Ensuite, ils sont validés par une diététicienne. Ils sont toujours conçus comme suit : entrée, plat et accompagnement puis dessert ou fromage et dessert. La diététicienne les modifie en respectant des obligations diététiques sanitaires. Les goûters des plus petits sont équilibrés par rapport aux repas du midi. Pour leur élaboration, elle suit les recommandations gouvernementales au travers du GEMRCN (groupement d'étude des marchés en restauration collective et de nutrition). Ces menus sont élaborés en même temps, pour les enfants, mais également pour les personnes âgées, ce qui est problématique. En effet, des plats appréciés des anciens ne plaisent pas forcément aux plus jeunes, comme la langue de bœuf par exemple. De plus, certains plats trop élaborés, donc non reconnaissables par certains enfants sont plus difficiles à faire manger. On parle ici de néophobie alimentaire. Il s'agit d'un enfant qui refuse de manger par peur de la nouveauté d'un aliment (Fischler, page 113). À ce titre, une maman interrogée regrettait que les enfants ne mangent rien les jours d'animation à la cantine. D'autant que les cuisiniers qui ne sont pas présents lors des repas ne peuvent pas constater ce que les enfants mangent. Avant l'arrivée des cuisines centrales, les cuisiniers présents sur les lieux de consommation se déplaçaient dans les réfectoires pour évaluer ce que les enfants aimaient ou pas, et cette présence faisait autorité. Aujourd'hui, rares sont les présences masculines auprès des enfants. Ce rapport entre le mangeur et celui ou celle qui est à l'origine de son repas n'existe pratiquement plus. Par exemple depuis l'arrivée des trente-cinq heures, le rapport du cuisinier de collectivité à son métier s'est modifié parfois au détriment de la qualité des plats servis (utilisation de produits élaborés ou semi élaborés par des industriels de l'agroalimentaire pour respecter le planning d'heures des agents de cuisine et cuisiniers). Sans compter que la traçabilité garante des bonnes pratiques d'hygiène et managériales (PMS, HACCP, démarche qualité...) s'est accentuée. Il apparaît que chez les cuisiniers, comme pour les enfants, il est question de socialisation primaire et socialisation secondaire. L'une est incorporée lors de l'apprentissage de la cuisine traditionnelle et l'autre apparaît avec le travail en restauration collective. On peut parler d'un habitus de cuisinier dont les institutions ne tiennent pas compte dans les cuisines centrales.

1.6.3. Normes organisationnelles.

« L'évolution vers les cuisines centrales a représenté un changement important d'échelle de production.⁴⁵ Elle suscite également des craintes, notamment chez le personnel de cuisine, voyant son métier se transformer. Mais ces nouvelles unités technologiques sont rapidement apparues comme un moyen d'offrir des progressions de carrière considérables, avec la constitution d'un savoir-faire nouveau en matière d'organisation du travail et de logistique, pour les cuisiniers qui parvenaient à se démarquer. La planification du travail s'accompagne d'une plus grande prévision en matière de gestion des stocks et de la production, d'une formalisation systématique des opérations pour une meilleure traçabilité et d'un plus grand nombre de contrôles, les rapprochant de l'industrie agroalimentaire. Ainsi, une passerelle s'est créée entre cantines et usines agroalimentaires, offrant aux cuisiniers de nouvelles perspectives professionnelles.

L'offre alimentaire des cuisines centrales se définit ainsi : les menus (comparables à des programmes de fabrication dans l'industrie) sont réalisés à partir d'un plan alimentaire cyclique qui peut couvrir plusieurs semaines, dans le secteur scolaire par exemple. Celui-ci détermine la nature des produits et les techniques de cuissons utilisées (comme un légume vert cru en entrée le lundi ou un féculent cuit le mardi), en optimisant la gestion des hommes et des équipements. Le chef de cuisine définit alors le produit retenu, en respectant les contraintes budgétaires et en assurant une diversité de production. Il doit veiller aussi à répondre aux souhaits des élèves, ou de leurs parents, grâce à des relations régulières établies au sein des commissions de menus⁴⁶.

La planification du travail en cuisine centrale est d'autant plus difficile à réaliser que les prévisions de fréquentation des lieux de consommation varient souvent jusqu'au dernier moment, et que les menus prévus ne peuvent pas toujours être respectés. Outre les aléas externes (changement d'avis des consommateurs, erreurs de livraison des fournisseurs...), les produits alimentaires sont des matières vivantes dont les réactions restent en partie imprévisibles (comme le mûrissement de certains fruits et légumes tel que les avocats, les bananes, les poires). » (Sylvie-Anne Mériot, *Le cuisinier nostalgique*, page 234, 235).

⁴⁵ Si un restaurant moyen produit environ 350 repas par jour, les cuisines centrales dépassent systématiquement 1000 repas et peuvent atteindre une capacité de 40000 repas par jour 'à Marseille, par exemple, pour la restauration scolaire).

⁴⁶ Par exemple, à la ville de Bruz, les commissions de menu réunissent le responsable de restauration, la diététicienne, l'élu référent à la restauration et les différentes associations de parents d'élèves.

1.6.4. Produits biologiques et commissions effectuées avec des enfants en accueil de loisirs.

Le 2 mai 2008 dans la foulée du Grenelle de L'environnement, le premier ministre a émis une circulaire « relative à l'exemplarité de L'État en matière d'utilisation de produits issus de l'agriculture biologique dans la restauration collective ». Cette circulaire a pour objectif de tripler le pourcentage de surface agricole utile bio en le faisant passer à 6% en 2012. Pour atteindre son objectif, l'État demande que les établissements de restauration collective dont il assume directement la gestion proposent 20% de produits bios en 2012 avec un seuil intermédiaire de 15% en 2010.

Les seuls restaurants collectifs dépendants de l'État ne permettront pas à ce dernier d'atteindre son objectif de conversion des surfaces agricoles vers le bio. C'est pourquoi, dans le cadre de l'« État exemplaire », l'État a décidé de s'emparer de cette directive pour promouvoir les produits bios en restauration scolaire. Ainsi, certains organismes comme la FNAB (Fédération Nationale de l'Agriculture Biologique) ont été missionnés par l'état pour intégrer des produits issus de l'agriculture biologique dans des restaurants d'entreprise ou inter entreprise. Suivi par la restauration scolaire. Pour l'occasion, il est prévu de former des cuisiniers référents qui formeront d'autres cuisiniers. Je fais partie de ces référents culinaires. Le marché de la restauration scolaire présente en effet une structure très favorable à l'introduction de produits bios. Les quantités sont importantes et régulières. Par exemple, une ville de taille moyenne sert plus de 6000 repas par jour dans ses écoles primaires cinq jours par semaine pendant toute l'année scolaire. Enfin, il est prévu d'imposer 30 % de produits bios en restauration scolaire d'ici 2014.

En ce qui concerne les produits issus de l'agriculture biologique, certaines questions sont cependant posées :

« Qu'est-ce que le label AB ? Pour que les consommateurs puissent facilement faire le tri au milieu des produits se prétendant bio, le ministère de l'Agriculture a créé en 1993 le label AB. Le célèbre logo, associé à un produit, certifie que le cahier des charges a été respecté et que l'aliment est composé d'au moins 95 % d'ingrédients issus du mode de production biologique. Pour obtenir ce label, le produit doit être contrôlé par l'un des six organismes agréés (Ecocert, Agrocet, Qualité France, Ulase, Aclave, Certipaq) dont le nom doit obligatoirement figurer sur l'étiquette.

Manger bio, c'est mieux pour la santé ? Difficile à dire avec précision même si de nombreux éléments sont positifs. Ainsi, dans une étude toujours d'actualité publiée en 2003, l'agence française de sécurité sanitaire des aliments (AFSSA) a montré « la supériorité de l'agriculture biologique en ce qui concerne les résidus de pesticides et de nitrates » dont les effets nocifs sur

l'homme, eux, ne font aucun doute. Le rapport poursuit en déclarant que « le recours aux antibiotiques en agriculture biologique uniquement dans le cadre de traitement curatif peut contribuer à réduire la pression de sélection aux antibiotiques », c'est-à-dire limiter l'apparition de résistances.

Autre qualité sanitaire attestée des produits bios : la présence d'une quantité supérieure de polyphénol, comparativement aux produits conventionnels. Cette molécule possède des propriétés antioxydantes et permet de lutter, entre autres contre le vieillissement cellulaire.

Du côté des techniques de transformation, les procédés permettraient de mieux conserver certaines propriétés nutritionnelles. Ainsi les teneurs en acide gras poly insaturé des produits animaux seraient plus élevées. De même, broyage et tamisage (ou blutage) du blé garantirait une meilleure conservation du germe et de l'enveloppe du terrain dans la farine. Le pain serait ainsi plus riche en minéraux, en fibres et en vitamines.

Sur d'autres points, en revanche, les différences d'impact sanitaire entre produits bios et produits issus de la filière conventionnelle sont plus difficiles à établir. Comme mentionné plus haut, concernant les métaux lourds, les dioxines ou la pollution environnementale en général, « la possibilité de contamination des denrées alimentaires ne peut être écartée et concerne aussi bien les produits biologiques que conventionnel si elle se trouve à proximité de la source de pollution (AFSSA). »

De même, les études manquent pour valider l'hypothèse que les animaux issus d'élevages respectueux du cahier des charges sont plus sains, sur le plan microbiologique et parasitaire, que leurs cousins d'élevages non bios. Quant aux céréales estampillées AB, elle posséderait moins de protéines que celles produites en agriculture conventionnelle.

Le bio a-t-il meilleur goût ? C'est en tout cas ce que pensent 91 % des consommateurs. Pourtant, lorsqu'on leur fait goûter deux types de pains, l'un bio, l'autre, non, certains consommateurs ne font pas la différence. Selon l'institut technique de l'agriculture biologique (ITAB), « les protocoles utilisés n'ont pas permis pour l'instant de mettre en évidence des différences statistiquement significatives, car de nombreux facteurs interviennent dans le goût donné aux aliments : la variété, le terroir, l'année climatique, le mode de production ».

Tous les produits peuvent-ils être bio ? Oui sauf ceux pour lesquels le contrôle en milieu de production est impossible. C'est le cas des poissons sauvages, du sel ou de l'eau minérale (même si les producteurs respectent un cahier des charges très strict). De même, le principe du bien-être animal interdit le gavage, est donc exclu le foie gras des étalages. Reste que la gamme des produits est très vaste. On trouve de tout, des pots pour bébés aux produits destinés aux animaux domestiques, en passant par les produits frais. Et si les agriculteurs bios s'attachent à remettre au

goût du jour des produits oubliés (épeautre, potimarron...), ce sont les aliments classiques qui ont la cote. Laitages et oeufs, le plus souvent achetés en grande surface, représentent 21 % des achats bios. Suivent ensuite les fruits et légumes, pains et farines, produits alcoolisés et viande et volailles. Quant aux produits surgelés et à la charcuterie, ils sont encore boudés par les consommateurs.

Lors des ateliers pour les enfants de l'accueil de loisirs de la ville de Bruz, une des consignes était d'acheter, dans la mesure du possible, un maximum de produits locaux ainsi que des denrées issues de l'agriculture biologique. En observant les enfants dans les rayons cherchant les produits demandés par les animateurs, nous devinions le type de produits que les mamans achetaient. D'ailleurs, certains enfants disaient : « Ma maman, elle achète ça » en brandissant devant nos yeux des produits bon marché le plus fréquemment estampillés de la marque du distributeur. Souvent, c'est la question du prix qui semble freiner l'enthousiasme des mères dans l'achat des produits bios.

Pourquoi sont-ils plus chers ? D'abord parce que le respect de l'environnement a un prix : il exige une main-d'oeuvre plus importante pour un rendement moindre. Il faut ajouter les prix des intermédiaires (transporteurs, distributeurs, transformateurs), plus élevés en raison de leur dispersion et de leur faible nombre. Il devrait diminuer avec le développement de la filière, encore modeste en France. L'addition proposée aux consommateurs prend également en compte le coût de la certification (par exemple 341 € pour une exploitation de céréales de 30 ha), celui des investissements effectués pour la conversion et le maintien des exploitations bio. Enfin, le fait que la filière bio soit moins subventionnée que les exploitations à fort volume de production intervient aussi sur le prix de ces produits ».⁴⁷

En parallèle, à la cuisine centrale, nous avons référencé les produits que consomment les enfants, et ceci par l'intermédiaire des marchés publics. Un cahier des charges stipulant les types de produits requis par la ville de Bruz, est proposé aux différents fournisseurs. Certains produits ont été retenus suite à une évaluation gustative. Mais la qualité organoleptique n'est pas le seul critère de sélection. En effet, une clause environnementale, de même que le service rendu par le fournisseur ainsi que le prix comptent pour la sélection finale. Pour ce qui est de la cuisine centrale de Bruz (pour l'année 2010), nous confectionnons les plats avec 25 % de produits issus de l'agriculture biologique. Environ 80 % des fruits et légumes, de même que 50 % des produits d'épicerie utilisés sont issus de l'agriculture biologique.

