

# Conseil national de l'alimentation

“Avis n° 24

## *La place de l'éducation alimentaire dans la construction des comportements alimentaires* ■

Avis adopté à l'unanimité lors de  
la séance plénière du 1<sup>er</sup> avril 1999.

Ministère de l'Agriculture et de la Pêche  
Secrétariat d'État chargé des PME, du Commerce et de l'Artisanat  
Secrétariat d'État chargé de la Santé

# CNIA



• — *Lors de sa séance plénière du 19 mars 1998, le Conseil national de l'alimentation (CNA) a décidé de mener une réflexion sur la place de l'éducation alimentaire dans la construction des comportements alimentaires ■*

Le CNA a confié à Monsieur CHOULEUR, membre du CNA appartenant au collège des associations de consommateurs et d'usagers, la présidence du groupe de travail qui s'est réuni à neuf reprises pour traiter cette question.

### — *Préambule ■*

Il a notamment décidé d'étudier :

- les facteurs qui exercent une influence sur le comportement alimentaire des jeunes (facteurs sociologiques, économiques, culturels...),
- les principaux risques alimentaires et nutritionnels en relation avec l'alimentation moderne, les réponses possibles et les bénéfices attendus de l'éducation alimentaire,
- la place de l'éducation alimentaire dans l'enseignement dispensé à l'école maternelle, à l'école primaire et au cours du premier cycle de l'enseignement secondaire, les outils pédagogiques disponibles, les difficultés rencontrées par les enseignants sur cette partie de leur programme,
- les méthodes et les outils qu'il conviendrait de recommander pour favoriser les comportements alimentaires éclairés,
- le périmètre de l'action publique dans ce domaine.

## 1\_ *Le Contexte actuel ■*

### 1.1\_ *Les grandes tendances de la consommation alimentaire chez les jeunes et les principales dérives nutritionnelles. Des risques à prendre au sérieux ■*

La situation alimentaire des Français, appréciée globalement, apparaît moins préoccupante que pour d'autres pays occidentaux (pas de signe clinique de carence, par exemple). Pour autant, la situation nutritionnelle de certains groupes de population (notamment les personnes en état de précarité) est loin d'être réjouissante (cf. avis du CNA n° 14 sur l'alimentation des plus démunis, 17 février 1994).

D'autres motifs d'inquiétude concernent les jeunes chez lesquels la forte augmentation de la prévalence de l'obésité, voire du diabète, est une réalité dont s'alarment les cliniciens, médecins et nutritionnistes. Il existe un consensus scientifique pour indiquer que cette obésité résulte notamment sur le plan nutritionnel d'une consommation trop importante de lipides et de sucres d'assimilation rapide. Par ailleurs, on observe une sous-consommation de calcium. Des conséquences en terme de santé publique sont prévisibles à plus ou moins long terme si des mesures ne sont pas prises, notamment pour informer et éduquer les jeunes de ces risques nutritionnels (accroissement des maladies cardio-vasculaires, de certains cancers, des fractures, etc.).

Les spécialistes du comportement alimentaire soulignent des tendances à la déstructuration des repas et au grignotage, des modifications du rapport sucres simples/sucres complexes, le recours accru aux compléments alimentaires. Ces tendances liées à l'évolution des modes de vie sont exploitées par certains opérateurs économiques qui voient en elles un axe fort de développement du marché. En réalité, il s'agit de dérives du comportement alimentaire qu'il y a lieu de corriger et de prévenir en montrant toute la pertinence de certains modèles alimentaires traditionnels.

Parce que les consommateurs ont conscience de ces dérives de comportement alimentaire, les « aliments santé » vers lesquels ils se tournent par compensation, connaissent un

développement rapide, y compris chez les jeunes. Le CNA a déjà fait des propositions pour que la multiplication des allégations faisant un lien entre alimentation et santé n'engendre pas des habitudes alimentaires déraisonnables (cf. avis n° 21 du 30 juin 1998).

### 1.2\_ *Des modèles alimentaires fortement influencés par le monde de l'image* ■

Plusieurs études montrent que les univers alimentaires de l'enfant, de l'adolescent et du jeune adulte sont assez convergents et sans grandes différences intergénérationnelles. Globalement, les adolescents manifestent un intérêt limité pour l'alimentation. Ils en ont une connaissance correcte mais se disent conscients de pratiques alimentaires peu satisfaisantes : petit déjeuner sauté, grignotages fréquents et sucrés.

