



MASTER SCIENCES SOCIALES

Parcours « Sciences Sociales Appliquées à l'Alimentation »

MÉMOIRE DE DEUXIÈME ANNÉE

L'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes

Projet de recherche-action sur un territoire du Puy-de-Dôme

Présenté par :

Joséphine Soulier

Année universitaire :

2017 – 2018

Sous la direction de :

Anne DUPUY



MASTER SCIENCES SOCIALES

Parcours « Sciences Sociales Appliquées à l'Alimentation »

MÉMOIRE DE DEUXIÈME ANNÉE

L'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes

Projet de recherche-action sur un territoire du Puy-de-Dôme

Présenté par :

Joséphine Soulier

Année universitaire :

2017 – 2018

Sous la direction de :

Anne DUPUY

L'ISTHIA de l'Université Toulouse - Jean Jaurès n'entend donner aucune approbation, ni improbation dans les projets tuteurés et mémoires de recherche. Les opinions qui y sont développées doivent être considérées comme propres à leur auteur(e).

« Le changement technique est tel qu'il affecte le fonctionnement social de tous les jours »

Marcel Gauchet, philosophe

« Les enfants doivent être vus comme activement impliqués dans la construction de leur vie sociale et de la vie de ceux qui les entourent, ainsi que de la société dans laquelle ils vivent »

Alan Prout et Allison James

Remerciements

Pour commencer, je tiens à exprimer ma reconnaissance envers Mme Anne Dupuy qui a accepté de m'accompagner tout au long de ce travail de mémoire. Ses conseils et son soutien ont été d'une aide précieuse et je la remercie pour sa disponibilité durant cette année.

Je souhaite remercier tout particulièrement ma tutrice, Elisabeth. Un très grand merci pour m'avoir à nouveau accueillie au sein du SRAL et pour m'avoir si bien accompagnée, encouragée, rassurée et entourée pendant ces 6 mois, tant au niveau professionnel que personnel ! Je pense aussi à Marie-Noëlle, Françoise ainsi qu'à Elise du réseau GRAINE Auvergne-Rhône-Alpes pour leur patience et leur disponibilité à mon égard pendant mon stage. Merci à vous quatre pour votre bienveillance, votre écoute, vos conseils et votre aide tout au long de mon stage à Lyon. Je vous remercie pour les responsabilités que vous m'avez confiées et pour la confiance que vous m'avez témoignée, en particulier concernant le colloque. Je vous suis très reconnaissante pour tout ce que vous m'avez permis de découvrir et pour les compétences que j'ai pu acquérir et développer grâce au travail effectué et aux échanges réguliers avec chacune d'entre vous. Merci pour tout ce que vous m'avez apporté durant ces 6 mois !

Je pense aussi à l'ensemble du service du SRAL à Lyon qui m'a accueillie chaleureusement et a contribué au bon déroulé du stage. Merci pour votre bonne humeur, les moments de convivialité partagés ensemble et votre participation si précieuse à l'organisation de la journée du 26 juin ! Je n'oublie pas les personnes chargées de la communication et de la publication, Paulette et Carole, qui m'ont également accompagnée durant mon stage à la DRAAF.

Je voudrais également remercier vivement les professionnels (associations, acteurs terrain, élus, bénévoles), universitaires et chercheurs, en particulier Julie Le Gall, qui ont manifesté leur intérêt pour mes recherches, me confortant et m'encourageant dans la poursuite de mes réflexions. Je leur suis reconnaissante pour le temps qu'ils m'ont accordé lors des entretiens et interviews, ainsi que pour leur écoute et leurs nombreux conseils. Ils m'ont été d'une aide précieuse pour ce travail de mémoire !

Je n'oublie pas mes amies proches qui se sont montrées fidèles et ont ainsi témoigné de leur soutien. Je leur suis reconnaissante pour les encouragements, leurs conseils et leurs

nombreuses attentions durant ces quelques mois. Merci à Caroline, Catrina, Sophie, Marielle, Eliette, Lucile, Léa, Laurence, et Laure tout particulièrement.

Mes pensées vont bien évidemment vers mes proches qui n'ont cessé de croire en moi tout au long de mes 6 années d'études. Le soutien et la confiance qu'ils m'ont tout particulièrement manifestés durant ces derniers mois ont été une force pour moi et je leur suis très reconnaissante ! Merci à mes parents et mes sœurs de s'être toujours intéressés à ce qui me tenait à cœur pendant mes études, de m'avoir réconfortée dans les moments de doutes et de m'avoir encouragée à persévérer dans mes études malgré les difficultés rencontrées. Merci en particulier à ma maman pour sa patience et le temps qu'elle m'a accordé pour la relecture de ce qui sera mon dernier dossier universitaire (pour le moment).

Enfin, last but not least, merci Zachary pour ton soutien précieux et ta bienveillance, merci de m'encourager à aller de l'avant et de prendre soin de moi.

Sommaire

REMERCIEMENTS	6
SOMMAIRE	8
INTRODUCTION	10
PARTIE1. CONCEPTUALISATION ET APPORTS THEORIQUES	12
CHAPITRE 1. POUR UNE SOCIOLOGIE AU SERVICE DE L'ALIMENTATION.....	13
1. <i>Présentation de concepts et définitions</i>	13
2. <i>Jeunes et alimentation</i>	21
3. <i>Conclusion</i>	30
CHAPITRE 2. L'ALIMENTATION DU POINT DE VUE DES POLITIQUES PUBLIQUES	30
1. <i>La santé par l'alimentation : le rôle des politiques publiques</i>	31
2. <i>L'alimentation au carrefour de différents programmes politiques</i>	34
CHAPITRE 3. L'ACCOMPAGNEMENT AU CHANGEMENT DE LA THEORIE A LA PRATIQUE	44
1. <i>Accompagnement au changement, de quoi parle-t-on ?</i>	44
2. <i>De la persuasion à l'engagement, tout un processus !</i>	52
3. <i>En route vers le changement !</i>	59
PARTIE 2. PROBLEMATISATION, HYPOTHESES ET METHODOLOGIE	64
CHAPITRE 1. PRESENTATION DE LA STRUCTURE D'ACCUEIL	65
1. <i>Travailler au sein de la DRAAF</i>	65
2. <i>Présentation du territoire d'étude</i>	70
CHAPITRE 2. PROBLEMATIQUE ET HYPOTHESES.....	75
1. <i>Problématisation de la commande</i>	76
2. <i>Annonce des hypothèses</i>	81
3. <i>Quelle méthodologie déployée ?</i>	91
1. <i>Recours aux outils sociologiques qualitatifs</i>	91
2. <i>« Alimentation, jeunes et territoires », une journée pour se rencontrer, partager, échanger et innover</i>	101
3. <i>Conclusion</i>	109
PARTIE 3. ANALYSE GLOBALE DE L'ETUDE ET PRECONISATIONS	110
CHAPITRE 1. RETOURS SUR LES HYPOTHESES	112
1. <i>A propos de l'hypothèse 1</i>	112
2. <i>Retour sur l'hypothèse 2</i>	124

3. Retour sur l'hypothèse 3	135
CHAPITRE 2. ELEMENTS DE REPONSE A LA PROBLEMATIQUE	144
1. Retour sur la problématique	145
2. Quelques préconisations pour le commanditaire.....	150
3. Conclusion	155
CHAPITRE 3. RETOURS SUR L'ETUDE.....	156
1. Les limites.....	156
2. Les apports	157
3. Les points d'améliorations	158
4. Conclusion	159
CONCLUSION	160

Introduction

L'année passée j'ai eu l'occasion de travailler sur l'éducation alimentaire de la jeunesse au travers d'un stage de 4 mois réalisé au sein de la Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Forêt (DRAAF) Auvergne-Rhône-Alpes. L'objectif était alors de faire un état des lieux des situations et actions menées sur le thème de l'alimentation à l'égard de la jeunesse (enfance, adolescence, jeunes adultes), et ce quelle que soit l'approche privilégiée : culturelle, environnementale, sociale, nutritionnelle, agricole, sensorielle... De ce travail est ressorti, outre le fait que bon nombre d'acteurs différents intervenaient sur cette thématique (associations, institutions, Education Nationale, services de l'Etat en santé ou social, élus et collectivités, offices de tourisme...) et ce dans des contextes variés (temps scolaire/périscolaire, atelier santé ville, politique de la ville...), que la plupart des actions menées concernaient les enfants. Se pose alors la question de la pérennité et de la portée des messages qui leur sont délivrés une fois les portes du collège franchies.

L'adolescence étant une période considérée comme ambivalente (tensions entre les désirs d'autonomie du jeune et la peur des responsabilités) et ce public souvent considéré comme réticent et en opposition à ce qui peut lui être proposé de la part d'adultes (dans le domaine de l'alimentation ou autre), peu d'actions de sensibilisation à l'alimentation leur sont proposées. Suite à ce constat (DRAAF, 2018), il s'est révélé intéressant de se pencher sur leurs représentations et leurs pratiques en matière d'alimentation ainsi que sur la manière de les sensibiliser à une alimentation durable.

« Les adolescents ne sont pas des patients comme les autres en raison de leur statut mal défini, entre enfant et adulte, de leurs attitudes mais aussi des préjugés dont nous sommes porteurs. Le soin aux adolescents soulève les questions de l'intimité, de la place accordée aux parents, de la confidentialité et de l'autonomie [...] La difficulté pour le praticien n'est donc pas d'entrer en relation avec l'adolescent mais plutôt de le rejoindre sur ses propres préoccupations. Changer son comportement alimentaire est parfois souhaitable mais restera vœu pieux si l'on se borne à lui expliquer ce qu'il faut qu'il fasse ».

De cet extrait du document « *Changer le comportement alimentaire des adolescents : comment les motiver ?* » de l'Unité de médecine de l'adolescent au Centre Hospitalier Sud Francilien¹, nous pouvons retenir plusieurs éléments nous permettant de mieux appréhender la question de l'accompagnement au changement envers les adolescents : la mise en garde contre les prérequis que nous avons en tant qu'adultes à leur égard, et en ce qui nous concerne, sur leur alimentation, leur désir d'autonomie et la posture d'accompagnant (qui doit plutôt être dans la collaboration que dans l'imposition de règles à suivre).

Ces différents items seront abordés tout au long de ce mémoire avec comme objectif de mieux saisir les raisons et les enjeux d'un accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes. Ceci pour repérer des freins et leviers au changement dont pourrait se saisir tout acteur souhaitant travailler sur une telle thématique.

Ainsi, nous exposerons dans un premier temps quelques concepts et principes phares en sociologie et psychologie sociale auxquels nous avons eu recours pour mener notre réflexion. Nous nous intéresserons également à l'environnement de l'adolescent et nous attacherons à étudier ses attentes, ses envies, son mode de fonctionnement et son rapport à l'alimentation afin de mieux saisir l'intérêt de travailler sur un tel sujet. Les politiques publiques et plans d'action mis en place en France en matière de sensibilisation à l'alimentation seront également au programme de cette première partie.

Après avoir présenté le contexte dans lequel s'inscrit notre étude, nous présenterons la problématique et les hypothèses qui ont orienté notre travail au cours de ces 6 derniers mois ainsi que la méthodologie de recherche adoptée.

Enfin, nous clôturerons ce mémoire en présentant ce qu'il ressort de notre étude expérimentale : quels éléments de réponse aux hypothèses et à la problématique, quelles préconisations et axes de travail pour le commanditaire, quelle suite à une telle réflexion ?

L'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes étant une thématique vaste et complexe, les éléments présentés dans ce mémoire ne sont en aucun cas exhaustifs et demanderaient très certainement à être approfondis dans le cadre d'une recherche plus longue.

¹ Rouget Sébastien. *Changer le comportement alimentaire des adolescents : comment les motiver ?*, 2013, 6 p. [en ligne]. Disponible sur : https://www.hug-ge.ch/sites/interhug/files/structures/enfant_et_adolescent/documents/changer_comportement_alimentaire.pdf. (Consulté le 04/09/2018).

Partie 1. Conceptualisation et apports théoriques

Dans cette première partie, nous nous intéresserons aux principales théories et concepts sociologiques permettant de dessiner les contours du sujet et de fournir les clés nécessaires pour saisir les enjeux de ma réflexion et les questionnements qui la sous-tendent (alimentation et jeunes, processus de socialisation, politiques publiques de l'alimentation, prévention et sensibilisation, accompagnement au changement et quid de la légitimité, de l'éthique...). De par sa complexité, l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires de la jeunesse renvoie à différentes disciplines. La psychosociologie, la psychologie et la sociologie sont les principales que j'ai mobilisées dans le cadre de ma réflexion et que je vous propose de découvrir au cours des trois prochains chapitres.

Chapitre 1. Pour une sociologie au service de l'alimentation

Ce premier chapitre a pour objectif d'exposer les grands concepts théoriques sociologiques auxquels j'ai eu recours à la fois pour problématiser mon sujet de stage et également pour mener ma réflexion sociologique sur l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes.

Trois parties composent ce chapitre. La première, plutôt générale en terme d'approche, est dédiée à la définition de quelques notions propres à la sociologie de l'alimentation. La seconde est davantage axée sur le mangeur, et en particulier le jeune comme il constitue notre public cible (nous préciserons ici ce que nous entendons par « jeunes »). Enfin, le premier chapitre se termine avec un focus sur l'alimentation et la consommation : les influences et manières de faire son alimentation spécifiques aux jeunes, ceci pour mieux saisir les enjeux de notre questionnement.

1. Présentation de concepts et définitions

La sociologie de l'alimentation est une discipline qui fait appel à des notions bien particulières (statut bio-culturel du mangeur, modèle alimentaire, identité, culture, valeurs, normes sociales...) qu'il semble nécessaire de présenter et de rappeler pour une meilleure compréhension.

Ayant exploré certains de ces concepts dans mon mémoire de Master 1, je me suis permis de reprendre une partie de mon travail fait l'année passée tout en le complétant avec les connaissances acquises depuis (Soulier, 2017).

1.1. ... Autour de l'alimentation

Le Professeur Jean Trémolière, celui que l'on considère comme le père de la nutrition moderne en France², affirmait que « *l'homme est probablement consommateur de symboles autant que de nutriments* ». Autrement dit, l'alimentation ne renvoie pas seulement à la dimension nutrition-santé mais se retrouve au carrefour d'autres thématiques comme la culture, le patrimoine, l'identité, la découverte, le partage, la convivialité... Des facettes que nous allons maintenant présenter.

1.1.1. Le statut bio-culturel du mangeur

Les sociologues Jean-Pierre Poulain et Claude Fischler ont longuement travaillé sur la notion de « statut bio-culturel du mangeur » montrant ainsi la complexité du statut alimentaire de l'homme. En effet, l'alimentation répond à un triple besoin impliquant le biologique puisqu'il est nécessaire de fournir à l'organisme les éléments qu'il ne peut ni synthétiser ni stocker ; l'hédonique dans la mesure où l'acte alimentaire est source de plaisir (plaisir gustatif mais aussi plaisir de cuisiner, plaisir d'être ensemble, de partager, de découvrir ...) ; et également la dimension de partage comme l'alimentation est créatrice de lien social et qu'elle permet de transmettre ou de faire découvrir les valeurs d'une culture et est intimement liée à la convivialité (Fischler, 2001).

L'inscription du repas gastronomique des Français au Patrimoine Immatériel de l'Humanité à l'UNESCO (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization) en 2010 est un bel exemple mettant en lumière l'importance de l'alimentation et la place prégnante qu'elle occupe dans la société française. Le dressage de la table, l'ordonnance des plats ainsi que le choix des produits et la manière de les préparer mais aussi la convivialité et les occasions festives rassemblant les Français autour de la table sont des paramètres tout aussi importants et nécessitent d'être pris en compte pour saisir le prestige accordé au repas en France.

Retenons de ces observations que manger, c'est se nourrir, mais c'est aussi partager, découvrir et transmettre (Ory, 2013).

² CERIN. Le Pr Jean Trémolières (1913-1976), *L'origine de la nutrition française [en ligne]*. Disponible sur <http://www.cerin.org/actualite-scientifique/le-pr-jean-tremolieres-1913-1976-l-origine-de-la-nutrition-a-la-francaise.html> (Consulté le 30/03/2018).

1.1.2. Quand la culture modèle l'alimentation

Comme l'exposent Poulain et Fischler, de nombreux facteurs socio-culturels entrent en jeu dans la décision alimentaire comme la manière de s'approvisionner, de cuisiner, de manger mais aussi les goûts et dégoûts alimentaires... Cet ensemble de normes, propres à chaque culture, encadre l'acte alimentaire en laissant toutefois au mangeur un espace de liberté nécessaire à la mise en œuvre de processus d'expressions identitaire et de créativité, mais aussi à la transmission des valeurs de la société. L'influence de ces nombreux paramètres nous amène à reconnaître que « *l'homme ne mange pas des nutriments, mais des aliments cuisinés et assemblés entre eux dans le cadre de menus et consommés au cours d'évènements sociaux que l'on appelle des repas* » (Poulain, Fischler, 2015).

Bien que l'homme soit omnivore, il ne peut cependant consommer que des aliments socialement et culturellement acceptés. En effet, au travers de l'acte alimentaire, l'homme mange des signes, des règles, des codes et les lois et lorsqu'il consomme des aliments il incorpore aussi de la mémoire et de l'histoire, mobilisant ainsi son imaginaire (Lardellier, 2013 ; Fischler, 2001). En amont de la consommation et de la préparation alimentaires, l'homme doit choisir. Confronté au large panel de produits alimentaires qui lui sont proposés, dans notre société actuelle, le poids des représentations symboliques que le mangeur se fait des aliments, de leurs qualités et de leurs actions réelles ou supposées entrent en jeu et l'incitent à se diriger vers tel produit plutôt qu'un autre et oriente ainsi ses choix alimentaires. La nourriture est donc porteur de sens en racontant des histoires (venant de plus ou moins loin suivant les produits) qui, tour à tour, séduisent, effrayent, fascinent ou attirent.

1.1.3. Modèle alimentaire, de quoi parle-t-on ?

Jean-Pierre Poulain considère le modèle alimentaire comme « *une configuration particulière de l'espace social alimentaire* ». Autrement dit, cet outil correspond à un ordre du mangeable particulier (qu'est-ce qui, dans une culture donnée et à une époque donnée, est considéré comme mangeable ou non), à un système alimentaire se référant lui-même à l'ensemble des processus allant de la production à la distribution des aliments, également à un système culinaire qui répertorie les diverses opérations techniques et symboliques par lesquelles un aliment est socialement mangeable, à un modèle de consommation faisant référence aux manières de table, à l'organisation des repas, ... et enfin à une temporalité alimentaire (temps quotidiens, mensuels et annuels de l'alimentation).

Au vu de cette définition, les modèles alimentaires ne sont pas figés dans le temps mais varient d'un espace culturel à l'autre et également au sein même d'une société. Ils se transforment aussi au cours des époques et des générations. Ces modifications sont le fruit des contraintes biologiques, de l'exploitation des ressources naturelles mises à disposition des hommes, de l'évolution des connaissances (scientifiques, environnementales, culturelles...) ainsi que des variables physiologiques dont dépendent les mangeurs.

Il est à noter que les modèles alimentaires préexistent aux enfants dans la mesure où ces derniers ont besoin de partir d'un existant pour ensuite construire et modeler par eux-mêmes leur répertoire alimentaire. La transmission des codes et habitudes se fait de manière descendante et générationnelle. Toutefois, comme nous le développerons dans la suite de ce chapitre, il n'est pas exclu qu'il y ait, pour reprendre les propos de Dupuy,

« Des modes de transmission horizontaux, entre pairs, au travers d'échanges de nourritures, de sociabilités fraternelles ou amicales à table, de réappropriations alimentaires dans l'entre-soi enfantin, du partage de goûts et répertoires enfantins permettant de renforcer les frontières générationnelles et de conforter vis-à-vis des adultes une différenciation ou une distinction », (Dupuy, 2014).

Les modèles alimentaires sont des outils permettant la différenciation interculturelle et intergénérationnelle mais sont aussi des éléments que peuvent mettre à profit les mangeurs pour affirmer leurs différences sociales ou en termes de goûts ou d'éducation. Ainsi, ces diverses caractéristiques sont bel et bien la preuve que les modèles alimentaires participent à la construction des identités (Poulain, 2002).

1.1.4. Conclusion

Nous l'avons vu, nourriture et culture sont fortement liées et interagissent de sorte que le comportement alimentaire de chaque individu en est impacté. Toutefois, la vision interactionniste que nous adopterons dans ce mémoire nous amène à également considérer l'homme comme acteur de son alimentation et à étudier comment il compose avec son environnement et ses habitudes pour se construire. C'est ce que nous allons aborder dans le point suivant.

1.2. ... Autour du mangeur

1.2.1. Les enjeux de la socialisation

La socialisation peut être définie comme un ensemble d'étapes par lesquelles l'individu se construit, est formé, modelé, transformé par la société et l'environnement dans lesquels il évolue. C'est au cours de la socialisation qu'il incorpore et fait siennes des façons de penser et d'être qui sont socialement encadrées et tolérées (Darmon, 2010). On peut également concevoir la socialisation comme une dynamique de construction, déconstruction et reconstruction des identités dans la mesure où l'homme évolue dans des environnements différents exerçant sur lui des influences diverses au cours de son existence (Dubar, 1991 ; Dupuy et Watiez, 2012) et déterminant en partie son/ses comportements et pratiques alimentaires. Ainsi ce processus permet au mangeur de développer des goûts, des savoirs, des représentations et des comportements alimentaires l'amenant à s'adapter aux modes alimentaires de son groupe socio-culturel (Dupuy et Watiez, 2012).

1.2.2. Divers contextes d'apprentissages

Dans le quotidien d'un jeune, plusieurs situations de socialisation en matière d'alimentation s'offrent à lui (famille, école, influence des pairs, voyages...). Tout autant de contextes qui vont exercer une influence différente sur le jeune et impacter son comportement alimentaire. Ces situations d'apprentissage sont aussi l'occasion pour les adolescents d'affirmer leurs différences par rapport à l'éducation alimentaire reçue et de modeler leur répertoire alimentaire en conséquence.

Nous présenterons rapidement quelques-unes de ces influences, celles que nous avons retenues étant celles de la sphère familiale et du groupe des pairs.

Influence de l'éducation

Dans notre société moderne, les habitudes alimentaires des jeunes sont considérées comme des situations propices au développement de leur autonomie et de leur liberté et capacité à choisir. Les parents doivent aujourd'hui composer entre l'impératif d'accompagner leurs enfants vers l'autonomie et la responsabilisation de leurs actes et le souci de leur garantir une alimentation saine, variée et équilibrée... Ce qui rend encore plus complexe l'éducation en matière d'alimentation à la fois dans la manière de la penser mais aussi de la vivre (Dupuy, 2014).

D'après De Singly, « *aujourd'hui, la famille tend à privilégier la construction de l'identité personnelle* » (De Singly, 2000). D'autres auteurs en viennent à cette même conclusion affirmant que « *l'autorité parentale semble toujours s'exercer mais dans le souci du respect de l'épanouissement du jeune* » (Cicchelli, 2000 et 2001). Ainsi, laisser les jeunes faire leurs propres choix alimentaires tout en leur ayant transmis des codes et valeurs (liées à la mémoire, à la culture, aux traditions familiales...) semble garantir un cadre alimentaire serein, propice aux échanges et aux partages mais aussi à la réflexivité sur ses propres pratiques (Dupuy, 2014). Ce contexte serait favorable à ce que Fize appelle un « *bricolage éducatif* » (Fize, 1990), les parents tenant compte de la diversité des situations de socialisation de leurs enfants dans leur manière de transmettre et de vivre l'alimentation.

Influence des pairs

Le collège est un lieu particulier pour les adolescents. En effet, de nombreuses choses s'y jouent, à l'abri du regard parental, et peuvent influencer leur comportement. C'est à la fois un lieu d'apprentissage et de sociabilité dans la mesure où « *le groupe de pairs revêt une importance majeure* » (Maurice, 2013). En effet, c'est en comparant ce que ses camarades consomment (types de produits, lieux d'approvisionnement, fréquence de consommation), que le jeune aura l'occasion de remettre en question le modèle alimentaire reçu, goûter, tester et expérimenter de nouvelles pratiques et produits jusqu'alors méconnus. Un tel comportement à l'égard de l'alimentation est, pour les jeunes, garant de leur intégration dans le groupe auquel ils appartiennent ou dont ils voudraient faire partie.

Il est à noter que l'adolescence est une période bouleversante pour les jeunes dans la mesure où ils voient leur corps changer, et ce à une allure différente de leurs amis. Prendre en compte ce processus de maturation permet de bien comprendre le rapport qu'entretiennent les jeunes avec leurs pairs : « *le rapport au groupe de pairs est donc tout particulier à ce moment précis du cycle de vie, au cours duquel les enfants deviennent des adolescents et se différencient les uns des autres par leur degré de maturité* » (Maurice, 2013).

Un point qu'il ne faut pas oublier est le fait que les adolescents construisent aussi leur identité au travers des réseaux sociaux qui sont des lieux virtuels de réalisation de soi. *Snapchat, Instagram* ou *Facebook* sont des plates-formes très investies par les jeunes « *qui se conçoivent comme des espaces de réalisation de « jeux de langage » qui, sans visée nécessairement instrumentale, permettent de cultiver une sociabilité de tous instants* » (Aey et Salerno, 2015). D'après une étude réalisée par le Centre Permanent pour la Citoyenneté

et la Participation (CPCP) de Belgique en 2016, les médias sociaux sont considérés comme une source d'informations fiable et infinie, ces derniers « *peuvent donc être des outils pédagogiques qui suscitent l'interaction et l'apprentissages par les pairs* ». Ce sont aussi des moyens de communication très prisés par les jeunes d'aujourd'hui. En effet, via internet, les jeunes peuvent mettre en avant ce qu'ils mangent et avec qui ils le font, s'informer sur tels ou tels produits ou pratiques et partager les informations recueillies avec leurs contemporains mais également se comparer, s'affirmer et se différencier par rapport aux autres mangeurs. Un terrain virtuel propice à l'éducation par les pairs qu'il convient de garder à l'esprit dans la suite de notre étude.

Ainsi, manger revêt bien plus de significations que simplement se nourrir. L'acte alimentaire est synonyme de convivialité et d'intégration sociale comme le précise Jean-Pierre Corbeau : « *les consommer [les produits alimentaires spécifiques aux jeunes]³ permet d'être inclus au sein d'un groupe de convivialités avec ses pairs* » (Corbeau, 2005). De la sorte, le groupe représente pour les jeunes un élément déterminant dans la construction de leur identité, et donc dans leur cycle de vie... ce qui comprend, nous l'avons vu dans la partie précédente, l'alimentation.

La prise en compte de ces éléments dans la conception du jeune et de son rapport à l'alimentation est donc essentielle pour nous aider à comprendre les pratiques alimentaires des jeunes et le sens qu'ils leur donnent sans être dans le jugement pour pouvoir repérer ensuite les leviers d'action sur lesquels s'appuyer pour encourager un changement dans leur alimentation.