En qualité de chef de cuisine, j'affirme que le référencement des produits doit se faire sur des critères de fraîcheur des produits ainsi que de leurs critères gustatifs. J'ai pu constater que certains

⁴⁷ Article Science et vie n° 238, mars 2007, Manger.

produits issus de l'agriculture biologique ont peu d'intérêts gustatifs. Pour apprendre aux enfants à apprécier leurs repas, il faut des produits riches en arômes, en goût avec de la longueur en bouche. Quoi qu'il en soit, la qualité des produits proposée aux enfants est certes primordiale, mais la manière de les manger l'est tout autant. Les normes règlementaires exposées sont aussi à associer à d'autres normes socioculturelles et économiques. Par exemple, les publicités qui vantent les bas prix de certains aliments conçus par l'industrie agroalimentaire, ou celles qui vendent un produit très sucré avec une bande qui défile sur le petit écran en préconisant de « ne pas manger trop sucré, trop salé, trop gras ». Comment éduquer les enfants au goût avec ces normes marketing intégrées par ceux-ci ?

1.7. L'éducation même alimentaire : peut-elle être une norme à construire ?

Certaines institutions proposent un projet éducatif (c'est le cas de la ville de Bruz). La restauration municipale fait partie intégrante de ce projet. Certains cuisiniers et agents de cuisine ou de restauration souhaiteraient s'engager dans ce projet éducatif par le biais de l'institution, mais peu de temps est prévu pour cela. En ce qui me concerne, c'est par des engagements militants et associatifs que j'ai pu découvrir des manières différentes de cuisiner et de concevoir le repas. Aujourd'hui, ce sont les industriels de l'agroalimentaire sont pointés du doigt, mais sont-ils vraiment les seuls responsables ? Où commence la responsabilité des parents, de l'école, des pouvoirs publics, des industriels, et où s'arrête t'elle ?

Je pense que tous les acteurs qui interviennent au niveau des repas doivent travailler conjointement, qu'il s'agisse des repas à l'école ou dans les familles. Je pense que les parents et les enfants formés à la dégustation auraient une autre approche de la cuisine. Peut être que l'activité commune à des ateliers cuisine ou les mécanismes gustatifs sont expliqués aux parents et aux enfants aurait un impact au sein des familles. Sans nul doute que ces pratiques communes favoriseraient davantage les repas conviviaux entre parents et enfants, et certaines valeurs pourraient être transmises.

1.7.1. L'éducation aujourd'hui. L'enfant face à la variété des produits.

Selon Paul Yonnet, sociologue, spécialiste des questions familiales, l'enfant n'est plus le fruit aléatoire du désir sexuel, mais bien un enfant désiré. Selon lui l'arrivée de la pilule y est pour beaucoup. En effet, il y a trente ans, encore 40 % des naissances étaient non désirées alors qu'à la fin des années 90 on en compte plus que 7 %. En tout cas, le désir d'enfants n'est plus complètement lié au désir sexuel, et cela a des conséquences nombreuses pour la société, pour les parents et leurs enfants.

L'enfant désiré va constamment chercher à vérifier qu'il est bien désiré. Ce qui déstabilise les parents, car ils disent : « *pourquoi lui interdrais-je quelque chose puisque je l'ai désiré ?* » Ce qu'inconsciemment l'enfant pense également.

Très tôt l'enfant devient donc autonome et commence à s'affranchir de l'autorité. Une des conséquences de cela est qu'il impose ses programmes télé, ses vêtements, mais aussi ce qui nous intéresse ici, ses goûts alimentaires. Par exemple, Martine explique lors de son entretien que lorsqu'elle faisait ses courses, elle rencontrait parfois certains de ses élèves qui réclamaient des produits sucrés à leur maman. Et souvent, la maman cédait. Il était difficile pour elle de lutter face à l'insistance de son enfant qui désirait absolument le produit vu à la télévision auparavant. Nous savons que les enfants les plus défavorisés sont les plus exposés aux risques de « mal bouffe ». Par ailleurs, des études récentes ont établi qu'il y avait un lien entre origine sociale et réussite scolaire. Deux principaux éléments seraient déterminants : le niveau d'instruction des parents et leur richesse économique.⁴⁸ Peut-on imaginer que ces deux derniers paramètres aient un impact sur l'éducation alimentaire ? Quoi qu'il en soit, les entretiens montrent que les mamans questionnées n'ont pas beaucoup de temps pour faire leurs courses au marché. Le jour du marché à Bruz est le vendredi matin et beaucoup travaillent. De toute façon, les enfants y sont peu présents puisqu'ils sont à l'école. L'éducation alimentaire commence aussi par l'apprentissage à reconnaître et choisir les produits.

1.7.2. La soupe enseignée aux enfants d'école élémentaire, une approche pédagogique en classe.

Au travers du programme scolaire, il est prévu quelques périodes sur la cuisine dans l'année. En classe, il est prévu de faire soit une compote, soit un autre dessert, mais en tout cas, ce sont les

⁴⁸ Le dictionnaire de la sociologie page 56 et 57.

enfants qui épluchent, qui cuisinent, qui goûtent, qui mangent. Puis au mois de janvier, il s'agira de confectionner un potage. En parallèle, Martine (l'institutrice) en profite pour travailler sur le vocabulaire, sur les légumes, et ce que les enfants connaissent ou pas. Pour l'occasion, ils apportent des légumes, et à partir de ces légumes, une soupe est confectionnée. Alors, elle est consommée soit sur place s'ils ont le temps de la cuire à midi, soit les enfants la ramènent le soir à la maison. Les enfants prévoient des petites bouteilles pour la transporter jusqu'au domicile. « Et souvent, on fait ça depuis quatre cinq ans, souvent les parents nous disent : ah ben dites donc, l'histoire de la soupe, ils veulent faire de la soupe maintenant à la maison, ils veulent éplucher des légumes. Ils veulent faire de la soupe avec nous alors que nous à la maison, ils aiment pas la soupe alors euh bon. »

Martine pense que confectionner de la soupe en classe avec les enfants a un impact sur les parents. Elle pense surtout que c'est parce que les enfants participent et prennent du plaisir à faire, et donc ont envie de refaire à la maison. Pour les pommes ils demandent à leurs parents des pommes cuites au four, ou des compotes. C'est la pomme qui est choisie, car elle fait partie de la thématique de travail de la saison. Les enfants visitent le verger de La Bentinais, et regardent la fabrication du cidre. En ce qui concerne la soupe, il s'agit de la thématique de l'hiver avec les légumes de saison. En même temps, un travail sur la reconnaissance des textes est effectué, et plus particulièrement, comment reconnaître une recette de cuisine par rapport à un autre écrit, un autre support. Donc plutôt que travailler virtuellement, ils suivent la recette réellement. « Comme ça on explique pourquoi c'est écrit comme ça et pas d'une autre façon, pourquoi c'est plus lisible comme ça. C'est quoi la caractéristique de la recette de cuisine quoi ».

D'autre part, Martine en profite pour interroger les enfants sur leurs connaissances en légumes. « Le poireau, ils ne connaissent pas du tout, l'endive certains, le brocoli, un tiers des enfants connaissent, fenouil, pas du tout, carottes pommes de terre, bon ils connaissent. Euh persil, toutes les plantes aromatiques, il y a deux ou trois enfants qui connaissent, mais entre thym, laurier, cerfeuil, il y en a très très très peu qui connaissent. Et puis euh, quand on arrive vers des légumes soit de saison ou très particulier ils ne connaissent plus du tout. Potimarron, ils ne connaissent pas du tout. Ils connaissent les haricots verts, mais entre flageolets et haricots verts, ou haricots secs, ils ne connaissent pas du tout ».

Selon Geneviève (directrice d'école enseignante), « le programme scolaire prévoit de l'éducation à l'alimentation et à la santé, et nous, on a décidé de mettre ça, enfin moi j'ai toujours fait ça. Parce que savoir qu'une soupe à la base c'est fait avec des légumes, ça paraît très très évident pour celui qui la fait, mais pour celui qui la consomme pas forcément. Donc je trouve que c'est

important que les enfants sachent qu'ils peuvent être à l'origine de leur repas. Et qu'ils peuvent les confectionner. Sans ajouter de choses euh de sucre comme on trouve dans les produits euh finis euh qu'on trouve dans les grandes surfaces ».

D'autant plus que pour elle, l'impact dans les familles est réel, mais pas forcément de manière durable. « Et ben oui, à la maison en tout cas, j'ai eu des échos de parents quand on faisait euh... Parce qu'on travaille aussi sur la pyramide alimentaire avec les aliments qu'on doit trouver en grand nombre et ceux qu'on doit trouver en petit nombre, le haut de la pyramide, et à chaque fois qu'on fait ça, les parents nous disent, ben oui, mais alors euh, ils sont très contents hein de ça. Ils nous disent, ça devient compliqué parce qu'à chaque fois qu'on fait quelque chose à manger, on nous dit qu'il y a trop de sucre, qu'il n'en faut pas, parce que sur la pyramide il n'y en a pas. Donc ça a un impact, il y a des répercussions à la maison. Alors, selon l'éducation qu'ils reçoivent à la maison, après ça perdure ou ça disparaît, ça dépend après aussi comment fonctionnent les familles. Mais en tous cas dans la période où on travaille là-dessus ça a une incidence puisque les parents nous le disent que les enfants sont très soucieux par exemple de boire un verre de coca, quand on leur dit qu'il y a huit morceaux de sucre dans un verre de coca. Ça les interpelle beaucoup. Donc on leur demande de privilégier les jus de fruits ou c'est cent pour cent jus de fruits ». L'impact de ces actions montre l'intérêt de ces actions qui pourraient être discutées dans le cadre du projet éducatif institutionnel.

Dans sa classe, Martine (l'institutrice) aimerait le soutien d'un cuisinier et de la diététicienne pour ce genre d'animation. « Nous, on n'est pas des professionnels ». Cela pose la question de la place du cuisinier et de la diététicienne inscrits dans un projet éducatif faisant partie d'un système institutionnel. Je pense que les parents devraient avoir accès à des formations culinaires et diététiques au même titre que les enfants. De cette manière, enfants et parents continueraient peut-être de manière plus pérenne à cuisiner au sein du foyer. L'alternative pour les parents qui ne cuisine pas, ce sont les plats préparés conçus et packagés par les industriels ou des marchands ambulants qui proposent pizza, kebab... Des plats préparés avec des produits locaux, et de qualité pourraient aussi bien être confectionnés par des cuisiniers de collectivité. Ces plats pourraient être moins garnis en protéines animales sans pour autant frustrer les usagers. Par exemple, des lasagnes de légumes ou un hachis Parmentier aux champignons sont des plats déjà connus. Ce sont des plats qui pourraient être consommés dans le cadre d'animations culinaires.

1.7.3. Éducation au repas et marketing.

La déstructuration des repas (le grignotage) contribue pour une large part à l'augmentation des apports caloriques et à la prise de poids. Cette modification du contexte social de l'alimentation ouvre de formidables opportunités pour une industrie agroalimentaire qui, comme la plupart des secteurs économiques, est confrontée à une pression concurrentielle forte et cherche donc à faire preuve d'opportunisme. « Dans un contexte social et consommatoire qui a peu de chance de s'inverser au cours des prochaines années, il ne sert à rien de crier haro sur les industriels et de prendre des mesures qui, pour être spectaculaires, ne feraient guère évoluer la situation. Mieux vaut donc, par des mesures législatives adaptées et une pression sociale positive des consommateurs, réorienter l'offre alimentaire vers des produits mieux équilibrés, sans pour autant fausser le jeu de la concurrence ». Par exemple, les publicités coca cola qui préconisent de ne pas manger trop sucré, trop salé, trop gras, mais qui continuent à vendre autant voire d'avantage de cette boisson.

Par ailleurs, il importe que les acteurs (parents, enseignants, animateurs, ATSEM, Agents de restauration et cuisiniers...) dont la mission est d'orienter les apprentissages des enfants trouvent la responsabilité qu'ils n'auraient jamais dû abandonner. Par le biais de l'école bien sûr, mais surtout par le biais des parents, il est nécessaire d'apprendre aux enfants des principes de base en matière de consommation, de nutrition et d'activités physiques. Là encore, des cuisiniers formés pourraient intervenir régulièrement et de manière préventive sur les temps scolaires en proposant des ateliers cuisine adaptés. Un enfant qui bouge et qui a de bonnes habitudes alimentaires ne devient pas obèse sauf si, malheureusement, il possède une prédisposition génétique dans ce sens.⁴⁹ En tout cas, selon Geneviève (directrice d'école enseignante), les écoles maternelles et élémentaires de Bruz ne semblent pas être concernées par l'obésité. Il faut admettre que la population de Bruz fait plutôt partie des classes favorisées. Ceci dit, avec la construction des logements sociaux du quartier du vert buisson (extension de la ville), un nouveau genre de population aux revenus plus modeste commence à apparaître.

⁴⁹ Article. Comprendre les conditions sociales d'une épidémie. Joël BREE : « Marketing, enfants et obésité.

1.7.4. Une autre expérience à l'éducation au repas, une autre logique d'acteur.

En premier lieu, je pense que c'est important qu'une personne mange avec les enfants, pour la convivialité. En second lieu et parce que tous les enfants ne mangent pas à la même vitesse à toutes les tables, il est préconisé que les animateurs aillent chercher les plats plutôt que ça soit les enfants qui se déplacent vers les agents de restauration. Il arrive que les agents de restauration soient occupés ce qui implique des écarts trop importants entre chaque plat. Parfois entre quinze et vingt minutes, ce qui est trop long pour les enfants.