Leurs motivations pour les conduites alimentaires comprennent le plaisir, la faim, le contexte social et la présence de la télévision. Deux sources d'informations dominent l'univers de l'adolescent : les parents et la télévision (publicité en particulier). La famille reste une source crédible pour les informations et les conseils où il existe des influences mutuelles parents/jeunes sur les choix et les découvertes alimentaires (par exemple légumes verts). La publicité est perçue et reconnue comme encore plus influente par les adolescents, même si beaucoup remettent en cause sa crédibilité. Son impact est plus fort chez les filles qui abordent l'alimentation dans un but pratique (recette, cuisine, prix...), esthétique (image forme et santé des aliments), mais également affectif. Les publicistes qui connaissent depuis longtemps les déterminants sociologiques des choix alimentaires utilisent à plein les possibilités offertes par l'image en terme de suggestion et de connotation, avec une efficacité incontestée dans le déclenchement de l'acte d'achat.

S'agissant des enfants (à école primaire), les études montrent que l'école et la télévision sont les sources majeures d'information et de construction cognitive des sujets. Toutefois, les connaissances de l'enfant et les désirs qu'il exprime, trouvent un écho très variable selon le profil social de sa famille (influence de la culture, des confessions religieuses, du niveau de revenus). Il a quand même pu être vérifié que l'enfant reste fortement prescripteur en matière de choix alimentaire, si ses demandes ne contrarient pas les fondements propres de l'alimentation familiale.

### 1.3\_ *La nécessité de restaurer des principes alimentaires favorables à la préservation de l'état de santé* ■

Si l'on considère la santé comme un tout, comme « un état de bien-être complet, tant physique que mental et social et non seulement une absence de maladie ou d'infirmité » conformément à la terminologie de l'OMS, les dérives du comportement alimentaire constituent un problème de santé publique car l'obésité, les maladies cardiovasculaires, le diabète, peuvent être la résultante d'une alimentation inadéquate sans ignorer que d'autres facteurs tels que l'hérédité et le mode de vie entrent en jeu (Il convient de rappeler ici l'influence capitale de l'activité physique sur l'état de santé).

Il existe un large consensus scientifique pour affirmer que l'alimentation, si elle respecte quelques principes simples, contribue au maintien de l'état de santé (cf. avis du CNA sur l'équilibre nutritionnel du 11 mai 1995 et la brochure, reprenant ses recommandations, intitulée « 7 conseils pour la pleine forme »), notamment :

Faire des repas réguliers, diversifier ses aliments, privilégier les légumes et les fruits, user sans abuser des graisses, consommation modérée de boissons alcoolisées, être actif, faire de l'exercice physique, suivre la croissance et le développement de l'enfant.

Toute action d'éducation alimentaire doit donc avoir pour premier objectif de donner à l'enfant des connaissances alimentaires et nutritionnelles simples, mais fondamentales pour déboucher sur des choix éclairés dès le plus jeune âge. (Des expériences ont montré que, si on lui explique l'intérêt du calcium, un enfant qui peut librement composer son petit-déjeuner de lait et de barres chocolatées consommera systématiquement un verre de lait, ce qui n'est pas le cas s'il choisit sans information préalable).

L'éducation alimentaire, c'est aussi offrir la possibilité aux enfants de découvrir de nouvelles saveurs, d'apprendre à aimer des aliments non consommés à la maison dans le cadre de la restauration scolaire (un enfant prend en moyenne 180 repas en restaurant scolaire par an).

## *2\_ Les différents problèmes ressentis .*

### *2.1\_ L'absence d'une réelle politique en faveur de la nutrition .*

Comme cela a déjà été souligné au point 1.1, les auditions ont confirmé qu'à l'exception de certains groupes de population, la situation nutritionnelle des Français n'est pas mauvaise. Et dans les faits, les alertes de la société, qui sous-tendent souvent l'action publique, n'ont pas été suffisantes pour susciter un débat sur les objectifs et les moyens à mettre en œuvre pour conduire une véritable politique en faveur de la nutrition.