1.2.3. Se construire en mangeant⁴

Comme nous l'avons vu précédemment, l'alimentation n'est pas figée dans le temps et les modèles alimentaires sont susceptibles de bouger au fil des expériences et des découvertes, participant ainsi à la construction identitaire des mangeurs. Nous proposons ici quelques concepts clés en la matière permettant de mieux appréhender et saisir en quoi les contextes de vie et renforcent l'aspect pluriel de l'alimentation... ainsi que celui de l'identité.

³ Propos ajoutés par l'auteur

⁴ Tibère Laurence. *Socio-anthropologie de l'alimentation. Eléments d'introduction*. Cours de Master 2 SSAA, ISTHIA, Université Toulouse Jean-Jaurès, 2017.

Le triangle du manger

Ce concept proposé par le sociologue Jean-Pierre Corbeau est largement exploité lorsque l'on étudie les pratiques alimentaires dans la mesure où cet outil permet de mieux saisir les différents paramètres entrant en interaction lors de la décision alimentaire.

Les trois sommets de ce triangle, en perpétuel mouvement dans le temps et l'espace, correspondent respectivement à un mangeur spécifique consommant un aliment également identifié et porteur de significations dans une situation particulière. Tous les mangeurs, quels que soient leur âge, leur sexe ou leur milieu socio-culturel, s'inscrivent dans ce « triangle du manger ». Ainsi, en fonction des individus, des contextes sociaux dans lesquels les repas sont partagés et également en tenant compte des aliments dont ils disposent, « *la sociabilité peut être totalement dominée par la socialité, voire confondue avec elle, ou bien le poids de la socialité peut s'affaiblir et permettre à la sociabilité de devenir créatrice de nouveaux sens et de nouvelles pratiques* » (Corbeau, 1997 ; Poulain, 2013). En d'autres termes, suivant les différents paramètres du triangle du manger, l'individu dispose d'une marge de liberté plus ou moins importante quant à ses pratiques alimentaires. S'il se trouve dans une situation de repas plutôt cérémoniel avec des plats qui lui sont imposés, le mangeur n'a d'autre choix que de manger ce qui lui est proposé (la sociabilité, ou espace de liberté de l'individu, est alors dominée par la socialité, c'est-à-dire, l'ensemble des règles et des normes encadrant l'acte alimentaire). A l'inverse, l'individu pourra laisser libre cours à son imagination et à sa créativité en faisant des associations inédites s'il se trouve dans un contexte détendu avec un plus grands choix de produits mis à sa disposition.

Ce constat amène Jean-Pierre Corbeau à considérer le mangeur comme un individu pluriel puisqu'il est en mesure d'adapter son comportement et ses pratiques alimentaires aux circonstances dans lesquelles est pris le repas, tout en tenant compte des facteurs socio-éco-culturels. Cette relation triangulaire permet de mieux appréhender la complexité de l'alimentation. Les pratiques alimentaires des mangeurs ne peuvent s'expliquer qu'en prenant en compte chacun des trois pôles du « triangle du manger » (Corbeau, 1997 ; Poulain, 2013).

La feuille de papier

Pour mieux appréhender ce caractère pluriel du mangeur, on peut mobiliser les travaux de Bernard Lahire autour de la métaphore du pli aussi appelée plissement du social.

Dans son ouvrage *L'homme pluriel* (1998), il propose de considérer l'espace social dans l'ensemble de ses dimensions (sociale, culturelle, économique, politique, religieuse, familiale, morale, sexuelle, ...) sous la forme d'une feuille de papier dépliée. Ainsi, l'auteur compare chaque individu à une feuille de papier froissée, pliée, chiffonnée et montre par là qu'il est le résultat « *d'une multiplicité d'opérations de plissement (ou d'intériorisation), ce qui se caractérise par la multiplicité et la complexité des processus sociaux, des dimensions sociales, des logiques sociales, ... qu'il a intériorisés* ». L'ensemble de ces processus sociaux tout aussi différents les uns que les autres et repliés tantôt d'une manière, tantôt d'une autre suivant les circonstances, rendent l'homme complexe à étudier. Ces différentes logiques assemblées et pliées, « chiffonnées » poussent l'individu à adapter son comportement aux diverses situations qu'il peut rencontrer. (Lahire, 2011)

On peut comparer l'ensemble du répertoire alimentaire du jeune (fruit de son éducation, histoire personnelle, goûts, influence des pairs ...) à une feuille de papier dépliée. Suivant les circonstances de commensalité dans lesquelles il se situe, il aura recours à telle partie ou telle autre de la feuille de papier et ne dévoilera donc pas l'ensemble de son répertoire alimentaire mais seulement certaines facettes.

Conclusion

Suite à ces observations, il ressort que les jeunes doivent composer avec plusieurs situations de commensalité qui leur permettent de s'exprimer plus ou moins librement et au cours desquelles leur relation à l'alimentation diffère ; sans oublier que la diversité des situations d'apprentissages et de socialisations qui viennent nourrir, modeler et façonner leur manière de vivre l'alimentation au cours du temps et des expériences de vie. Un point important à prendre en compte dans le cas de notre étude dans la mesure où il importe de s'intéresser à leurs comportements dans chacun de ces contextes (en famille, entre pairs, seul...) pour considérer le jeune dans son intégralité et mieux comprendre le sens qu'il donne à ses actions.

2. Jeunes et alimentation

Nathalie Rigal s'est beaucoup intéressée aux liens entre les goûts et dégoûts alimentaire et l'identité culturelle. A partir de ses travaux, elle développe l'idée que la manière dont l'individu pense les aliments fonde son identité culturelle. En reprenant cette observation, nous pouvons nous demander quelles sont les caractéristiques de la culture

alimentaire propre aux adolescents et étudier plus en profondeur à leur manière de vivre et de faire l'alimentation aujourd'hui⁵.

Il convient en premier lieu, de définir plus précisément qui sont les « jeunes » auxquels nous nous intéressons avant de nous arrêter sur le contexte de modernité alimentaire dans lequel ils évoluent et qui contribuent à façonner et modeler leur manière de faire l'alimentation.

2.1. Comment définir les « jeunes » ?

Dans le cas de notre travail, nous nous intéresserons à la classe d'âge 11-15 ans, autrement dit aux jeunes collégiens. Ce parti pris fait suite à la commande de l'organisme d'accueil et à la volonté des élus politiques du territoire où a démarré le projet de recherche-action. En effet, une dynamique au niveau des actions de sensibilisation à l'alimentation étant déjà bien présente en ce qui concerne le milieu de l'enfance (niveau primaire), le souhait de la collectivité est de permettre aux enfants déjà sensibilisés, de continuer à être en lien avec des projets sur l'alimentation pour cultiver leur curiosité et leurs connaissances une fois arrivés au collège... puis au lycée. Nous aurons l'occasion de revenir sur les objectifs de la commande et le contexte du lieu d'étude plus dans la partie suivante.

Les indicateurs les plus souvent utilisés pour parler des adolescents et identifier les personnes appartenant à cette classe d'âge sont ceux relatifs aux transformations corporelles. On peut également s'appuyer sur les nouvelles formes de libertés qui leur sont accordées par leur famille (au niveau de leurs pratiques culturelles et/ou sociales), les encourageant dans leur recherche d'autonomie (Mathiot, 2017). Retenons aussi que les marqueurs de différence (par rapport à la catégorie plus jeune ou plus âgée) font souvent partie du quotidien informel, « *dans des usages sociaux insignifiants d'un point de vue extérieur, mais qui revêtent un sens certain pour les acteurs concernés* » (Mathiot, 2017). L'alimentation étant un terrain fortement exploité dans ce domaine.

François De Singly, dans son ouvrage *Les Adonnaissants* (2006), traite de la classe de la classe d'âge au sortir de l'enfance mais pas encore considérée comme adolescents (11-13 ans). Ce qui caractérise ces individus, qu'il nomme « adonnaissants », est « *l'enjeu de trouver sa place entre le petit que l'on ne veut plus être et le grand qu'il est trop tôt de*

⁵ Tibère Laurence. *Socio-anthropologie de l'alimentation. Eléments d'introduction*. Cours de Master 2 SSAA, ISTHIA, Université Toulouse Jean-Jaurès, 2017

devenir »... il leur faut alors faire la découverte de l'autonomie ou ce que De Singly considère comme « *la construction personnelle de son monde* » (De Singly, 2006). Retenons de cette définition que la classe d'âge à laquelle nous nous intéressons est en quête de sens et d'affirmation de soi... ce qui, nécessairement, a des répercussions sur son comportement alimentaire comme nous l'indique Brillat-Savarin au travers de sa citation « *dis-moi ce que tu manges et je te dirai qui tu es* ».

Ainsi, lorsque nous parlerons des jeunes ou des adolescents dans la suite de ce document, nous ferons donc référence aux individus âgés de 11 à 15 ans aux caractéristiques complexes. Les contours de notre public cible étant posés, intéressons-nous maintenant aux enjeux liés à l'alimentation qui leur sont spécifiques.

2.2. Le jeune face à la modernité alimentaire

Notre façon de penser l'alimentation aujourd'hui est bien différente de celle de nos ancêtres ou plus proches de nous, de nos parents ou grands-parents. L'évolution des sociétés, des valeurs et des normes structurant la culture dont nous sommes empreints, ainsi que la modification des enjeux et priorités liés à l'alimentation en sont responsables. Aussi, il est normal que les jeunes d'aujourd'hui aient un rapport à l'alimentation qui diffère de celui que nous avons à leur âge.

Quelles sont donc les problématiques auxquelles doivent faire face les jeunes pour construire leur identité et leurs préférences alimentaires ?

2.2.1. Des discours alimentaires dissonants...

Cela n'a échappé à personne qu'aujourd'hui bon nombre de messages sur l'alimentation sont diffusés, quelques soient les canaux (télévision, radio, internet, réseaux sociaux...) et les sources (sphère médicale, politiques publiques, industriels, associations de consommateurs...). Les priorités et enjeux de chacun n'étant pas les mêmes, les informations en arrivent parfois à se court-circuiter et se contredire. Pensons par exemple au milieu de la santé qui prônent une alimentation saine et équilibrée au côté des industriels qui ne cessent de vanter leurs nouveaux produits toujours plus gourmands et appétissants, de certains consommateurs défendant vigoureusement une alimentation végétarienne ou des produits locaux pour encourager les agriculteurs du territoire... Face à tous ces messages, il est bien normal que le mangeur se sente « perdu » : quel sens donner à mon alimentation ? Qui écouter ? Comment mettre tel conseil en application... ? Sans compter le poids de

l'éducation reçue, les divergences culturelles de chacun, le temps que nous accordons à l'alimentation et l'intérêt que nous lui portons...

Cacophonie alimentaire ou « gastro-anomie » (Fischler, 2001), le constat est le même. L'individu se trouve aujourd'hui au carrefour d'idées portant sur la thématique alimentation bien différentes qui, par manque de cohérence entre elles et par le caractère « descendant » (l'information ne vient pas des mangeurs eux-mêmes, mais des différents acteurs composant la société à laquelle il appartient), conduisent à une perte des repères et des normes sociales alimentaires. La modification des modes de vie et des habitudes ont largement contribué à la construction d'un tel environnement.

2.2.2. ... Une forte individualisation de l'alimentation...

Autrefois, l'alimentation était régie et organisée selon des phénomènes naturels, économiques ou culturels qui aujourd'hui ont nettement moins de prise sur les consommateurs. Pensons à l'alternance des productions et cultures suivant les saisons (les repas étaient sûrement moins diversifiés mais les consommateurs mangeaient les produits qui étaient à leur disposition à tel ou tel autre moment de l'année), aux ordonnances et fêtes religieuses (manger du poisson le vendredi, faire le Carême avant Pâques...), les rôles sociaux et activités professionnelles (dans les familles modestes, la femme était en charge de la préparation du repas alors que l'homme avait pour mission de pourvoir aux besoins financiers du foyer)... sont tout autant de paramètres qui contribuaient à ce que le repas soit culturellement encadré et structuré (nombre de prises alimentaires, fréquence des repas...). Il était rare que l'individu se retrouve seul face à son assiette. Bien souvent l'alimentation se vivait à plusieurs et le repas était l'occasion de se retrouver et de partager ce que les uns et les autres avaient fait la journée.

La société du 21^{ème} siècle semble bien éloignée de ces principes. Sans rentrer dans les détails, plusieurs événements sociaux (mai 68 avec le renversement de certains codes et normes, avènement du féminisme, génération 2000 avec l'informatique, l'avancée des nouvelles technologies, des découvertes scientifiques...) ont peu à peu conduit l'individu à bénéficier d'une grande liberté en matière d'alimentation. Que ce soit concernant les lieux d'approvisionnement (marchés, supermarchés, restauration rapide, boulangeries, restaurant d'entreprise, livraisons à domicile...), le panel de l'offre alimentaire qui s'est largement étoffé (produits du monde entier, transformés, diététiques, compléments alimentaires... sans compter la grande variété au sein des produits dits « standards » comme les yaourts ou le

jambon : nature, bio, allégé en tel nutriment, signes de qualité..), les horaires de repas (travail de jour ou de nuit, possibilité d'acheter de quoi manger à toute heure du jour ou de la nuit), les contextes de prises alimentaires (au domicile... et pas uniquement dans la cuisine ou à l'extérieur, seul ou entre pairs, en famille ou avec des collègues)... Tout autant de situations qui permettent de vivre l'alimentation de manière différente et qui invite l'individu à faire des choix au moins trois fois par jour (la norme des trois repas par jour étant toujours plus ou moins présente dans l'esprit des Français)⁶ (Sabbagh, Etiévant, 2012).

Cette liberté est certes un réel plus quant à l'ouverture culturelle et la découverte d'autres environnements alimentaires, mais elle est également source d'incertitudes dans la mesure où c'est au mangeur de sélectionner ses propres critères l'amenant à choisir tel ou tel produit parmi une « *cacophonie de critères proposés, souvent contradictoires ou dissonants* » (Fischler, 2001). De plus en plus seul face à l'alimentation, il devient responsable de ses décisions et in fine des impacts que celles-ci auront sur lui, tant au niveau de sa santé, que de sa culture, de son identité... (Dupouy, 2012).

2.2.3. ... Et un contexte anxiogène

Au cours de ces dernières années, plusieurs scandales et controverses ont ponctué l'actualité alimentaire : la crise de la Vache Folle (1996), la grippe aviaire-H5N1 (2005), la grippe porcine-1H1N1 (2009), ou encore le concombre tueur (2011), la fraude de la viande de cheval (2013), et plus proche de nous, l'affaire des œufs au Fipronyl (2017). Ces divers événements ont eu pour conséquences d'éveiller et d'accentuer la méfiance du consommateur face à l'offre alimentaire, de provoquer un sentiment de trahison chez le mangeur qui ne peut finalement pas faire confiance aux indications présentes sur l'emballage et de contribuer à une approche plutôt sanitaire et hygiéniste de l'alimentation, occultant les autres aspects tels que la convivialité, le partage, la tradition ou encore la plaisir (citons le débat sur les produits laitiers à base de lait cru par exemple⁷).

Ce contexte d'inquiétude alimentaire et de méfiance vis-à-vis de la nourriture n'est malheureusement pas propice à la découverte de nouveaux produits et renforce le poids des habitudes. Ainsi, la manière dont les adolescents font leur alimentation est empreinte de ce

⁶ INRA, Grignon Claude, Grignon Christiane. *Sociologie des rythmes alimentaires [en ligne]*. Disponible sur : <https://www.google.com/search?q=sociologie+des+rythmes+alimentaire+grignon&ie=utf-8&&oe=utf-8>. (Consulté le 20/08/2018).

⁷ Libération. *C'est le camembert de Normandie AOP au lait cru qu'on assassine [en ligne]*. Disponible sur www.liberation.fr/debats/2018/05/14/c-est-le-camembert-de-normandie-aop-au-lait-cru-qu-on-assassine_1650011. (Consulté le 24/08/2018).

contexte et on peut se demander si l'anxiété alimentaire n'est pas un frein, ou du moins n'interfère pas avec les discours encourageant une alimentation durable (produits locaux non industrialisés, système de traçage alimentaire différent...)^{8 9}.

2.3. Comment les jeunes perçoivent et vivent l'alimentation ?

Les adolescents constituant notre public cible, il convient de s'intéresser plus en profondeur à leurs motivations et pratiques alimentaires de manière à saisir par la suite, les enjeux de notre travail de recherche-action auprès des jeunes.

2.3.1. L'alimentation au carrefour de plusieurs enjeux

Partons du constat suivant : les jeunes se retrouvent à une période charnière de leur existence, entre influence de l'éducation parentale et volonté d'indépendance, de construire son propre répertoire alimentaire en tenant compte de ses goûts, de ses expériences, de ses envies, de la mode... D'après David Le Breton et Louis Mathiot, la jeunesse est considérée dans notre société moderne comme « *une période où l'individu parcourt des chemins parfois semés d'embûches Il explore des rôles dans le monde environnant* » (Mathiot, 2007). Pris dans une quête de sens et de valeurs, l'adolescent est à la recherche de ses marques.

Ainsi, l'alimentation va forcément se retrouver impactée dans la mesure où elle constitue un terrain d'exploration et d'expérimentation par les jeunes de leurs nouvelles habitudes alimentaires (rejet des normes éducatives, influence des pairs, produits alimentaires et situations de commensalité spécifiques aux jeunes...). Bien plus que se nourrir, les jeunes testent des nouvelles pratiques et construisent leur identité par leur manière de s'alimenter.

Quelles sont donc les pratiques spécifiques des jeunes en matière d'alimentation ? Quelles valeurs et normes les sous-tendent ? Comment l'alimentation est-elle révélatrice du désir d'autonomie des adolescents ? Autant de questions auxquelles nous tenteront d'apporter des réponses dans les points suivants.

⁸ Poulain Jean-Pierre. *Sociologie du risque*. Cours de Master 2 SSAA, ISTHIA, Université Toulouse Jean-Jaurès, 2017.

⁹ Barrey Sandrine. *Socio-économie de l'alimentation*. Cours de Master 2 SSAA, ISTHIA, Université Toulouse Jean-Jaurès, 2017.

2.3.2. La culture alimentaire adolescente

A la recherche de nouveaux territoires alimentaires

Les travaux de Louis Mathiot sur l'alimentation et l'adolescence (Mathiot, 2005), démontrent qu'autour du repas du jeune gravitent de nombreux enjeux et qu'il est le terrain idéal pour la création de nouveaux territoires pour l'affirmation de soi : « *influencée par l'empreinte familiale, sa quête de nouveaux territoires peut être en vue d'effacer provisoirement cette dernière. Il y a de multiples formes et de multiples chemins pour s'affirmer* » (Mathiot, 2007). Cette notion de territoire est, d'après l'auteur, importante à prendre en compte pour comprendre le rapport qu'entretient l'adolescent avec le monde « adulte » : « *il recompose son espace avec ses propres rituels et ses propres normes. Le lieu du repas peut être une source d'indépendance à ses yeux [...] Autour de cette pratique culturelle, le jeune a besoin de créer de nouveaux scénarios et de recomposer l'acte alimentaire* ». Lieu d'apprentissage et de construction de soi, le repas est aussi l'occasion de se prendre de la distance par rapport aux normes et valeurs reçues et/ou imposées et de démarquer des comportements des « adultes ».

Se détacher de l'éducation reçue...

L'alimentation adolescente, selon l'anthropologue Nicoletta Diasio,

« *Peut être envisagée comme l'éloignement de deux mondes sociaux – celui familial et celui de l'entre-soi enfantin – à travers un élargissement des expériences gustatives, une nouvelle liberté dans les modes et les lieux de consommation, une multiplication des sociabilités alimentaires* » (Diasio, 2014)

D'où le fait que les jeunes aient des pratiques alimentaires spécifiques. Cela illustre aussi leur désir d'autonomie et de construction d'un soi alliant modèle familial et modèle adolescent. Malgré tout, cette culture n'est pas dénuée de tout contrôle de soi comme le précise Louis Mathiot :

« *D'autres normes viennent s'imposer et encapsulent nombre de techniques du corps dans les rituels de consommation qu'il convient de suivre. Ne pas se salir en tenant le plat sur les genoux, avoir les bons gestes pour langer tel ou tel sandwich [...] sont tout autant de manières de manger qui répondent à des codes et des règles de bienséance fixés par le groupe de pairs. En d'autres termes, la non-conformation alimentaire des*

jeunes par rapport aux valeurs adultes va de pair avec une conformité nouvelle qui s'impose à celle ou celui qui entre dans la culture adolescente » (Mathiot, 2017).

Ce qui rejoint les propos de De Singly dans son ouvrage *Les Adonnaissants* : « *l'adonnaissant cherche en réalité à concilier son appartenance familiale avec son désir d'autonomie, en se construisant comme 'jeune' » (De Singly, 2006).*

Retenons ici que l'adolescent est en quête de sens et en pleine recherche de soi, ce qui se retrouve au travers du repas. On peut se demander si cette phase de « flou » dans le domaine alimentaire ne contribue pas à renforcer le contexte de gastro-anomie exposé plus en amont dans ce même chapitre. Les différentes normes auxquelles sont soumis les jeunes (manger pour se faire plaisir, pour respecter des codes de sociabilité entre pairs, pour honorer certains rituels comme les anniversaires, pour être en bonne santé...) sont souvent en tension entre elles.

Composer avec la multitude de discours portant sur l'alimentation

Comme l'exprime Nicoletta Diasio,

« Les pratiques enfantines et adolescentes constituent alors une cristallisation des contradictions de la société de consommation [...] et les enfants un miroir grossissant des dilemmes et des apories dans lesquels se débattent les adultes [...] entre soucis de santé et droit au plaisir, maîtrise de soi et consommation indulgente et hédoniste » (Diasio, 2012).

Toutefois, pour ne pas adopter une vision trop pessimiste et alarmiste sur la situation, nous pouvons nous référer aux propos suivants : « *la pluralité, voire la dissonance entre normes et logiques d'action, ne constitue pas une limite, mais une ressource pour se subjectiver » (Diasio, 2012).*

La question que l'on peut se poser est comment permettre aux jeunes de trouver leurs propres repères dans un contexte aussi nébuleux et incertain que celui de notre société actuelle ? Comment leurs donner les clés nécessaires pour y voir plus clair ?

2.3.3. Le vrai du faux à propos des pratiques alimentaires

D'après Louis Mathiot, les adultes attribuent, à tort, à l'adolescent une alimentation anarchique au sens où ils font tout le contraire de ce qui est valorisé et encouragé par les politiques publiques de l'alimentation : « *repas sautés, fast-food, chips et boissons*

caloriques, trop de sucre et trop de gras seraient l'essentiel des aliments consommés par les jeunes » (Mathiot, 2005). Bien que certains produits alimentaires soient spécifiques aux jeunes et appréciés pour leur fonction socialisatrices (« *la consommation de produits fun, ludiques, mais pas forcément considérés comme salutaires est considérée comme étant constitutive d'une appartenance à un groupe d'âge* », Diasio, 2012), il apparaît que des études statistiques s'intéressant au comportement des adolescents ne vont pas dans ce sens et démontrent même le contraire. Mise à part le grignotage qui est une pratique très répandue chez les adolescents, ces derniers adopteraient sensiblement les mêmes habitudes alimentaires que leurs parents (ce qui illustre bien l'influence et l'importance de l'éducation reçue dans la construction d'un « soi » alimentaire).

A propos de cette tendance, nous pouvons retenir que plusieurs raisons peuvent la justifier : l'ennui mais aussi l'appropriation d'un territoire lorsque le grignotage se fait en groupe : « *s'asseoir sur un banc d'une place, par terre dans une rue piétonne ou consommer dans les transports en commun [...] pour manger ou boire des boissons alcoolisées ou non, constituent un moyen de marquer et s'approprier un territoire pour un groupe d'adolescents* » (Mathiot, 2005). On rejoint ici l'importance accordée par les jeunes au groupe de pairs et à la socialisation et l'intégration sociale par l'alimentation.

Toutefois, les jeunes ne sont pour autant pas totalement réfractaires au modèle de repas familial considérant les « plats fait maison » comme une référence importante. Même s'ils apprécient les sorties entre amis au cours desquelles ils favorisent la restauration rapide ou le nomadisme alimentaire : « *trouver du plaisir dans les formes de consommation hors-foyer, c'est savoir les rendre occasionnelles, déclarent-ils avec réflexivité, et surtout les inscrire dans un cadre et une situation bien précise que l'on pourrait appeler 'l'évasion amicale'* » (Mathiot, 2017).

Derrière chacun de leurs actes alimentaires se cache une signification bien particulière qu'il convient de saisir afin de comprendre les jeunes dans leur globalité. Cependant, vouloir parler de comportement alimentaire au singulier n'a pas de sens puisque chaque jeune, de par sa culture, son éducation, ses désirs, son environnement... va accorder une ou des significations précises et différentes à l'alimentation. Sans vouloir faire de monographie des pratiques, nous recherchons ici à étudier le comportement de la population cible (dont nous présenterons plus en détails les caractéristiques dans la partie suivante) afin de relever quelques grandes tendances quant à leur mode de vie et pratiques alimentaires...

afin de proposer au commanditaire des axes d'action pertinents et concrets. Toute la complexité de ce travail est de trouver un équilibre entre cas particuliers et tendances générales.

2.3.4. Différences genrées dans le rapport à l'alimentation

Avant de clôturer cette première partie théorique, il me semblait important de préciser quelques différences sexuées en termes de pratiques alimentaires. En effet, déjà à l'adolescence il apparaît la tendance selon laquelle les jeunes filles prêtent davantage attention à ce qu'elles mangent que les garçons, ceci pour des raisons esthétiques : « *l'enjeu de la présentation de soi pèse inévitablement sur le repas. Enjeu qui touche sensiblement plus les filles que les garçons. La contrainte esthétique à laquelle est soumise la femme se retrouve dans son comportement alimentaire* » (Mathiot, 2005). Un critère nécessaire à prendre en compte dans la manière de communiquer envers les jeunes filles afin de valoriser une alimentation saine et équilibrée sans pour autant encourager les régimes et autres dérives de ce genre.

3. Conclusion

L'alimentation, nous l'avons vu au travers de ce premier chapitre, est une thématique complexe à appréhender de par les nombreuses influences, approches et problématiques qu'on lui assigne. L'étude des adonnaisants, comme aime à les appeler De Singly, est également caractérisée par sa complexité (recherche d'un « soi », construction, déconstruction et reconstruction identitaire, influences et normes diverses...). Aussi, travailler sur l'alimentation des jeunes est un projet ambitieux et délicat qui, pour être le plus précis et juste possible, demande à prendre en compte l'ensemble de l'environnement du jeune. Après nous être intéressé à l'environnement alimentaire et culturel du jeune, nous proposons dans le chapitre suivant de nous focaliser sur les décisions politiques pouvant impacter le comportement du jeune.

Chapitre 2. L'alimentation du point de vue des politiques publiques

Après nous être intéressés à notre cible et avoir posé les contours quant à sa manière de vivre et de penser l'alimentation, nous proposons ici d'étudier le rôle et l'impact des politiques publiques de santé menées en France sur le comportement des jeunes mangeurs.