« Que chaque table ait son autonomie. Donc l'animateur régule le temps du repas. Sans que ça soit trop rapide, mais ni trop lentement non plus euh. Pour l'enfant, d'être dans un rythme de repas normal, comme on pourrait manger à la maison normalement ».

Une fois le repas terminé, les enfants débarrassent, à leur rythme et en toute autonomie. De fait, la sortie en décalé évite beaucoup de bruit, car les enfants sont moins agités.

« Voilà, on se plaint souvent d'enfants qui sont trop dans le speed. Qui ne savent pas rester assis tranquillement et de se poser. Ils sont déjà en collectivité toute la journée, donc, si on avait déjà cette autonomie, de gérer le temps du repas plat par plat, enfin, à l'animateur de pouvoir le faire, ça permettrait à l'enfant, donc voilà de se poser vraiment sur un temps de repas, de le vivre autrement ».

Tout cela leur permettrait peut-être d'apprendre aussi l'histoire du partage en plus de l'obliger à se poser en restant dans la convivialité. Sinon au niveau de l'encadrement, c'est un animateur pour huit pour les petits, et chez les grands un pour douze enfants. D'ailleurs, selon cette animatrice, les grands mangent beaucoup trop vite. Comme ils ont tout sur leur plateau dès au départ, ils ne vont pas faire l'effort de goûter. Certains mangent le dessert et un morceau de pain à toute vitesse, et au bout du compte ils n'ont rien mangé. Donc elle pense que le self n'est pas approprié pour les plus grands. Ou alors, ne serait-il pas préférable que l'enfant prenne son entrée sur son plateau, pour se relever ensuite afin d'aller chercher le plat de résistance. Enfin, elle préconise un autre mode de fonctionnement sans pour autant affirmer qu'il s'agit de la bonne méthode.

Au niveau du rythme de l'enfant, elle conseille de se poser sur une chaise et de prendre le temps de discuter avec les copains ainsi que l'animateur qui peut faire passer des messages éducatifs. L'animatrice pense qu'ils n'ont pas ce temps chez eux et qu'ils sont dans une logique de « boulimie de manger ». Il s'agit de la question de l'accompagnement au repas pour les enfants, mais également pour les agents de restauration. L'enfant apprend à manger en observant l'adulte,

et cela semble être décisif dans la formation et l'évolution du goût pour lui. Il est plus efficace entre sujets jeunes que lorsque les enfants imitent les adultes.⁵⁰ Il apparaît donc que le temps du repas est un élément primordial pour l'apprentissage du goût. D'autres temps avec des contextes différents sont tout aussi intéressants à observer.

1.7.5. Le repas du centre aéré : des temps différents.

En ce qui concerne le repas du midi, chez les 4-6 ans, le repas dure entre trois quarts d'heure et une heure. Donc l'enfant arrive, on lui enlève son manteau et on l'assoit à table. Avant cela, ils se sont lavés les mains à l'accueil de loisirs pour des raisons pratiques. Ils s'installent pour ensuite se servir l'entrée, table par table. Puis, ils se lèvent avec leur assiette et ils vont chercher le plat de résistance. Là, le personnel de cantine les sert en leur demandant s'ils en veulent beaucoup ou pas. Pour le fromage et le dessert, ils se servent tout seul, soit fromage soit dessert, en fonction de ce qu'ils veulent. Néanmoins, il arrive que l'enfant reste à table plus d'une heure, ce qui est trop long pour lui.

De plus, ils sont dans l'obligation de débarrasser les tables. Si l'entrée ne leur a pas plu, ils vont la vider dans la poubelle et reviennent à table avec leur assiette. Seulement un ou deux enfants sont autorisés à se lever en même temps, et table par table.

« Et, on essaie d'avoir un animateur par table, ce qui permet aux enfants d'être posés, et on mange avec eux. Donc du coup, forcément, on discute et c'est beaucoup plus convivial. Il y a une convivialité du repas, c'est plus détendu. Même s'il y a une histoire d'horaires, on n'est pas non plus dans le speed, dans la gestion. Ça permet de dire aux enfants, tu peux goûter ça et de dire ben nous non plus on aime pas forcément ça, mais on se force à goûter un peu parce que c'est bon pour la santé, et voilà ». Par ailleurs, Laure attache beaucoup d'importance à la qualité gustative des produits.

⁵⁰ Fischler, l'omnivore page 101.

1.8. La place du cuisinier de collectivité en restauration scolaire.

Faisant partie du pôle éducation, j'ai participé à certains temps pédagogiques pour des enfants. Par exemple, je suis intervenu quelques journées lors de mini camps, ou en séjour de vacances. Cela m'a permis de recréer du lien avec les enfants. En effet, à la cuisine centrale, nous produisons des repas sans jamais rencontrer ceux qui les consomment. Par ailleurs, au travers de l'association « Les cuisines du quotidien » les chefs de cuisine concernés tentent de faire évoluer certains aspects de la restauration collective. Pour cela nous nous rassemblons et nous formons pour mieux comprendre les problématiques alimentaires actuelles. Le cuisinier de collectivité qui à la responsabilité de nourrir un grand nombre d'individus, va devenir un acteur incontournable dans notre société.

1.8.1. La proximité du cuisinier avec les usagers.

L'éducation alimentaire auprès des enfants intègre peu la présence du cuisinier. Ce n'est pas prévu dans sa fiche de poste. Les principales tâches effectuées servent avant tout l'hygiène, la traçabilité et la gestion. Pourtant, nous avons vu que la politique de la ville de Bruz essaie d'associer certains cuisiniers aux minis camps et aux séjours de vacances, mais cela désorganise le fonctionnement de la cuisine centrale. Selon les animateurs, ces expériences avec la présence d'un cuisinier qui fait participer les enfants à la préparation du repas sont très appréciées des enfants, mais également des animateurs et l'impact semble réel. Le cuisinier forme les animateurs aux normes d'hygiène en vigueur en plus de leur inculquer quelques astuces culinaires adaptées aux séjours en plein air. Les enfants s'impliquent facilement dans la réalisation du repas, et du coup le repas prend un autre sens puisqu'ils sont à l'origine de ce qu'ils mangent. Cette bouffée d'oxygène prise dans un contexte moins formel permet de casser la routine du travail à la cuisine centrale. L'isolement géographique de la cuisine centrale ne favorise pas la rencontre avec les usagers. Rares sont les temps de rencontre entre les enfants et les cuisiniers. Cette logique de production culinaire ne prévoit ces temps à aucun moment. C'est seulement lors d'animations ou de repas festifs, comme le repas de fin d'année par exemple, que le personnel de la cuisine centrale se déplace vers les différents sites à approvisionner. Ces temps sont valorisants, mais désorganisent l'organisation du travail et les procédures de traçabilité.

1.8.2. Un cuisinier de collectivité en camps d'été : une expérience de contexte différent.

À Bruz, la restauration municipale fait partie du pôle éducation au même titre que les services jeunesse et enfance. Le responsable du service jeunesse en poste à l'époque et moi-même avons proposé aux élus par l'intermédiaire de notre responsable de pôle, de mettre en place des ateliers cuisine lors du camp d'été. Ce camp durait deux semaines (2 premières semaines de juillet), et était basé dans un camping à St Jean de Mont. Un premier groupe de 28 jeunes pour la première semaine et de 33 jeunes pour la deuxième (11-15 ans). Pour encadrer ces jeunes, quatre animateurs et moi comme animateur cuisinier. Trois groupes d'environ 10 jeunes étaient prévus par semaine afin de participer à l'activité cuisine. Cela en alternance avec d'autres activités (vélo, acrobranche, catamaran, parc aquatique, etc.). Lors de ces ateliers cuisine, nous nous rendions au marché avec les vélos (vers 10 h). De retour au camping, nous commençons à cuisiner. L'objectif pour le groupe en atelier était de confectionner le repas du soir pour quarante convives, et de les servir avec le menu élaboré à base des produits du marché achetés le matin. Les préparations choisies par rapport au modèle familial étaient simples. Ils devaient également décorer toutes les tables. Le rôle du cuisinier formateur était d'orchestrer ces temps de repas tout en prouvant qu'il est possible de préparer des aliments frais et de qualité même dans un camping et cela dans le plaisir et la convivialité. Le rôle du cuisinier en camp d'été est important, car il ponctue la journée, ce qui donne des repères aux enfants. En général, les cuisiniers qui participent aux différents camps ne sont pas formés à l'éducation ou à des bases de sociologies de l'alimentation.

1.8.3. Une proposition éducative portée par le cuisinier.

La restriction cognitive c'est s'interdire de manger certains aliments en culpabilisant, ce qui engendre des processus en cascade néfastes pour le mangeur.

Combien faut-il manger pour respecter un bon équilibre ?

Manger des aliments peu denses en calories, nous donnerons une sensation de lourdeur alors que le quota en calories ne sera pas atteint, de même qu'en mangeant des aliments riches en calories, l'estomac n'aura pas la distanciation nécessaire pour juger si nos besoins sont comblés. Quand on a très faim, manger procure du plaisir et souvent nous ne sommes pas attentifs au moment où

nous éprouvons moins de plaisir à déguster. En effet, c'est à travers la dégustation que nous réussissons à analyser chaque bouchée et détecter le rassasiement.

Alors que manger ? Bon nombre de médias nous bombardent sur ce sujet. En fait, l'organisme sait ce dont il a besoin. Parfois, nous avons une envie d'un aliment précis, cela s'appelle appétit spécifique. Si l'on consomme autre chose que cet aliment, on n'est pas satisfait et avons tendance à trop en consommer.

Alors, comment manger ? C'est le plaisir partagé où l'on nourrit en même temps le corps et l'esprit. Plus il y a de plaisir par bouchées, moins il y a de bouchées.

Il est parfois difficile de déguster les aliments. Ceci peut être dû à notre éducation, ou aux restrictions cognitives, nous en pensons à la fois du bien et du mal (j'aime cet aliment, mais il me fera grossir). Certains mangent par rapport à des émotions, ou en regardant la télévision. Notre environnement ne nous permet pas de manger quand nous avons forcément faim (restaurant, cantine à horaires définis). Petits trucs pour manger moins et avec plus de plaisir. Il faudrait déguster avec un petit peu plus d'attention. Il faut manger bouchée par bouchée les aliments les uns après les autres. Chaque changement de goût stimule les centres sensoriels du cerveau et participe au rassasiement. Plus on met de mots sur ce que l'on mange, et mieux on inscrit la prise alimentaire dans la mémoire. Cuisiner plus souvent, permet de devenir plus exigeant.

Dans le goût, il y a quatre saveurs que l'on connaît, le salé, le sucré, l'amer et l'acide sont véhiculés par les papilles. On dit que le goût est poly sensoriel. Le goût ne se discute pas. Par exemple, pour certains le pamplemousse sera amer alors que pour d'autres il sera acide. On ne peut donc pas dire bon ou mauvais, mais plaît ou ne plaît pas pour un aliment. Cependant, le sucré est un plaisir commun depuis le plus jeune âge.

L'odorat, c'est la flaveur qui est égale au goût plus les arômes. Cette même flaveur s'estompe au bout de quatre ou cinq bouchées. Les lobes olfactifs du cerveau sont liés aux centres émotionnels. Il peut y avoir des réactions conscientes à l'odeur, pour exemple la stratégie marketing des ventilateurs qui diffusent des parfums dans les rues. Les arômes nous renvoient toujours à notre histoire. Exemple : la Madeleine de Proust.

Le toucher : en bouche, onctueux, moelleux, râpeux, dur, mou et qui change de texture au fur et à mesure de la mastication. Il change de goût.

L'ouïe : le croquant en mangeant et le bruit défavorable et qui conduit souvent à des prises alimentaires exagérées.

La vue : pour vérifier que les aliments ne sont pas avariés, mais qui peut être utilisé de manière trompeuse avec les publicités qui utilisent les lumières.

Comment choisir le bon aliment pour soi ? Utiliser sa gourmandise. Manger avec envie de plaisir, avec prise de conscience. Si l'on s'impose des aliments, difficile de ne pas craquer pour un aliment que l'on aime vraiment, mais une fois que la faim a disparu. On appelle cela, mais injustement, « la gourmandise ». Il s'agit là de la fausse gourmandise. Par exemple, manger une tablette de chocolat avec une émotion négative. Quand on mange ce dont on a envie, et quand on a faim, on profite mieux des aliments et parfois on préfère des haricots verts avec du beurre plutôt qu'un gâteau.

Mais comment trouver l'aliment qui nous fera le plus plaisir ?

Peut-être en se posant les bonnes questions ? Chaud ou froid, mou ou croquant, fluide ou plus ferme, salé ou sucré, protéiques ou glucidiques, cru ou cuit, épicé/corsé ou doux, d'un arôme particulier (chocolat, fromage, fruité), gras ou maigre, sec ou juteux, léger ou consistant. Quelle marque, quelle pâtisserie, quel traiteur... Tout cela afin de répondre à quel aliment on a envie plutôt que de continuer à manger après le rassasiement. Toutes ces questions permettent de se rendre compte que parfois ce n'est pas de nourriture que l'on a besoin. La nourriture est là pour masquer d'autres problèmes. Cela permet de se sentir en accord avec soi-même, et aussi dans d'autres domaines. Il est important d'identifier, et de dresser une liste des aliments alliés qui nous rappelle de bons moments ainsi que la fréquence de sa consommation pour se faire du bien.