Ainsi, sommes-nous en France dans une situation où les actions d'éducation alimentaire sont davantage initiées par les opérateurs économiques, qui veulent conserver des débouchés durables, que par l'État dans le cadre de ses missions de santé publique et d'éducation. En matière de réalisation d'outils pédagogiques, il convient toutefois de relever l'exception que constitue le Comité français d'éducation pour la santé (CFES) qui est une association régie par la loi de 1901 placée sous la tutelle du ministère de la santé et qui entreprend des efforts particuliers en faveur des enfants scolarisés et des populations en difficulté. Cette association doit toutefois rechercher le soutien financier de partenaires privés pour conduire certaines actions de grande envergure.

### *2.2\_ La dispersion des initiatives en matière d'éducation alimentaire .*

En ce qui concerne les actions d'éducation alimentaires conduites dans le périmètre scolaire et qui ont pour objet de compléter ou d'illustrer les modules figurant dans les programmes de l'Éducation Nationale, les initiatives reposent sur l'appréciation individuelle des enseignants et sont par nature hétérogènes et dispersées.

En premier lieu, les producteurs d'outils pédagogiques et les intervenants extérieurs sont nombreux (APRIFEL, CIDIL, CEDUS, CFES, CIV, CNAC, GNIS, EPI, Groupes industriels, Groupes de restauration collective, Associations de consommateurs, etc.) et ils n'interviennent pas, sauf exception, dans le cadre de programmes globaux ou d'actions concertées et coordonnées.

En second lieu, les enseignants n'ont pas une connaissance exhaustive des outils disponibles. Ils n'ont de surcroît pas toujours les moyens de dégager les budgets nécessaires à l'acquisition du matériel pédagogique.

Ainsi pour les élèves, la formation et l'enseignement dispensés sont-ils extrêmement variables d'un établissement scolaire à l'autre, voire d'une classe à l'autre.

### *2.3\_ L'insuffisante évaluation des actions entreprises en milieu scolaire .*

L'efficacité de l'éducation alimentaire peut être évaluée diversement, notamment par la persistance des notions nutritionnelles de base, par l'influence de la connaissance acquise sur le comportement (par exemple pour la composition des repas), par la contribution de cet enseignement à la réduction des « mauvaises habitudes » alimentaires. En outre, chez l'enfant, elle s'apprécie aussi par une volonté accrue de l'enfant de devenir prescripteur dans son propre environnement familial. La mesure de cette efficacité peut donc s'effectuer par du contrôle de connaissances, par des enquêtes plus approfondies à la fois qualitatives et quantitatives.

Les auditions ont montré qu'en raison de la complexité de cette évaluation et des coûts induits qui peuvent représenter des sommes considérables, la plupart des producteurs d'outils pédagogiques ne poussent pas l'évaluation au-delà de questionnaires de satisfaction adressés aux enseignants. Il s'agit là d'une lacune qui mérite d'être soulignée.

### 3\_ *Les recommandations du Conseil national de l'alimentation* ■

Compte tenu du contexte de cette réflexion et des différents problèmes ressentis au cours des auditions, le Conseil national de l'alimentation (CNA) recommande de :

– **Considérer que l'éducation alimentaire doit être un axe fondamental de toute politique nutritionnelle.**

S'il a pu être constaté que les actions d'éducation alimentaire et plus globalement d'éducation à la santé sont nombreuses mais dispersées, il est tout aussi évident qu'un mouvement s'amorce pour mettre sur pieds une politique nutritionnelle organisée. Dans ce contexte, l'école constitue un lieu privilégié pour conduire des actions efficaces, et l'éducation alimentaire devra toujours être considérée comme un axe fondamental de toute politique en faveur de la nutrition.

– **Promouvoir les notions d'équilibre et de plaisir alimentaire.**

Les actions d'éducation alimentaire doivent avoir pour objectif d'étayer des notions fondamentales telles que la pertinence de choix alimentaires variés, l'utilité nutritionnelle des grandes familles d'aliments, les risques attachés à une alimentation déséquilibrée. Le CNA considère que ces notions sont d'autant mieux assimilées que l'enseignement est ludique et bien illustré et qu'il vient s'appuyer sur un travail préalable d'éveil sensoriel et d'éducation au goût. Le CNA rappelle que les actions éducatives ne doivent pas négliger les aspects hédoniques de l'alimentation et qu'elles doivent mettre en valeur le plaisir de la table, l'aspect convivial et social du moment du repas.