En effet, c'est principalement sous cet angle qu'est appréhendée l'alimentation, notamment de par le contexte actuel de médicalisation et de nutritionnalisation¹⁰ de l'alimentation.

Aussi, nous commencerons par faire un point sur la cible et les enjeux des campagnes et actions de prévention en matière d'alimentation ; puis nous présenterons deux programmes de politiques publiques œuvrant sur cette thématique, à savoir le Programme National Nutrition Santé (PNNS) et le Programme National pour l'Alimentation (PNA) et nous attacherons à voir quels sont les objectifs, les moyens mis en œuvre pour chacun d'eux ainsi que leur impact sur les jeunes et plus généralement ce qui ressort de ces programmes d'action. Enfin, nous terminerons en présentant les enjeux, avantages et limites de travailler collectivement sur une même thématique comme celle de l'alimentation.

A l'issue de cette partie, nous souhaitons comprendre davantage les enjeux et la nécessité d'accompagner collectivement les jeunes dans la modification de leurs pratiques alimentaires.

1. La santé par l'alimentation : le rôle des politiques publiques

Ce premier point a pour objectif de présenter la conception actuelle de la santé publique et ce qui est attendu de l'individu par les pouvoirs publics dans ce domaine. Ceci pour mieux comprendre la place qui y est donnée à l'alimentation et quelles en sont les conséquences quant aux programmes mis en place.

1.1. La santé publique en France

Au travers de sa Constitution adoptée par la Conférence internationale de la santé en 1946, l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) définit la santé comme « *un état de complet bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité* »¹¹. De cette définition, nous pouvons retenir que la santé n'est désormais plus considérée comme l'absence de maladie mais qu'elle est désormais perçue positivement et renvoie à quelque chose de dynamique. Elle devient un réel objectif social. Ce qui peut expliquer l'engouement des pouvoirs publics pour la mise en œuvre de programmes et actions assurant la bonne santé des individus... actions qui peuvent aller

¹⁰ La médicalisation est définie comme « la prise en charge des problèmes de santé : prise en charge technique à travers des actes médicaux, et prise en charge financière à travers les dispositifs d'assurance maladie », d'après Jean-Pierre Poulain (2002)

¹¹ OMS. *Constitution de l'OMS : ses principes [en ligne]*. Disponible sur www.xhou.int/about/mission/fr/. (Consulté le 17/08/2018)

parfois jusqu'au contrôle des conduites de vie (pensons aux campagnes de prévention contre le tabagisme avec une hausse conséquente du prix du paquet de cigarettes).

L'Etat semble aujourd'hui vouloir s'emparer de cette thématique de travail, en partie pour des raisons économiques, comme le soulève très bien Aurélie Maurice dans son travail de thèse : « *cette éducation pour la santé fonde sa légitimité sur une rationalité politico-sanitaire (se doter des moyens visant à diminuer l'incidence de certaines pathologies) et politico-économique (maîtriser les dépenses de santé)* » (Bouchayer, 1984). Il semblerait que ce soit les pouvoirs publics qui déterminent quels comportements sont vertueux et favorables à la santé et lesquels sont à éviter : « *La santé est alors un enjeu des politiques publiques et un bien collectif, mais elle est également devenue une valeur individuelle et même une norme dans notre société* » (Pierret, 2008).

Quid du rôle de l'Etat dans la santé : quelle position adopter ? Jusqu'où est-il légitime d'intervenir dans la vie des individus et leur manière de penser leur santé ? Comment doit-il se positionner sur un sujet aussi ambiguë : entre responsabilisation et protection du plus grand nombre, où se situe véritablement le rôle de l'Etat ? L'objectif de ce chapitre n'est pas de répondre à ces questions, mais il nous semblait important de soulever ces éléments et de mettre en débat ces questions et remarques.

1.2. L'individu face à sa santé

1.2.1. Une éducation POUR la santé : penser la santé de manière dynamique

Parler d'une éducation « pour » la santé renvoie à une démarche positive et dynamique, sollicitant donc l'individu à prendre place dans les programmes mis en place, l'encourageant à s'intéresser à sa santé et à sortir ainsi d'une posture passive. Aurélie Maurice, maître de conférences en Sciences de l'Education à la Sorbonne nous donne des indications quant aux manières de faire de l'éducation pour la santé (Maurice, 2013).

La méthode informative qui consiste pour l'éducateur à simplement transmettre des informations tout en incitant, oralement, les individus à changer leur comportement, s'est avérée inefficace en matière de changement des pratiques. Le manque d'interaction avec les individus, le discours informatif et le cadre solennel dans lequel se déroule ces séances (le plus souvent il s'agit de conférences au cours desquelles l'intervenant expose les risques de telle ou telle maladie ou comportement) en sont les principales raisons. De ces observations

il ressort la conclusion suivante : « *il ne suffit pas de savoir pour changer les comportements* » (Maurice, 2013).

La deuxième grande méthode est celle du modèle « éducationnel » ou « modèle global ». Ici l'apprenant fait partie du processus, il est considéré comme acteur de l'éducation : « *si l'instruction a pour objet la transmission de savoir-faire et de savoirs, l'éducation y ajoute le savoir-être. L'instruction vise la possession de compétences : l'éducation vise en sus l'émergence d'une personne* » (Hannou, 1997, Maurice, 2014). Bien plus que savoir, l'éducation pour la santé souhaite impliquer l'individu dans une démarche de changement de comportement. Comme le précise Aurélie Maurice, les éducateurs à la santé se questionnent aujourd'hui sur les manières et méthodes pouvant conduire à la modification des comportements, la diffusion d'informations à elle seule ne suffit plus, il y a besoin de faire participer les individus à ce type de projet.

Ces observations nous confirment à la fois la nécessité mais aussi la pertinence de travailler sur cette thématique complexe de l'accompagnement au changement. Les campagnes de prévention ont, semblent-ils, montré leur limites en diffusant simplement des messages mais sans véritablement rechercher l'engagement des individus malgré leur souhait de les responsabiliser (au sens de les rendre acteurs de leur propres santé).

1.2.2. Responsabilisation individuelle et société moderne

L'Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (INPES) est l'organisme principal œuvrant dans le champ de l'éducation pour la santé en France. Le principal objectif poursuivi au travers des différentes actions de prévention menées est de rendre l'individu responsable de ses choix, « *il est pensé comme un acteur libre de faire ses propres choix, qu'il s'agit d'orienter dans la bonne direction, celle des conduites favorables à sa santé* » (Maurice, 2013).

Ajoutons que la société moderne ne fait qu'encourager cette dimension de responsabilité individuelle... le domaine de la santé n'y échappe pas. Ainsi, l'individu moderne est considéré comme étant responsable de son comportement et donc des impacts que cela peut avoir sur sa santé : « *le politique s'en prend volontiers, comme pour se dédouaner, aux comportements des individus, qu'il rend responsables de leur santé* » (Lecorps, 1999). Toutefois, le risque en adoptant une posture aussi radicale est que les personnes en marge des démarches de santé publique ou n'ayant pas adopté les

comportements vertueux fortement encouragés se sentent stigmatisés et cultivent ensuite un sentiment de culpabilité (Maurice, 2013).

Entre responsabilisation de l'individu et passivité, on peut se questionner sur le juste équilibre à avoir : comment encourager les personnes à se questionner sur leur comportement pour améliorer leur bien-être sans être dans une logique de « donneurs de leçons » ni adopter une posture dramatique mais au contraire en étant dans une dynamique positive ? Quelle articulation entre le rôle à jouer par l'individu dans sa santé et celui de l'Etat au travers des programmes de sensibilisation mis en place ? Ces interrogations remettent en question la manière de penser les politiques publiques aujourd'hui en France et à leurs méthodes de travail : manque de mise en cohérence et de collaboration entre les différents acteurs concernés et programmes déployés (Messaoudène et Hernandez, 2014).

Dans le cadre de notre réflexion, il est important de garder cette interrogation à l'esprit pour proposer une communication et des actions envers les jeunes qui soient efficaces et pertinentes. Nous aurons l'occasion de revenir sur ce point plus longuement dans la suite de ce mémoire. Pour l'instant, après avoir vu quels étaient le contexte et les priorités des politiques publiques sur la santé et l'alimentation en France, il convient de nous intéresser plus spécifiquement aux programmes déployés dans ce domaine. Cela nous permettra de cerner quels sont les messages et actions aujourd'hui proposés aux jeunes dans le domaine de l'alimentation, évaluer et comprendre leur influence sur leurs pratiques alimentaires. Ainsi nous pourrons repérer en quoi un accompagnement au changement auprès des jeunes sur cette thématique est justifié et nécessaire.

2. L'alimentation au carrefour de différents programmes politiques

Les deux programmes que nous allons rapidement présenter et étudier sont les suivants : le PNNS, mis en place en 2001 et le PNA créé un peu plus tard en France. Nous ferons d'abord un point sur leur historique, puis nous intéresserons aux messages et objectifs de chacun de ces programmes avant de terminer sur leur impacts et efficacité en ce qui concerne les pratiques alimentaires des jeunes.

2.1. Présentation du PNNS

Au cours des quinze dernières années, il s'est avéré que la mise en place d'une politique nutritionnelle devait être une priorité en matière de santé publique, la nutrition étant désormais reconnue comme facteur de protection ou de risque de certaines pathologies de

plus en plus rencontrées en France (cancer, maladies cardiovasculaires, obésité, diabète de type 2...) ¹². Quelles actions ont été mises en place et quel en a été l'impact ? C'est ce que nous allons voir dans la suite de cette partie.

2.1.1. Un rapide historique du programme ¹³

Le PNNS, créé en 2001 pour une durée de 5 ans (jusqu'en 2005), fait suite à un rapport du Haut Comité de Santé Publique sur la situation nutritionnelle en France « *Pour une politique nutritionnelle de la Santé Publique en France* ». Commandée par la Ministre de l'Emploi et de la Solidarité et le Secrétaire d'Etat à la Santé et à l'Action sociale, l'objectif de l'étude était de rendre compte de l'état de santé des français qui était considéré comme alarmant à l'époque (notamment à cause des problèmes cardio-vasculaire entraînés par le surpoids). Le programme a ensuite été prolongé en 2006, 2011 et 2017 avec des moyens financiers considérables (520 millions d'euros pour le PNNS 4, soit 130 M€ par an). D'après le rapport « *Evaluation du programme national nutrition santé 2011-2015 et 2016 (PNNS 3) et du plan obésité 2010-2013* » réalisé par l'Inspection Générale des Affaires Sociales (IGAS) en 2016, le budget alloué au PNNS est essentiellement consacré « *aux campagnes d'information grand public et aux outils pratiques réalisés par l'INPES, ainsi qu'aux études quasi exclusivement pilotées par l'Agence Nationale de Sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'Environnement et de travail (ANSES)* ». De la sorte, « *le fonds d'intervention régional et les crédits de prévention constituent la principale des sources de financement à l'appui des initiatives locales suscitées par les appels d'offres initiés par les Agences Régionales de Santé (ARS)* ».

L'objectif principal du PNNS est « *d'améliorer l'état de santé de l'ensemble de la population en agissant sur l'un de ses déterminants majeurs qu'est la nutrition* ». Ses objectifs nutritionnels quant à eux portent sur quatre axes :

- La réduction de l'obésité et du surpoids dans la population
- L'augmentation de l'activité physique et la diminution de la sédentarité à tous les âges
- L'amélioration des pratiques alimentaires et des apports nutritionnelles, notamment dans les populations à risques,

¹² Manger Bouger. *Qu'est-ce que le PNNS [en ligne]*. Disponible sur : www.mangerbouger.fr/PNNS/Le-PNNS/Qu-est-ce-que-le-PNNS. (Consulté le 17/08/2018)

¹³ Santé Publique France. PNNS [en ligne]. Disponible sur : <http://invs.santepubliquefrance.fr/Dossiers-thematiques/Maladies-chroniques-et-traumatismes/Nutrition-et-sante/Contexte-et-presentation-generale/PNNS#>. (Consulté le 17/08/2018)

- La réduction de la prévalence des pathologies nutritionnelles.

Ces différents points se déclinent ensuite en neuf repères simples portant sur les habitudes alimentaires des Français et quelques exercices physiques à adopter. Par cette traduction en actions concrètes, le PNNS souhaitait être mieux compris (et donc appliqué) par les individus. A noter que ce programme souhaite avant tout toucher le plus de personnes possibles et avoir un maximum d'impact dans leur quotidien, et en particulier en ce qui concerne leur alimentation et leur santé.

2.1.2. Quels messages ?

Sans procéder à une étude linguistique, car ce n'est pas là notre objectif, on peut facilement remarquer au travers les slogans PNNS, le ton plutôt clivant et prescripteur, parfois renforcés par l'usage de l'impératif : « *Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour* », « *Ne mangez pas trop gras, trop sucré, trop salé* », « *Evitez de grignoter entre les repas* »¹⁴... pour n'en citer que quelques-uns.

Le caractère assez « injonctif » et autoritaire de ces messages peut être expliqué par le fait que la politique nationale d'éducation alimentaire actuelle, telle qu'elle est déclinée au travers du PNNS, est le fruit d'une évolution du lien alimentation-santé d'abord établi par les médecins, puis les hygiénistes¹⁵, et enfin les nutritionnistes... Des professionnels qui, de par leur métier, ont un rôle plutôt prescripteur (Maurice, 2013).

Ajoutons que ces informations nutritionnelles bien que devant s'adresser à l'ensemble des individus, n'interpellent que certaines catégories de mangeurs. En effet, le sociologue Luc Boltanski a pu remarquer que les populations aisées sont plus sensibles à ces messages que les populations populaires, et qu'à catégorie socio-culturelle égale, ce sont plutôt les femmes qui vont être à l'écoute de ces messages plutôt que les hommes. Jean-Pierre Corbeau insiste sur cette inégalité devant l'information du mangeur comme nous l'indique ses propos :

« Le faire savoir n'est déjà pas sans poser quelques problèmes... S'y ajoute l'objectif essentiel, celui de « faire croire », c'est-à-dire d'amener l'ensemble des populations

¹⁴ Legifrance. Arrêté du 27 février 2007 fixant les conditions relatives aux informations à caractère sanitaire devant accompagner les messages publicitaires ou promotionnels en faveur de certains aliments et boissons [en ligne]. Disponible sur : <https://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEX000000426255categorieLien=id>. (Consulté le 17/08/2018)

¹⁵ Renvoi à « *une branche de la médecine qui traite de tout ce qu'il convient de faire pour préserver et pour améliorer la santé* », d'après la définition du Centre National de Ressources Textuelles et Lexicales [en ligne]. Disponible sur : www.cnrtl/definition/hygiéniste. (Consulté le 17/08/2018)

à partager les certitudes des différentes spécialités imbriquées dans la démarche de santé publique concernant cette information » (Corbeau, 2005).

2.1.3. Que ressort-il du PNNS ?

D'après un rapport du Haut Conseil de la Santé Publique, la mise en œuvre des trois PNNS « a conduit à appréhender les limites des stratégies de santé publique fondées exclusivement sur les déterminants individuels des comportements alimentaires et d'activités physiques »¹⁶. Le fait de ne pas avoir considéré l'individu comme faisant partie d'un environnement complexe, aux composantes diverses pouvant influencer son comportement à divers niveaux, est une des raisons pour lesquelles les objectifs initiaux n'ont pas été atteints. De plus, « ces stratégies s'appuyaient principalement sur la communication nutritionnelle, et des approches purement incitatives »¹⁷. Pouvons-nous supposer que le fait de considérer l'alimentation uniquement sous l'angle de la santé (et donc pas de manière pluridisciplinaire) ainsi que la manière de communiquer envers les publics cibles seraient à revoir ? C'est en tout cas ce que défend le sociologue Jean-Pierre Corbeau :

« Toute politique de santé publique désirant réellement agir sur les pathologies alimentaires, plutôt que d'en instaurer d'autres par des dramatisations médiatiques, doit prendre en compte l'acteur social, son entourage, son histoire. Cette politique doit dépasser les visions rationalistes et réductrices (de l'obésité) pour intégrer au sein d'une réelle approche pluridisciplinaire la complexité socio-culturelle et psychologique de cette pathologie » (Corbeau, 2005).

Bien que les propos du sociologue datent de 2005, ils ne semblent pas avoir été pris en compte dans l'élaboration des PNNS suivants (vision rationaliste et étriquée de l'alimentation). Ce qui nous amène à nous interroger sur les motivations des instances en charge de ce programme et les freins et réticences qu'elles rencontrent et qui font qu'aujourd'hui encore elles ne semblent pas adopter une approche transversale et pluridisciplinaire de l'alimentation. Pourquoi cet aspect normatif est-il toujours présent dans les recommandations du PNNS alors que bon nombre de rapports et d'avis convergent vers le même constat : la méthodologie adoptée n'est pas efficiente pour inciter un changement dans les habitudes alimentaires des Français ?

¹⁶ Haut Conseil de la Santé Publique. *Pour une Politique nutritionnelle de santé publique en France. PNNS 2017-2021 [en ligne]*. Disponible sur <https://www.hcsp.fr/explore.cgi/avisrapportsdomaine?clefr=632>. (Consulté le 17/08/2018)

¹⁷ Ibidem.

Ses propos soulignent l'intérêt de considérer l'individu comme étant en interaction avec ses environnements mais également la nécessité d'adopter un regard transversal sur l'alimentation, de multiplier les approches au risque de susciter chez les individus un sentiment de culpabilité ou de résistance face aux messages.

2.2. Présentation du PNA

2.2.1. Un rapide historique du programme

Le PNA, piloté au niveau interministériel par le Ministère en charge de l'Agriculture, a été mis en place en 2010 suite à la loi de modernisation de l'agriculture et de la pêche ayant pour objectif de créer un nouveau pacte social entre les agriculteurs et les consommateurs. Le mot d'ordre du programme était alors « *Bien manger, c'est l'affaire de tous* » ; un slogan qui montre bien la volonté de travailler ensemble et avec des compétences diverses pour un même objectif.

En décembre 2014, un nouveau PNA a été promulgué, en s'appuyant cette fois-ci sur la loi d'avenir pour l'agriculture, avec des propositions d'actions menées en partenariat avec les acteurs de la chaîne alimentaire et s'inscrivant dans quatre axes prioritaires : la justice sociale, l'éducation alimentaire de la jeunesse, la lutte contre le gaspillage alimentaire, et l'ancrage territorial des actions menées. Le nouveau logo stipulait alors « *PNA, notre modèle a de l'avenir* ».

Le programme doit à nouveau être rénové fin 2018 pour accompagner les enjeux de la prochaine loi « *Pour l'équilibre des relations commerciales dans le secteur agricole et alimentaire et une alimentation saine et durable* », loi qui doit être rediscutée en septembre prochain.

2.2.2. Quelle mise en œuvre concrète ?

Le PNA est décliné dans chaque région au plus près des réalités des territoires en tant compte des attentes et besoins des acteurs terrain. Comme ce programme relève d'une politique incitative et d'accompagnement, il présente des atouts majeurs en termes de pragmatisme terrain : une approche transversale de l'alimentation et par conséquent une transversalité des acteurs œuvrant sur cette thématique, un travail d'écoute des besoins du terrain et enfin, une mise en réseau d'acteurs et de structures afin de permettre la construction

d'actions concrètes. Cette mise en lien de différentes compétences et situations donnent lieu à des projets créatifs et innovants en matière d'alimentation, de communication...

En comparaison avec le PNNS, les moyens qui sont réservés au PNA sont très modestes (10 fois moins importants du rapport « *Mission d'expertise et d'appui du Programme national pour l'alimentation* » du Conseil Général de l'Alimentation, de l'Agriculture et des Espaces Ruraux (CGAAER) datant 2013). De plus, peu de moyens humains sont déployés pour accompagner cette politique en région ; politique davantage axée sur la mise en place d'un nouveau modèle d'organisation du système alimentaire (prenant en compte les aspects culturels, sociaux, environnementaux, agricoles... de l'alimentation) que sur l'individu lui-même. Fort de ce constat, il est plus difficile de toucher, au travers du PNA, un maximum de personnes sur un sujet aussi complexe que l'alimentation... sauf si l'on s'appuie sur un essaimage, au niveau national, d'actions ayant témoigné de leur efficacité en région.

2.2.3. Que ressort-il du PNA ?

Comme nous l'avons déjà énoncé, le PNA est décliné de manière différente en région suivant les besoins rencontrés sur le terrain, c'est aussi « *un programme ambitieux mais doté de moyens modestes* » (Rapport PNA du CGAAER, 2014), plus récent que le PNNS et quelque peu pénalisé par ce dernier (nutrition vs justice sociale). Ce qui peut expliquer qu'aujourd'hui il y ait peu de littérature sur l'évaluation du PNA. Toutefois, comme l'appel à projet national de ce programme est renouvelé chaque année et compte tenu de l'engouement actuel pour les Projets Alimentaires Territoriaux (PAT), il ne semble pas aberrant de considérer que ses impacts au niveau de la justice sociale, de l'éducation alimentaire, de la prévention contre le gaspillage alimentaire et/ou en faveur de l'ancrage territorial soient efficaces. En témoignent les retours d'expérience suivants.

Le projet Marguerite à Lyon¹⁸

Depuis 2016 le projet de recherche-action Marguerite/SensiAgri est soutenu et porté par la DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes (lauréat de l'appel à projet national 2016). Son objectif est de sensibiliser les adolescents, et ce de manière critique, aux problématiques de

¹⁸ Pour plus d'informations sur le déroulé et la suite du projet, se rendre sur le site de la DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes : <https://www.draaf.auvergne-rhone-alpes.agriculture.gouv.fr/Projet-Sensi-Agri-le-congres-des>

liées à l'agriculture et à l'alimentation durable autour des thèmes suivants : la production, la commercialisation, la nutrition et la solidarité alimentaire.

Déployé dans 8 établissements scolaires de l'Académie de Lyon (contexte socio-économiques différents), le projet permet d'avoir une vision plus globale et complète sur l'analyse des inégalités d'accès au « manger local » et la manière d'appréhender le rôle que peut jouer un collège sur la reconnexion entre les villes et les campagnes :

« Comment, à partir d'un projet pédagogiques en éducation au développement durable centré sur l'agriculture et l'alimentation, de jeunes mangeurs modifient-ils leurs comportements alimentaires et deviennent-ils porteurs d'initiatives innovantes sur leurs territoires ? »¹⁹

L'évaluation de ce programme auquel différents profils ont participé (équipe pédagogique, personnel de cuisine, professionnels de l'alimentation, chercheurs...) a mis en évidence le fait que les élèves étaient davantage motivés par ce projet et qu'au-delà d'acquérir des connaissances, ils les intégraient à leurs pratiques quotidiennes... induisant un changement dans leur comportement alimentaire (nouvelles habitudes, sensibilité au moment du repas ou des courses...). Au fil des séances, les professeurs participants à Marguerite ont remarqué un plus grand intérêt au lien entre santé des individus et santé des territoires de la part des élèves. Un des points importants qu'ont souligné Julie Le Gall et Céline Revel, porteurs du projet, est que Marguerite a mis en évidence que les ateliers (cuisine, jardin, visite de producteurs...) sont des « prétextes » pour parler d'alimentation au sein d'un processus plus global. En d'autres termes, il n'y a pas de « recette » unique, c'est aux établissements et participants de s'adapter à l'environnement, aux élèves et aux besoins pour proposer des activités qui répondent au plus près aux attentes et qui puissent porter leurs fruits par la suite.

Arts de Faire Culinaires au Collège (AFCC) à Angoulême²⁰

Le projet, lauréat de l'appel à projet national 2014 du PNA avait pour objectif d'améliorer le bien-être des collégiens en recréant du lien avec les familles au travers des pratiques culinaires, de lutter contre le décrochage scolaire en s'appuyant sur une évolution

¹⁹ DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes. *Projet de Recherche-action SensiAgri-projet Marguerite [en ligne]*. Disponible sur : <https://www.draaf.auvergne-rhone-alpes.agriculture.gouv.fr/Projet-Sensi-Agri-le-congres-des> (Consulté le 21/08/2018)

²⁰ Pour plus d'informations sur le déroulé et la suite du projet, se rendre sur le site de la DRAAF d'Aquitaine : <https://www.draaf.nouvelle-aquitaine.agriculture.gouv.fr/Arts-de-Faire-Culinaires-au>

des comportements et des habitudes alimentaires des jeunes au quotidien. A plus long terme, le projet se voulait de donner des clés aux collégiens pour une alimentation plus saine et raisonnée et les rendre acteurs de leur alimentation, leur (re)donner la possibilité de construire et d'analyser leurs choix alimentaires.

Le projet a été mis en place sur 3 ans dans un collège pilote d'Angoulême (2013-2016) puis a été transféré dans un second collège en Réseau d'Education Prioritaire (REP) en 2015-2016. Au travers de ce programme différents ateliers sont proposés aux élèves portant sur les différents enjeux liés à l'alimentation (ateliers de cuisine couplés à des modules d'éveil à la dégustation, éducation aux médias et au développement durable, découverte des métiers de bouche...); on retrouve bien ici l'aspect transversal et pluridisciplinaire encouragé par la DRAAF au travers du PNA.

Une recherche-action menée en parallèle par Emilie Orliange a permis d'étudier la mise en pratique de la cuisine au collège comme processus d'autonomisation des jeunes consommateurs en ce qui concerne l'alimentation. A l'issue de cette recherche, les résultats ont révélé *« un impact positif sur le climat scolaire, un effet de synergie autour du projet, une augmentation de la fréquentation des familles aux différents événements du collège et des effets positifs sur le comportement alimentaire et culinaire des jeunes »* : relation avec le personnel de cantine, choix d'orientation ou intérêt pour l'alimentation par exemple (DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes, 2018).

Nourritures du jardin au Grand Parc Miribel-Jonage

Le projet « Les nourritures du jardin » est né d'une rencontre entre trois structures ayant pour objectif commun de sensibiliser des jeunes de quartier politique de la ville à l'alimentation : la DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes dans le cadre du PNA dont un des objectifs est de permettre une alimentation de qualité pour tous ; l'association À Conte-Goûte qui développe des activités sensorielles sur l'alimentation auprès d'un public d'enfants et d'adultes ; et le Grand Parc Miribel Jonage, en particulier les jardins pédagogiques et écologiques de L'îloz', qui accueille de nombreux enfants et jeunes adultes de quartiers en politique de la ville lors d'animations basées sur l'éducation à l'environnement ou dans le cadre de chantiers éducatifs.

« Les nourritures du jardin » propose des ateliers de sensibilisation à l'alimentation à des jeunes de quartiers en politique de la ville au cours d'un chantier qu'ils effectuent au

Grand Parc Miribel Jonage. Pendant les vacances scolaires de printemps, d'été, et de la Toussaint, deux groupes de six jeunes de quartiers différents se retrouvent trois fois au cours de leur semaine de chantier (lundi, mercredi, et vendredi) pour échanger sur les enjeux d'une bonne alimentation autour d'un repas. Ils cuisinent ensemble le dernier jour. Les jardins de L'îloz', espaces pédagogiques et écologiques, permettent d'accueillir ces animations basées sur les sensations et la convivialité, à partir d'ingrédients (fruits, légumes, herbes aromatiques, etc.) récoltés par les personnes elles-mêmes et sur le site.