Stocker du plaisir et non de l'énergie en le verbalisant et le mémorisant.⁵¹

C'est encore une fois par l'intermédiaire d'ateliers cuisine portés par des cuisiniers formés au goût que toutes les approches évoquées ci-dessus pourraient être enseignées aux enfants. Les cuisiniers formés au goût pourraient appliquer les théories en pratique par ces ateliers. Plutôt que donner des recettes, ce sont des outils de compréhension qui seraient enseignés. Les parents pourraient également participer à ces ateliers avec leurs enfants, mais comment les réunir ?

1.9. Comment associer parents et enfants à une nouvelle culture de la cuisine ?

Manger est tellement naturel, que nous ne nous posons que rarement la question sur nos réelles envies de mangeur. Souvent, nous n'avons pas les mots pour exprimer nos sensations de plaisir

⁵¹ Stigmatisation de l'obésité source Internet (Groupe de Réflexion sur l'Obésité et le Surpoids) selon GROS, STIGMATISATION DE L'OBESITE

gustatif ou de dégoût. Même les cuisiniers, durant leur apprentissage, n'ont suivi souvent aucune formation de ce genre. Que se passerait-il si les cuisiniers, les parents et les enfants se formaient au goût lors d'ateliers cuisine ? Est-ce que cela modifierait les habitudes alimentaires ?

Les agents de restauration, ainsi que les animateurs (trices) et les ATSEM sont ceux qui encadrent le temps du repas des enfants de maternelle et des enfants d'élémentaire. Elles accompagnent le repas selon 3 approches différentes. L'approche des ATSEM est éducative, celle des animatrices, pédagogique (pédagogie active), ce qui peut sembler être la même chose. Pour ce qui est des agents de restauration, il s'agit d'une approche technique (hygiène) et affective. La situation entre ces trois groupes de personnes est souvent conflictuelle. En effet, personne ne coordonne vraiment ce temps du midi. Chacune de ces femmes ont un responsable, mais aucun ne connaît parfaitement son champ d'action, et encore moins celui de ses collègues responsables. Il manque un pilote qui centraliserait et coordonnerait ce temps du midi avec l'écriture d'un projet partagé par tous. Il manque également des moments de dialogue entre ces personnes. En tout cas, c'est ce qu'affirme un formateur venu observer la situation sur le temps du repas.

Là encore, je pense que les cuisiniers de collectivité ne sont pas assez présents sur ces temps de repas.

Des ateliers cuisine permettent de mettre en application les apports théoriques. C'est le seul moyen pour intégrer de nouvelles pratiques. De plus, nous savons maintenant que pour intérioriser ces changements, il faut les répéter. C'est par observation ou en participant aux tâches culinaires que ces apprentissages s'opéreront. L'art de transformer les ingrédients peut être enseigné par la théorie du pourquoi. Plutôt qu'enseigner comment une recette doit être déroulée, on explique de quoi sont constitués les aliments qui la constitue et pourquoi ils réagissent de telle ou telle façon sous l'action de la chaleur (en somme comprendre la chimie des aliments). Ainsi les apprenants cuisinent en connaissance de causes. Par exemple, un cuisinier peut expliquer à son public que la viande c'est entre autre du collagène, et que celui-ci se contracte au dessus de cent vingt degrés. Ainsi pour cuire un rôti (bœuf, veau, porc...), il suffit de le poser sur la grille du four avec le plat en dessous. Assaisonner la pièce de viande, lui piquer une sonde de température en plein cœur, fermer le four et l'allumer à cent degrés. Ce n'est plus la température du four qui pilote la cuisson de la viande, mais la température à cœur de la viande. De cette manière, le point précis de coagulation des protéines de cette viande sera respecté. La viande sera moelleuse, tendre et n'aura pas rétréci. En aucun cas la porte du four ne doit être ouverte car l'ambiance humide dégagée par la viande s'échapperait et environ une demie heure serait nécessaire pour recréer cette ambiance favorable à la cuisson. Cette méthode est moins consommatrice d'énergie mais demande une organisation différente puisque le temps de cuisson

peut dépasser les deux heures selon le calibre de la pièce de viande à cuire. C'est la même méthode pour le poisson à part que le point précis de coagulation des protéines est inférieur à celui de la viande. (Cf. tableau des températures de cuisson en annexe).

1.9.1. Les enfants, les parents et les cuisiniers face au goût. Où en sommes-nous ?

C. Q. F. Dégustation. (Ce Qu'il Fallait Démontrer, en jeux de mots avec Communication, Qualité de Formation et de Dégustation) est l'organisme qui nous a formé (un cuisinier et moi, ainsi que deux animatrices du périscolaire) à des ateliers du goût. Cette formation était programmée par l'association « Les cuisines du quotidien » et en partenariat avec la ville de Bruz. L'objectif de la formation : familiariser les participants sur le thème du goût, de la dégustation et ses applications, apporter la capacité de prendre en compte et de rétrocéder cette connaissance au grand public lors d'animation du type atelier du goût.

L'enjeu de la formation est de mettre des mots sur les ressentis (enrichir son vocabulaire).

Tout d'abord, le goût dépend du contexte social et culturel. Le goût, c'est donner du sens à ce que l'on mange. Il s'agit de décortiquer le flux de sensations qui génère une sensation globale.

Plus on a de mots, plus on a de facilités à identifier les goûts, et donc plus de liberté.

Plus on a de mots, plus on perçoit de sensations, mieux on s'éveille aux goûts, plus on a de plaisir, plus on communique. Il est important d'isoler les sensations pour mieux les percevoir dans un aliment qui est complexe.

Au niveau physique : le toucher, la vue, l'ouïe qui sont mesurables. Au niveau chimique : goût et odorat eux sont non mesurables. Le goût et l'odorat sont liés à notre vécu (déjà dans le liquide amniotique). Les neurones se détruisent, mais pas les cellules nerveuses du goût et de l'odorat, donc les personnes âgées perdent ces notions par la perte de mémoire.

Lors de la dégustation, il faut être objectif, car lorsque nous sommes subjectifs, nous jugeons. Il faut aussi être sincère et spontané, et ne pas jouer un rôle.

D'abord la vue, avec la couleur, la forme, l'aspect (mat, brillant, transparent, etc.). Puis le toucher. Il y a des corpuscules au niveau des doigts avec des terminaisons nerveuses, sortes de ressorts qui permettent d'apprécier le toucher mécanique. Par exemple : gras, souple, rugueux, caoutchouteux, élastique, etc. Mais aussi la température.

L'odeur est perçue par voie directe (protéine dans la fosse nasale qui envoie des pulsions de courant électrique). Il s'avère indispensable de ranger les odeurs. Comme exemple, imaginez des

interrupteurs olfactifs au niveau du nez qui s'activent et éclairent des ampoules dans le cerveau. La forme définie par ces ampoules se superpose sur une forme mémorisée que l'on reconnaît, ou non mémorisée que l'on ne reconnaît pas. L'odorat (olfactif) par voie rétro nasale fonctionne dans les deux sens. Lorsque l'on inspire : c'est l'odeur, lorsque l'on expire : c'est l'arôme.

Pour le goût (gustatif), on parle de la saveur : sucrée, salée, acide, amère (umami pour le glutamate). Nous possédons plus de 500 000 cellules olfactives. Il y a également l'astringence qui n'est pas une des quatre saveurs parce que les papilles ne sont pas concernées.

Autrement, nous n'avons pas le même seuil de sensibilité, il y a un côté inné à cette affaire. Nous n'avons pas non plus le même seuil de reconnaissance.

Devant le goût, et concernant les enfants, il n'y a plus de hiérarchie scolaire. N'oublions pas l'ouïe interne qui joue un rôle important.

Ce que le sens commun nomme le goût est en fait l'association de plusieurs sens, dont les récepteurs thermiques et tactiles de la langue et surtout la muqueuse olfactive qui est stimulée par les odeurs alimentaires lors de la déglutition (la flaveur). Mais le goût est fortement teinté d'affectivité et coloré d'émotion et de manière binaire (acceptation ou refus des aliments).

Des différences qui peuvent être économiques, historiques, culturelles, symboliques, religieuses, sociales, etc., et qui dirigent les choix alimentaires des groupes culturels.

Quatre facteurs interviennent dans la genèse du goût alimentaire d'un individu : biologique, psychologique, culturel et sociaux. En ce qui concerne les deux premiers facteurs, la préférence pour le goût sucré est bien établie par les biologistes comme innée. En revanche, le goût amer est plutôt rejeté (dans la nature, le poison est amer). On parle ici de transmission intergénérationnelle. Alors que la transmission intra-générationnelle est transmise par l'apprentissage culturel et en société. D'ailleurs, les goûts ou aversions peuvent être modelés ou modulés par ces mêmes sociétés. De plus, d'après certains chercheurs, l'homme serait conçu pour effectuer les meilleurs choix nutritionnels possible, sachant que le choix alimentaire est restreint du fait du contexte socioculturel qui joue le rôle de régulateur au niveau des règles et des représentations. Claude FISCHLER appelle cela « l'effet pochoir ».

Ceci dit, lorsque l'on négocie avec l'enfant qui ne veut pas manger ses légumes en lui promettant des activités plaisantes pour lui (« Si tu finis tes légumes, alors tu pourras... »), on provoque un résultat inverse à celui escompté. En revanche, si la mère (ou un adulte) est présente et qu'elle mange avec l'enfant un aliment nouveau, il le goûtera plus facilement. C'est une forme d'apprentissage par observation qui s'avère durable. Mais c'est aussi par les enfants que s'opèrent

les mécanismes de changement vis-à-vis du reste de la famille (ex. : les fast-foods fréquentés aussi par les parents).

Il semblerait exister une nostalgie des aliments que l'on a rencontrés dans l'enfance, en effet, le fait qu'un enfant ait déjà rencontré un aliment renforce son acceptabilité. Nous pourrions appeler ce phénomène apprentissage par simple exposition.

Autre élément qui permet de dire que les personnes affamées tendent à se tourner vers des aliments plus caloriques, alors que l'on peut constater l'inverse pour les individus rassasiés.

La variable la plus importante dans cette étude au goût alimentaire est celle de l'âge, et aussi du sexe.

Le rapport de l'enfant à sa nourriture est affectif. Partant de là, nous comprenons aisément l'intérêt de les éduquer au goût de façon à ce qu'ils soient en mesure de choisir et non subir leur alimentation. Mais qui est actuellement en mesure de proposer ce genre de formation ? On sait maintenant que l'enfant intègre mieux par la pratique. C'est donc le cuisinier de collectivité qui est le mieux placé pour pratiquer la cuisine avec les enfants pour peu qu'il soit formé dans ce sens.

C'est une approche transversale de la cuisine à travers ses différentes composantes et dimensions, à savoir:

L'hygiène et la sécurité des aliments, la sécurité des collaborateurs au travail, la sélection des techniques culinaires les plus efficaces, la sélection des matières premières adaptées aux techniques retenues, la sélection du matériel adapté aux techniques retenues, la valorisation organoleptique des aliments, la diététique et la nutrition, l'organisation du travail et les paramètres de gestion, le management en cuisine, la sociologie de l'alimentation. Ce cuisinier conscient des enjeux éducatifs concernant l'alimentation cuisinera forcément différemment. Et il comprendra l'importance de l'apprentissage alimentaire pour les enfants.

1.9.2. Des ateliers cuisine pour les parents et les enfants.

1.9.2.1. Les ateliers cuisine pour adultes.

Par le biais associatif, j'ai participé à des interventions culinaires pour des personnes adultes en difficulté. Nous étions trois intervenants pour environ une douzaine de personnes à former.

L'objectif était d'élaborer des recettes simples que les participants pouvaient ensuite refaire chez eux. Ces recettes mobilisaient des techniques culinaires de base simples et tentaient de respecter certaines logiques diététiques puisque certains participants semblaient manquer de repères alimentaires. Là encore, les fruits et légumes étaient conseillés, mais la priorité était surtout de prendre un grand plaisir. Six sessions d'environ quatre heures étaient programmées. À l'issue de ces cours, un petit manuel sur les techniques apprises fut offert à chaque participant.

À chaque atelier, les participants arrivaient vers 18 heures, et là, une explication théorique sur les recettes à confectionner était donnée. Rapidement, la pratique pouvait commencer. En cuisine, chaque formateur prenait un petit groupe de 3/4 personnes pour la confection des différents plats. Sur l'ensemble du programme, les plats proposés en entrée étaient : potage aux pois cassés, potage aux lentilles corail, potage potimarron, gaspacho (soupe froide), mais également pâtés végétaux comme le lobia (purée à base de haricots blancs) ou le humos (purée à base de pois chiche). En ce qui concerne les viandes, ce sont les principales techniques de cuisson qui ont été enseignées. Par exemple, les viandes en sauce les viandes piécées. Au niveau du poisson : brandade de poissons et filets de poisson pané maison. Pour ce qui est des légumes, l'idée était d'associer un féculent plutôt apprécié en général avec des légumes cuisinés faisant moins l'unanimité (pâtes aux légumes étuvés), polenta, gratin de pommes de terre. En dessert, c'est la technique de la crème prise type crème brûlée, ou crème caramel, crème pâtissière, teurgoule (recette normande de riz au lait cuit au four). Les pâtes brisées et sucrées ont fait parti des demandes. Et pour finir, gâteaux de carottes et gâteau au chocolat sans farine. Après chaque session, nous dégustions tous ensemble nos fabrications culinaires. La convivialité et le plaisir de partager nos plats réalisés en commun autour d'une même table venaient conclure le sens donné à ces ateliers. Lors du dernier atelier, ce sont les participants qui ont confectionné les plats qui leur avaient le plus plu durant les précédentes interventions.