– **Valoriser le rôle de la famille dans la construction du comportement alimentaire des enfants.**

Toutes les études sont convergentes pour reconnaître à la famille un rôle prépondérant dans la construction du comportement alimentaire, tout simplement parce que l'alimentation possède une dimension sociale, culturelle et culturelle, qui s'exprime pleinement dans le contexte familial.

La famille assume donc d'évidentes responsabilités dans la mise en place de tel ou tel modèle alimentaire partagé par l'enfant et les actions d'éducation alimentaire ne doivent pas remettre en cause cet ordre des choses. En revanche, elles doivent valoriser le rôle de la famille par exemple en fournissant des éléments de connaissance susceptibles d'aider la famille à composer des repas variés et équilibrés, y compris dans un contexte de ressources financières modestes.

Dans le même esprit, une action d'éducation alimentaire réussie devrait aider l'enfant à s'approprier au moins partiellement des notions qu'il sera tenté de transférer à son univers familial où il pourra devenir prescripteur et corriger d'éventuelles mauvaises habitudes qu'il saurait identifier et argumenter.

Le CNA encourage également les organes de communication spécifiquement dédiés à la famille à délivrer des messages d'éducation alimentaire qui permettent, quelles que soient les ressources, de développer des modèles alimentaires compatibles avec le maintien de l'état de santé.

Enfin, pour compléter les actions qui peuvent être entreprises dans le périmètre scolaire, le CNA recommande de mettre à profit toutes les situations qui rendent l'univers familial plus réceptif (par exemple existence d'une grossesse) pour délivrer une information et des messages d'éducation alimentaire et nutritionnelle susceptibles de diffuser plus facilement dans le reste de la famille.

– **Disposer de références scientifiques reconnues officiellement pour construire les outils pédagogiques et les actions d'éducation alimentaire.**

S'il est vrai que les conseils en matière d'éducation alimentaire sont relativement consensuels et d'expression simple, la déclinaison de ces conseils et leur approfondissement se révèlent plus complexes qu'il n'y paraît à première vue. Il est donc nécessaire de pouvoir disposer de bases scientifiques validées et de reconnaître dans le cadre d'instances officielles les consensus existants en matière de nutrition. Le CNA suggère, par exemple, que les travaux ayant permis d'élaborer les Apports nutritionnels conseillés pour la population française soient vali-

dés dans le cadre des instances d'évaluation sanitaire et nutritionnelle qui se mettent actuellement en place dans le domaine de l'alimentation.

**– Réaffirmer la pertinence nutritionnelle des modèles alimentaires traditionnels.**

De longue date, les nutritionnistes ont reconnu la pertinence de plusieurs modèles alimentaires traditionnels (Crétois, Japonais, Chinois, Méditerranéen, régionaux, etc.) et leur compatibilité avec le maintien de l'état de santé des consommateurs. Il importe de préserver ces modèles alimentaires traditionnels au nom de leur fondement culturel et de leur intérêt en matière de santé publique, en exposant les arguments objectifs qui permettent de conclure à leur pertinence.

D'une manière générale, il doit être admis qu'un message éducatif qui bousculerait trop les croyances ou les habitudes alimentaires, risquerait d'être contre-productif dans la mesure où il ne serait pas pris en compte et favoriserait de surcroît la radicalisation des comportements antérieurs.

**– Revoir l'insertion de l'éducation alimentaire dans les programmes scolaires.**

L'éducation alimentaire doit être partie intégrante des programmes, comme l'éducation à la santé en général et être construite à partir d'un plan d'enseignement progressif tout au long de la scolarité, de la maternelle au collège.

Les objectifs sont, après avoir apporté un certain nombre de connaissances, de faire réfléchir les élèves à ce qui motive leurs comportements alimentaires (expériences personnelles, habitudes familiales ou culturelles, publicité, envie de faire comme les autres, etc.) et de développer leurs capacités d'expression, de réflexion et d'analyse pour les rendre capables de choix raisonnés.