Les objectifs de ces ateliers sont d'apprendre aux jeunes à trouver et prendre du plaisir en mangeant sainement et simplement pour gagner en qualité de vie, et de les sensibiliser à l'importance d'une alimentation saine et équilibrée basée sur des productions du jardin, des produits locaux et de saison. Ils visent également à développer des compétences psychosociales, à favoriser l'estime de soi, la prise de conscience de son corps, et l'esprit éco-citoyen. La richesse de la mixité sociale et culturelle est un élément essentiel lors des découvertes culinaires et des dégustations, grâce entre autres à la proposition de recettes de différents continents.

Au travers de ce projet soutenu par la DRAAF via le PNA, on retrouve bien l'aspect pluriel de l'alimentation avec les dimensions sociales, sensorielles, environnementales et nutritionnelles en l'occurrence. En multipliant les approches et en étant à l'écoute des jeunes dans un climat de confiance propice aux échanges, les adolescents se sentent plus libres de partager leurs pratiques alimentaires. Ils sont également plus réceptifs aux informations données (produits de saison, techniques culinaires...) et plus enclins à goûter des produits qui leur étaient jusque-là inconnus (confitures de tomates, flocons d'avoine nature...) (DRAAF, 2018).

L'alimentation au sein de la politique du PNA

Au travers de ces exemples de projets mis en place par le PNA et portés par les DRAAF en région, nous pouvons nous rendre compte que l'aspect transversal de l'alimentation est bénéfique à l'appropriation des messages favorisant une alimentation saine et « durable » auprès des jeunes. Le souhait de les rendre acteurs de leurs propres choix alimentaires paraît possible par une approche plurielle de l'alimentation, mêlant des professionnels, des compétences, et des actions multiples et variés sans oublier la diversité des enjeux politiques de chacun.

2.2.4. Conclusion

Malgré tout, même si les raisons pour de tels projets sont louables, il n'est pas évident de travailler collectivement sur une thématique aussi complexe que l'alimentation. En effet, cela implique « *de nouvelles coordinations entre acteurs et induisent des transformations en matière de gouvernance* » (Billion, 2017). Comment permettre à des acteurs aux priorités et enjeux différents de construire ensemble des projets dont l'alimentation est le pivot central ? Une question que nous n'aurons pas l'occasion de traiter dans ce mémoire, du moins dans cette partie. Toutefois, c'est un élément qui reviendra plusieurs fois lors de l'analyse des données recueillies dans le cadre de cette étude.

Pour terminer, ajoutons que le caractère pluriel dans la manière de définir l'alimentation est important à ne pas occulter lorsque l'on travaille sur une thématique telle que la sensibilisation à l'alimentation durable dans la mesure où cela permet de gagner en créativité. C'est également un levier pour mettre en place des actions aux approches diverses, un véritable atout pour toucher l'ensemble de la population cible. En effet, chacun ayant des sensibilités différentes, certains seront davantage intéressés par une approche culturelle, d'autres par le côté environnement et écologie ou par l'aspect artistique par exemple. Comme le dit Jean-Pierre Corbeau à propos des politiques publiques de l'alimentation,

« On saisit ici la nécessité d'une approche plurielle imbriquant sciences médicales, psychologiques, sociales dans les actions que le PNNS (ou toute autre campagne de sensibilisation à l'alimentation)²¹ peut envisager au sein d'équipes regroupant différents types d'acteurs. Il faut refouler toute envie d'imposer un modèle pour comprendre et construire, à partir de cibles multiples et diverses, des stratégies respectueuses des identités culturelles » (Corbeau, 2005).

La figure ci-dessous se propose de montrer les différentes manières de penser et de travailler l'alimentation.

²¹ Propos rajoutés par l'auteur



Figure 1: L'alimentation, un sujet multi-dimensionnel

Chapitre 3. L'accompagnement au changement de la théorie à la pratique

Notre réflexion s'articulant autour de l'accompagnement au changement, nous allons nous pencher, dans ce chapitre, sur ce que signifie à la fois l'accompagnement (pourquoi, comment, par qui ?) et le changement (quelle temporalité, dimension éthique et légitimité, freins et leviers au changement...). Cela afin de mieux saisir les enjeux de notre réflexion et les questionnements qui en découlent ((Graine, 2016).

1. Accompagnement au changement, de quoi parle-t-on ?

1.1. Changement, légitimité et éthique

En 2012, le Fond Français Alimentation Santé (FFAS) a organisé un colloque sur la thématique « Comportement alimentaire : les leviers du changement ». L'objectif était lors de repérer et d'étudier parmi les différents leviers au changement du comportement alimentaire (facteurs physiologiques, offre alimentaire, publicité...), ceux sur lesquels il était possible d'agir. Ces leviers pouvant constituer, suivant les circonstances, tantôt des leviers, tantôt des freins et peuvent avoir une influence à plus ou moins long terme sur le comportement des individus en matière d'alimentation²².

Les intervenants se sont ainsi posé la question de savoir si les politiques publiques avaient le droit de changer les pratiques alimentaires et quelle pouvait être leur légitimité dans ce domaine (Combris, 2012). Certes, vouloir améliorer la santé des individus et

²² FFAS. Colloque « Comportement alimentaire, les leviers du changement [en ligne], Disponible sur <http://alimentation-sante.org/Event/colloque-comportement-alimentaire-les-leviers-du-changement/>. (Consulté le 03/09/2018).

contribuer à leur bien-être (physique, moral, environnemental...) par des actions publiques sont des objectifs louables et personnes ne s'y opposera. Toutefois, l'action publique même efficace et soutenue par des raisons nobles et vertueuses n'est pas automatiquement justifiée. Or, c'est justement parce qu'une action est justifiée qu'elle sera mieux acceptée et plus efficace. C'est le cas par exemple avec les actions déployées pour limiter la consommation des produits addictifs qui permettent de compenser le manque de contrôle des individus quant à leur alimentation. On peut cependant nuancer ces propos au regard des actions déployées par le PNNS. Certes, les individus entendent et connaissent les messages délivrés sans toutefois se les approprier. Comment donc permettre la garantie de leur adhésion individuelle ?

Seulement, peut-on « protéger » malgré tout l'ensemble des individus, y compris ceux qui n'adhèrent pas à ce type d'actions, n'acceptent pas le changement ou ne se retrouvent pas dans ces nouveaux dispositifs ? A cette question philosophique nous ne pourrons apporter de réponse compte-tenu de sa complexité. Toutefois, je trouve intéressant d'avoir conscience de ce lien légitimité/éthique/changement, notamment pour ne pas écarter l'aspect identitaire et culturel des individus auxquels on s'adresse lorsqu'on parle de changement et se prémunir d'actions trop radicales qui desserviraient le but poursuivi.

1.1.1. Peut-on changer les comportements alimentaires ? (Lahlou, 2005)

Pour le professeur en psychologie sociale Saadi Lahlou, vouloir changer les pratiques alimentaires, autrement dit, des habitudes fortement ancrées dans le quotidien des individus, et cela sur le long terme est très ambitieux. Du moins, cela demande davantage d'implication, d'énergie... et de l'accompagnement. Pourquoi ? Car les comportements alimentaires sont déterminés par des contraintes²³ technico-économiques, psychologiques et sociales. Aussi, si l'on souhaite amener l'individu à modifier ses pratiques alimentaires, on ne peut s'appuyer sur sa seule volonté. Il faut au contraire bien prendre en compte l'ensemble de ces facteurs.

Les paramètres technico-économiques

Le processus de consommation alimentaire comprend plusieurs phases : l'approvisionnement, le stockage, la préparation et l'utilisation. Au travers de chacune d'elles, les individus élaborent des stratégies et des routines. Suivant l'âge des personnes,

²³ Par « contrainte » nous entendons ici « variable » ou élément pouvant influencer l'individu, à des niveaux différents, dans son comportement

leur situation professionnelle (étudiant, actif, retraité), sociale (célibataire, en couple, avec ou sans enfant)... ce processus de consommation diffère. Toujours est-il que ces observations nous font réaliser que les habitudes ne sont pas seulement ancrées dans le temps mais également dans les lieux d'approvisionnement, au niveau de l'équipement ménager, des compétences culinaires de chacun... Elles sont liées à tout un système de vie et varie suivant les contextes et situations de vie, ce qui nous renvoie au principe du triangle du manger exposé précédemment (Partie 1, Chapitre 1).

Cette vision plus large et complexe des routines peut certes donner le vertige, mais elle rend surtout compte des nombreuses situations sur lesquelles agir pour inciter de nouveaux comportements et ouvre de nouvelles perspectives sur les possibilités de contextes de sensibilisation... tout en ayant à l'esprit que

« La ré-ingénierie du comportement doit être faite avec le sujet, en impliquant éventuellement les responsables de l'approvisionnement, du stockage, de la préparation et du repas dans le ménage. Cette phase va inévitablement amener des négociations et des compromis pour la création de nouvelles routines. Et l'on ne peut lutter efficacement contre une routine que par une autre routine. Pour résister, il faut construire. C'est plus long, et nécessite un traitement individualisé. Mais cela offre l'avantage de rendre le sujet acteur de son changement, et de lui apporter à la fois une approche concrète, et quelques victoires faciles qui l'encourageront à continuer »
(Lahlou, 2005).

Les paramètres psychologiques

Comme nous l'avons vu précédemment, l'alimentation n'est pas vide de sens. Les aliments ont une charge symbolique non négligeable et ont de ce fait, un impact sur la psyché de chacun. Pensons au principe d'incorporation décrit par Fischler selon lequel lors de l'acte alimentaire, les mangeurs intègrent non seulement des nutriments, mais également les représentations symboliques projetées sur ces derniers ainsi que les valeurs mises en scène par l'organisation du repas (Fischler, 2001). D'où les difficultés parfois rencontrées lors de la découverte d'aliments ou de pratiques alimentaires éloignées de notre propre culture (consommation d'abats pour les jeunes générations ou tendance actuelle à l'entomophagie par exemple).

C'est pourquoi il est délicat d'inciter des modifications dans les pratiques alimentaires des jeunes, d'autant plus qu'ils sont en pleine construction de leur répertoire alimentaire... Il faut donc rester vigilant sur la manière d'impulser le changement pour ne pas susciter de réactions vives de la part de la cible et pour respecter l'aspect culturel et identitaire de l'alimentation.

Les paramètres sociaux

D'après l'auteur, la démarche collective est un gage de réussite lorsque l'on parle de changement : « *l'éducation seule ne donne pas de résultat, c'est la prise du sujet dans un collectif, et son engagement dans un processus socialisé qui va être décisive* » (Lahlou, 2005). Le changement s'opère également plus facilement lorsque les personnes cibles ont pu auparavant échanger sur les obstacles au changement visé. De manière générale, pour ne brusquer personne et pour que les effets perdurent dans le temps, le changement doit pouvoir se faire, autant que possible, avec les sujets. Leur participation et leur implication est en premier lieu une condition pour obtenir leur engagement sur le long terme. C'est aussi une ressource en termes de créativité et d'ingéniosité : souvent les personnes cibles sont force de proposition et soumettent des solutions pertinentes et adaptées au problème en question auxquelles les experts eux-mêmes n'auraient pas pensé, cela grâce à leur connaissance fine du terrain.

Conclusion

Si l'on souhaite impulser un changement au niveau des représentations et des pratiques alimentaires des jeunes, il est nécessaire d'intervenir à la fois sur les jeunes mangeurs mais également sur leur environnement ; tout en tenant compte des différents paramètres exposés précédemment qui peuvent servir de garde-fous et de repères dans les actions qui seraient engagées par la suite. Cela pour ne brusquer personne, ne pas imposer un changement qui ne serait ni souhaité ni compris par les individus et également pour respecter les valeurs et les manières de vivre l'alimentation de chacun.

1.1.2. Modifier son comportement : comment ça se passe ?

Plusieurs chercheurs en psychologie sociale se sont penchés sur cette question, en particulier sur ce qui motive l'action et dicte le comportement pour ensuite tirer des pistes d'actions pour modifier des pratiques. Différentes théories ont pu être avancées à ce sujet dont quelques-unes m'ont semblées intéressantes à mobiliser dans le cadre de ma réflexion.

Le comportement planifié d'après Ajzen

Ajzen (1985, 1991, 2005) a mis en évidence la théorie du comportement planifié, permettant de prédire le comportement. D'après lui, les individus prennent des décisions raisonnées (la décision d'agir fait suite à un moment de délibération interne), leur comportement est le résultat de l'intention de s'y engager. Ainsi, plus l'intention est forte, plus la personne fera des efforts pour adopter ce comportement, et plus importante sera la probabilité qu'elle s'y engage sur le long terme (Steg et Nordlund, 2013).

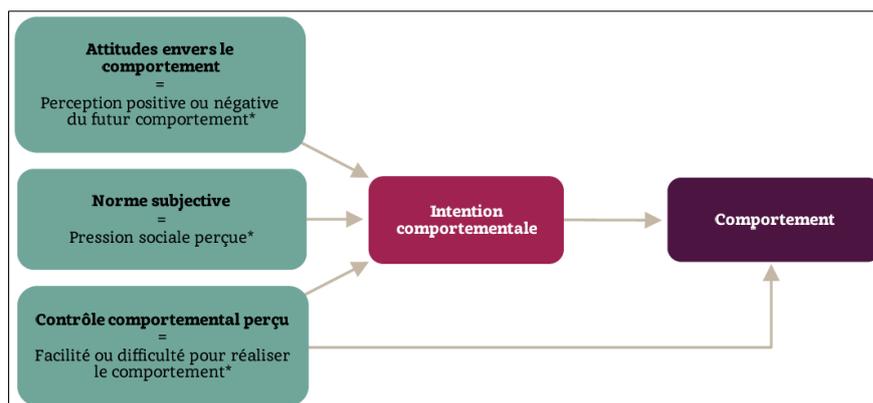


Figure 2 : Théorie du comportement planifié selon Ajzen (1991)

Comme le montre la figure ci-dessus, plusieurs facteurs intrinsèques à l'individu entrent en jeu dans la prise de décision.

Dans le cadre de notre réflexion, si l'on souhaite apporter aux jeunes un maximum d'éclairage sur l'alimentation afin de faciliter le libre arbitre dans leurs choix alimentaires, il apparaît essentiel de s'interroger sur les trois facteurs suivants :

- L'attitude envers le comportement : de quelle manière les jeunes perçoivent-ils les informations relatives à l'alimentation ? Quels liens établissent-ils entre les expériences vécues, ce qu'ils ont pu tester, découvrir et l'alimentation et ses enjeux ?
- La norme subjective : quelle pression sociale reçoivent-ils à ce sujet ? Dans quelle mesure peut-elle être un frein (effet pervers entraînant une résistance au changement) ou un levier (reconnaissance et valorisation de tel comportement par la société) ?

- Le contrôle comportemental perçu : comment les jeunes considèrent ce changement de pratiques ? Comment rendre sa réalisation plus facile et possible par les jeunes ?

Les paramètres socio-démographiques et culturels (valeurs, croyances) sont également importants à prendre en compte lorsqu'on s'interroge sur la prise de décision puisqu'ils influencent plus ou moins fortement le comportement au travers des trois variables précédemment décrites : les attitudes, les normes subjectives et le contrôle comportemental perçu. Nous verrons plus tard un peu plus en détails quelles sont les valeurs, normes et pratiques propres aux adolescents en ce qui concerne l'alimentation.

La théorie du champ de forces de Lewin (1988)

D'après ce modèle théorique l'activité des personnes est influencée par des forces (qui peuvent être des leviers ou des freins au changement) présentes dans leur environnement. Lewin considère que le groupe est, par défaut, dans un état quasi stationnaire où l'équilibre est maintenu grâce à ces deux types de forces qui s'opposent avec la même intensité (voir Figure 2). Si l'on souhaite impulser un changement, deux possibilités s'offrent nous : soit il faut augmenter l'intensité ou le nombre des forces propulsives du changement (position 2 sur la Figure 3), soit il faut diminuer l'intensité des forces qui nuisent au changement (position 3 sur la Figure 3).

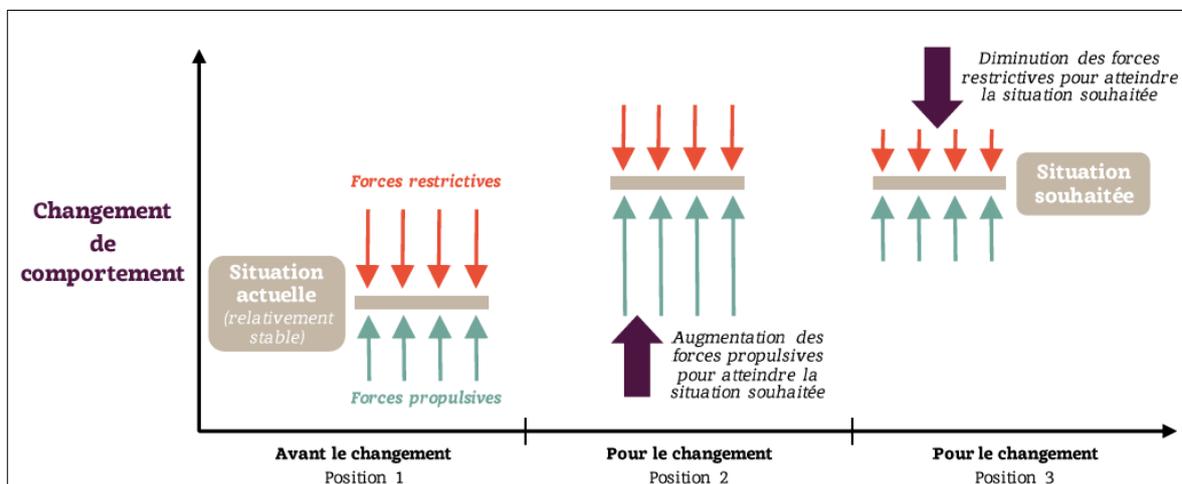


Figure 3 : Evolution des forces du groupe au cours du processus de changement (Autissier, Vandangeon-Dermez et Vas, 2010)

Toujours d'après Lewin, il est préférable de diminuer les forces restrictives (le manque d'interconnaissance et de collaboration entre acteurs par exemple) si l'on veut travailler sur un changement des pratiques, plutôt qu'augmenter les forces propulsives. En

effet, cela risquerait d'entraîner l'effet inverse que celui souhaité, à savoir des comportements de résistance au changement.

En tenant compte de cette remarque et en l'appliquant à notre sujet d'étude, il apparaît nécessaire de sonder les jeunes pour savoir quels pourraient être, dans un contexte particulier, les freins et limites au changement de comportement alimentaire (question du prix, de l'accès aux produits locaux et durables, autonomie... ?). Ceci pour repérer des leviers d'actions ou les valeurs propres aux jeunes et sur lesquelles s'appuyer pour inciter un changements. Il est également important d'intervenir sur une meilleure articulation des diverses actions menées en région pour davantage de cohérence et de mise en lien de ce qui se fait.

1.1.3. Limites au changement, comment les dépasser ?

Le groupe : à la fois frein et moteur du changement

Kurt Lewin considère que les résistances au changement proviennent la plupart du temps de facteurs collectifs (les normes sociales par exemple) et affectifs, plutôt que de facteurs individuels et rationnels. C'est du moins ce qu'il a pu mettre en évidence au travers de ses expériences portant sur le changement d'habitudes alimentaires. Il en arrive à la conclusion que pour obtenir des changements collectifs, il est nécessaire d'intervenir sur les normes du groupe.

D'autres auteurs considèrent le collectif comme un véritable atout pour dépasser certains freins au changement. En effet, certaines personnes au sein du groupe sont plus disposées que d'autres à changer (de par les contextes de vie, les paramètres psychosociaux...) et peuvent inciter les autres membres à suivre le même mouvement, ou du moins à s'y intéresser, de par leur motivation et leur influence (au sens positif). Ainsi, ces personnes que l'on peut considérer comme moteurs du groupe vont permettre à ce dernier d'envisager et d'opérer le changement²⁴.

Aussi, l'impact et l'influence du groupe a toute son importance lorsque l'on travaille sur les questions d'accompagnement au changement. Laisser le groupe discuter et prendre des décisions en commun peut inciter une plus forte implication des individus et induire un changement de pratiques à l'intérieur du groupe, et cela sur le long terme. Mettre en place

²⁴ Accompagner le changement en entreprise. *La Lettre Nature Humaine*, avril 2009, n°4, p. 16-17

des actions collectives et participatives peut se révéler être un véritable levier dans la modification par les jeunes de leurs pratiques alimentaires.

La résistance au changement au niveau individuel

Pour Stéphane Riot²⁵, une des raisons pour lesquelles les personnes ne veulent pas changer est qu'ils ne peuvent pas envisager le changement en question. Les habitudes de vie sont parfois en contradiction avec les nouvelles pratiques communiquées. Aussi, les personnes cibles ont besoin d'être accompagnées pour envisager et accepter le changement en question :

« Il est nécessaire de leur faire prendre conscience de ses stratégies de survie et d'évitement, tout en préservant une zone de confort suffisante. En même temps qu'elles lâchent leurs freins, il faut alors leur permettre de trouver un autre espace de valeurs et de valorisation dans le changement » (Riot, 2009).

Tout individu fonctionne, nous l'avons vu, avec un système de normes et de valeurs qui contribue à un sentiment de sécurité. Aussi, si l'on touche à ce qui constitue l'individu, il est évident qu'il est nécessaire de l'amener vers un autre cadre dans lequel il retrouvera une certaine stabilité ; ceci pour assurer la pérennité du changement.

Crozier et Friedberg (1977, 2014) quant à eux, insistent sur le fait que la résistance au changement est pour les individus une manière d'exprimer leur liberté dans une organisation quelle qu'elle soit : *« la résistance au changement est la conséquence non seulement inévitable, mais aussi légitime de l'utilisation, même inconsciente, par es participants de la marge de liberté dont ils disposent dans le jeu qu'ils jouent dans l'organisation »*. Appréhender les comportements de résistance de cette manière permet de ne pas tomber dans l'opposition entre deux parties en proposant aux individus d'autres moyens d'exercer leur liberté (dans le choix de leurs nouvelles habitudes par exemple).

Démarche participative, un levier pour le changement

Pour Coch et French (1948), la résistance au changement est à la fois le fruit de réactions individuelles liées à un sentiment de frustration, et en même temps collectives induites par le groupe. Suite à leur travail dans l'usine Harwood Manufacturing, ils en sont arrivés à la conclusion que les individus acceptent mieux le changement lorsqu'ils y

²⁵ Etape du changement et méthodes d'accompagnement. *La Lettre Nature Humaine*, avril 2009, n°4, p. 7-13

contribuent. Aussi, puisque les phénomènes de résistance au changement semblaient d'abord être un problème de motivation, Coch et French ont encouragé les managers à avoir recours à des méthodes participatives dans les processus de changement organisationnel.

Associer les jeunes à la démarche de modification des représentations et pratiques alimentaires semblerait être un point à ne pas négliger. Le fait de les impliquer dans des actions ou projets pourrait participer à leur motivation sur le long terme pour adopter d'autres comportements souhaités en matière d'alimentation. Cela contribuerait également à une prise de conscience sur l'existence d'autres manières de penser et vivre l'alimentation.

Conclusion

Ces différents avis complémentaires soulignent une fois de plus l'importance de prendre en compte l'individu (sa culture, son éducation, son système de normes et de valeurs, ses souhaits et désirs...) et son environnement global (interactions sociales, effet de groupe, valeurs et normes partagées par la société dans laquelle il évolue...) pour appréhender au mieux l'accompagnement au changement, autrement dit, repérer les freins auxquels il faut faire face et les leviers sur lesquels s'appuyer.

2. De la persuasion à l'engagement, tout un processus !

Bien plus que sensibiliser, ce que nous recherchons dans le cadre de notre recherche est l'engagement des jeunes dans une nouvelle manière de voir, de vivre et de faire l'alimentation. Toutefois, sensibilisation et engagement vont de pair. Aussi, il convient de mieux penser la sensibilisation à l'alimentation durable auprès des jeunes (via l'étude de leurs représentations sociales) pour un impact plus important sur leur engagement futur sur le sujet. De la persuasion (via la sensibilisation) à l'engagement, un processus que nous vous proposons de découvrir dans les prochaines pages.

2.1. Persuasion et engagement, quelques repères de compréhension

Pour Fabien Girandola et Fabienne Michelik, « *la persuasion et l'engagement constituent les deux principaux champs d'étude du changement* » (Girandola et Michelik, 2011). Nous allons maintenant étudier plus en détails en quoi consistent ces deux champs théoriques et en quoi ils se complètent.

2.1.1. Les limites de la persuasion

Les recherches en santé publique portant sur l'impact des messages de prévention ont abouti au constat suivant : un message persuasif construit sur la peur n'aboutit pas forcément au changement souhaité. En effet, d'après Witte (1992, 1994), les individus, lorsqu'ils sont soumis à un message de prévention, évaluent le rapport entre l'efficacité (efficacité des recommandations et auto-efficacité) et la menace (sévérité et vulnérabilité). Si ce rapport est en faveur de l'efficacité, ils seront plus aptes à adopter le comportement de prévention adapté à la menace (sensation de contrôle du danger). En revanche, si ce même rapport penche du côté de la menace (les recommandations proposées ne sont pas assez efficaces pour lutter contre le danger, ou le sentiment d'auto-efficacité des individus est faible), les individus feront preuve de stratégies de résistance face à ce message, ceci pour maîtriser leur peur (déni, rejet du message, recours à des attitudes contraires à celles recommandées...).

Aussi, si l'on souhaite accompagner les jeunes vers le libre arbitre en ce qui concerne leurs choix alimentaires, il est essentiel de garder à l'esprit que la motivation par la peur ne doit pas être le cœur du message dans la mesure où il y aurait un risque d'aboutir à des comportements contraires. D'où la nécessité de communiquer davantage sur les fonctions de l'alimentation relatives au plaisir, à la convivialité, au partage, à l'histoire... qui permettent de penser le sujet et d'appréhender le changement positivement.

2.1.2. Tour d'horizon sur « l'engagement »

L'engagement en bref

D'après Kiesler (1971) Joule et Beauvois, (1998), l'engagement est « *le lien qui unit l'individu à ses actes* », il est l'illustration de ce que pense, croit, souhaite l'individu. Pour Stéphane Riot, l'engagement (moral et concret) « *c'est lorsque chacun, individuellement, adhère à un projet et s'engage à l'appliquer dans son quotidien* » (Riot, 2009).

On peut s'engager au niveau individuel ou en présence d'un groupe, avec un soutien extérieur. L'engagement n'aura alors pas la même portée : il est plus difficile pour une personne de revenir sur ses choix lorsqu'elle les a pris en public par exemple. L'effet d'entraînement que procure le groupe est un levier sur lequel on peut s'appuyer lorsqu'on travaille sur l'accompagnement au changement sans pour autant contraindre les individus au dudit changement. Le fait de laisser la liberté de choix est primordial à prendre en compte

dans le cadre de politiques incitatives où, comme le nom l'indique, on va inciter les individus et non pas les obliger ou forcer à faire quelque chose dans lequel il ne se reconnaîtrait pas... et qui ne perdurerait donc pas.