Il faut ajouter que tous ces plats ont été choisis avec les participants, sans quoi le programme aurait eu moins de succès.

1.9.2.2. Les ateliers cuisine à l'accueil de loisirs pour les enfants.

Les animateurs d'accueil de loisirs sont souvent en recherche d'activités pour les enfants qu'ils ont en charge. De plus, c'était une commande écrite dans mes objectifs d'entretien individuel. C'est ainsi que l'occasion s'est présentée pour expérimenter des ateliers cuisine. En voici le déroulement : le mercredi matin, j'arrive avec un minimum de matériel pour cuisiner. Pour tailler les fruits et légumes il faut, des planches à découper, des couteaux, des économiseurs..., et pour cuire deux plaques à induction ainsi que deux rondaux (faitout). Sans oublier les produits d'entretien pour le lavage des mains et le nettoyage. Ces ateliers se font en collaboration avec les animateurs. Souvent deux animateurs sont présents ainsi que moi comme animateur cuisinier. Les ateliers sont donnés aux enfants par tranche d'âge (4-6 ans, 6-9 ans, 9-11 ans, et 10-13 ans). L'idée est de partir du désir de l'enfant quant au choix du repas, il est basé sur la pédagogie active prônée par le service enfance de la ville de Bruz. Par conséquent, les enfants se réunissent en trois groupes (un pour les entrées, un pour le plat de résistance, un pour le dessert). Puis, ils nous soumettent des propositions de plats sachant que nous leur avons demandé de respecter la saisonnalité, la localité, de limiter les emballages, et que tout n'est pas réalisable par rapport au temps qui nous est imparti. Rappelons également que le matériel pour cuire se limite seulement à deux faitouts. L'objectif est de cuisiner un maximum de fruits et légumes frais avec les enfants et en utilisant des produits de haute qualité (produits locaux, produits issus de l'agriculture biologique, produits AOC...).

Une fois le menu établi avec les enfants, et après avoir listé les besoins, nous partons à pied au supermarché du coin. De retour vers 10 h 30, il faut équiper tout le monde (tablier et charlotte pour couvrir les cheveux) pour commencer l'épluchage et le taillage des fruits et légumes. À chaque fois quelques bouts de doigts y laissent leur peau. L'ambiance est conviviale et les enfants semblent intéressés, les filles étant plus sérieuses que les garçons. Puis nous réunissons les taillages de chacun en un même récipient. Parfois le menu est ambitieux et nous débordons du temps prévu. Par exemple, oeufs mimosa à la ciboulette, tagliatelles de courgette à la carbonara (servies avec du beaufort râpé AOC) et crumble pomme banane.

Quoi qu'il en soit, une fois les préparations terminées et le nettoyage effectué, les enfants peuvent dresser la table pour commencer à manger. À chaque fois le repas est un succès, et je suis étonné par l'appétit des enfants.

1.9.3. Des enjeux pour les cuisiniers de collectivité : une nouvelle approche.

« En fixant les contours d'une expertise culinaire pluridisciplinaire en restauration collective, l'objectif est de créer un pôle de compétences faisant référence en matière de formation sur le marché national de la restauration collective.

En ancrant géographiquement cette expertise en Bretagne, la région confirmera également son rôle précurseur dans le paysage alimentaire français.

Concrètement il s'agit de :

définir et de faire reconnaître un territoire professionnel à part entière, faisant jeu égal avec la gastronomie, tant en termes d'image que de technicité et de savoir-faire ; replacer la cuisine du quotidien et ceux qui la font au cœur de la citoyenneté ; former les cuisiniers à ce nouvel environnement culturel, social et technique ; diffuser des pratiques culinaires modernes et performantes ; sélectionner les matières premières présentant le meilleur rapport prix/qualité ; retrouver le sens du repas quotidien et redonner du plaisir aux convives ; créer des partenariats européens sur la même problématique.

Pour résumer, la restauration collective moderne est une activité récente qui doit impérativement se structurer sur d'autres critères que la réduction des coûts ainsi que le respect des normes d'approvisionnement et d'hygiène liées aux volumes traités.

Les enjeux émergents de santé publique et de cohésion sociale montrent que nos repas quotidiens jouent un rôle essentiel dans nos sociétés post-modernes.

Ces repas, nous les prenons de plus en plus souvent en dehors de nos foyers. Nous confions donc à d'« Autres » la responsabilité de les préparer. Ceci nous conduit à une dualité nouvelle. Nous savons bien que les aliments que nous consommons doivent être conformes à des normes bactériologiques et nutritionnelles, mais nous découvrons maintenant qu'ils doivent aussi être porteurs de sens. C'est-à-dire qu'ils doivent répondre à des critères subjectifs liés à nos goûts, nos émotions, nos histoires de vies, nos peurs fondamentales de mangeurs.

Cette dualité est complexe et la complexité s'accroît encore quand interviennent les critères économiques et le budget que le mangeur veut bien accorder à cet aliment qui doit le construire.

La cuisine du quotidien est une pratique vieille comme le monde. C'est pourtant une discipline jeune et moderne sitôt qu'elle est pratiquée en dehors du foyer familial et dans un cadre professionnel. C'est aussi une discipline étonnamment complexe qui doit gérer au jour le jour notre alimentation et nos incertitudes. Elle doit donc être posée comme un système dans lequel des données multiples s'interpénètrent.

Il est temps de dépasser les limites culturelles que nous impose la gastronomie, cet art du repas festif qui a fait la réputation de notre pays, mais qui entrave également notre jugement. Il est urgent de s'intéresser réellement à ce que nous mangeons tous les jours, aux systèmes agricoles qui produisent nos aliments, ainsi qu'à ceux qui préparent une grande partie de nos repas : les cuisiniers des collectivités. »

Conclusion de la 3ème partie.

La réponse aux constats de dérives alimentaires est principalement sanitaire plutôt qu'éducative. En effet, partout les priorités sont l'hygiène et la sécurité (alimentaire ou non). L'hygiène et la sécurité sont des données plus facilement mesurables que l'éducation dont l'impact se verra à long terme. Notre société fonctionne sur le court terme alors que l'éducation est un investissement sur les enfants pour l'avenir de notre société.

Néanmoins, on voit apparaître certains changements qui laissent présager quelques lueurs d'espoir. Justement, il semblerait que le cuisinier de collectivité qui nourrit un grand nombre d'enfants commence à prendre de l'importance dans le système préventif, à se titre, il entend bien se donner les moyens pour reconquérir sa place. Bien entendu, l'éducation n'est que peu l'affaire des cuisiniers. L'implication doit être d'ordre général, ainsi les professionnels de l'éducation, ceux de l'accompagnement au repas, les parents et les élus devront sans nul doute soutenir cette dynamique. Pour moi, l'apprentissage du goût associé à des ateliers cuisine pour les parents et les enfants (en même temps) auraient un impact éducatif positif pour les familles.

Conclusion générale

Nous appréhendons mieux le fonctionnement de la restauration scolaire de la ville de Bruz. Pour mieux comprendre, il a fallu poser quelques notions théoriques dans la première partie : le développement de l'enfant par rapport à son âge, les mécanismes culturels de socialisation, mais également l'approche gustative au niveau physiologique comme au niveau culturel, et enfin les logiques d'action de chaque personne qui interprète des situations données différemment et de façon multidimensionnelle.

La méthodologie de recueil d'informations ainsi que l'analyse des données ont été expliquées aux personnes interviewées, avec plusieurs thèmes retenus au domicile comme à l'école. Les enjeux sont multiples : de nature écologique avec le développement durable, et économique avec les contraintes budgétaires. Mais aussi des enjeux de prévention avec le côté sanitaire qui prime, et éducatifs avec la volonté d'enseigner certaines valeurs aux enfants pendant le temps du repas. A contrario, au sein des familles, la façon de s'alimenter semble différente. Certaines mères interrogées consacrent moins de temps pour la confection des repas qui sont structurés différemment de ceux de l'école (plat unique) même si quelques-unes s'accrochent à la tradition. Au regard de toutes ces femmes interrogées, le temps apparaît comme un facteur important. Le manque de temps pour préparer le repas, mais aussi le temps passé à manger qui diminue comme peau de chagrin. Le bruit paraît moins pénible dans un contexte estival de camp d'été qu'à la cantine scolaire. Une fillette questionnée avoue qu'elle est ravie de manger à la cantine avec ses camarades, cependant elle préfère le calme du domicile, car elle peut se poser avant le retour à l'école. Le rôle des femmes a changé et comme elles doivent souvent commencer une deuxième journée au domicile après leur journée de travail, pas étonnant que le temps passé à cuisiner soit amoindri. Sans compter qu'il est tentant d'acheter les produits bien conditionnés, prêts à l'emploi et portionnés. De plus, il est plus facile de cuisiner une pièce de viande plutôt que de préparer des légumes. On remarque une pression inconsciente exercée par certains enfants envers leurs parents quand ils veulent le produit sucré vu à la télévision avec le personnage de dessin animé apposé sur l'étiquette. La standardisation du goût avec un nivellement par le sel et le sucre entre autres. Pourtant, il est un plat qui a traversé toutes les époques. C'est la soupe qui, à une certaine époque ringardisée, est devenue plutôt tendance aujourd'hui (bar à soupes). Les changements de société avec le progrès, un rapport différent à l'alimentation due entre autres à l'industrialisation, la diversité de choix alimentaire et la puissance de l'image ont modifié notre rapport à l'alimentation. Une des réponses aux différentes dérives recensées semble être la prévention. Et

de plus en plus, la prévention alimentaire est pilotée par le monde de la diététique. Sauf que la diététique seule ne suffit pas à donner du sens au repas. Le plaisir gustatif, la convivialité participeraient également au développement de l'enfant. Respect, partage, honnêteté, responsabilité, conscience de ses actes sont des valeurs qui peuvent être apprises à ces futurs citoyens par l'intermédiaire du repas. De toute évidence, il apparaît que l'éveil au goût, l'apprentissage à reconnaître les produits de saison, la création de jardins à l'école, la participation à des ateliers culinaires redonneraient peut-être à l'alimentation une place plus importante. C'est ce que tente d'impulser certaines associations. Il apparaît également que certaines tranches d'âge d'enfants sont plus aptes à intégrer ce qui est transmis par l'adulte. C'est la période de latence (7-11 ans). Cependant, si la structure scolaire a la responsabilité de socialiser l'enfant, la famille l'a aussi et de manière plus importante encore. Là, le cuisinier a un rôle à jouer dans l'éducation alimentaire des enfants et des parents. Peut-être en associant parents et enfants lors d'ateliers culinaires. Une ingénierie culinaire basée sur la maîtrise des techniques culinaires, une parfaite connaissance des produits et une expertise gustative donneraient naissance à des cuisiniers différents. Ils cuisineraient des plats plus alternatifs (moins de protéines animales) à l'aide de produits plus respectueux de l'environnement sans inflation budgétaire, dans le respect des règles sanitaires. Sa maîtrise de la sociologie de l'alimentation lui permettrait de mieux comprendre la complexité alimentaire, et donc d'agir en conséquence. Les plats de viande avec comme accompagnement les légumes deviendraient des plats de légumes et légumineuses avec un accompagnement de viande. Mais il faut bien être conscient que cela sera plus facile à faire admettre à certains publics (les enfants) et beaucoup plus difficile pour d'autres qui sont très imprégnés par leurs habitudes alimentaires. C'est sûr qu'une génération sera nécessaire pour inverser la tendance. Au début, je voulais donner comme titre à ce mémoire « Tous les enfants aiment les frites », mais c'est ce qui risque d'arriver si rien n'est fait pour éduquer les enfants à manger. Un changement des comportements alimentaires des enfants n'est possible qu'en passant par l'éducation. Et les cuisiniers ont un rôle à jouer pour opérer ces changements. Ce qui est certains, c'est que les différentes normes proposées mises côte à côte ne suffiront pas à faire diminuer l'obésité. On n'éduque pas des enfants au repas comme on élève des poulets de batterie. La diététique, la sécurité alimentaire, les finances... ne doivent pas être considérés comme des objectifs, mais en tant que moyens. Aujourd'hui encore, l'obésité ne cesse d'augmenter et tant que nous ferons semblant d'améliorer le temps du repas il en sera ainsi.