**– Rappeler à l'autorité éducative le besoin de formation des enseignants à l'alimentation et à la nutrition.**

Actuellement, l'éducation à la santé et donc l'éducation nutritionnelle, a un caractère optionnel en IUFM et ne touche qu'une partie des enseignants. Si cette éducation nutritionnelle est intégrée dans les programmes, chaque enseignant devra se sentir à l'aise pour aborder le sujet, ce qui passe nécessairement par une formation initiale en Institut universitaire de formation des maîtres (IUFM), mais aussi par une formation continue tout au long de l'exercice professionnel pour s'adapter aux évolutions et aux difficultés. Parler d'alimentation, c'est à un moment où à un autre remettre en cause ses propres habitudes et réflexes alimentaires. De ce fait, l'alimentation peut devenir un sujet délicat car très personnel et cela nécessite un important travail de préparation pour dépasser cette dimension.

**– Sensibiliser les instances éducatives aux possibilités offertes par les thèmes de l'alimentation et de la nutrition pour mettre en place les projets d'école ou d'établissement.**

Ces projets servent de fil conducteur tout au long de l'année scolaire et de thème fédérateur entre les disciplines. Le CNA rappelle aux instances éducatives et notamment aux instances académiques que le thème de l'alimentation et de la nutrition qui recouvre des champs disciplinaires très variés, se prête bien à des travaux intégratifs entre les enseignements. De nombreuses déclinaisons sont possibles pour illustrer ce thème en français, mathématiques, géographie, sciences de la nature et de la vie, arts graphiques, activités physiques et sportives. En outre, une approche très transversale de l'alimentation peut aider l'élève à raisonner ses choix et à préparer la construction de son autonomie.

**– Développer les collaborations entre personnel enseignant et personnel scolaire compétent dans le domaine de l'alimentation et de la nutrition.**

Un projet d'éducation alimentaire et nutritionnelle cohérent nécessite une collaboration active entre les différents personnels impliqués dans le domaine de l'alimentation (enseignants, professionnels de la santé, cuisiniers, gestionnaires, agents chargés de l'entretien des locaux, etc.).

Pour cela, il faut prévoir des formations interdisciplinaires à l'intérieur de l'école ou de l'établissement pour y impulser une dynamique de travail d'équipe.

**– Adapter les équipements scolaires à cet enseignement particulier.**

L'éducation alimentaire est un enseignement particulier qui nécessite des outils pédagogiques et du matériel adaptés. Pour la conduite d'activités pratiques, même modestes, des équipements de conservation, de manipulation ou de cuisson des denrées sont nécessaires, ne serait-ce que pour pouvoir respecter les prescriptions en matière d'hygiène et de sécurité (réfrigérateur, table inoxydable, etc.).

Compte tenu des changements nés de la décentralisation, les collectivités territoriales ont maintenant à leur charge l'équipement des écoles et des collèges (municipalités et conseils généraux). Le CNA appelle l'attention de ces collectivités et souligne l'importance des petits équipements, qui ne visent pas à se substituer au matériel lourd utilisé pour la restauration scolaire, mais indispensables à la réussite de nombreuses actions en matière d'éducation alimentaire.

**– Garantir la qualité des outils pédagogiques admis dans le périmètre de l'école.**

Les producteurs d'outils pédagogiques destinés à l'éducation alimentaire en milieu scolaire appartiennent pour la très grande majorité au secteur concurrentiel. Pour préserver l'univers scolaire de tout abus en matière de publicité et de promotion des produits, le CNA soutient une initiative telle que celle de l'Institut français pour la nutrition (IFN) qui vise à élaborer une charte que les sociétés ou organismes membres de l'IFN s'engageront à respecter dans une démarche volontaire et responsable (signature des documents sur lesquels sera apposée la mention « Ce matériel a été élaboré conformément à la charte de l'IFN »). Sur le principe, la signature de cette charte engagera notamment le producteur d'outils pédagogiques à respecter les politiques publiques en vigueur en milieu scolaire.

Le CNA demande que le Ministère de l'Éducation Nationale soit destinataire de cette charte et de toute autre qui serait élaborée aux mêmes fins, de manière à ce que toutes les académies soient sensibilisées. Ce département ministériel jugera de l'opportunité de faire de ces codes de bonnes pratiques un critère d'évaluation du matériel pédagogique proposé aux écoles et aux établissements scolaires.

**– Faire naître des initiatives coordonnées entre les producteurs d'outils pédagogiques.**

Le CNA constate que nombre d'outils pédagogiques émanent des filières agroalimentaires et qu'il n'existe pas d'exemple d'initiatives coordonnées entre ces filières pour la réalisation d'outils ou de matériels pédagogiques. Or, l'éducation alimentaire, telle qu'elle doit être dispensée, ne saurait se limiter à la prise en compte raisonnée de telle ou telle famille d'aliments.