Enfin, la situation dans laquelle l'engagement est pris revêt toute son importance. En effet, comme le disent si bien Girandola et Michelik (2008), « *c'est la situation, dans ses caractéristique objectives, qui engage ou non l'individu dans ses actes et qui favorise, entrave ou interdit l'établissement d'un lien entre l'individu et ses actes* », en d'autres termes, c'est elle (la situation), qui répond aux questions sur les raisons de s'engager, les conséquences et impacts que cela peut avoir, sur l'individu lui-même mais aussi sur son environnement, son entourage... D'où la nécessité de prendre en compte l'environnement global du jeune pour penser le changement de manière durable.

Suite à ces premiers éléments, pour parler d'engagement il est nécessaire d'adopter une vision globale et systémique... autrement dit, une vision complexe.

La théorie de l'engagement

Ce modèle théorique, développé par Kiesler, 1971 ; Joule et Beauvois, 1998, permet de mieux comprendre le lien entre comportements antérieurs et comportement ultérieurs : les habitudes, routines et pratiques antérieurs ont une influence non négligeable sur l'adoption de nouvelles pratiques. En d'autres termes, pour impulser un changement dans quelque domaine que ce soit, s'appuyer sur les pratiques actuelles et chercher à les modifier pour parvenir à l'objectif souhaité semble être gage de réussite dans l'adoption de telle ou telle pratique sur le long terme. Ce constat met une nouvelle fois l'accent sur le poids des normes et des valeurs sur le comportement des individus.

Comment inciter l'engagement ?

En considérant les propos de Joule et Beauvois (1998), plusieurs paramètres peuvent favoriser l'engagement d'un individu à l'égard d'un comportement.

Tout d'abord, il y a la visibilité et l'importance de l'acte. Cette catégorie comprend les items suivants :

- Le caractère public de l'acte : une décision prise en public est plus engageante que si elle est prise de manière anonyme

- Le caractère explicite de l'acte : plus un acte est formel et précis, plus il sera engageant comparé à un acte ambigu
- L'irrévocabilité de l'acte
- La répétition de l'acte : le fait de reproduire tel acte engage l'individu sur le long terme, ce même acte se transformera au fil du temps en habitude et routine
- Les conséquences de l'acte : un acte lourd de conséquences a une portée plus engageante
- Le coût de l'acte : une décision qui coûte en temps, en argent ou en toute autre ressource revêt un caractère plus engageant qu'un acte qui ne demande pas d'effort

Ensuite, le contexte de liberté et les raisons de l'acte peuvent influencer positivement sur le fait de s'engager.

Le fait de laisser le libre arbitre et de ne pas contraindre l'individu à adopter ce comportement (injonctions, aspect « donneur d'ordres ») est gage de réussite dans l'engagement. D'où l'importance, dans le cas de notre recherche, de ne pas adresser aux jeunes des messages prescriptifs quant à leurs choix alimentaires, mais au contraire, à susciter leur curiosité sur le sujet, à ouvrir leur champ des possibles et leur donner envie de s'intéresser à un telle thématique.

Enfin, les raisons (d'ordre interne ou externe) pour lesquelles il est préférable de modifier ses pratiques ont nécessairement une influence sur l'engagement souhaité. Celles qui sont intrinsèques à l'individu renforcent le lien entre l'individu et ses actes. Elles représentent donc un levier pour l'engagement. En revanche, les raisons d'ordre externes distendent ce même lien et sont dites « désengageantes ». Si l'on revient à notre réflexion, il apparaît nécessaire de faire prendre conscience aux jeunes les raisons pour lesquelles il est souhaitable qu'ils modifient leurs pratiques alimentaires (dans quel intérêt, qu'est-ce que cela leur apporterait en plus... ?). Et pour cela, il nous faut nous intéresser à leurs pratiques actuelles en matière d'alimentation, à leurs désirs, souhaits et envies pour plus d'efficience dans la manière de présenter les raisons de s'engager dans un comportement alimentaire plus responsable et durable.

2.1.3. De la persuasion à l'engagement

Comme l'a fait remarquer la chercheuse en psychologie sociale Blandine Cerisier lors du colloque du 26 juin 2018 portant sur la thématique « Alimentation, jeunes et

territoires » (voir Annexe A), « *la persuasion ne veut pas forcément dire engagement* ». Aussi, pour amener les individus à prendre un engagement, il convient de s'intéresser à leurs représentations sociales, à la mémoire collective, à l'environnement dans lequel ils évoluent ainsi qu'à l'ensemble des expériences qu'ils ont s'agissant de l'engagement visé. La voie de l'engagement est donc parsemée d'étapes successives et d'accompagnement divers, ce que nous allons voir au travers de la présentation de deux modèles théoriques.

Le modèle transthéorique (Prochaska et Di Clemente, 1982)

Prochaska et Di Clemente ont développé cette théorie du changement comportemental (1982) basée sur des plusieurs étapes correspondant aux différents stades de changement de la personne (voir ci-dessous). L'individu passe successivement d'une étape à une autre lors du processus de changement. Face aux difficultés et résistances qu'il rencontrera au cours de son cheminement, des types d'accompagnement spécifiques sont nécessaires pour lui permettre d'avancer (Millet, 2009).

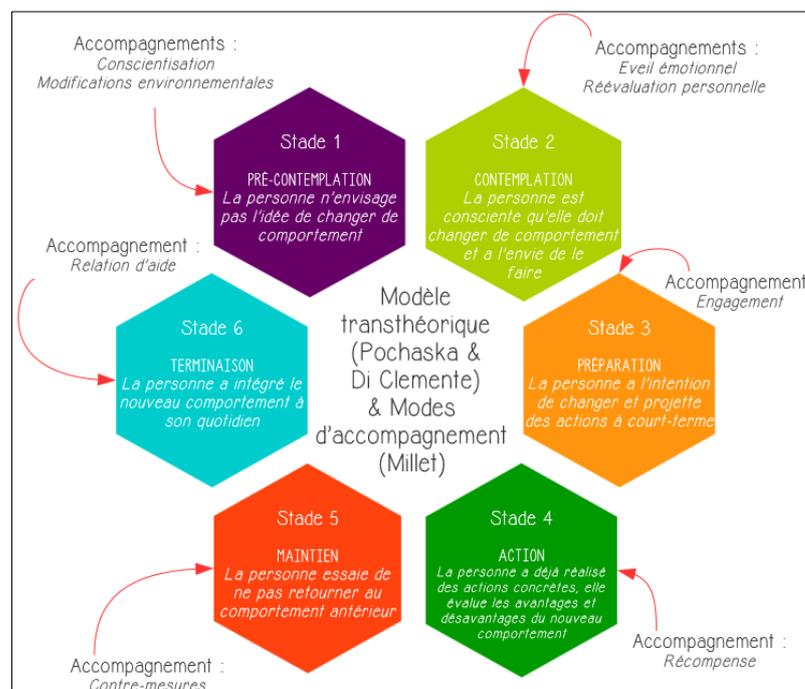


Figure 4: Modèle transthéorique, Prochaska et Di Clemente, 1982 ; Modes d'accompagnement, Millet, 2009

L'organisation cyclique de ces différentes étapes met en lumière le fait que lorsqu'on parle de changement, il peut y avoir des retours en arrière dans les pratiques (suite à des réactions de résistance ou au découragement par exemple). Ce qui souligne bien l'importance de l'accompagnement dans un processus de changement de pratiques (impliquant donc une vision à long terme du changement) ainsi que la multiplication

d'actions de sensibilisation et de situations propices aux partages et à la réflexion sur l'alimentation avec les jeunes.

Dans le cas de notre réflexion, il convient d'avoir à l'esprit que « *le changement de comportement est une succession d'étapes : une fois que l'une d'elles est franchie, il faut viser la seconde tout en encourageant les nouvelles habitudes* » pour reprendre les propos de Pierre Gayvallet²⁶ lors du colloque du 26 juin 2018 (Annexe A). L'encouragement et la valorisation de l'adoption de nouvelles habitudes est un point à ne pas négliger pour que les efforts engagés perdurent dans le temps.

Le modèle de changement de comportement autorégulé (Bamberg, 2013)

Tiré du modèle théorique de Prochaska et Di Clemente présenté dans le point précédent, le modèle de Bamberg vient en complément de ce dernier et apporte des précisions quant à la séparation des stades et aux processus qui permettent à l'individu de passer de l'un à l'autre (voir figure ci-dessous).

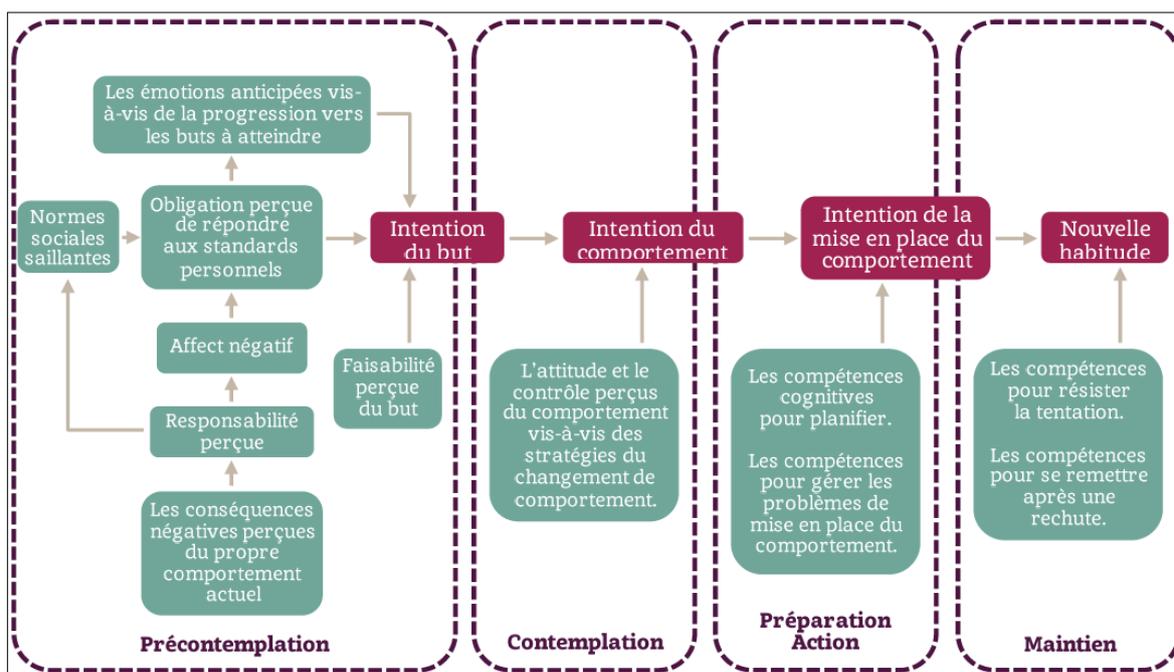


Figure 5: Le modèle de changement de comportement autorégulé - Bamberg, 2013

Le modèle théorique de Bamberg nous est utile dans le cas de notre étude dans la mesure où il fournit des pistes intéressantes pour savoir de quelle manière intervenir selon le stade auquel les personnes se trouvent.

²⁶ Pierre Gayvallet, service Education à l'Environnement et au Développement Durable de la Communauté de Communes Thiers Dore et Montagne (63)

En ce qui concerne le premier stade, Bamberg propose d'informer l'individu afin de lui permettre de prendre conscience des enjeux et problématiques justifiant un changement de pratiques (quel intérêt à consommer des produits locaux ? Enjeux sociétaux, culturels, environnementaux, économiques...). Il est également important d'activer les normes personnelles et sociales liées au comportement visé pour plus d'efficacité.

Lorsque les individus ont conscience qu'il est nécessaire de changer de comportement (stade de contemplation), il convient alors de les informer quant aux différentes alternatives s'offrant à eux pour modifier leurs pratiques, ainsi que les avantages et inconvénients de chacune d'elles. Il est également nécessaire de les accompagner dans l'évaluation du coût/bénéfice/risque du comportement actuel et du comportement visé (quel est l'intérêt de changer, qu'est-ce que cela va leur apporter en plus, de quoi cela va-t-il les prémunir... ?).

Au cours du stade préparation/action, les personnes ont besoin de soutien pour la mise en place d'actions permettant le changement souhaité (comment rendre concrètes les alternatives proposées dans la phase précédente ?).

Enfin, dans l'étape finale du maintien, il convient de donner un feedback sur le nouveau comportement adopté, de valoriser les actions déployées et le comportement nouvellement adopté, et d'accompagner les individus dans la pérennité de ces nouvelles habitudes pour éviter qu'elles ne reviennent sur leur pas.

Cependant, ces explications théoriques sont à nuancer dans la mesure où les actions de sensibilisation uniquement basées sur de l'information (campagne anti-tabac, valorisation de l'agriculture biologique ou incitation au développement durable pour n'en citer que quelques-unes) n'ont touché que les personnes les plus convaincues par le changement. Se pose alors la question de comment interpeller les « non convaincus », ceux qui sont réticents au changement et ne perçoivent pas l'intérêt ou l'urgence de modifier leurs pratiques ? D'où l'importance de s'intéresser à l'individu, à son mode de penser, sa façon de voir le monde, ses motivations et valeurs quant à l'alimentation (en ce qui concerne notre sujet d'étude). Comment permettre à ces personnes de faire le pas de côté, de prendre du recul par rapport à leurs propres manières d'agir pour en appréhender d'autres et de susciter une attitude de réflexivité ? Comment susciter l'intérêt de s'intéresser à l'alimentation, d'aller chercher des informations par eux-mêmes et leur donner envie de concevoir des comportements et motivations différentes ? Des questions qu'il convient de garder à l'esprit lorsque l'on

travaille sur un tel sujet, notamment pour se prémunir des questions d'éthique ou de légitimité traitées un peu plus haut dans ce chapitre.

Conclusion

Il ressort de ces éléments que s'engager relève d'un processus constitué de plusieurs étapes... dont la première est la persuasion ! En effet, sans prise de conscience que le changement est nécessaire, il n'y aura pas l'ombre d'une modification. Informer, encourager, motiver et valoriser sont des points importants à avoir à l'esprit lorsque l'on accompagne des individus vers un changement de pratiques. De plus, accompagner un groupe d'individus, dans notre cas les adolescents, est d'autant plus complexe que chaque jeune avance à son propre rythme et ne se retrouve pas forcément au même stade vers le changement que les autres...

Aussi, l'accompagnement au changement doit se penser de manière globale (diversité d'étapes, de personnalité, de comportements, d'acteurs impliqués et de situations) et sur le long terme. Pour reprendre les propos de Saadi Lahlou, 2005, « *la persuasion seule est inefficace mais la mise en place de constructions collective, impliquant concrètement les sujets dans la décision est une voie opérante* ».

Les outils et méthodes déployées doivent tout autant se penser de manière holistique pour plus d'efficacité. C'est ce que nous proposons de voir dans le point suivant.

3. En route vers le changement !

Diverses stratégies et méthodes existent et sont déployées dans l'accompagnement au changement. L'objet de cette partie n'est pas tant de les présenter dans leur globalité mais plutôt de développer celles qui m'ont parues les plus pertinentes et adaptées à mon objet d'étude. Les diverses lectures ainsi que les entretiens ressources et échanges avec des chercheurs en psychologie sociale m'ont également orientée dans le choix de ce qui vous sera présenté.

Ainsi, nous verrons successivement en quoi la communication engageante, l'éducation par les pairs ou encore les nudges peuvent contribuer à l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes.

3.1. La communication engageante

Comme l'expliquent Maxwell et Farmer, « *toute communication a une visée persuasive* » (Maxwell et Farmer, 2013) ; ceci dans le but d'amener les membres d'une organisation à modifier leurs idées et/ou comportement sur tel ou tel sujet. Pour cela, quelques facteurs sont à prendre en compte parmi lesquels :

- Les caractéristiques de la source, autrement dit, « *la crédibilité de la source, ou la sympathie qu'elle a su ou pu inspirer* »
- La construction du message (choix et place des arguments, type d'argumentation, de conclusion...)
- Le contexte dans lequel le message est émis : contexte agréable ou désagréable, absence ou non de contraintes, caractère anxiogène ou non du message...

Pour autant, bien que la persuasion puisse être efficace, les auteurs restent sceptiques sur le fait qu'elle puisse réellement déboucher sur les comportements attendus, surtout lorsque ces comportements sont éloignés ou incompatibles avec les habitudes ancrées dans les organisations. Bien plus qu'une « technique », la communication engageante est avant tout une philosophie de l'interaction où l'on recherche à faire participer l'interlocuteur afin qu'il ne reste pas simple récepteur mais qu'il devienne acteur d'une situation de communication (Patrux, 2014). Pour cela, l'acte préparatoire engageant « *doit être réalisé dans un contexte où l'individu peut tisser un lien entre ce qu'il fait et ce qu'il est, et finalement entre ce qu'il est et la cause à défendre ou à promouvoir* » (Deschamps, Joule et Gummy, 2005).

Autrement dit, pour inciter et accompagner les jeunes dans leur changement de pratiques alimentaires, il apparaît important de rechercher quelles pourraient être les actions par lesquelles les jeunes pourraient s'engager dans de nouvelles pratiques alimentaires et qui pourraient nourrir leur motivation à les poursuivre dans le temps... Ajoutons que comme l'alimentation étant, nous l'avons vu, vecteur de symboles et créatrice d'identité, il est nécessaire de veiller à la manière dont le message est apporté pour ne pas créer de tensions ou susciter des réactions de résistance face au changement souhaité.

3.2. L'éducation par les pairs

La Commission Européenne définit l'éducation par les pairs comme

« Une approche éducationnelle qui fait appel à des pairs (personnes de même âge, de même contexte social, fonction, éducation ou expérience) pour donner de l'information et pour mettre en avant des types de comportements et de valeurs. L'éducation par des pairs est une alternative ou un complément aux stratégies d'éducation à la santé traditionnelles. Cette approche repose sur le fait que lors de certaines étapes de la vie, notamment chez les adolescents, l'impact est plus grand que d'autres influences »²⁷.

Ce type d'approche est une nouvelle manière d'appréhender la communication en prévention santé : non plus du haut vers le bas (top-down) par les experts, mais une communication horizontale dans laquelle les jeunes interagissent et échangent avec des professionnels. Nous ne sommes dès lors plus dans une conception hygiéniste de la santé mais plutôt dans « une construction entre la population (ici les jeunes) et l'éducateur pour la santé » (Lemonnier et Le Gand, 2014). Pour reprendre les propos de Yaëlle Amsellem-Manguy, 2014, « l'approche par les pairs s'inscrit dans l'idée de symétrie mais également de réciprocité et d'égalité ».

Pourquoi cette démarche semble-t-elle si prometteuse dans le cadre de notre recherche ? Tout simplement à cause de l'importance du groupe de pairs dans le processus de construction identitaire à l'adolescence. En effet, durant cette période charnière où les jeunes se construisent et se socialisent, le regard, le comportement et les valeurs des autres l'influencent dans ses propres choix.

Pour que ce dispositif porte ses fruits (rendre les jeunes acteurs de leurs choix d'alimentation), il est indispensable que les jeunes ambassadeurs soient considérés comme tels par leurs contemporains afin que leurs propos trouvent échos chez eux et qu'ils se sentent concernés. Il convient également de professionnaliser ces jeunes pairs, notamment pour leur permettre de mieux appréhender les problématiques traitées au travers d'un apport de connaissances, la gestion du rapport aux autres, la manière de communiquer... Cependant, comme le souligne Eric Le Grand, sociologue en promotion de la santé (2014) « cette professionnalisation ne doit pas occulter et annihiler toute la richesse de la créativité et des ressources des jeunes qui pourraient à terme limiter leur engagement ». Un des aspect fondamental dans l'implication des jeunes est « le plaisir [...] le plaisir d'être et de faire

²⁷ Banque de Données en Santé Publique. *Education par les pairs [en ligne]*, Disponible sur <http://asp.bdsp.ehesp.fr/Glossaire/>. (Consulté le 03/09/2018)

ensemble, le plaisir de faire pour et avec les autres... Perdre cela de vue, c'est prendre le risque d'instaurer un cadre trop contraignant » pour reprendre les propos de Delphine Defrade de la Fédération des espaces santé jeunes.

Pour conclure sur cette partie, il est à noter que l'éducation par les pairs en matière d'éducation-prévention-promotion de la santé à elle seule ne suffit pas pour accompagner le changement. Il est important qu'une telle approche soit construite en lien avec d'autres programmes d'action visant à modifier l'environnement du jeune.

3.3. Les nudges

Les nudges en bref

Pour reprendre les propos de Blandine Cerisier lors du colloque « Alimentation, jeunes et territoires » (Annexe A), un nudge est un outil d'accompagnement au changement. Son but est d'inciter un comportement dit « vertueux » et de proposer une solution plus « responsable », « éthique », tout en laissant le choix à l'individu d'adopter ou non ce comportement. Certains sont sceptiques sur cet outil : quid de la dimension éthique et manipulatrice du nudge. Se pose alors la question de la co-construction d'un tel outil (implication des acteurs éducatifs, de l'éducation populaire et nationale, des collectifs, des réseaux associatifs du territoire, des équipes de recherche, des populations cibles...). En effet, la participation des usagers à l'élaboration d'un nudge peut être un moyen de se prémunir de la manipulation et de la méfiance des usagers également.

Un outil intemporel ?

La particularité du nudge est qu'il demande à être mis à jour au fil du temps. En effet, une fois que les usagers ont eu connaissance du dispositif et ont intégré le nouveau comportement induit par cet outil, son efficacité est moindre et il n'y a plus besoin de ce « coup de pouce ». Si le dispositif perdure dans le temps, les individus risquent de se lasser et de ne plus en comprendre l'utilité. Le nudge reste donc un outil pour accompagner le changement de comportement mais ne se suffit à lui-même et son utilisation demande à être limitée dans le temps.

Conclusion

Sans remettre en cause la pertinence des nudges dans le domaine de la santé publique, il semble préférable d'associer cet outil à d'autres approches de prévention pour plus

d'efficience dans les actions visant à modifier les comportements, et ce de manière durable. Il doit pouvoir s'inscrire dans une démarche plus globale d'accompagnement au changement de pratiques.

3.4. Conclusion

Aussi, d'après ces premiers éléments théoriques, il apparaît que l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes est un sujet complexe, qui se pense sur le long terme et qui, pour aboutir au changement souhaité, fait appel à différentes théories, concepts et outils. Les mots d'ordre semblent être la transversalité et le multi-acteurs.

Partie 2. Problématisation, hypothèses et méthodologie

Dans cette seconde partie du mémoire, nous verrons plus en détails le cadre dans lequel j'ai réalisé mon stage de six mois et quels ont été les axes de travail. Suivront la problématique ainsi que les pistes de réflexion sociologique qui ont orienté mon travail de terrain avant de terminer par une présentation des outils et méthodologiques déployés ayant permis d'avancer dans ce travail.

Chapitre 1. Présentation de la structure d'accueil

Le stage de Master 2 que j'ai réalisé au sein de la DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes est la continuité de mon stage de Master 1. En effet, j'avais déjà eu l'occasion en 2017 de travailler au sein du Service Régional de l'Alimentation (SRAL) sur le PNA, et en particulier sur le volet Education alimentaire de la jeunesse. Aussi, étant de retour dans le service pour six mois, j'ai pu réfléchir avec ma tutrice et mes collègues sur certaines missions en amont du stage, ce qui m'a permis de m'approprier le sujet plus facilement dès mon arrivée à Lyon.

Ce premier chapitre a pour objectif de vous présenter la structure d'accueil dans laquelle j'ai réalisé mon stage de fin d'études, ses valeurs et son fonctionnement ; ceci pour mieux saisir les enjeux des missions confiées durant ces six mois.

1. Travailler au sein de la DRAAF

Placée sous l'autorité du préfet de région (Auvergne-Rhône-Alpes), la DRAAF est un service déconcentré du Ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation et est également un service territorial de France AgriMer. Sous l'autorité du Ministre chargé de l'agriculture, la DRAAF exerce l'autorité académique sur l'enseignement technique et supérieur agricole et met en œuvre les enquêtes statistiques nationales.

1.1. Les missions de la DRAAF

Les missions de l'organisme d'accueil sont diverses et variées et se déclinent dans les six domaines suivants :

- La compétitivité des secteurs agricole, agroalimentaire et forestier et le développement des synergies entre performance économique et qualité environnementale en s'appuyant sur le projet agro-écologique ;
- La valorisation des produits agricoles et forestiers par une politique de filière et une compétitivité renforcée des industries agroalimentaires ;

- La sécurité et la qualité sanitaires de l'alimentation, des animaux et des végétaux au service de la santé de nos concitoyens ;
- Les formations initiales et continues adaptées aux besoins d'une production agricole, alimentaire et forestière écologiquement et économiquement performante ;
- L'insertion scolaire, sociale et professionnelle des jeunes à travers des parcours de réussite
- La production de données, d'études pour éclairer les décisions.

Elles sont mises en œuvre au sein des sept services composant la DRAAF : Alimentation, Développement rural et territoires, Economie agricole, agroalimentaire et des filières, Forêt, bois, énergies, Formation et développement, FranceAgriMer et Information statistique, économique et territoriale²⁸.

Depuis la fusion des régions Auvergne et Rhône-Alpes (1^{er} janvier 2016), la structure est basée sur deux sites correspondants respectivement aux deux ex-régions qui sont Lempdes et Lyon. Mon stage s'est déroulé au sein du service de l'alimentation, au niveau du pôle Politique Publique de l'Alimentation dont les missions et les enjeux font l'objet du point suivant.

1.2. Le pôle Politique Publique de l'Alimentation

C'est ce pôle qui décline en région le PNA. Nombre de projets accompagnés techniquement et/ou financièrement par la DRAAF dans le cadre du PNA sont expérimentaux, innovants, dans l'objectif d'une mise à disposition et d'un essaimage régional voire national. Les missions confiées qui m'ont été confiées lors de ce stage illustrent parfaitement ce positionnement plutôt atypique pour une politique portée par l'État.

1.3. La commande et les attentes du stage

1.3.1. Une suite logique au travail de Master 1

Les missions sont venues poursuivre et élargir le travail commencé en 2017 lors de mon stage de Master 1 portant sur l'éducation alimentaire de la jeunesse, un des axes du PNA sur lequel la DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes avait peu travaillé jusqu'ici. Ainsi, à la

²⁸ Organigramme de la DRAAF disponible via le lien internet suivant : <http://draaf.auvergne-rhone-alpes.agriculture.gouv.fr/Les-services-de-la-DRAAF>

suite des 4 mois de stage (avril-juillet 2017), la structure a pu avoir une meilleure visibilité sur les acteurs impliqués dans le domaine de l'éducation alimentaire de la jeunesse sur le territoire (associations, institutions, éducation nationale, services de l'Etat en santé ou social, élus et collectivités, offices de tourisme...), le cadre et/ou le contexte des actions engagées (temps scolaire/périscolaire, atelier santé ville, politique de la ville...), mais aussi la diversité et la richesse de séances de sensibilisation ou d'éducation à l'alimentation (ateliers cuisine, théâtre, projet intergénérationnel etc.) et leur angle d'approche concernant l'alimentation (nutrition, sensoriel, environnement, plaisir, patrimoine...).