Bibliographie

Ouvrages :

- **AMBLARD** Henri, **BERNOUX** Philippe, **HERREROS** Gilles, **LIVIAN** Yves-Frédérique, *Les nouvelles approches sociologiques des organisations*, Edition du SEUIL 27, rue Jacob, Paris VI, 291 p.
- **ARON** Jean-Paul. *Le mangeur du 19^{ème} siècle* Edition Payot Alençon 1989 p262.
- **BIRCH**, L.L., 1980, “The Relationship Between Children’s Food Preferences and Those of Their Parents”, *Journal of Nutrition Education* 12 (1):14-18.
- **CHIVA**, M., 1985, *Le doux et l’amer*, Paris, PUF.
- **FLANDRIN**, J.L., « Pour une histoire du goût », *L’Histoire* (85) :12-19.
- **DANIC** Isabelle, **DELALANDE** Julie, **RAYOU** Patrick, *Enquêter auprès d’enfants et de jeunes. Objets, méthodes et terrains de recherche en sciences sociales*. « Didact Education », Presse Universitaire de Rennes 2006, 215 p.
- **DUBAR** Claude, *La Socialisation : construction des identités sociales et professionnelles*, Paris, Colin, 1991.
- **FISCHLER** Claude, *L’Omnivore*, La Flèche (Sarthe), Odile JACOB, Février 2001, 395 p.
- **HERAN** François, « La seconde nature de l’habitus. Tradition philosophique et sens commun dans le langage sociologique », *Revue française de la sociologie*, vol 28, n°3, juillet-septembre 1987, pp.385-416.
- **KAUFMANN** Jean Claude, *Casseroles, amour et crises. Ce que cuisiner veut dire*, Armand Colin, 2005, 342 p.
- **MERLOT** Sylvie-Anne. *Le cuisinier nostalgique. Entre restaurant et cantine*. CNRS Sociologie Paris 2002 332 p.
- **RUFFIAT** Eric (psychanalyste), *Nouveau Dictionnaire de la Culture Psy*, 477 pages.
- **TOURTAINE**, J.-C. 1971 « La consommation alimentaire en France de 1789 à 1964 », *Economies et sociétés- Cahiers ISEA* 5 (11) : 1909-2049.
- **VANHOUTTE** Jean Marc. *La relation formation emploi dans la restauration. Travail salarié féminin, fin des chefs cuisiniers et nouvelles pratiques alimentaires*. Thèse de doctorat de 3^{ème} cycle de sociologie. Université de Paris X – Nanterre. 711 pages.

Articles :

- Article « Primauté des valeurs et spiritualité » site Internet « Philosophie et spiritualité » 2005, Serge **CARFANTAN**.
- Nathalie Politzer responsable scientifique du goût à l'institut du goût (résumé de l'article « apprentissage du goût et construction de l'individu »).
- Définition agenda 21 Wikipédia.
- **LAPOUJADE** Christine, **LECOUT** Edith. Laboratoire de psychologie clinique et psychopathologique, Université René Descartes – Paris V. « les bruissements des cours de récréation. Observations des conduites sonores et musicales spontanées des enfants ». Revue enfance. Presses universitaires de France 2001/2 volume 53 pages 167 à 179.
- Conférence **KLEIN** Etienne (physicien), le temps et sa flèche.
- **RAPOPORT** Danielle, sociologue, conférence « Le temps des autres et le temps pour soi ».
- Espace des sciences « Le bruit nous détruit la santé. »
- GROS.org (Groupe de Réflexion sur l'Obésité et le Surpoids).

Règlementation :

- GPEM/DA : Groupe Permanent d'Etudes des Marchés de Denrées Alimentaires.
- Synthèse du deuxième programme nationale nutrition santé 2006-2010.
- Evaluation du PNNS, notamment les résultats de l'étude nationale nutrition santé (ENNS) et des conclusions du rapport de la Cour des Comptes attendue pour début de 2007.
- Afssa-Saisine n°2003-SA-0281. Avis le l'agence française de sécurité sanitaire des aliments relatif à la collation matinale à l'école.
- AFSSET : Agence Française de Sécurité Sanitaire de l'Environnement et du Travail.

Glossaire des sigles

IMC : Indice de Masse Corporel

SRC : Société de Restauration Collective

GPEN/DA : Groupement Permanent d'Etudes des Marchés de Denrées Alimentaires

GEMRCN : Groupement d'Etudes des Marchés en Restauration Collective et de Nutrition

PNNS : Programme National Nutrition Santé

PMS : Plan de Maîtrise Sanitaire

AFSSA : Agence Française de Sécurité Sanitaire des Aliments

DDSV : Direction Départementale des Services Vétérinaires

DDASS : Direction Départementale des Affaires Sanitaires et Sociales

DDCCRF : Direction Générale de la Concurrence, de la Consommation et de la Répression des Fraudes

FNAB : Fédération Nationale de l'Agriculture Biologique

ITAB : Institut Technique de l'Agriculture Biologique

ATSEM : Assistante Territoriale Spécialisée en Ecole Maternelle

Annexes

Echantillon des personnes interrogées

Nom de la personne interrogée	Activité de la personne interrogée	Nombre d'enfants	Profession du conjoint
Enceinte scolaire et périscolaire			
Laurence	Agent de restauration	Une fille de 23 ans et un garçon de 15 ans	Militaire de carrière
Geneviève	Directrice d'école	Une fille de 21 ans, une de 18 ans et une de 14 ans	Directeur d'un collège
Martine	professeur des écoles	29 ans, 25 ans et 23 ans	Militaire de carrière
Elodie	ATSEM (Agent Territorial Spécialisé des Écoles Maternelles)	Un fils de 23 ans, l'autre de 15 ans	Chauffeur de bus
Laure	Animatrice en périscolaire	Sans enfants	célibataire
Au sein des familles			
Véronique	Technicienne informatique	Un garçon de 14 ans, un autre de 11 ans, et une fille de sept ans	Ingénieur électronicien informaticien à son compte dans le cinéma et la publicité numérique
Béatrice	Professeur de sciences physique en lycée (mère au foyer actuellement)	Un garçon de 7 ans, une fille de 5ans et une de 3 ans	Cadre chez PSA
Léitia	Mère au foyer	Un garçon de 11 ans, un de 7 ans, un de 5 ans, un de 3 ans et le dernier de deux mois	Maçon coffreur
Audray	Assistante maternelle	Une fille de sept ans et une autre de quatre ans	Ingénieur dans une société électronique

Un cuisinier parmi les animateurs en camps d'été à St Jean de mont.

C'est vers 17 heures que les premiers parents arrivent pour déposer leurs enfants sur le campement. Beaucoup nous questionnent sur le déroulement des ateliers cuisine. Certains restent étonnés en voyant le matériel mobilisé pour l'occasion, sous notre tente qui servait de cuisine. En effet, un grand frigo, un four, et un kitchen aid (robot batteur mélangeur) sont des instruments que l'on a peu l'habitude de trouver en camping lors des camps. Autrement, les parents avaient la possibilité de boire un café ou un jus de fruits, et ils pouvaient déguster un cannelé bordelais qui sortait du four.

Aussitôt après leur départ, les différentes règles de vie furent expliquées aux jeunes. Ensuite arrive le premier repas de ce dimanche soir. Un couscous confectionné qu'avec des légumes frais, en entrée de la salade des choux et des cornichons hachés à la vinaigrette, et en dessert des yaourts. Ce soir-là nous avons terminé la vaisselle vers 11 heures, car cuisiner avec des légumes frais demande beaucoup de récipients.

Le lundi, déjà mieux organisé, j'ai pu participer à la baignade de 16 h 30. Le repas du midi : un pique-nique avec une salade de pâtes au thon et olive, du gruyère suisse AOC avec du pain, et une banane. Pour le soir, une salade verte, des steaks hachés frais cuits à la plancha avec des haricots verts, et du riz au lait de coco maison comme dessert. Les animateurs semblent ravis de la cuisine proposée et les enfants ont tellement faim qu'ils mangeraient n'importe quoi. Je reste impressionné par la quantité de pain qu'ils consomment. Les tâches quotidiennes de vaisselle sont réparties par groupe, sauf pour les gros récipients qui sont nettoyés par nous.

Chaque soir, lorsque les enfants sont couchés, nous nous réunissons pour faire le bilan des événements qui se sont déroulés dans la journée, mais aussi pour organiser et répartir les tâches de chacun pour le lendemain. Ce moment s'appelle « le cinquième ». C'est le seul moment de la journée où nous pouvons être tranquilles. Il s'agit d'un moment de détente qui fait office de réunion plus ou moins formelle. Pour ma part je découvre de jour en jour le métier d'animateur, et je me rends compte qu'il est difficile d'encadrer un groupe d'enfant. Souvent les animateurs me disent que certains de leurs collègues de travail pensent qu'ils partent en vacances lors des camps. Il est vrai que le contexte estival est agréable, mais les journées sont loin d'être de tout repos, et souvent ponctuées d'imprévus auxquels il faut faire face (un enfant malade ou blessé, une annulation d'animation, une météo capricieuse...).

Le lendemain matin (mardi), huit heures, préparation des petits déjeuners. Ensuite, atelier cuisine. Le menu à confectionner pour le soir : terrine de volaille maison, gratin de chou-fleur

au comté, et crumble pommes fraises. Il s'agissait là de mon premier atelier cuisine avec un public d'enfants de 11-15 ans. C'est à ce moment que je me suis rendu compte que faire la cuisine était une chose, et l'animation en était une autre. Heureusement qu'un animateur m'épaulait, car je pense qu'à certains moments j'aurais été débordé par certains jeunes qui, individuellement sont adorables, alors qu'en groupe ils veulent amuser les autres et perturbent le déroulement de l'activité. À ce titre, heureusement que les filles étaient plus nombreuses que les garçons dans ce groupe, car elles ont régulés l'ambiance générale. À plusieurs reprises, j'ai constaté que les filles étaient plus assidues et d'avantage intéressées par les ateliers cuisines que les garçons.

Comme prévu, vers 19h00, le groupe de cuisine décore l'ensemble des tables. Il faut rappeler que nous sommes sous une grande tente avec comme plancher du sable. Puis, l'heure du repas arrive enfin. Pendant le service des plats, je reste volontairement en retrait de façon à laisser les jeunes servir leurs camarades. En fin de repas, les plats et le décor des tables sont critiqués et le verdict tombe, ce qui provoque une sorte de compétition entre les trois groupes.

Ce premier atelier fut très riche, mais cette journée m'avait demandé énormément d'énergie.

Le mercredi changement de programme à cause de la météo. L'atelier cuisine prévu le matin se trouve déplacé à l'après-midi. Le menu était assez simple : oeufs mimosa à la ciboulette, flan de courgette et salade de fruits frais. Heureusement que le menu était plus simple que la veille car certains jeunes de ce groupe étaient très agités. L'animatrice et moi-même avons dû écarter un des jeunes de l'atelier cuisine du fait de son comportement. Ce deuxième atelier cuisine n'avait rien à voir avec le premier, dans ce groupe de 10, il y avait seulement deux filles. Cet atelier fut pénible, car je devais sans cesse hausser le ton sur certains. Lorsque j'étais fatigué de faire des remarques, l'animatrice prenait la relève. Heureusement qu'elle était là pour m'épauler. Après chaque atelier, j'étais épuisé mentalement, mais je pense que cela correspondait à mon manque d'expérience en la matière. Ceci dit, j'apprends très vite et m'adapte en conséquence. Une fois encore, je constate que les filles sont beaucoup plus intéressées par la cuisine que les garçons. Par ailleurs, je fus agréablement surpris de voir apparaître une étincelle dans les yeux de deux garçons turbulents. En effet, ils semblaient intéressés par le résultat culinaire qu'ils avaient obtenus. Peut-être une révélation de vocation, et deux futurs cuisiniers pour ces deux jeunes ?

Au moment du service du soir, je remarque que les jeunes s'auto disciplinent, comme si il ne fallait pas plaisanter avec le repas. Mais à table, le chahut reprend de nouveau et les animateurs sont obligés d'intervenir. Nous sommes assez satisfaits de constater que tous terminent leurs assiettes.

Une fois la vaisselle effectuée, les dents brossées, et les jeunes au lit, nous pouvons commencer notre fameux « cinquième ».

Les relations avec les animateurs du groupe sont très enrichissantes, car chacun parle de son ressenti sans complexe. J'ai l'impression de connaître ces gens depuis toujours alors que nous nous sommes ensemble que depuis quatre jours.

Le matin suivant (jeudi), nous avons organisé un brunch de 10 heures à 11 h 30 car il était prévu d'accompagner les jeunes dans un « aquatique toboggan ». Cette journée-là, je me suis donné comme objectif de jouer le rôle d'animateur au même titre que les autres.

Le vendredi, nous sommes retournés au marché. Là, j'ai pu constater que les jeunes étaient très intéressés et à l'écoute des consignes données. Ce groupe faisait partie des plus âgés (14 / 15 ans). Le menu prévu pour ce vendredi soir était salade verte aux croûtons, lasagne de légumes accompagnés de viande, et milk-shakes bananes. Ce soir-là les lasagnes ont eu beaucoup de succès, mais pas vraiment le milk-shake bananes. Les prés ados avaient jugé bon de rajouter beaucoup plus de sucre que la recette n'en prévoyait initialement.

Le samedi matin, après le petit déjeuner, les jeunes devaient ranger leurs affaires et nettoyer leurs tentes pour le groupe suivant. Il était prévu que les parents viennent chercher leur progéniture vers midi. À deux heures certains parents n'étaient encore pas arrivés. Nous avons hâte de rester ensemble et dans le calme.

Le dimanche, nous nous sommes autorisés une petite grasse matinée, car nous étions tous fatigués. Puis vers 17 heures, les premiers jeunes de cette deuxième semaine, et accompagnés de leurs parents pointaient leur nez. Dans ce groupe, nous avons deux jeunes filles malentendantes. Comme la semaine précédente, les parents pouvaient boire un café ou un jus de fruits, et j'avais confectionné un pudding avec le pain restant. Le repas du soir était : crudités, fricassée de poulet aux poivrons et aux oignons avec des pommes de terre en robe des champs, et yaourt. À l'inverse du groupe de la semaine précédente, il y avait beaucoup de filles (22) de 14 ans environ, et les garçons (11) étaient plus jeunes. De ce fait, ce groupe était beaucoup moins agité que le précédent.