Le CNA suggère donc de faire naître ce type d'initiative en sollicitant en particulier des organismes comme le CFES et l'IFN pour leurs compétences et pour les garanties d'indépendance et de transparence qu'ils peuvent apporter aux parties concernées. À titre d'exemples, les premières initiatives pourraient concerner la rédaction d'un document pédagogique de référence auquel les producteurs pourraient se rattacher ou la réalisation d'un module de formation destiné aux IUFM.

**– Développer l'évaluation *a posteriori* des actions entreprises.**

Le CNA estime qu'une vérification *a posteriori* de l'efficacité des actions entreprises en terme d'impact sur le comportement alimentaire des enfants est un objectif prioritaire qui seul permet d'adapter les pratiques pédagogiques et de vérifier le bien-fondé de l'investissement pédagogique. Il recommande que soit étudiée la possibilité de développer des moyens simples et peu onéreux qui permettraient de réaliser cette évaluation de manière systématique et rigoureuse.

En outre, le CNA propose donc de généraliser, pour chaque outil pédagogique diffusé, un questionnaire d'accompagnement visant à apprécier la satisfaction des enseignants sur la forme et le contenu du matériel, des grilles d'évaluation des connaissances des enfants avant et après utilisation.

Enfin, le CNA suggère, dans le cadre des projets d'école ou d'établissement, une évaluation qualitative en profondeur, qui pourrait aller jusqu'à la conduite d'une enquête auprès des familles et qui devrait être envisagée au stade de la conception théorique du projet.

## *Annexe 1 .*

### *Analyses justifiant les recommandations du CNA .*

#### *1a\_ Les actions d'éducation alimentaire de l'école maternelle à la classe de troisième .*

##### *1.1a\_ Les acteurs institutionnels de l'éducation alimentaire .*

###### *1.1.1a\_ Les programmes scolaires et le corps enseignant .*

L'éducation alimentaire est présente dans les programmes scolaires actuels, tant à l'école élémentaire qu'au collège.

###### **École élémentaire.**

- Le monde du vivant : approche des grandes fonctions du vivant telle que la croissance, la locomotion, la **nutrition**, la reproduction,
- Sensibilisation aux problèmes d'hygiène et de sécurité : approche de l'hygiène de l'alimentation (régularité des repas, **composition**),
- Importance des règles de vie (habitudes quotidiennes de propreté, d'**alimentation**, de sommeil), Le corps humain et l'éducation à la santé.

###### **Collège.**

- Sciences de la vie et de la terre : fonctionnement du corps et nutrition, une bonne denture, **une alimentation régulière**, activité nerveuse,
- Pratiques au service de l'alimentation humaine : un élevage ou une culture, une transformation biologique,
- Anglais : modes de vie différents (rythmes, **régimes**),
- Éducation physique et sportive : connaissances relatives à l'organisation et à l'entretien de la vie physique,
- Toxicomanie, consommation d'alcool.

###### **Classes de 4<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> technologiques.**

###### *Éducation sanitaire :*

- Un module nutrition et éducation nutritionnelle comprenant les besoins nutritionnels et les apports recommandés, les aliments, les principaux constituants, les classifications et équivalences, les modifications physico-chimiques des aliments au cours de leur utilisation culinaire, leurs conséquences sur la valeur nutritionnelle, les boissons alcoolisées et non alcoolisées.
- Un module Alimentation équilibrée comprenant, les rations alimentaires, les erreurs alimentaires.

###### *Éducation du consommateur :*

- Un module achat des produits alimentaires et utilisation (préparations culinaires, appareils de cuisson, stockage et conservation, place du poste alimentaire dans le budget familial).

À l'exception de ces classes technologiques pour lesquelles une formation globale est dispensée, l'éducation alimentaire apparaît de manière parcellaire dans les programmes scolaires, le plus souvent à titre d'illustration concrète sur des thèmes relevant des sciences du vivant.

#### *1.1.2a\_ La restauration scolaire, le personnel de cuisine et de service, à l'école primaire et au collège .*

Le milieu scolaire a un rôle important dans l'assimilation du savoir alimentaire, parce qu'il est implicite pour tous que c'est un lieu d'enseignement où l'élève se rend pour apprendre. L'éducation alimentaire a donc sa place dans les programmes scolaires, mais aussi dans la restauration scolaire où les acteurs doivent se sentir investis d'un rôle éducatif au-delà de la fonction initiale d'offre alimentaire et valorisés dans ce rôle.