Ce travail de recensement et de mise en réseau sur l'axe stratégique éducation alimentaire de la jeunesse a été élargi en 2018 en le croisant à l'enjeu « ancrage territorial des actions », et, plus précisément, à la mise en place de démarches de type PAT.

Afin de mieux comprendre les enjeux des responsabilités qui m'ont été confiées durant ces six mois, arrêtons-nous sur la politique PAT et sur l'importance d'encourager de tels projets sur le territoire, tout en les associant à l'axe Education alimentaire du PNA.

1.3.2. Une politique en faveur des PAT

Depuis la loi d'avenir pour l'agriculture, l'alimentation et la forêt du 13 octobre 2014 (Art 39), le Ministère encourage la mise en place de PAT. Ces derniers s'appuient sur un diagnostic partagé faisant un état des lieux de la production agricole et alimentaire locale, du besoin alimentaire du bassin de vie et identifiant les atouts et contraintes socio-économiques et environnementales du territoire. Élaborés de manière concertée à l'initiative des acteurs d'un territoire, ils visent à donner un cadre stratégique et opérationnel à des actions partenariales répondant à des enjeux sociaux, environnementaux, économiques et de santé. L'alimentation devient alors un axe intégrateur et structurant de mise en cohérence des politiques sectorielles sur ce territoire.

Les projets alimentaires territoriaux répondent à l'enjeu d'ancrage territorial mis en avant dans le PNA et revêtent plusieurs dimensions :

- Une dimension économique : structuration et consolidation des filières dans les territoires, rapprochement de l'offre et de la demande, maintien de la valeur ajoutée sur le territoire, contribution à l'installation d'agriculteurs et à la préservation des espaces agricoles ;

- Une dimension environnementale : développement de la consommation de produits locaux et de qualité, valorisation d'un nouveau mode de production agro-écologique, dont la production biologique, préservation de l'eau et des paysages, lutte contre le gaspillage alimentaire ;
- Une dimension sociale : éducation alimentaire, création de liens, accessibilité sociale, don alimentaire, valorisation du patrimoine.

De nombreux territoires de la région Auvergne-Rhône-Alpes sont engagés dans une réflexion et/ou dans une démarche de type PAT. Leur première approche privilégie souvent la dimension économique. Toutefois, dans un modèle socio-économique alimentaire dominant où l'approche « durable » reste encore marginale, l'action territoriale se heurte d'emblée ou très rapidement à la résistance au changement, ou bien aux difficultés d'accompagner au changement les multiples acteurs impliqués, depuis la production jusqu'aux consommateurs. Les besoins en termes d'éducation, de sensibilisation et de communication sont, par conséquent, importants et les porteurs de projet accompagnés par la DRAAF et les territoires en réflexion autour d'une stratégie alimentaire sont en attente de retours d'expérience, outils... Ceci pour définir une approche PAT davantage transversale et pérenne dès le départ.

Ainsi tout le travail de recensement et de mise en réseau d'acteurs autour de la sensibilisation à l'alimentation des jeunes s'avère très précieux pour accompagner les territoires dans leur mise en place de stratégies alimentaires territoriales.

1.3.3. Les attentes du commanditaire

A partir d'observations...

Dans ce contexte, les attentes du service se sont focalisées sur le public cible des jeunes, dans la double priorité du PNA, « Education alimentaire de la jeunesse » et « Ancrage territorial ».

De multiples acteurs et outils couplés à de nombreuses situations d'apprentissage ont d'ores et déjà été identifiés et recensés en 2017 pour sensibiliser les jeunes à une alimentation durable (DRAAF, 2018). Aux côtés de ces actions bien déterminées, et sans préjuger d'une éventuelle augmentation du nombre d'actions de sensibilisation mises en œuvre sur les territoires engagés, le service PNA est parti de la supposition suivante pour délimiter les contours de mon stage :

Il est possible de renforcer l'accompagnement au changement des jeunes collégiens par une multiplication de « petites » actions portées par de multiples relais, s'insérant dans le quotidien des adolescents.

... *Mettre en place un projet de recherche-action...*

Rappelons que le public cible sur lequel cette étude s'est focalisée est celui des 11-15 ans, à savoir les jeunes en âge d'être scolarisés au collège²⁹.

Pour répondre à cette interrogation, plusieurs axes de travail m'ont été confiés parmi lesquels l'identification des multiples situations de vie ordinaire d'un jeune (trajet quotidien, transport scolaire, activité sportive, maison de quartier...), la recherche d'acteurs relais (structures, métiers...), de nouveaux supports de sensibilisation et de formes de messages pouvant être passés auprès des jeunes en faveur d'une alimentation durable (pensons aux nudges par exemple). Comme nous l'avons dit précédemment, le PNA s'applique de manière très concrète en région, c'est pourquoi la Communauté de Communes Thiers Dore et Montagne a été associée à cette étude afin de circonscrire le repérage et les actions tests en lien avec ce territoire en démarche de PAT. De plus, ce retour d'expériences concret pourra venir enrichir l'inventaire de leurs propres actions et inspirer d'autres territoires souhaitant travailler sur ce sujet.

Le réseau GRAINE Auvergne-Rhône-Alpes³⁰ a été associé à cette étude en apportant à la fois de l'expertise en matière d'accompagnement au changement et également sur l'identification de situations relais. Il a aussi été envisagé qu'une fois le stage terminé, le GRAINE pourrait prendre la suite de ce travail d'expérimentation avec notamment la mise en place de tests (en termes de dispositifs et/ou de messages de sensibilisation à l'alimentation durable) sur le territoire.

L'un des enjeux de ce travail de recherche action est de proposer une synthèse montrant les multiples entrées possibles des collectivités pour sensibiliser les enfants (actions croisées des services, utilisation de moyens de communication...), avec éventuellement l'analyse de quelques actions testées.

²⁹ Partie 1, Chapitre 1, 2.1. Les jeunes, de qui parle-t-on ?).

³⁰ Réseau pour l'Education à l'Environnement vers un Développement Durable (EEDD)

... *Et organiser un colloque régional*

L'organisation d'une journée régionale d'échanges sur la thématique de l'éducation alimentaire de la jeunesse (fin juin, début juillet) faisait également partie des missions de stage. L'objectif de cet évènement étant de permettre la rencontre des acteurs de la sensibilisation, des collectivités et des personnes ressources pour élargir le cadre des possibilités d'intervention.

1.3.4. Conclusion

Le cadre du stage étant maintenant posé (missions de la structure d'accueil, attentes du commanditaire et contexte politique), nous proposons dans la suite de ce premier chapitre de nous intéresser au territoire d'étude.

2. Présentation du territoire d'étude

Avant toute chose, il est essentiel de connaître le contexte dans lequel s'inscrit la problématique pour mieux discerner les freins et leviers dans la mesure où les pistes d'actions qui seront proposées à l'issue du travail de recherche-action auront un impact sur le territoire et ses habitants. Aussi, il importe dans un premier temps de comprendre le contexte de ce dernier, d'avoir connaissance de la population et de ses habitudes de vie et bien évidemment de son rapport à l'alimentation pour que les recommandations qui seront fournies à la DRAAF et aux élus de la Communauté de Communes puissent être bien accueillies par la population cible. En effet « *modifier un espace de vie visuellement ou symboliquement peut fragiliser l'identité d'un groupe, lorsque celle-ci se nourrit de la mémoire des lieux* » (RAEE³¹, 2016). C'est ce que nous vous proposons dans cette partie.

2.1. Géographie et politique

2.1.1. Redécoupage territorial et nouvelles frontières administratives

C'est dans le cadre de la loi Nouvelle Organisation Territoriale de la République³² (loi NOTRe) promulguée le 7 août 2015 qu'est née la Communauté de Communes Thiers Dore et Montagne (TDM) issue de la fusion de 4 Communauté de Communes : Thiers Communauté, la Montagne Thiernoise, le Pays de Courpière et Entre Allier et Bois Noirs

³¹ RAEE : Rhône-Alpes Energie Environnement

³² Vie Publique. *Loi du 7 août 2015 portant nouvelle organisation territoriale de la République [en ligne]*. Disponible sur : <http://www.vie-publique.fr/actualite/panorama/texte-discussion/projet-loi-portant-nouvelle-organisation-territoriale-republique.html>. (Consulté le 13/08/2018)

(fusion effective au 1^{er} janvier 2017). Cela représente 30 communes, soit 37 000 habitants et 140 agents (voir Annexe B). Ce redécoupage territorial a pour objectif de renforcer les intercommunalités et de leur confier davantage de missions et de compétences.

La mise en place d'une nouvelle collectivité n'est pas évidente dans la mesure où chacune des Communauté de Communes va devoir modifier sa politique d'action et ses méthodes de travail pour adopter une stratégie commune permettant le développement économique, social, culturel... de l'ensemble du territoire. Il s'ensuit des conséquences au niveau de la gouvernance, d'un nouveau conseil et bureau communautaire, également sur les compétences de la collectivité, sur l'organisation des différents services... Ainsi, c'est l'ensemble du territoire qui est impacté par ces changements organisationnels, tant les décideurs politiques que les agents et les habitants.

2.1.2. Compétences et actions de TDM³³

Parmi les compétences exercées par les collectivités on en distingue trois types : les compétences obligatoires, celles qui sont optionnelles et les facultatives.

Les compétences obligatoires de TDM à compter du 1^{er} janvier 2017 sont les suivantes :

- L'aménagement de l'espace pour la conduite d'actions d'intérêt communautaire
- Les actions de développement économique
- La collecte et le traitement des déchets des ménages et déchets assimilés
- L'aménagement, l'entretien, et la gestion des aires d'accueil des gens du voyage

Les trois premières présentent un lien avec l'alimentation puisqu'elle a à la fois un impact sur le paysage et sur l'économie d'un territoire quel qu'il soit. De plus, la gestion des déchets ménagers renvoie en partie à la thématique de la lutte contre le gaspillage alimentaire.

Parmi les compétences optionnelles, la protection et la mise en valeur de l'environnement, la politique du logement et du cadre de vie ou encore l'action sociale d'intérêt communautaire sont autant de situations pouvant faire intervenir la thématique de

³³ Communauté de Communes de la Montagne Thiernoise. *Entre Terre et Couteaux [en ligne]*. Disponible sur : <http://www.ccmt.fr/a-telecharger/magazine-terre-et-couteaux.html>. (Consulté le 13/08/2018)

l'alimentation. Ces différents points exercés sur les anciennes collectivités sont désormais étendues à l'ensemble de la nouvelle communauté de communes.

Concernant les compétences facultatives mises en place sur les anciens territoires, elles seront appliquées sur l'ensemble de TDM à partir de janvier 2019 et en 2017/2018. Parmi elles on retrouve le développement touristique, l'enfance-jeunesse, la culture et le développement du multimédia qui peuvent être de véritables leviers pour encourager à travailler l'alimentation de manière transversale.

2.2. Quelques caractéristiques clés de la population « jeunes » de TDM

Démographie

D'après une étude diagnostic réalisée sur TDM sur la thématique « *La politique petite enfance, enfance et jeunesse* » (janvier – avril 2018) il est à noter que le territoire de TDM est plutôt âgé et vieillissant : d'après les données de 2014, 50% de la population communautaire a plus de 50 ans et une baisse de la population des moins de 25 ans a été observée. Toutefois, la tranche d'âge 10-14 ans a vu son nombre augmenter entre 2009 et 2014. Au niveau de la situation familiale, on peut noter qu'un ménage sur quatre est une famille monoparentale (ce qui peut supposer des habitudes alimentaires et des situations de commensalité doubles pour les enfants dans la mesure où ils vivent dans deux foyers différents).

Etablissements scolaires de TDM

Sur la nouvelle collectivité on compte six collèges dont quatre sont publics et deux privés, établissements qui vous sont présentés dans le tableau ci-dessous. Cela nous amène à une population cible de près de 2000 « jeunes ».

Caractéristiques des collèges de TDM					
Nom de l'établissement	Ville	Situation géographique	Public	Privé	Nombre d'élèves
Collège Condorcet	Puy-Guillaume	Nord de TDM	x		378
Collège Bellime	Courpière	Sud-Est TDM	x		265
Collège Saint-Pierre				x	200
Collège de La Durolle	La Monnerie-le-Montel	Centre de TDM	(REP)		345
Collège Audembron	Thiers	Centre de TDM	x		667
Collège Sainte-Jeanne-d'Arc				x	91
			Total collégiens TDM		1946

Tableau 1: Présentation des collèges de TDM

Transports scolaires

Au niveau de l'organisation des transports scolaires sur la collectivité, on remarque une forte utilisation des lignes de transport étant donné que le territoire est plutôt rural et comporte des zones très reculées. En effet, sur l'année 2016/2017, 1571 élèves ont emprunté le réseau des bus scolaires. Cependant toutes les communes composant TDM ne sont pas desservies, 16 d'entre elles seulement bénéficient de ce service.

Politique jeunesse

La nouvelle communauté de communes dispose de trois structures d'accueil dédiées aux jeunes collégiens, la tranche d'âge pouvant s'étendre jusqu'aux lycéens dans deux d'entre elles. Il s'agit de l'Espace Jeunes de Celles-sur-Durolle (au centre de TDM), de la Maison de la Jeunesse Nelson Mandela à Thiers (également au centre de la collectivité) et de l'espace de loisirs de Courpière (plus au sud). Ces structures sont soit en accueil libre, c'est-à-dire que les jeunes viennent quand ils le désirent, il n'y a pas besoin de s'inscrire, seulement d'être adhérents à l'année, soit en horaires définies où il est nécessaire de s'inscrire avant de venir.

Constats et besoins des jeunes

A la suite de la recomposition territoriale ayant donné naissance à la collectivité TDM, « les élus ont souhaité disposer d'un outil d'aide à la décision pour définir la nouvelle politique petite-enfance-enfance-jeunesse et élaborer le futur Contrat Enfance Jeunesse du territoire » (TDM, 2018). C'est ainsi qu'ils ont confié cette mission d'état des lieux des services proposés sur l'ensemble du nouveau territoire au bureau d'études FS Conseil. L'objectif à terme est de pouvoir co-construire des projets en faveur de la jeunesse.

A la suite de ce diagnostic réalisé parmi les besoins exprimés par les jeunes, il est ressorti qu'ils souhaitaient davantage d'installations sportives et/ou de loisirs (salle de sport, city stade, skatepark...), également un lieu d'écoute pour les jeunes et des actions (sensibilisation, information, prévention...) en matière de santé.

La mise en œuvre d'une politique petite enfance, enfance et jeunesse est une ambition commune à l'ensemble du territoire. Parmi les axes pédagogiques transversaux figure la sensibilisation à la protection de l'environnement et à l'alimentation, ce qui montre l'existence d'une dynamique de l'alimentation sur la collectivité et le souhait de cette dernière de poursuivre sa démarche.

2.3. Une dynamique alimentaire déjà bien présente

Avant la fusion des quatre collectivités, l'une d'entre elle était particulièrement active sur la thématique de la sensibilisation à l'alimentation avec la mise en place d'une politique volontariste en la matière. Il s'agit du Pays de Courpière (au sud de TDM).

Si une telle dynamique a pu se mettre en place et perdurer c'est notamment grâce à diverses compétences mises au service de l'alimentation durable. Parmi elles :

- La compétence « école » qui a permis à la communauté de communes de proposer aux enfants des repas préparés par les agents communaux dans les restaurants scolaires (niveau primaire) tout en privilégiant les circuits courts et le recours aux produits issus de l'agriculture biologique
- La compétence « économie » a quant à elle permis au Pays de Courpière d'encourager l'installation d'agriculteurs en agriculture biologique et de soutenir une Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne (AMAP) encore très active aujourd'hui
- La compétence « Education à l'Environnement pour un Développement Durable » (EEDD) qui via le service La Catiche³⁴ de la communauté de communes, propose depuis plusieurs années des goûters et pique-niques « Zéro déchets » auprès des enfants avec la volonté double de lutter contre le gaspillage alimentaire et de favoriser une alimentation locale.

³⁴ Créée en 1998 puis intégrée à la Communauté de Communes du Pays de Courpière en 2010, La Catiche a une mission d'Education à l'environnement pour un développement durable. L'équipe pédagogique propose des actions auprès de divers publics (scolaires, touristes, grand public, centres de loisirs...) au sein de son bâtiment d'accueil ou sur la base de loisirs : <https://www.plat-forme21.fr/repertoire-des-acteurs/article/la-catiche-communaute-de-communes>

La réforme des rythmes scolaires avec la mise en place des Temps d'Activités Péri-scolaires (TAP) a été un véritable levier pour le Pays de Courpière qui s'est saisi de cette opportunité pour organiser des séances sur le locavorisme. L'objectif ici est de faire découvrir aux enfants différentes catégories d'aliments provenant de l'agriculture locale. Ces ateliers sont aussi l'occasion de faire de la sensibilisation à l'équilibre alimentaire, de parler de circuits-courts, d'empreinte écologique et de gaspillage alimentaire, d'éveiller à de nouveaux goûts, sans oublier les notions de partage, de convivialité et de patrimoine culturel liées à l'alimentation.

Les ateliers menés dans le cadre périscolaire sont aussi l'occasion de créer un lien avec la famille pour que les sujets abordés avec les enfants trouvent un écho au sein des foyers. Il est également important pour les animateurs de valoriser le travail fait avec et par les enfants. C'est pour ces raisons qu'un livret est communiqué à chaque famille à l'issue de la séance où elles peuvent retrouver des photos, des mots clés liés aux thèmes abordés ainsi qu'une cartographie des producteurs locaux. Les enseignants du Pays de Courpière ont apprécié ce TAP qui les a encouragés à mener des projets sur l'alimentation auprès des élèves. Par ailleurs, le restaurant scolaire de Courpière propose régulièrement aux enfants d'être associés dans la confection des menus.

Ce qui est important à retenir ici c'est à la fois le lien entre différentes compétences qui ont été mises au service de l'alimentation durable et le travail collectif avec à la fois les sphères éducatives, familiales et politiques. Les élus de l'ancienne communauté de communes souhaitent vivement que cette démarche pour une meilleure sensibilisation à l'alimentation durable auprès des jeunes perdure et puisse aussi s'étendre progressivement à l'ensemble des 30 communes du nouveau territoire.

2.4. Conclusion

Maintenant que nous avons exposé le cadre dans lequel s'inscrit mon travail et présenté le territoire concerné par les missions, nous allons pouvoir problématiser la commande pour en faire un objet d'étude sociologique. C'est ce que nous proposons dans le chapitre suivant.

Chapitre 2. Problématique et hypothèses

Mon mémoire de Master 2 relève à la fois d'une étude de cas dans la mesure où il s'inscrit dans une démarche de recherche inductive (construction des hypothèses à partir

d'observations terrain) avec une dimension opérationnelle (recommandations et préconisations pour le commanditaire à l'issue de la mission). Mais il revêt également une dimension d'aide à la décision puisque les missions confiées, nous l'avons vu, s'inscrivent dans une démarche de recherche-action. Le commanditaire souhaitant, à l'issue de la réflexion menée, avoir des réponses concrètes à son questionnement et être capable de mettre en place des actions sur le territoire^{35 36}.

La démarche de « recherche » menée durant ces six mois, problématisation, formulation d'hypothèse et construction d'une méthodologie propre à la situation, fait l'objet de ce chapitre. Nous exposerons premièrement la problématique, puis les hypothèses qui ont permis d'orienter mon travail de recherche avant d'aborder la méthodologie déployée.

1. Problématisation de la commande

Les besoins exprimés par le commanditaire ont été reformulés et pensés de manière à pouvoir mener une réflexion sociologique et apporter des pistes de réponses structurées et s'appuyant à la fois sur des éléments bibliographiques et sur des retours terrain.

1.1. Contextualisation

1.1.1. Question de départ

A l'échelle de la région Auvergne-Rhône-Alpes, il a été observé que de nombreuses actions en matière d'éducation et de sensibilisation à l'alimentation, quelle que soit l'approche thématique privilégiée, étaient menées et encouragées de manière globale par les politiques publiques. Toutefois, ces interventions, souvent ponctuelles car réalisées dans un contexte scolaire ou péri-scolaire sont quelque peu déconnectées du quotidien des jeunes et sont insuffisantes pour aboutir à des changements de pratiques observables. De plus, comme celles-ci ne se font pas en concertation avec les différents acteurs concernés, elles ne s'inscrivent pas dans une démarche globale, ce qui a pour conséquence que nombre de jeunes n'en bénéficient pas (méconnaissance de leur existence, approches de l'alimentation trop éloignée de leurs valeurs et attentes ...).

³⁵ Laura Arciniegas. *Les études qualitatives. Initiation aux outils de collecte qualitative*. Cours de Master 1 SSAA, ISTHIA, Université Toulouse – Jean-Jaurès, 2017

³⁶ ISTHIA. *L'exercice de recherche en Master*. Cours de Master, ISTHIA, Université Toulouse – Jean-Jaurès, 2016-2020

La question de départ qui a été soulevée et qui a déterminé l'orientation de ma réflexion fut la suivante :

« Accompagner au changement des pratiques alimentaires de la jeunesse : comment inscrire dans le temps la sensibilisation des jeunes à l'alimentation durable ? »

Indirectement, cette interrogation renvoie au rôle que peuvent jouer les jeunes en tant que messagers auprès de leurs proches, entendons par-là leurs pairs ainsi que leur famille. Cette conception de l'adolescent fait elle-même référence aux enjeux de la resocialisation des jeunes et à ceux d'une socialisation inversée. Un point que nous vous proposons de parcourir avant d'aborder la problématique.

1.1.2. Resocialisation et socialisation inversée : quels enjeux ?

Les phénomènes de socialisation, de transmission et d'éducation alimentaires inversées (influence des enfants sur leurs parents) sont souvent au cœur de travaux et projets ayant pour objectif de modifier les comportements alimentaire ou traitant de ce que Corbeau appelle les métissages alimentaires.

Médiateur, prescripteur, messenger... quel rôle pour les enfants auprès de leur famille ?

C'est au cours du 20^{ème} siècle que les programmes d'éducation sanitaire³⁷ ont considéré et utilisé les enfants comme vecteur de changement au sein des familles en vue de faire adopter, par l'ensemble de la population, des « bonnes conduites ». Comme l'indique Aurélie Maurice dans son travail de thèse, « *l'école devient peu à peu un outil apprécié et nécessaire de la santé publique* ». D'après un rapport de l'OMS publié en 1950, « *les enfants qui auront reçu une éducation en matière d'hygiène pourront ensuite exercer une influence favorable sur leurs parents et leurs proches* ». Aujourd'hui, ce rôle de médiateur confié aux jeunes et présent au sein même des textes officiels, comme l'atteste l'avis n° 24 du Conseil National de l'Alimentation (CNA) portant sur la place de l'éducation alimentaire dans la construction des comportements alimentaires. Parmi les recommandations et axes de travail qui y sont proposés on retrouve le lien entre l'école et la famille via l'enfant :

« 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

³⁷ Education sanitaire : « acquisition par les personnes de l'aptitude à consulter, comprendre et utiliser les informations de façon à promouvoir la bonne santé et à la préserver, et ce pour elles-mêmes, leur famille et leur communauté », définition proposée par l'OMS lors de 9th Global Conference on Health Promotion, Shanghai 2016

où il pourra devenir prescripteur et corriger d'éventuelles mauvaises habitudes qu'il saurait identifier et argumenter » (Avis n° 24 du CNA, 1999)

Ces propos soulignent bien le fait qu'aujourd'hui l'enfant est considéré comme un acteur et pas seulement comme un être passif qui va simplement recevoir des informations. Il serait intéressant de se pencher sur l'évolution des représentations de la société à l'égard de cette population pour mieux saisir les possibilités d'actions dont pourraient se saisir les acteurs de la sensibilisation à l'alimentation... toutefois nous n'aurons pas l'occasion de détailler ce point-là.

C'est d'ailleurs la stratégie qu'ont adoptée les professionnels de l'EEDD pour inciter les citoyens à faire des économies d'énergie ou d'eau, comme l'atteste Isabelle Garabuau-Moussaoui : *« les enfants acquièrent un rôle de médiateur dans la diffusion de ces politiques publiques et l'on pourra se poser la question de l'enrôlement des enfants dans un dispositif politique visant à faire changer les comportements des populations »*, ils endossent aisément ce rôle de donneur de leçons *« caftant les lumières laissées allumées, le robinet laissé ouvert »* (Maurice, 2013). Cependant, l'alimentation étant un sujet intime, très personnel et renvoyant à de multiples paramètres (plaisir de manger, rapport au corps, à la santé...) on peut se questionner quant au rôle que peuvent jouer les enfants auprès de leur entourage familial (quelle remise en question possible de la part des parents ? Quelle écoute de leur part ? Quel impact des enfants sur le comportement de leurs proches ?...).

« L'acte alimentaire est traversé par des enjeux personnels complexes et profonds » (Maurice, 2013). Aussi, tout comme l'explique la sociologue Anne Dupuy, il convient de prendre garde à ne pas considérer les enfants uniquement comme des prescripteurs et donneurs de leçons dans leurs familles dans la mesure où ce ne sont pas à eux de porter cette responsabilité ; sans compter que ces conseils pourraient aller à l'encontre des croyances, aux valeurs ou aux expériences de vie propres à chacun. Le recours à la socialisation inversée de manière intensive pourrait mettre à mal les modèles d'éducation et d'autorité parentales, créant ainsi des situations de malaise au sein des familles... un contexte peu propice à la transmission et au partage autour de l'alimentation (Dupuy, 2014).

Evolution des modèles alimentaires ou « re-socialisation »

Les différentes expériences alimentaires rencontrées par le jeune (éveil à la curiosité alimentaire, sensibilisation à l'alimentation, découvertes de nouveaux goûts et expériences

sensorielles...) sont multiples et contribuent à l'évolution des répertoires alimentaire, eux-mêmes participant à la modification des modèles alimentaires (construction, déconstruction, reconstruction, voir Partie 1, Chapitre 1).

Par conséquent, ces différentes variations ont un impact sur le rapport que les jeunes ont à l'alimentation (plus grand intérêt à l'alimentation par exemple) et concourent à des effets de socialisation et de resocialisation (adaptation des comportements et manières de s'alimenter suivant les situations de commensalité...).

Conclusion

Dans notre cas, ce qui nous intéresse c'est davantage de toucher les jeunes, de leur donner les clés nécessaires pour qu'ils aient envie de se questionner sur leur alimentation, de faire leurs propres choix et de lui donner ainsi le sens qu'ils souhaitent... et pourquoi pas de permettre à leurs parents et famille de faire de même. Ils peuvent être un levier d'action au sein des foyers et il est important de réfléchir à comment associer les familles à ce type de projet pour plus de pérennité mais en aucun cas nous ne souhaitons confier aux adolescents une mission de donneur de leçon. Cela serait contraire à l'esprit du commanditaire dont le leitmotiv est l'accompagnement au libre arbitre.