Le lundi, les animateurs m'ont proposé de participer à l'animation accro branche, ce que j'ai accepté avec grand plaisir. C'était un jour de répit pour moi, pas de course à faire, mais j'ai dû retourner au camp pour cuire un boeuf provençal qui demande au minimum trois heures de cuisson. Le menu du soir était soupe de légumes et fromage râpé, boeuf provençal aux carottes, et comme dessert le pudding du dimanche avec de la crème anglaise présenté comme gâteau d'anniversaire avec des bougies. C'était l'anniversaire de Clotilde. Le directeur du camp lui a offert un sac à dos, un CD, et divers gadgets. Dans ce groupe l'ambiance fut très festive et

conviviale, cela tout au long de la semaine. Ce soir-là, par curiosité, j'ai posé la question à l'ensemble des jeunes :

« Qui n'a pas acheté de sucreries pendant le quartier libre de cet après-midi à Saint-Jean-de-Monts ? »

Sur l'ensemble des 33 préadolescents, cinq ont levé la main.

Ce soir-là nous leur avons proposé une animation avec différents jeux (lancer de tong, sauve mon oeuf, course en position canard, etc.) qui s'est terminée vers 11 h 30. Notre « cinquième » fut assez court, car fatigués de la journée, tout le monde alla se coucher.

Le mardi je devais à nouveau assurer un atelier cuisine. Départ à 10 heures pour le marché, environ 20 minutes de vélo. À l'entrée du marché je demande aux jeunes d'aller repérer les produits ainsi que les producteurs locaux présents, après leur avoir donné oralement la liste de nos achats. Dans un second temps, étant seul pendant que les enfants sont sur le marché en repérage, j'écris deux listes sur un carnet avec les denrées à acheter ainsi que les quantités. Lorsqu'ils reviennent, je les sépare en deux groupes, je leur donne la liste des produits, de l'argent en leur imposant de me ramener les tickets, et c'est parti pour les achats. Je les incite à faire confiance à leur sens (odorat, vue, touché, ...) pour acheter les différents produits inscrits sur la liste. À leur retour avec la marchandise, je contrôle les tickets de caisse avec eux, et ils me rendent l'argent en trop. Puis nous pouvons reprendre les vélos.

De retour au camp, nous commençons à travailler. Équiper les enfants, leur imposer le lavage des mains, désinfecter les légumes, les tailler et les cuire. Pour la soirée à venir le menu est : crudités, saumon frais rôti sauce vierge accompagnée de poireaux à la crème et de brocoli, et tarte aux fraises en dessert. Dans ce groupe, les jeunes filles ont été très intéressées par l'atelier, et très impliquées. Malgré tout, j'ai dû faire sortir un élément perturbateur de cet atelier à mon grand regret. Les deux jeunes filles malentendantes m'ont beaucoup touché par leur sensibilité, peut-être plus développée que celle des autres du fait de leur handicap. Lors de ses activités, il y a beaucoup de vaisselle à faire et beaucoup de préparatifs. J'ai l'impression de ne pas tout maîtriser et de survoler certains points demandant à être approfondis. Le soir, je fus agréablement surpris par la réaction de tous ces jeunes. En effet, à la fin du repas, ils se mirent à prononcer mon nom de façon répétitive en guise d'acclamations, ce qui me toucha beaucoup. Certaines jeunes filles m'avaient que d'habitude elles ne mangeaient pas de légumes ni de poissons mais que là c'était tellement bon qu'elles en ont pris deux fois. « Hé JJ d'habitude, j'aime pas le poireaux et les brocolis, mais là, c'est super bon, bravo JJ. »

Un autre élément surprenant est que lorsque les adolescents ont en charge le service du repas, ils arrêtent de faire les imbéciles et prennent cette tâche au sérieux, surtout les filles qui

régulent le reste du groupe. Au moment du repas, j'ai demandé au groupe qui participait à l'atelier cuisine du lendemain ce qu'ils voulaient faire comme plats pour leur atelier. Les filles voulaient préparer un plat italien, et ce sont les spaghettis bolognaise qui ont fait l'unanimité. J'ai accepté à condition que la sauce tomate soit élaborée avec les produits du marché.

Ce qui nous amène au mercredi, avec le même scénario que le jour précédent.

Ce jour-là, pendant notre virée en vélo, nous avons reçu un coup de fil des autres animateurs encore présents sur le camp, car la DSV (Direction des Services Vétérinaires) venait contrôler nos pratiques ainsi que l'hygiène de nos produits. Cela nous a quelque peu inquiété, car les agents de la DSV ont annoncé qu'ils repasseraient pour un contrôle. Heureusement que j'avais amené mon frigo ventilé de grande capacité de stockage sans quoi nous aurions eu du mal à respecter les températures préconisées. Tous les matins, je relevais la température du frigo. Tous les plats étaient gardés en échantillon témoin dans ce frigo. Je gardais également tous les emballages qui avaient servi à la confection des plats. Quoi qu'il en soit, le repas du soir fut également apprécié. Salade composée, spaghetti bolognaise au parmesan ou au comté, et poires au sirop chocolat Chantilly. L'observation que je pouvais faire était intéressante, car j'étais au coeur des repas de ces jeunes. De plus, le contexte estival modifie le rapport entre ces préadolescents et les animateurs.

Le dernier atelier du vendredi se fit sous forme de buffet. Il fut très plaisant à animer, mais je n'ai pu rester manger car je devais partir m'étant engagé ailleurs.

L'association « Slow food » : transmission de valeurs par des ateliers du goût.

Créée en 1986 en Italie, l'association « Slow food » est présente aujourd'hui dans une centaine de pays.

Elle fut créée par un journaliste critique gastronomique et diplômée de sociologie. En effet, Carlo Petrini est le fondateur de cette association qui au début fut créée pour réagir contre l'implantation d'un Mac Do à Rome. À présent, l'association compte plus de 83 000 adhérents.

« Nous sommes devenus les esclaves de la vitesse et avons succombé au même virus insidieux : la « fast Life », la vie rapide, qui perturbe nos habitudes, envahit l'intimité de nos maisons et nous force à manger des fast-foods ». Voici un exemple de ce qui est écrit dans les textes préambules

de Slow food. L'emblème du mouvement « Slow Food » sera donc un escargot, parce qu'il est, selon Petrini,

« Lent et délicieux ».

Slow Food est une association qui milite pour la préservation des terroirs, des agricultures locales, et des patrimoines gastronomiques. Un nouveau mode de consommation équitable qui passe par la redécouverte du goût.

Chaque association « Slow Food » dans le monde, appelée Convivium, est créée à l'initiative de particuliers. Ceux-ci repèrent des produits de leur terroir et propose à « l'Arche du Goût » de les adopter. En référence à la fameuse arche de Noé, cet organisme répertorie les végétaux, les produits gastronomiques menacés ou les saveurs en passe d'être oubliées. On estime à plus de 250 000 le nombre de variétés végétales disparues en un siècle. Par exemple, la poule Coucou de Rennes en Bretagne fait partie de ces référencements au même titre que la lentille blonde de Saint-Flour en Auvergne ou le Pélardon, un fromage de chèvre des Cévennes.

Les produits sélectionnés par l'Arche du Goût sont choisis par rapport à trois critères d'analyse. En effet, pour établir l'excellence d'un aliment, il sera tout d'abord jugé par rapport à son « équilibre ». C'est-à-dire que l'on juge l'harmonie entre les composants aromatiques et gustatifs. Ensuite, la « territorialité » de l'aliment, à savoir sa capacité à exprimer des caractéristiques gustatives en relation avec son terroir d'origine. Et enfin « Slow Food » évalue le degré de « complexité » de l'aliment. Un produit dit « simples » (ce qui ne veut pas dire faible du point de vue sensoriel) finit, en nez et en bouche, de la même manière qu'il il naît. Un produit dit « complexe », en revanche, se transforme au moment de sa dégustation : les sensations se développent et persistent.

La création de jardins potagers dans les écoles est réalisée dans plusieurs pays afin que les enfants puissent suivre les étapes des cultures agricoles et apprendre à distinguer les produits frais des autres.

L'association favorise la consommation de produits locaux, pour autant, elle rejette la notion de Label et préfère mettre en avant le goût du consommateur. C'est lui qui guidera son choix. D'où le travail éducatif réalisé en amont. Car les saveurs, ça s'apprend. Cette transmission par le plaisir, est l'une des clefs de la réussite de l'organisation. Elle est destinée à rendre le consommateur autonome dans ses achats.

Bien sûr, l'organisation a des projets communs avec l'agriculture biologique, mais pas de lien organique avec elle. Elle est pour le bio et opposée aux OGM, mais pour elle, il n'est pas possible de nourrir toute la planète avec du bio. C'est pourquoi, l'association soutient la petite agriculture

non biologique. « Slow Food » soutient également le commerce équitable et pense qu'il faut aller plus loin en l'étendant aux pays riches.⁵²

Une dynamique de réseaux, « Les cuisines du quotidien ».

Ce document est destiné à présenter l'ingénierie culinaire, c'est-à-dire une approche de la restauration collective centrée sur l'acte culinaire décliné dans ses différentes dimensions ; mettre en évidence la nécessité de former les cuisiniers de collectivité sur de nouvelles bases techniques et culturelles préalablement à toute démarche visant à améliorer la qualité des repas

Cette réflexion sur l'environnement de la cuisine collective et ses enjeux à moyen terme est née en 1998 au sein d'une Société de Restauration Collective (SRC).

Il s'agissait alors de proposer une alternative au déficit d'image de la profession et de pallier la carence en formation technique perceptible chez l'ensemble des Chefs. Ces lacunes sont généralisables à l'ensemble du secteur. Il n'existe, encore aujourd'hui, aucun ouvrage technologique de référence pour la cuisine de collectivité et les écoles hôtelières abordent très rarement les particularités de cette restauration.

Un dispositif de formation fut ainsi créé au sein de cette SRC autour d'une autre approche de la cuisine collective. Il permit à plus de 1800 Chefs de cuisine d'être formés sur des bases nouvelles. Tous furent unanimes sur la pertinence de la réflexion et l'efficacité du dispositif.

Cette opération ne pris pas, cependant, la dimension d'un projet d'entreprise. Comme toute démarche novatrice, elle était en décalage avec la culture dominante.

En effet, la restauration collective ne se conçoit qu'en termes d'hygiène, de traçabilité, de ratios et surtout d'économies (de main d'oeuvre, de matières premières, de fluides, etc.).

Alors que, pour nous, il semble plus opportun d'optimiser les gestes techniques employés et d'améliorer la qualité des matières premières utilisées. Il est surtout urgent d'avoir une approche plus globale, de parler de nourritures, de lien social, d'environnement et de citoyenneté.

Certes l'hygiène, la connaissance des circuits de distribution et la maîtrise des coûts sont des paramètres indispensables car les collectivités doivent maîtriser la sécurité et le prix des aliments qu'elles proposent à leurs convives, mais ces paramètres doivent être abordés comme des moyens et en aucun cas être considérés comme des objectifs.

Il est de première importance de rappeler et de faire valoir que les cuisiniers de collectivité ont pour mission de nourrir leurs contemporains. C'est une mission est riche et complexe qui doit être considérée et enseignée avec cet autre regard que permet l'ingénierie culinaire.

⁵² Article du Géo d'octobre 2006 n°332 « Slow Food, l'antidote contre la malbouffe » p 151 à 160.

L'objectif de l'association « Les cuisines du quotidien ».

En fixant les contours d'une expertise culinaire pluridisciplinaire en restauration collective, l'objectif est de créer un pôle de compétences faisant référence en matière de formation sur le marché national de la restauration collective.

En ancrant géographiquement cette expertise en Bretagne, la région confirmera également son rôle précurseur dans le paysage alimentaire français.

Concrètement il s'agit de :

Définir et de faire reconnaître un territoire professionnel à part entière, faisant jeu égal avec la gastronomie, tant en termes d'image que de technicité et de savoir faire ; replacer la cuisine du quotidien et ceux qui la font au cœur de la citoyenneté ; former les cuisiniers à ce nouvel environnement culturel, social et technique ; diffuser des pratiques culinaires modernes et performantes ; sélectionner les matières premières présentant le meilleur rapport prix/qualité ; retrouver le sens du repas quotidien et redonner du plaisir aux convives ; créer des partenariats européens sur la même problématique.

Pour résumer, la restauration collective moderne est une activité récente qui doit impérativement se structurer sur d'autres critères que la réduction des coûts ainsi que le respect des normes d'approvisionnement et d'hygiène liées aux volumes traités.

Les enjeux émergents de santé publique et de cohésion sociale montrent que nos repas quotidiens jouent un rôle essentiel dans nos sociétés post modernes.

Ces repas, nous les prenons de plus en plus souvent en dehors de nos foyers. Nous confions donc à d'« Autres » la responsabilité de les préparer. Ceci nous conduit à une dualité nouvelle. Nous savons bien que les aliments que nous consommons doivent être conformes à des normes bactériologiques et nutritionnelles, mais nous découvrons maintenant qu'ils doivent aussi être porteurs de sens. C'est-à-dire qu'ils doivent répondre à des critères subjectifs liés à nos goûts, nos émotions, nos histoires de vies, nos peurs fondamentales de mangeurs.