Il est essentiel que tous les personnels impliqués dans la restauration soient formés à la nutrition pour conseiller l'élève, lui prodiguer des recommandations élémentaires sur la composition de son plateau, le temps passé à table, etc.

Il est tout aussi essentiel qu'ils aient reçu une formation pour la présentation des plats, de sorte que les élèves puissent reconnaître une présentation soignée et reconsidérer progressivement la restauration scolaire. Des actions professionnelles, telles que la « lettre de l'intendant », la mise à disposition de matériel pour des actions ou des thèmes ponctuels (repas exotiques...) constituent des initiatives à encourager et à développer.

### *1.2a\_ Les initiatives des professionnels de l'alimentaire en direction du milieu scolaire .*

#### *1.2.1a\_ Une multitude d'outils pédagogiques de grande qualité .*

Les outils d'information et d'éducation alimentaire destinés aux enfants sont très nombreux. Ils sont le plus souvent conçus par les acteurs économiques (Industrie, interprofessions, sociétés de restauration collective) qui voient en chaque enfant un futur consommateur de demain. Après analyse indépendante de nombreux outils pédagogiques disponibles, ils ont été considérés comme bons parce que les objectifs visés, la conception de ces outils, leurs éléments constitutifs, se fondent sur des cahiers des charges élaborés avec le concours de spécialistes (médecins, instituteurs...). Ils sont le plus souvent débarrassés de toute publicité ce qui est une moindre obligation dans l'environnement scolaire.

Ces outils pédagogiques semblent beaucoup mieux assimilés s'ils sont accompagnés d'expériences concrètes et encadrées par des personnes formées. Ils sont adaptés à des initiatives telles que : organisation d'un débat avec les enfants pour relater un événement en relation avec ce qui a été abordé de manière théorique, conduites d'activités courtes (peu ou pas de travail de préparation pour l'enseignant) ou longues (aller visiter un marché, organiser une enquête dans l'école sur la restauration collective, réaliser une recette...). Il convient de relever l'existence d'initiatives originales comme « jardinons à l'école ».

#### *1.2.2a\_ Les outils doivent être interactifs et modulables, fondés sur des valeurs morales et civiques .*

En matière d'éducation alimentaire, les concepteurs d'outils pédagogiques posent plusieurs principes fondamentaux pour réussir à inculquer aux enfants quelques connaissances essentielles :

- Ne pas dissocier l'alimentation de ses fondements culturels et moraux : ainsi, les outils doivent-ils prendre en compte les différences entre les personnes, veiller à ne pas créer d'inégalité sociale (pas de promotion particulière de la réussite par l'aliment), valoriser les compétences de chacun, encourager le partage, le respect de soi-même et l'autonomie, la responsabilité individuelle, la capacité d'écoute, permettre aux enfants d'être acteurs.

- Rappeler ensuite le rôle essentiel de la terre et des hommes dans la fabrication des aliments, la notion de cycle de la vie (naissance, vie, mort), l'histoire, le mode d'obtention des produits. Les outils pédagogiques doivent s'intéresser à la chaîne alimentaire, aux techniques de fabrication et de conservation, aux particularités des produits et enfin à l'intérêt de la multiplicité et de la variété des produits sur le plan nutritionnel.

- Accompagner l'éducation alimentaire par un éveil aux goûts, notamment en amenant l'enfant à considérer le plaisir alimentaire, à s'interroger sur les sens utilisés lors d'une dégustation, à connaître des notions telles que la saisonnalité et la fraîcheur des aliments. Les facteurs d'accès au plaisir alimentaire doivent également être décrits (impact du bruit, notion de convivialité...) de manière à ce que l'enfant soit spontanément amené à reproduire ces conditions lui-même.

- Considérer que l'éducation alimentaire et nutritionnelle est un travail de longue haleine, que son succès est la résultante d'une multitude d'actions souvent ponctuelles mais toujours convergentes. Les outils doivent par conséquent être complètement modulables pour servir de support à un enseignement ponctuel ou à un enseignement soutenu sur un trimestre ou davantage.