1.2. Annonce de la problématique

A la lumière de ce que nous avons pu retenir de la revue bibliographique et à partir de la commande faite par la DRAAF, notre problématique de recherche se dessine ainsi :

En quoi une démarche globale de sensibilisation à l'alimentation durable envers les adolescents de Thiers Dore et Montagne est une clé de réussite dans l'accompagnement vers le libre arbitre concernant leurs choix alimentaires : quels acteurs, quelle(s) méthode(s), quels dispositifs ? Comment permettre cet accompagnement sur le long terme ?

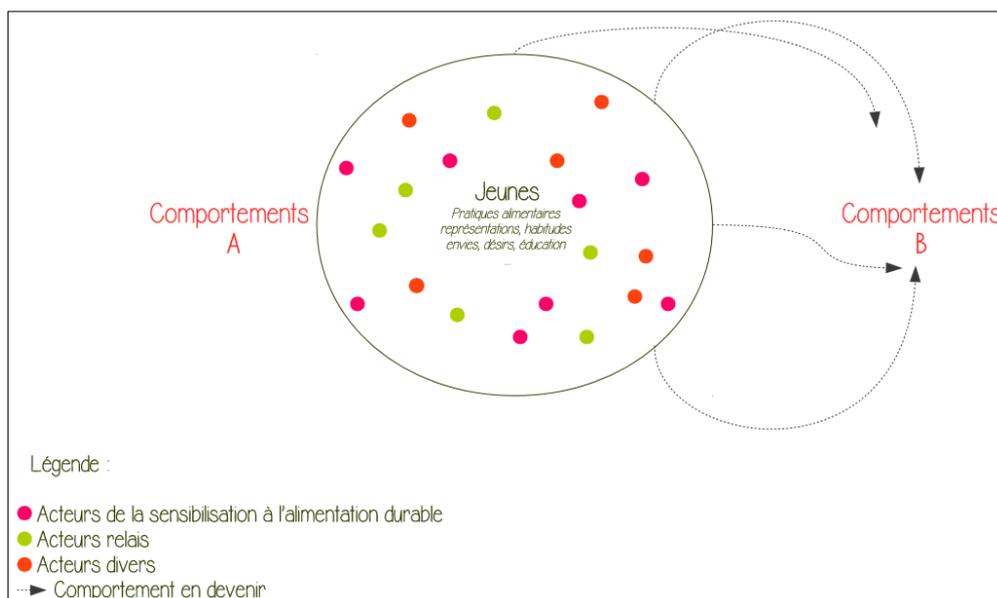


Figure 6 : L'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes

La figure ci-dessus est une autre manière de présenter le sujet : comment accompagner les jeunes dans la modification de leurs pratiques alimentaires (quels acteurs, de quelle manière, quel(s) type(s) d'accompagnement(s)...) ?

1.3. Les termes clés à définir

1.3.1. Qu'entend-on par « alimentation durable » ?

Pour reprendre les propos de Lucile Joan dans le dossier « Alimentation durable : comment communiquer » (DRAAF, 2016), divers concepts et comportements se cachent derrière cette expression quelque peu floue d'« alimentation durable ». L'objectif ici n'est pas tant d'arriver à « un consensus concernant une définition de ce concept mais plutôt d'encourager une appropriation transversale par tous les acteurs ».

Comme nous avons pu l'observer au travers des retours d'expériences, entretiens et articles lors de mon travail de Master 1 à la DRAAF (« *Accompagner les jeunes à choisir leur alimentation, tout le monde s'en mêle !* », 2018), l'alimentation peut être entendue et abordée de diverses manières. Certains vont promouvoir une alimentation respectueuse de l'environnement, d'autres prôneront un modèle alimentaire qui tienne compte des savoir-faire et des traditions locales ou qui prévienne de certaines maladies... Ce sont ces raisons et arguments que nous mettons derrière l'expression « alimentation durable ». Cela correspond à notre logique de vouloir associer à notre projet de recherche-action l'ensemble des acteurs du secteur alimentaire ayant un contact avec les jeunes.

1.3.2. De quel accompagnement parle-t-on ?

Dans le cas de notre étude, nous nous intéressons à l'accompagnement des jeunes : au-delà de les sensibiliser à l'alimentation durable, comment les accompagner vers d'autres manières de vivre et de faire l'alimentation aujourd'hui, et ce de manière durable (quels acteurs, quels dispositifs, quelle méthode...)?

Toutefois, se pose également en filigrane la question de l'accompagnement des acteurs qui seront impliqués dans cette démarche globale. En effet, comme certains d'entre eux n'auront sans doute pas l'habitude de travailler ensemble ou de traiter cette thématique de par le fait qu'elle ne constitue pas leur cœur de métier, il sera nécessaire de guider l'ensemble de ces personnes pour qu'elles soient aptes à accompagner les jeunes vers de nouvelles pratiques alimentaires (besoin en formation, sensibilisation, communication...). Cependant, ce n'est pas cet aspect que nous traiterons dans le mémoire. Bien que cette interrogation mérite réflexion et doit être pensée pour qu'une telle initiative porte du fruit et soit pérenne dans le temps, le manque de temps pour traiter une autre question aussi complexe m'a amenée à me concentrer davantage sur le premier aspect évoqué dans le paragraphe précédent.

2. Annonce des hypothèses

Suite à la problématique que nous venons d'énoncer, plusieurs hypothèses se sont dessinées et permettront d'orienter le travail de recherche-action sur le territoire de Thiers Dore et Montagne, et contribueront plus généralement, à nourrir la réflexion autour de l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes.

Les trois hypothèses découlant de notre interrogation vous seront présentées successivement dans la suite de cette partie.

2.1. Hypothèse 1

2.1.1. Contextualisation

Lors de mon stage de Master 1 au sein de la DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes, j'ai eu comme mission d'identifier et cartographier les acteurs de la région travaillant sur la question de la sensibilisation à l'alimentation durable auprès des jeunes (« Accompagner les jeunes à choisir leur alimentation, tout le monde s'en mêle ! », 2017). De ce travail de

synthèse est ressorti que bon nombre d'acteurs intervenaient sur les temps scolaires et/ou péri-scolaires (pendant les TAP par exemple).

Toutefois, l'environnement des jeunes étant complexe et comprenant d'autres sphères que le milieu (péri)scolaire (la sphère familiale, les loisirs, les réseaux d'amis, la toile...) il semble intéressant de considérer plus largement les contextes propices à des actions de sensibilisation à l'alimentation durable.

2.1.2. Annonce de l'hypothèse

Aussi, si la sensibilisation à l'alimentation envers les jeunes peut se faire dans un autre cadre que celui de l'école ou des temps périscolaires, cela implique qu'une multitude d'acteurs pourraient s'emparer de la thématique et participer à une telle démarche en diffusant et relayant des messages clés encourageant les jeunes à vivre leur alimentation. Pensons aux acteurs relais, à la diversité des canaux de diffusion (réseaux sociaux, internet, les pairs...) et l'importance des influenceurs ou youtubeurs.

La première hypothèse est donc la suivante :

En communiquant de manière différente, par le biais d'acteurs et de situations divers, nous pensons que cela permettra aux jeunes d'être au contact de l'alimentation de manière plus régulière, et ce tout au long de leur quotidien (durant leurs activités de loisirs, au travers du sport, des activités culturelles ou portant sur la citoyenneté, dans les espaces publics, les transports ou sur les réseaux sociaux...), cela conduisant à une meilleure appropriation et incorporation de ces messages, contribuant à un « effet de masse » auprès des jeunes... et in fine à la modification de leurs pratiques (conception de l'alimentation, représentations, comportement alimentaire...).

2.1.3. Les termes clés à définir

Afin de mieux saisir les enjeux de cette première hypothèse, voici quelques éclairages sur des notions que j'ai jugées pertinentes de préciser.

Qu'entend-on par « acteurs relais » ?

Dans la revue « Cahiers de l'action » (2013, n° 43), il est question des relations adultes/jeunes dans le cadre de la prévention à la santé et quelques points semblent importants à relever en ce qui concerne le rôle et la posture des acteurs relais.

Premièrement, pour que la parole ou les comportements des acteurs ressources aient une portée dans le quotidien des jeunes, il semble évident qu'une distance bienveillante incitant à la confiance soit établie entre adultes et jeunes. En effet, le fait que ces personnes ne fassent pas partie du même groupe d'appartenance que les jeunes leur permet d'établir une certaine distance avec eux de manière à ce qu'elles soient identifiées comme « *personne ressource, digne de confiance et médiateur de la discussion, tout en reconnaissant des limites à sa connaissance* » (Gaucher, 2014).

Il convient également, dans ce genre de circonstances, de considérer les jeunes comme une ressource, de les responsabiliser quant aux informations qu'il leur sont données et de ne pas occulter le fait qu'ils sont tout autant titulaires d'un savoir et d'un savoir-faire que les adultes les encadrant.

Enfin, comme le mentionne Jean-Christophe Azorin dans son article « Place et rôle de l'adulte référent dans un dispositif de pair à pair » (2013), l'importance pour les personnes dites « relais » est d'adopter une « *présence affichée mais non intrusive, attentive mais non normative, bienveillante et non moraliste, protectrice mais non étouffante* ».

Emilie Gaborit et Nadine Haschar-Noé (2014) préfèrent la notion d'« accompagnateurs » qui selon elles ont un rôle de médiateur dans le domaine politique entre plusieurs niveaux d'action publique mais également sur le terrain, entre les acteurs impliqués, de près ou de loin, sur la thématique de la santé des jeunes à l'école (la direction de l'école, les enseignants, les partenaires...). Dans le cadre de notre étude, nous retiendrons cet aspect de médiateur en ce qui concerne les acteurs relais (rôle central et pivot dans la sensibilisation à l'alimentation durable envers les jeunes).

Ce sont ces différents éléments qui nous ont amenées à considérer et définir, lors de la présentation de la recherche-action au colloque du 26 juin à Lyon, « les acteurs relais » comme des personnes qui, de par leur travail ou bénévolat, sont au contact des jeunes, sont connus et reconnus comme légitimes par eux. Ainsi, même si leur cœur de métier n'est pas de faire de la sensibilisation à l'alimentation durable envers la jeunesse, ils peuvent tout de même participer à cette démarche globale en relayant des messages clés ou en instaurant des changements dans leurs pratiques alimentaires (nous pensons à l'organisation des goûters lors des événements sportifs ou culturels par exemple, qui serait une belle opportunité pour proposer des produits locaux, bruts, non transformés, de saison...). Aussi, nous retiendrons cette conception d'acteurs relais pour la suite de notre étude.

Qu'entend-on par « effet de masse » ?

Dans le cadre de notre recherche-action, la notion d' « effet de masse » revêt deux aspects.

Le premier fait référence au fait de communiquer sur l'alimentation massivement auprès des jeunes : par l'intermédiaire de canaux de diffusion et d'acteurs différents, ceci afin de toucher l'ensemble des jeunes. En effet, selon les contextes, les porte-paroles et l'approche choisie pour parler d'alimentation (environnement, santé, culturel, économie...), les messages seront plus facilement acceptés par les jeunes.

Nous entendons également par « effet de masse » le fait que si quelques jeunes sont sensibles aux messages délivrés, qu'ils les intègrent et qu'ils modifient leurs comportements alimentaires en conséquence, ils pourraient tout à fait entraîner d'autres de leurs contemporains à faire de même. Nous rejoignons ici le concept de l'éducation par les pairs et le processus de la socialisation, deux notions développées dans la première partie.

Les influenceurs, quel impact auprès des jeunes³⁸ ?

Bien que les réseaux sociaux aient évolué depuis, en 1971 déjà, dans son ouvrage « Les stars », le sociologue Edgar Morin affirmait que les stars (surtout de cinéma) exerçaient une influence sur les comportements de leurs fans... ce qui n'a pas échappé aux marques de vêtements, produits de beauté ou du domaine alimentaire. En 1979, Bourdieu, également sociologue, mettait en évidence le phénomène de mimétisme des classes sociales au travers de son livre « La distinction ». En d'autres termes, les milieux populaires tentaient d'imiter les classes sociales supérieures (loisirs, vie quotidienne, alimentation), ceci pour atténuer ou masquer la différence économique distinguant ces milieux.

Aujourd'hui encore, on peut observer ces mêmes comportements au niveau des influenceurs et de leur communauté. En effet, bon nombre de personnalités rassemblent aujourd'hui des milliers d'abonnés sur leur chaîne Youtube ou leur compte Instagram ; des plateformes auxquelles ils ont recours pour exprimer leur opinion sur telle ou telle thématique, y compris sur l'alimentation (choix d'adopter une alimentation végétarienne ou militantisme envers une alimentation plus durable et de saisons comme c'est le cas avec le chef cuisinier Jean Imbert).

³⁸ Chaire ANCA. *Les influenceurs ont-ils un rôle à jouer dans la transition alimentaire ? [en ligne]*. Disponible sur : <https://www.linkedin.com/pulse/les-influenceurs-ont-ils-un-r%C3%B4le-%C3%A0-jouer-dans-la-transition-anca?articleId=6422817453583278080>. (Consulté le 24/07/2018)

Dans le même ordre d'idée, une étude réalisée par Harris Interactive (mars 2018)³⁹, souligne la notoriété grandissante des influenceurs auprès des populations jeunes. Ces dernières reconnaissent consulter régulièrement leurs publications (en particulier dans le domaine du « lifestyle » ou style de vie, qui comprend la thématique de l'alimentation) et retiennent quelques-uns de leurs conseils et se laissent parfois prendre au jeu de l'influence.

On peut s'interroger sur l'impact à long terme qu'ont ces personnalités sur les comportements de leurs abonnés... Toutefois, ces observations illustrent bien l'importance qu'ont les youtubeurs et influenceurs sur le comportement de leurs fans. Une ressource à ne pas négliger compte tenu de la cible à laquelle nous nous intéressons qui est particulièrement attirée par ces réseaux sociaux.

Communiquer auprès des jeunes, de quelle manière ?

Suite à une recherche-intervention menée à Montréal sur la communication dans le domaine de la santé publique, le constat suivant a été établi : « *les énoncés de type impératif et prescriptif qu'on retrouve dans les codes d'éthique (Trevino, 1986, Bourguignon, 2003), tels « il faut faire ceci » ou « vous devez faire cela », sont autant d'indications que l'organisation tente d'imposer des comportements sans s'interroger sur les limites de son autorité pour obtenir de façon durable des comportements souhaités (Joule, 2000). C'est quand la responsabilité individuelle disparaît, c'est-à-dire quand on dissocie l'individu de la situation dans laquelle il doit faire preuve (seul) de jugement éthique, en l'obligeant à se conformer aux règles existantes, que les mauvaises habitudes reprennent le dessus* » (Maxwell et Farmer, 2013). Aussi, il apparaît que si l'on souhaite encourager des comportements en faveur d'une alimentation durable envers les jeunes, il est primordial de veiller à la manière de communiquer : des messages clivants et autoritaires ne conduiront pas aux résultats souhaités sur le long terme.

Emilie Gaborit et Nadine Haschar-Noé (2014) nous fournissent également des éléments complémentaires sur la manière de communiquer auprès des jeunes, toujours dans le domaine de la santé publique. Selon elles, il est important que la personne délivrant le message ne soit pas directement reliée à la santé pour que l'information délivrée ait

³⁹ Harris Interactive France. Thème 1 : Marques, éthique, prescripteurs : des consommateurs sous influence ? Enquête 3/3 : « Consommation d'aujourd'hui et demain, le poids des influenceurs » [en ligne]. Disponible sur : http://harris-interactive.fr/opinion_polls/theme-1-enquete-33-consommation-daujourd'hui-et-de-demain-le-poids-des-influenceurs/. (Consulté le 26/04/2018)

d'avantage d'influence sur les jeunes... d'où l'importance d'associer des acteurs différents à cette démarche globale (pas uniquement des acteurs de l'alimentation ou de l'éducation).

Retenons que pour une communication efficace envers les jeunes, il est important de rechercher l'engagement des jeunes (pour que les messages délivrés aient un impact sur la durée), qu'il est important d'avoir des messagers de divers horizons pour que l'ensemble de la sphère « jeune » soit convaincue et se sente concernée et qu'il est préférable de construire une communication avec plusieurs acteurs, ce qui permettra de mêler les approches et d'apporter plus de légitimité et de poids aux discours.

2.2. Hypothèse 2

2.2.1. Contextualisation

L'alimentation étant, nous l'avons vu, un sujet transversal et pouvant être travaillée sous différents angles (santé, nutrition, environnement, culture, patrimoine, sensoriel, social...) la sensibilisation à l'alimentation des jeunes ne peut se faire qu'avec une poignée d'acteurs (voir Figure 7).

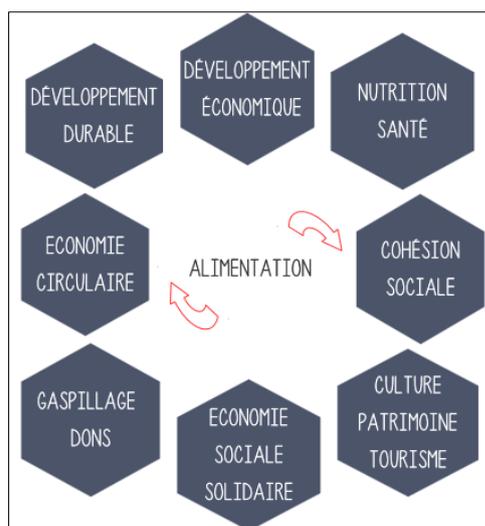


Figure 7: L'alimentation, à la croisée de nombreux grand enjeux politiques – DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes, juin 2018

2.2.2. Annonce de l'hypothèse

Suite à ce constat, nous émettons l'hypothèse que pour avoir plus d'impact auprès des jeunes (tant au niveau de la compréhension des messages de sensibilisation de l'alimentation que concernant leur appropriation...) il semblerait primordial et nécessaire de

travailler collectivement sur cette thématique pour que les actions engagées soient efficaces et pérennes.

Autrement dit, travailler en transversalité sur la sensibilisation des jeunes à l'alimentation durable serait une clé de réussite pour accompagner les jeunes vers la responsabilisation de leurs choix alimentaires. Les questions qui s'ensuivent sont : qui est concerné par cette démarche multi-acteurs ? Avec qui travailler et de quelle manière ?

2.2.3. Les termes clés à définir : travailler en transversalité, concept et enjeux

Tout comme l'approche « Ecole en santé » (AES) au Québec (Gaborit, Haschar-Noé, 2014), la sensibilisation des jeunes à l'alimentation durable mobilise divers acteurs provenant de milieux différents (dans notre cas, ceux de l'environnement, de l'école, de la famille, des loisirs, des médias, de la santé, de la culture... et de l'alimentation bien sûr). La posture adoptée dans le cadre de la démarche québécoise fut de laisser une place importante au dialogue et aux échanges entre les différentes parties concernées (école, santé, services-sociaux, parents...) pour cerner les préoccupations de chacun des acteurs permettant de construire un projet commun où chacun se retrouverait et pourrait s'engager.

Toutefois, la mise en pratique d'une telle démarche n'est pas si évidente « *l'opérationnalisation de cette approche apparaît complexe pour la plupart des acteurs [...] La définition de cette approche AES reste difficile à formuler ou tout du moins à appréhender sur le terrain* » (Gaborit, 2014). Le recours à un Guide de bonnes pratiques (recommandations diverses, expertise mixte mêlant savoirs scientifiques et savoirs pratiques pour que chacun s'y retrouve...) et à des dispositifs de formation (manière d' enrôler les acteurs participant à la démarche pour qu'ils soient ensuite équipés pour diffuser cette même approche dans d'autres écoles) s'est révélé nécessaire pour que cette démarche multi-acteurs québécoise puisse voir le jour : « *ces deux types d'instruments, en s'éloignant des actions menées en termes de « command and control » (Lascoumes et Le Galès, 2004), privilégient la persuasion et des rapports politiques centrés sur la communication, la concertation et des modes d'échanges d'apparence contractuelle (MELS, 2005)* ».

Nous retiendrons que travailler en transversalité n'est pas une démarche naturelle, qui relève de l'allant de soi, mais qu'elle est riche de sens et de découvertes (mixité des acteurs conduisant à une vision plus large et complète sur la thématique choisie). Cette manière de travailler demande davantage de temps et d'énergie dans la mesure où il faut

rassembler des acteurs différents (éducateurs à l'environnement ou à la santé, travailleurs sociaux...), qui parfois ne se connaissent pas, qu'il faut prendre en compte leurs intérêts, leurs motivations, leur environnement et les valeurs auxquelles ils adhèrent pour construire un projet commun qui puisse perdurer dans le temps.

2.3. Hypothèse 3

2.3.1. Contextualisation

Dans le rapport de Rhône-Alpes Energie Environnement (Avril 2016) « Favoriser le changement de pratiques des citoyens », les auteurs nous informent que la réussite d'une démarche participative dépend fortement du « *maintien de la motivation des participants et d'une énergie positive tout au long des travaux* ». Plusieurs niveaux d'implication des citoyens sont possibles dans la prise de décision comme l'information et la sensibilisation qui représentent le niveau le plus faible de la participation mais se révèlent indispensables pour les autres niveaux, la consultation, la concertation ou la co-élaboration. Il s'agit ici d'un réel partage dans la construction du projet, bien que la décision finale revienne aux décideurs. A savoir que « *plus on est dans la co-élaboration, plus on aura de chances que les participants se sentent partie-prenante du projet et soient acteurs du changement souhaité* ». C'est notamment sur cette observation que se construit notre dernière hypothèse.

2.3.2. Annonce de l'hypothèse

La troisième hypothèse qui découle de notre problématique concerne davantage les jeunes eux-mêmes. En effet, nous nous demandons si le fait de les impliquer davantage dans une telle démarche ne serait pas plus pertinent et n'aurait pas davantage d'impact quant à la modification de leurs pratiques alimentaires.

Co-construire avec les jeunes et les rendre acteurs de leur propre alimentation (connaissance du territoire, des traditions, de l'environnement, de l'impact et de l'influence des choix alimentaires sur le paysage, l'économie, la culture...) pourraient non seulement les encourager à modifier leurs comportements mais également contribuer à ce que ces derniers perdurent dans le temps dans la mesure où ils seraient des relais auprès de leurs pairs.

Cette troisième hypothèse renvoie au concept d'empowerment et au fait que responsabiliser les jeunes (au sens de les rendre acteurs, de les accompagner vers le libre

arbitre) pourrait être un levier dans l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes et une clé de réussite dans la pérennité de ces dernières.

2.3.3. Les termes clés à définir

La notion d'empowerment, de quoi s'agit-il ?⁴⁰

Plusieurs traductions du mot « empowerment » se sont succédées telles que « pouvoir d'agir », « capacitation citoyenne » ou encore « développement du pouvoir d'agir », mais toutes convergent vers un même concept « *articuler deux dimensions : celle du pouvoir, qui constitue la racine du mot et celle du processus d'apprentissage pour y accéder* » confie Marie-Hélène Bacqué, sociologue urbaniste.

« La notion d'empowerment remet en cause la suprématie du point de vue des intervenants sociaux sur celui des personnes ou des collectifs confrontés à des difficultés. Elle dénonce le fait de réfléchir et d'agir à leur place. Les intervenants sociaux qui s'y réfèrent construisent avec la personne ou la collectivité accompagnée, les actions susceptibles de leur permettre de dépasser les obstacles qui entravent leurs parcours » explique Bernard Vallerie, Directeur du département Carrières sociales de l'Institut Universitaire Technologique (IUT) de Grenoble. Ainsi, les acteurs de l'empowerment accompagnent leurs interlocuteurs à mettre en forme leur manière de penser le changement et de le mettre en action. L'objectif ici est vraiment de travailler « ⁴¹avec » les personnes concernées et non pas « sur » elles.

A la lumière de ces propos, il semble pertinent d'accompagner les jeunes à (re)trouver leur pouvoir d'agir en matière d'alimentation si l'on souhaite impulser un changement au niveau de leurs pratiques. Malgré leur jeune âge, les jeunes ont des convictions, des valeurs et des envies qui les motivent et les guident dans leurs choix alimentaires. Plutôt que de les contraindre à adopter tel comportement plutôt qu'un autre, le fait de les responsabiliser et de les mettre face à leurs propres choix alimentaires tout en leur faisant prendre conscience des réalités semblent être prometteur en matière d'accompagnement au changement.

⁴⁰ Lien social, Katia Rouff. *L'émancipation par l'empowerment [en ligne]*. Disponible sur : <https://www.lien-social.com/L-emption-par-l-empowerment>. (Consulté le 07/08/2018)

Co-construire avec les jeunes : comment et pourquoi ?

Pour Julie Le Gall, docteure et maître de conférence en géographie à l'Ecole Nationale Supérieure (ENS) de Lyon, ce qui est essentiel dans une démarche de sensibilisation à l'alimentation envers les jeunes, c'est de susciter leur intérêt, leur curiosité sur le sujet, de les amener à se poser des questions sur leurs propres pratiques, de les éveiller à tout ce qui entoure l'alimentation (l'environnement, l'histoire, les traditions, les rencontres, les lieux d'approvisionnement...). Ce sont les objectifs qui sous-tendaient le projet Marguerite mené par la géographe⁴². Les nouvelles pratiques pédagogiques basées sur ces approches, testées et déployées lors de ce projet se sont montrées fructueuses : motivation et participation des élèves, apports de compétences, intégration des connaissances dans les pratiques quotidiennes et changement de pratiques... Il est à retenir que le fait d'avoir premièrement encourager l'ouverture aux autres au sein de la classe, a permis ensuite de faciliter l'ouverture au monde extérieur en permettant aux élèves de rencontrer d'autres collégiens, d'autres milieux et acteurs de l'alimentation. C'est également ce qui ressort du projet Arts de Faire Culinaires au Collège mené en Aquitaine en lien avec une recherche-action longitudinale menée par Emilie Orliange, doctorante de l'Université de Poitiers/Centre Européens des Produits de l'Enfant (CEPE) Angoulême (2016)⁴³.

Eveiller la curiosité des jeunes sur leur environnement alimentaire et les amener à se poser des questions sur leur alimentation, sans être dans le jugement ni la culpabilisation, semblent être des démarches prometteuses si l'on souhaite impulser un changement des pratiques qui soit durables dans le temps. Et pour cela il est essentiel que les premiers concernés soient convaincus... et en soient donc les principaux acteurs !

2.4. Conclusion

La figure ci-dessous reprend la problématique ainsi que les étapes permettant d'y répondre, en partie durant le stage.