Cette dualité est complexe et la complexité s'accroît encore quand interviennent les critères économiques et le budget que le mangeur veut bien accorder à cet aliment qui doit le construire.

La cuisine du quotidien est une pratique vieille comme le monde. C'est pourtant une discipline jeune et moderne sitôt qu'elle est pratiquée en dehors du foyer familial et dans un cadre professionnel. C'est aussi une discipline étonnamment complexe qui doit gérer au jour le jour

notre alimentation et nos incertitudes. Elle doit donc être posée comme un système dans lequel des données multiples s'interpénètrent.

Il est temps de dépasser les limites culturelles que nous impose la gastronomie, cet art du repas festif qui a fait la réputation de notre pays, mais qui entrave également notre jugement. Il est urgent de s'intéresser réellement à ce que nous mangeons tous les jours, aux systèmes agricoles qui produisent nos aliments, ainsi qu'à ceux qui préparent une grande partie de nos repas : les cuisiniers des collectivités.

Le paradoxe culturel français.

La France campe sur sa réputation de pays où l'on sait ce que bien manger signifie.

La réputation de la cuisine française est mondiale. La notoriété internationale de nos grands Chefs est directement liée au nombre d'étoiles que leur décerne le petit guide rouge.

La gastronomie constitue l'un des fleurons de notre pays. Hors de la cuisine gastronomique point de salut. Les écoles hôtelières ne forment qu'à la cuisine gastronomique, les médias ne parlent que de cuisine gastronomique.

La cuisine gastronomique est normée, codifiée, construite. C'est une cuisine de l'exception qui élabore des repas destinés à changer de l'ordinaire, à éviter la routine, à rompre la monotonie alimentaire, que ce soit par la qualité des produits, la complexité des techniques, ou le raffinement du service. C'est le cortège des repas de fêtes ou des banquets qui marquent les événements familiaux.

Sur ces bases, certains Chefs talentueux et médiatiques pratiquent un art véritable, un culte de la sophistication dans lequel rien n'est jamais laissé au hasard (y compris l'addition).

La cuisine devient alors grande, haute ou de prestige. Elle est l'objet de tous les superlatifs.

C'est un loisir hautement culturel, réservé à une minorité et enclin à beaucoup d'excès. Curieusement, c'est également l'unique référence de notre culture alimentaire.

Que l'on soit industriel agro-alimentaire, cuisinier de collectivité ou ménagère, il est de bon ton de s'inspirer des grands Chefs (« *de les inviter chez soi* »), de tenter de les imiter, de les copier, sans jamais y parvenir, bien entendu.

Que ce soit dans les linéaires des grandes surfaces, à la cantine ou à la maison, pour bien manger, on nous fait croire qu'il faut percer les secrets de la grande cuisine française et que malheureusement cette mission est difficile voire impossible pour les non initiés.

La cuisine gastronomique n'est pourtant qu'une cuisine de divertissement.

Elle n'a jamais été conçue pour répondre à nos besoins vitaux. Nous la consommons essentiellement durant nos temps libres, nos moments de détente, nos périodes de loisir. A ce titre, elle est sociologiquement proche de la restauration à thème, de la restauration rapide, voire de la « sandwicherie ».

Certains loisirs sont seulement plus culturellement ancrés que d'autres...

Il faut juste se garder de tout jugement de valeur.

La cuisine collective par contre, est aux antipodes de ces représentations dominantes. Elle s'inscrit dans le temps de la vie de la collectivité et dans la durée. C'est une cuisine à vocation nourricière et éducative. Elle doit répondre à nos besoins fondamentaux. C'est une cuisine de l'ordinaire qui se consomme à des moments ordinaires. Elle s'intègre dans l'ordinaire de la vie des gens.

Elle doit cependant faire face aux exigences des convives du quotidien, garantir une bonne santé et résister à l'usure du temps.

Cette cuisine de tous les jours doit donc être simple et équilibrée. Elle doit se renouveler sans cesse pour ne pas lasser. C'est une cuisine exigeante et difficile, pour laquelle les points de repère de la gastronomie fondés sur la sophistication des produits, des recettes et des manières de table ne suffisent pas.

Tout y est différent : les volumes, les produits, le matériel, les techniques et surtout la finalité : il ne s'agit plus ici de divertir mais de nourrir.

Etre formé à la cuisine gastronomique ouvre les horizons gustatifs et sensoriels et apporte une réelle culture alimentaire. C'est sans doute nécessaire pour travailler en collectivité, mais ce n'est certainement pas suffisant.

Il est urgent de former les cuisiniers à prendre en main des techniques nouvelles, éloignées des traditions de la cuisine classique. Mais il est surtout impératif de les amener à penser différemment la cuisine. Il faut opérer une mutation culturelle.

Il n'existe aujourd'hui, en France, aucune base technologique formalisée, aucun ouvrage de référence, aucun cursus de formation⁵³ performant sur ce sujet.

La France, pays de la gastronomie, forme les cuisiniers qui la divertissent, mais néglige ceux qui la nourrissent.

53 Seule l'Afpa dispense aujourd'hui des formations en cuisine de collectivité. Les volumes formés sont faibles et très inférieurs aux besoins de la branche.

Ce paradoxe culinaire français fait qu'il n'est pas étonnant que les cantines aient mauvaise réputation, que les cuisiniers soient démotivés, que des problèmes de santé publique se multiplient, que tant de tables rondes et de colloques sur la bonne façon de se nourrir restent sans effet.

Cette association vise à combler cette béance. Nous oeuvrons pour la reconnaissance d'une culture de la cuisine du quotidien, afin que ceux qui la préparent trouvent la place qui leur revient au cœur de la société.

La cuisine évolutive : une manière pour comprendre la cuisine

Les références au terroir, à la tradition, aux produits frais, sains et respectueux de l'environnement, au « cuisiné maison » fleurissent dans notre paysage alimentaire. Ce sont des valeurs refuges qui apaisent les consommateurs, tranquillisent les ménagères et rassurent les élus. De nombreux et récents scandales ont introduit un doute, une sorte de gangrène dans la confiance que l'on pouvait accorder au « prêt à manger » industriel.

La restauration collective, par les volumes traités et l'hétérogénéité de ses lieux de production se situe à un carrefour entre l'artisanat et l'industrie. Elle n'échappe pas à cette suspicion alimentaire et doit également rassurer ses convives.

Placer l'acte culinaire (c'est-à-dire la transformation des matières premières en plats cuisinés) au cœur des restaurants apporte crédibilité et légitimité. Il est urgent de concevoir la cuisine comme un système, de l'aborder dans sa globalité, de prendre en compte la complexité de ses multiples dimensions. C'est la vocation de l'ingénierie culinaire. Il est possible de cuisiner d'une autre manière. Des techniques différentes existent. Elles permettent d'obtenir de meilleurs résultats grâce à la réalisation de substantielles économies réinvesties dans la qualité des matières premières mises en œuvre (produits issus de l'agriculture durable ou biologique, par exemple).

Ces pratiques ne s'inventent pas. Elles ne peuvent se diffuser que par le biais de formations spécifiques qui sont des préalables indispensables à toute démarche visant à reconquérir la qualité. Elles doivent surtout être mises en scène dans un environnement culturel radicalement différent de celui de la gastronomie.

Il faut donc, en premier lieu, surmonter un véritable « paradoxe culturel français », c'est-à-dire remettre la cuisine gastronomique à la place qui lui convient et mettre la cuisine de collectivité à celle qui lui revient.

Pour remédier à cette situation, nous avons recensé les pratiques les plus fréquemment employées. Nous les avons testées pour mesurer leur fiabilité, puis triées pour ne garder que les plus efficaces. Enfin nous les avons organisées pour mieux les transmettre.

Trois axes ont été retenus pour effectuer cette sélection draconienne : les économies de matières premières, la diminution des gestes nécessaires et la valorisation du goût des plats ainsi préparés.

Ce tri a généré un corpus de techniques très performantes pour la cuisine collective. Une vingtaine de modes opératoires permettent ainsi de mieux cuire les viandes et les légumes de réaliser des sauces plus goûteuses et beaucoup moins coûteuses.

Ces pratiques s'affranchissent résolument du modèle dominant de la gastronomie, de ses recettes, de ses appellations. Elles s'affirment clairement dans une cuisine du quotidien moderne, mais qui sait rester simple et sincère, une cuisine conceptuellement inspirée du modèle familial.

Cette expertise unique et originale est aujourd'hui la principale compétence de notre association.

Cette démarche vise aussi à placer l'acte culinaire comme source de valeur ajoutée.

Le cuisinier traque la productivité à chaque étape de son travail. Il ne sous-traite à l'industrie agro alimentaire que ce qui ne génère pas de valeur ajoutée. Les économies induites sont importantes. Elles permettent de monter en gamme dans la qualité des matières premières. La satisfaction des convives augmente grâce à une alimentation plus goûteuse et plus saine, sans inflation des coûts.

Rechercher systématiquement la valeur ajoutée grâce à de nouvelles techniques culinaires, permet d'exploiter des gisements de productivité qui sont actuellement ignorés.

Quelques exemples significatifs :

Chaque jour plusieurs tonnes d'eau s'évaporent ainsi inutilement de viandes mal cuites par des professionnels manquant de formation. Il est communément admis, que les viandes blanches servies en collectivité sont sèches et dures sous la dent.

Ce n'est pourtant pas une fatalité. La viande est sèche parce qu'elle a souffert d'une surcuisson qui apparaît dès que la température à cœur de la viande n'est pas maîtrisée. Pour respecter ce paramètre élémentaire, il faut disposer d'un thermomètre performant et d'une température cible. Souvent les Chefs n'ont ni l'un ni l'autre puisque durant leur formation initiale (en cuisine gastronomique) ils ont appris à cuire la viande en petite quantité au doigt et à l'œil, c'est-à-dire de façon strictement aléatoire. De plus, la matière première a évolué, le bœuf par exemple a majoritairement cédé la place à la vache réformée par l'industrie laitière. Cette viande est beaucoup plus fragile et ne supporte pas les excès de cuisson. Aujourd'hui on peut dire, sans

caricaturer, que les cuisiniers français ne savent pas cuire les viandes actuellement disponibles sur le marché. Le manque à gagner annuel se chiffre en millions d'euros et l'insatisfaction des convives tend à se généraliser.

Cuisiner chaque jour pour des clients captifs ou fixés requiert un savoir faire bien particulier pour lequel les chefs ne reçoivent aucune formation, ni initiale ni continue.

Ils sont tous formés à la cuisine gastronomique et détiennent (à 95%) un CAP ou un BEP. Après un parcours en cuisine traditionnelle, ils sont venus en collectivité pour la commodité d'horaires réguliers plus compatibles avec leur vie de famille. Aucun n'est venu en collectivité par vocation. La restauration collective ne génère, à ce jour, aucune vocation professionnelle.

La transition professionnelle s'est faite sur le terrain, par imprégnation de pratiques déjà existantes (aucune formation d'adaptation). Les techniques culinaires sont donc nombreuses, hétérogènes, parfois archaïques.

Les Sociétés de Restauration Collective ne possèdent pas de savoir culinaire qui leur soit propre. C'est la raison pour laquelle elles se battent toutes sur la réduction des coûts, jamais sur une façon de cuisiner qui fait la différence.

Chaque année les collectivités achètent au prix fort des centaines de tonnes d'eau dans la mayonnaise, la vinaigrette ou la margarine, des dizaines de tonnes de farine, de fécule et de sel dans les fonds de sauce. Ces produits sont souvent confectionnés à partir d'ingrédients de moindre qualité et sont peu ou pas appréciés par nos convives. Pourtant les cantines sont présentées comme des univers gérés au centime près. La plupart de ces produits peuvent être soit supprimés, soit réalisés par des cuisiniers convenablement formés. Ils achètent alors les ingrédients principaux (eau, farine, fécule, sel) au juste prix et choisissent des ingrédients aromatiques de qualité (vinaigre, moutarde, huile). Les prix de revient chutent de 10 à 30%, les résultats de gestion et la satisfaction des convives s'améliore.

Quand on permet au cuisinier de porter un autre regard sur son activité, il devient acteur et créateur de valeur. Il retrouve, alors, une place essentielle au cœur de son restaurant.

Inévitablement la motivation s'accroît grâce au sens retrouvé de la mission première :

« Le cuisinier est celui qui nourrit et, pour cela, il sait faire à manger ».

Tableau des températures de cuisson des viandes et poissons.

TABLEAU DES CUISSONS

VIANDES ET FILETS DE POISSON

Température à cœur (sortie de four)	Juste point de cuisson (après repos)
--	---

ROTI DE BŒUF	<i>BLEU</i>	45°C	48°C
	<i>SAIGNANT</i>	48°C	52°C
	<i>A POINT</i>	52°C	56°C
ROTI DE PORC	<i>LONGE</i>	68°C	72°C
	<i>ECHINE</i>	75°C	80°C
COTE DE PORC	<i>LONGE</i>	68°C	72°C
	<i>ECHINE</i>	75°C	80°C
ESCALOPE	<i>DINDE</i>	68°C	72°C
	<i>VEAU</i>	68°C	72°C
FILET DE POISSON	<i>ATTENTE 15 à 30'</i>	50°C	63°C
	<i>ATTENTE 15'</i>	55°C	63°C
	<i>SERVICE IMMEDIAT</i>	60°C	63°C

Les entretiens retranscrits.