Outre les outils pédagogiques, ces principes guident et doivent guider la conception de toute action d'éducation alimentaire telle que les petits déjeuners et les repas à thème dans les collèges.

### *1.3a\_ L'influence du milieu familial et de son éventuelle affiliation socioculturelle ■*

Nul ne conteste que le milieu familial détermine d'emblée le comportement alimentaire de l'enfant, puis en détermine durablement les grandes tendances, même s'il a été vu qu'au fil des années des facteurs externes s'ajoutent à l'influence de la famille pour construire progressivement l'individu.

Par ailleurs, malgré l'internationalisation des modes de vie et des goûts, liés au développement des échanges et aux flux croisés de produits, les modèles alimentaires restent fortement dépendants des traditions locales, des pratiques culturelles, des convictions religieuses (existence d'interdits alimentaires), ou à l'inverse, expriment des préoccupations émergentes de la société (végétariens, végétaliens, etc.).

Ces faits traduisent l'ancrage social de l'alimentation dont le principal lieu d'expression reste la famille, et l'éducation alimentaire doit en tenir compte.

Les messages, qui sont l'expression pratique de connaissances scientifiques acquises en matière de nutrition, sont en règle générale d'une certaine neutralité (faire des repas réguliers, diversifier ses aliments, privilégier les légumes et les fruits, etc.) et les recommandations ne se heurtent pas aux modèles alimentaires traditionnels. Mais il faut être vigilant, car un message éducatif qui bousculerait trop les croyances ou les habitudes alimentaires, risquerait d'être contre-productif dans la mesure où il ne serait pas pris en compte et favoriserait de surcroît la radicalisation des comportements antérieurs.

Enfin, pour toutes ces raisons, il importe de valoriser le rôle de la famille en lui adressant par exemple des messages directs d'éducation alimentaire qui compléteront utilement le travail accompli dans le périmètre scolaire. Producteurs d'outils pédagogiques et médias sont face à un vaste chantier.

## *Annexe 2*

Participants au groupe de travail du CNA sur la place de l'éducation alimentaire dans la construction des comportements alimentaires :

Président : M. Chouleur (ADEIC-FEN 30)

Collège restauration : M. Bénézet (SNRC), M. Guilmault (CCC), M. Moulins (UPPR)

Représentants des administrations : M<sup>me</sup> Baelde (DGCCRF), M<sup>me</sup> Baltaji (Ministère de l'Éducation Nationale), M<sup>me</sup> Degoulange (DGAL), M<sup>me</sup> Halley des Fontaines (DGAL), M<sup>me</sup> Larregle (DGAL), M. Nairaud (DGAL/secrétariat du CNA)

Personnalités invitées : M<sup>me</sup> Brozetti (CFES), M<sup>me</sup> Collérie de Borely (CREDOC), M<sup>me</sup> Cotelte (CFES), M<sup>me</sup> Coudray (CERIN), M<sup>me</sup> Lassarre (Professeur de sociologie), M<sup>me</sup> Latour Raullin (APRI-FEL), M<sup>me</sup> Lavocat (CIV), M<sup>me</sup> Martin (Institut Danone), M<sup>me</sup> Maupeu Prouin (Intendante), M<sup>me</sup> Nicot (IFN), M<sup>me</sup> Prigent (Nestlé France), M<sup>me</sup> Ron Favier (Assistante sociale), M<sup>me</sup> Sauvêtre (SNRC), M<sup>me</sup> Simon (CNAC), M<sup>me</sup> Soustre (CERIN), M<sup>me</sup> Stigler (IFN), M<sup>me</sup> Tarasoff (ANMF/EPI), M<sup>me</sup> Van Dyck (CIDIL), M<sup>me</sup> Zumbiehl (ADEIC-FEN), M. Borys (Association Ville-Santé), M. Boulet (CNBF), M. Danilo (Technicien en restauration), M. Garcia-Bardidia (SNMSU-FEN), M. Masteau (EPI), M. Mercier-Renoir (SNAEN-FEN), M. Orensa (CIV), M. Pinard (Restaurant Grand Louvre), M. Pisson (CNBF), M. Tanti (PEEP), M. Verger (OCA), M. Veyrat (CIVAM-30), M. Wohrer (GNIS), Classe de CM2 de l'école élémentaire Blomet - 75015 Paris.



*“Avis n° 24*