⁴² Ministère de l'Education Nationale. *Marguerite, encourager la formation d'un réseau au service de l'innovation en EDD – 2017* [en ligne]. Disponible sur : <http://www.google.fr/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=2ahUKEwjCzNe6xOrcAhULRBoKHTbmCKIQFjAAegQIABAC&url=http%3A%2F%2Feduscol.education.fr%2Fexperitheque%2Ffiches%2Ffiche13089.pdf&usg=AOvVaw09XCQE54XcYtaiyxLDtq5>. (Consulté le 27/01/2018)

⁴³ Ministère de l'Education Nationale. *Programme AFCC : Initiation aux arts de faire culinaires au collège* [en ligne]. Disponible sur : <http://www.google.fr/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=2ahUKEwuiosP0xOrcAhWn4IUKHeCvDt8QFjAAegQIAhAC&url=http%3A%2F%2Feduscol.education.fr%2Fexperitheque%2Ffiches%2Ffiche10415.pdf&usg=AOvVaw0rD2FSNURFWYUSpq8RktMd>. (Consulté le 07/02/2018)

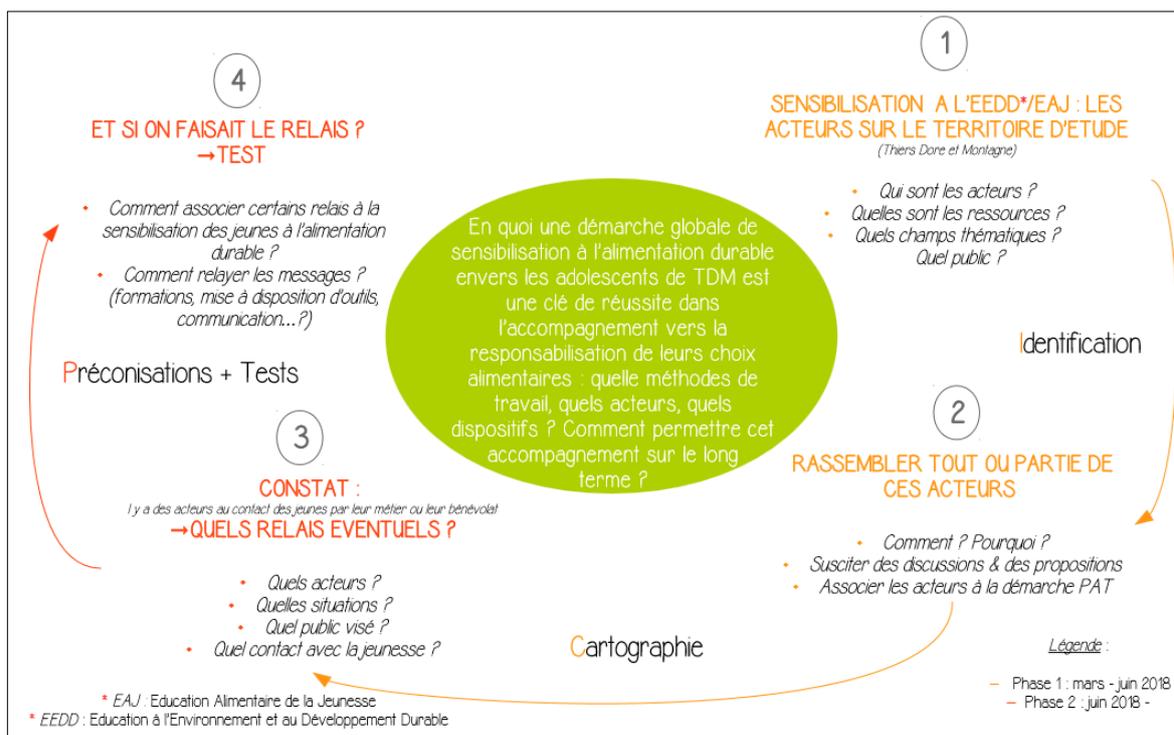


Figure 8: Récapitulatif de la démarche de recherche inductive relative à la problématique

3. Quelle méthodologie déployée ?

Afin de pouvoir fournir des éléments de réponse aux hypothèses présentées en amont de ce chapitre, nous proposons ici la méthodologie de recherche à laquelle nous avons eu recours. Les outils sociologiques tels que l'entretien individuel ou la discussion ont contribué à l'avancée du projet de recherche-action sur le territoire de TDM. L'organisation du colloque régional « Alimentation, jeunes et territoires » du 26 juin 2018 a également permis de recueillir des informations intéressantes quant à la thématique étudiée et de nourrir ma réflexion sociologique.

1. Recours aux outils sociologiques qualitatifs

1.1. L'entretien individuel

Le sujet choisi pour la recherche-action et le mémoire étant nouveau pour moi, j'ai eu recours aux entretiens semi-directifs dans le cadre d'une méthodologie exploratoire ayant pour objectif de mieux appréhender la thématique de travail, ses enjeux et ses contours, avant de proposer une méthodologie dite probatoire pour approfondir le sujet.

1.1.1. Eléments de définition

L'entretien individuel est un outil au travers duquel le sociologue peut étudier les représentations, les comportements et le sens que les mangeurs donnent à leurs actions. Il s'agit ni plus ni moins d'une interview entre deux personnes dont l'une transmet à l'autre des informations sur une thématique particulière. L'alimentation étant un sujet intime et très personnel, il est indispensable que l'enquêteur mette en confiance en interlocuteur et fasse preuve d'écoute, sans être dans le jugement.

Dans notre cas, il s'agit d'entretien directif, c'est-à-dire que le sociologue conduit l'entretien suivant une grille de questions ouvertes, ce qui laisse la liberté à l'enquêté de répondre avec plus ou moins de détails⁴⁴.

1.1.2. Choix d'un tel outil

Le recours à l'entretien dans le cas de notre étude s'est révélé indispensable à deux niveaux.

Premièrement, cela a permis d'aller à la rencontre des acteurs de terrain (de la région ou d'ailleurs) qui œuvrent dans le domaine de la sensibilisation alimentaire auprès du public cible en lien avec l'accompagnement au changement de comportement. L'objectif étant de mieux saisir leurs entrées thématiques, les actions mises en place, les retours d'expérience, les difficultés rencontrées, leur méthodologie pour travailler collectivement, leur conception de l'accompagnement au changement et leur manière d'appréhender une telle thématique. Ces échanges m'ont également permis de sonder leur avis quant à notre sujet de recherche-action (pertinence, lien avec le terrain) et notamment sur la question des acteurs relais (identification, rôle, manière de les impliquer dans une démarche globale d'accompagnement au changement des pratiques alimentaires...).

Dans un deuxième temps, j'ai eu recours aux entretiens individuels pour interroger quelques personnes expertes sur le sujet. Ceci pour me guider dans ma bibliographie sur l'accompagnement au changement (définitions, concepts) ainsi que ses outils et ses méthodes tels que la communication engageante, l'éducation par les pairs ou les nudges par exemple.

⁴⁴ Arciniegas Laure. *Les études qualitatives. Initiation aux outils de collecte qualitative*. Cours de Master 1 SSAA, ISTHIA, Université Toulouse – Jean Jaurès, 2018.

L'ensemble de ces échanges, que ce soit avec les acteurs terrain ou les personnes expertes, a permis de nourrir ma réflexion sociologique, d'avoir connaissance de projets, d'actions ou d'initiatives traitant, de près ou de loin, à l'accompagnement au changement. En effet, cette thématique nouvelle et quasi inconnue m'a demandé davantage d'énergie et de recherches pour appréhender le sujet. Les retours et l'analyse des entretiens m'ont également permis de valider certaines pistes d'hypothèse et d'avancer dans notre étude. Enfin, comme l'une de mes missions de stage portait sur l'organisation du colloque régional « Aliment'action : pari collectif sur les jeunes. Ancrer de nouveaux systèmes alimentaires sur nos territoires », ces différents entretiens m'ont donné l'occasion de réfléchir sur le programme et de rencontrer, sans forcément le savoir préalablement à l'entretien, des intervenants au colloque.

L'ensemble des entretiens menés s'est fait dans le cadre d'une démarche exploratoire dans la mesure où les informations recueillies à leur issue m'ont permis de construire les autres outils qualitatifs déployés par la suite.

1.1.3. L'entretien individuel en pratique...

Présentation de l'échantillon

Durant mes six mois de stage au sein de la DRAAF, j'ai eu l'occasion de mener une dizaine d'entretiens. Le profil des personnes interrogées, vous est présenté en Annexe C. J'avais déjà eu l'occasion d'en rencontrer quelques-unes lors de mon précédent stage de Master 1. Ce qui explique parfois le caractère moins formel de l'entretien. Le PNA étant une thématique de travail qui privilégie les rencontres et les contacts, m'a permis d'entrer plus facilement en relation avec bon nombre d'acteurs.

La diversité des personnes interrogées a permis d'avoir une vision assez globale de ce que les acteurs de terrain ou experts entendent par « accompagnement au changement » et l'analyse qui a suivi les entretiens s'est révélée très complémentaire à la revue bibliographique faite en amont et également en parallèle de ces derniers.

Préparation des entretiens

Comme dit précédemment, j'ai rencontré deux typologies d'acteurs différents, j'ai dû construire deux guides d'entretien différents. Ces derniers sont disponibles en Annexes D et E.

Quatre thèmes structuraient la grille d'entretien. Le premier, comme dans tout entretien, avait pour objectif de mieux connaître la personne interrogée, sa structure, son réseau et le public avec lequel elle travaille.

L'item suivant portait sur la sensibilisation à l'alimentation durable. Je souhaitais au travers de ces questions, saisir la vision de l'interviewée sur le sujet (quel(s) champ(s) thématique(s), quelle(s) approche(s) de l'alimentation, quelle méthodologie...) et l'intérêt qu'elle porte à un tel sujet (est-ce important de travailler sur l'éducation/la sensibilisation à l'alimentation ou finalement est-ce un axe de travail mineur?). Cette rubrique m'a également donné l'occasion d'avoir un bref état des lieux d'autres actions menées sur le même territoire (échelle variable allant de la région, au département, à la communauté de communes...) et également de sonder l'avis des personnes interrogées sur les difficultés ou les avantages à travailler collectivement sur une telle thématique (ces questionnements renvoient à la seconde hypothèse quant au fait de travailler en transversalité sur l'alimentation des jeunes).

Enfin, la dernière partie de l'entretien portait sur l'aspect « accompagnement au changement ». Avant toute chose, je souhaitais connaître l'avis des personnes sur ce sujet : ce qu'ils entendent par-là, comment ils comprennent le sujet, quels enjeux ils en perçoivent, comment est-ce que leur structure travaille sur ce sujet si tel est le cas ou comment ils pourraient s'emparer de cette thématique le cas échéant... Etant moi-même en pleine réflexion et recherche sur ce concept, c'était l'occasion de nourrir davantage ma pensée et de la soumettre à d'autres avis et regards extérieurs, autres que ceux découverts lors de mes recherches bibliographiques. Cette dernière partie était à la fois la plus intéressante car cela m'a permis de découvrir de nouveaux outils d'accompagnement au changement autres que les nudges dont j'avais déjà eu connaissance, d'autres méthodes et moyens d'aborder cette question... et en même temps cette rubrique était déstabilisante dans la mesure où en tant qu'enquêtrice je ne savais pas précisément où j'allais. Toutefois, les échanges furent, tous autant qu'ils soient, riches et intéressants à exploiter par la suite.

Déroulé des entretiens

La plupart des entretiens semi-directifs se sont déroulés par téléphone mais tous n'ont pas été enregistrés dans la mesure où je savais que je ne pourrais tous les retranscrire en intégralité. La contrainte temps étant bien présente, j'ai préféré ne pas me surcharger quant à la quantité de travail. La prise de note, associée ou non à l'enregistrement audio, m'a

permis d'être plus réactive sur l'analyse des informations recueillies, et d'avancer plus rapidement en conséquence. L'organisation du colloque et le travail de recherche-action sur TDM me demandant beaucoup de temps, il était important de pouvoir exploiter les données obtenues facilement. Toutefois, je suis consciente du biais que cela a pu apporter dans mon travail de recherche. En effet, le respect intégral de la pensée des personnes interrogées est remis en question lorsqu'on ne passe pas par la retranscription.

L'ensemble des entretiens semi-directifs retranscrits sont disponible annexes F à O. Leur analyse et les résultats vous seront présentés dans la dernière partie du mémoire.

1.2. La discussion collective

La méthodologie exploratoire, via les entretiens, m'a permis de mieux concevoir ce qu'était l'accompagnement au changement et quels étaient les principaux acteurs concernés. En parallèle, l'exploration du territoire de Thiers Dore et Montagne (recensement des acteurs concernés de près ou de loin par la sensibilisation à l'alimentation durable, des éventuels acteurs et situations relais...) m'a amené à envisager l'organisation de séances de discussion collective avec les jeunes ; ceci pour mieux les connaître (environnement, loisirs, cadre de vie...). C'est grâce à l'analyse des entretiens exploratoires que j'ai pu construire mon guide d'animation pour la discussion collective.

Le recours à un tel outil m'a permis de ne pas me disperser dans mon travail de recensement. En effet, en partant de l'environnement des jeunes, il me sera plus facile de discerner quelles peuvent être les situations relais propices à la sensibilisation à une alimentation durable et quels acteurs peuvent être associés à une telle démarche.

1.2.1. Eléments de définition

L'intérêt du focus group, ou de l'entretien collectif, est de saisir les différentes opinions exprimées par les participants ainsi que leur désaccord sur un sujet précis, et ce de manière interactive. Les échanges sont plus dynamiques et sont l'occasion de faire émerger des sujets, des interrogations ou des réactions auxquels le chercheur n'aurait pas pensé. L'entretien collectif donne accès au sens commun, aux modèles culturels et aux normes du groupe (Haegel, 2005).

Le recours à ce type d'outil demande de la part du chercheur davantage d'organisation et de préparation mais également beaucoup d'écoute pour que l'ensemble des

participants puissent s'exprimer tout en se respectant mutuellement. C'est ce que nous allons voir maintenant.

1.2.2. Choix d'un tel outil

Comme le sujet de la recherche-action concernait les jeunes, je trouvais pertinent de pouvoir échanger avec eux sur leurs pratiques et représentations de l'alimentation, sur leur quotidien et recueillir leur opinion quant à la manière de communiquer sur l'alimentation aujourd'hui... Au vu du temps imparti et de la complexité du sujet, il m'a paru plus raisonnable de passer par l'intermédiaire des collègues pour entrer en contact avec les jeunes. En effet, il existe peu de structure accueillant les jeunes âgés de 11 à 15 ans sur le territoire (il s'agit plutôt de structures accueillant des enfants et même si la limite d'âge est parfois de 12-15 ans, rares sont les collégiens qui les fréquentent) et le réseau associatif (culturel, sportif, loisir divers...) susceptibles de leur proposer des activités est très dense et complexe.

Le fait d'interroger les collégiens en groupe était un choix purement stratégique dans la mesure où je n'avais pas beaucoup de temps devant moi avec la préparation du colloque et l'approche du brevet puis des vacances scolaires. Il était difficilement envisageable de m'entretenir individuellement avec des élèves. De plus, en tant qu'« inconnue » des jeunes et pour autant disposant d'une certaine forme d'autorité, ils auraient sans doute eu plus de peine à s'exprimer librement. C'est pourquoi j'ai pensé que la forme du groupe serait plus propice aux échanges inter et entre jeunes également. Ajoutons que les échanges collectifs sont aussi un bon moyen pour mesurer l'effet de groupe (influence sur les paroles, sur les valeurs adoptées par exemple).

Je souhaitais également m'entretenir, dans la mesure du possible avec l'équipe encadrant les collégiens au sein de l'établissement : personnel de la restauration scolaire mais également personnel socio-éducatif et équipe enseignante bien sûr. Ceci afin d'avoir un regard plus extérieur sur le mode de vie, les pratiques et représentations des jeunes sur l'alimentation et leurs manières de communiquer aujourd'hui. En effet, mon objectif étant de recueillir des informations qui soient le plus objectives possibles, je souhaitais combiner les avis des collégiens et ceux des adultes les encadrant sur leur temps scolaire.

1.2.3. Discussion collective, en pratique...

Prise de contact avec les établissements scolaires

Afin d'organiser des séances de discussion collective avec des collégiens j'ai contacté les six collèges (privés et publics) du territoire fin mai pour leur exposer mon sujet de recherche et leur demander leur aide dans la poursuite de mon travail (voir Annexe P). Je l'ai sollicité alors à plusieurs niveaux :

- Je leur demandais leur accord pour organiser une séance de discussion collective avec les collégiens et également avec quelques membres de l'équipe de restauration, éducative et pédagogique pour avoir des avis de différents niveaux sur la même thématique (mode de vie des collégiens, représentations et attentes en matière d'alimentation et moyens de communication actuels)
- Je leur demandais également les coordonnées de l'association des parents d'élèves dans la mesure où échanger avec les parents sur les pratiques et représentations de leurs enfants me paraissait être une source supplémentaire d'informations... et pas des moindres.

Ce qui m'importait ici était d'avoir des informations qui soient les plus précises possibles pour ensuite avancer dans mon travail de recensement et pour in fine, être en mesure de proposer des pistes d'actions et des recommandations à la DRAAF : qu'est-ce qui motive les jeunes aujourd'hui quand on leur parle d'alimentation ? Comment et par quels moyens s'adresser à eux si l'on veut être entendu... ? Tout autant de questions auxquelles seuls les jeunes pouvaient me répondre.

Retours des établissements scolaires et planification des entretiens collectifs

Seuls deux collèges ont répondu favorablement à ma demande mais finalement je n'ai pu organiser que deux entretiens collectifs au sein du collège de Puy-Guillaume (un avec les collégiens, un second avec un groupe d'adultes). La Conseillère Principale d'Education (CPE) du second collège bien qu'intéressée n'a finalement pu donner une suite favorable à ma demande compte-tenu de l'emploi du temps chargé de la fin d'année et du taux d'absence conséquent des élèves une fois le brevet passé (fin juin). Ces deux établissements scolaires m'ont transmis les coordonnées de leur association de parents d'élèves respective, toutefois, je n'ai pas eu de retour de leur part après les avoir contactés

pour les rencontrer et échanger avec eux. Cela fait partie des déceptions du chercheur mais aussi de la réalité du terrain. Les emplois du temps des uns et des autres ne pouvant parfois correspondre.

Cependant, suite à un entretien avec l'animatrice de l'Espace Jeunes de Celle-sur-Durolle, la seule structure que fréquentent les jeunes (collégiens et lycéens) sur le territoire de TDM (voir Annexe O), au cours duquel je lui ai présenté le projet de recherche-action sur TDM, elle m'a proposé de venir rencontrer les jeunes de la structure et d'échanger avec eux après un repas en commun un mercredi après-midi. Organiser un entretien collectif dans un autre cadre que celui du collège m'a permis d'avoir une qualité d'échanges différente. Cependant, l'animatrice n'a pu me garantir combien de personnes seraient présentes comme il n'y a aucune obligation pour les jeunes de venir à l'Espace Jeunes le mercredi après-midi.

Le tableau ci-dessous vous présente le calendrier des différentes étapes relatives à l'organisation des entretiens collectifs.

Calendrier "Entretiens collectifs"																																			
Tâches	Avril							Mai							Juin							Juillet							Août						
Prise de contact																																			
Collèges : Puy-Guillaume, Courpière (public et privé), La Monnerie-le-Montel (REP), Thiers (public et privé)																																			
Prise de rendez-vous Collège de Puy-Guillaume																																			
Prise de rendez-vous Espace-Jeunes de Celles-sur-Durolle																																			
Entretien collectif																																			
Préparation																																			
Passation Collège de Puy-Guillaume (collégiens et adultes)																																			
Passation Espace-Jeunes de Celles-sur-Durolle (jeunes)																																			
Analyse																																			
Compte-rendu échanges Collège Puy-Guillaume																																			
Compte-rendu échanges Espace-Jeunes Celles-sur-Durolle																																			
Retour compte-rendu au Collège de Puy-Guillaume																																			
Retour compte-rendu à l'Espace Jeunes Celles-sur-Durolle																																			

Tableau 2: Calendrier des entretiens collectifs réalisés

Préparation des séances

Tout entretien sociologique nécessite au préalable un temps de préparation. De la même manière que lors d'un entretien semi-directif individuel le chercheur suit son guide d'entretien, une trame d'animation est nécessaire pour mieux appréhender et diriger les échanges qui se feront dans le cadre des entretiens collectifs.

Les annexes Q et R vous présentent en détails les guides d'animation élaborés pour conduire les séances de discussion collective avec les collégiens et les adultes les encadrant (collège de Puy-Guillaume) ainsi que les jeunes de la structure de Celles-sur-Durolle.

Ces guides se composent de trois thèmes, correspondant respectivement aux objectifs recherchés lors de ces discussions collectives.

Après m’être présentée et avoir expliqué dans quel cadre je rencontrais les jeunes et les adultes, j’ai d’abord abordé la thématique du mode de vie des jeunes. Je souhaitais par là connaître les lieux fréquentés en dehors du collège (activités sportive et culturelle entre autres) pour repérer d’éventuelles situations relais auxquelles je n’aurais pas pensé, mais également pour identifier les acteurs du territoire avec qui ils sont en contact quotidiennement (quels acteurs relais potentiels ?).

Ensuite, je me suis penchée sur leur intérêt par rapport à l’alimentation. En effet, si l’on souhaite travailler sur la sensibilisation des jeunes à l’alimentation durable, et ce de manière efficace, autant savoir ce qui motive les jeunes dans ce domaine, ce qui les intéresse, les passionne, sur quels leviers s’appuyer pour susciter leur attention... Une meilleure connaissance de leurs pratiques alimentaires (formelles et informelles) permettra également de repérer quelles valeurs les sous-tendent et à quoi se référer lorsque l’on communique auprès des jeunes.

Enfin, la dernière thématique abordée concernait la communication. J’ai d’abord cherché à savoir ce que les jeunes pensaient des messages aujourd’hui véhiculés sur l’alimentation (pertinence, impact sur le comportement, identification aux messages...), puis je me suis intéressée à leurs attentes en matière de communication et plus particulièrement à ce qui fait qu’ils vont retenir telle information plutôt qu’une autre (contenu du message, forme, choix du canal de diffusion...). Pour terminer, je leur ai demandé comment ils feraient si c’était eux qui devaient partager un message sur l’alimentation. Pour cela je leur ai d’abord demandé ce qu’ils souhaiteraient diffuser comme information puis d’imaginer la forme qu’ils lui donneraient et les points qui selon eux sont importants à prendre en compte pour que cette communication porte ses fruits.

Déroulement des séances

Le tableau ci-dessous vous présente succinctement les caractéristiques des trois séances de discussions collectives.

Séances de discussion collective				
Lieu	Date	Durée	Participants	Informations autres
Collège de Puy-Guillaume	07/06/2018	30 min	Jeunes : 7 élèves → 1 élève de 6ème, 4 élèves de 5ème, 2 élèves de 4ème	Présence du CPE et de l'infirmière de l'établissement
		30 min	Adultes : l'infirmière du collège, la gestionnaire, le CPE, la chef de cuisine et une agent polyvalente (restauration et service général).	
Espace Jeunes de Celles-sur-Durolle	27/06/2018	50 min	Jeunes : 3 personnes	Présence du directeur et de l'animatrice de la structure

Tableau 3 : Présentation des séances de discussion collective réalisées

Chaque entretien collectif a bien évidemment été enregistré (format audio) après avoir demandé l'autorisation auprès de l'établissement. Pour des raisons logistiques et également par crainte de manquer de temps lors de l'analyse, je n'ai pas souhaité filmer les séances. De plus, cela aurait sans doute rajouté un frein aux jeunes dans leur manière de s'exprimer.

De la situation d'entretien collectif au collège avec les jeunes, je retiendrais que ce n'est pas évident de faire échanger les jeunes sur un sujet tel que l'alimentation (sujet intime et controversé). Plusieurs hypothèses peuvent expliquer cela comme le fait qu'ils n'aient sans doute pas l'habitude qu'on leur demande leur avis ou que des adultes garants d'une certaine autorité soient présents lors de la séance (le CPE et l'infirmière). Bien qu'ayant insisté sur le fait que je n'étais pas là pour les juger, qu'il n'y avait ni bonne ni mauvaise réponse, j'ai senti de la retenue dans la manière de s'exprimer. Si j'avais voulu aller plus en profondeur dans les échanges, il aurait sans doute fallu les rencontrer plusieurs fois en imaginant un cadre plus propice aux échanges et plus décontracté pour laisser plus de place à leur créativité également (notamment pour aborder le dernier point du thème « communication »).

En revanche, les jeunes interrogés à l'Espace Jeunes se sont révélés être bien plus à l'aise pour participer à la discussion. Cela tient sans doute au fait que l'entretien collectif ne s'est pas déroulé en milieu scolaire, que les jeunes se connaissaient bien et qu'ils étaient aussi un peu plus âgés (16-17 ans). Une autre explication peut être la suivante : avant de procéder à la discussion, un des jeunes avait préparé des questions et m'a interviewée et filmée sur pourquoi je m'intéressais à cette thématique, ce que je recherchais, quelle était ma formation et ce que j'envisageais par la suite... Cette situation de « donnant-donnant » a sans doute encouragé les jeunes à se confier plus librement et a contribué à ce que la séance se déroule dans une ambiance plus décontractée.

Par contre bien qu'ayant précisé aux encadrants de la structure que mon public cible pour l'étude était les 11-15 ans, les jeunes présents ne correspondaient pas à la tranche d'âge souhaitée ; j'ai dû m'adapter à ce « contre temps ». Toutefois, j'ai souhaité prendre un temps avec eux dans la mesure où ils auraient sans doute des éléments à m'apporter dans ma réflexion.

Les comptes-rendus complets des entretiens collectifs réalisés sont disponibles en annexes S, T et U. L'ensemble des informations issues de ces entretiens collectifs vous sera présenté dans la troisième partie du mémoire.

2. « Alimentation, jeunes et territoires », une journée pour se rencontrer, partager, échanger et innover

L'originalité du colloque régional du 26 juin 2018 est que son organisation et son déroulé faisaient à la fois partie de mes missions de stage et que dans un même temps ce travail m'a été grandement utile et précieux quant à ma thématique de mémoire. En effet, les rencontres avec les intervenants, les échanges et la construction du programme avec l'animatrice du réseau GRAINE ainsi que le déroulé de la journée sont venus confirmer l'intérêt de travailler sur cette thématique, fournir des pistes de réflexion pour la suite de l'expérimentation une fois le stage terminé et amener de l'expertise sur le sujet. C'est ce que je vous propose de découvrir au travers des paragraphes suivants.

2.1. Co-construction de la journée et préparation des échanges

Mon stage au sein de la DRAAF commençant le 05 mars 2018, nous disposions de trois mois pour travailler sur le programme et le contenu de la journée tout en tenant compte des éléments suivants : la thématique, l'esprit souhaité lors de cette journée, les objectifs de la DRAAF et les besoins qui avaient été formulés par les acteurs terrain rencontrés l'année précédente lors de mon stage à la DRAAF. Propos que j'avais recueillis lors des entretiens ou via le questionnaire en ligne « *Ensemble pour l'Education Alimentaire de la Jeunesse en Auvergne-Rhône-Alpes* » (mis en ligne le 29/05/2017).

2.1.1. La thématique

Le titre de la journée « Aliment'action : pari collectif sur les jeunes. Ancrer de nouveaux systèmes alimentaires sur nos territoires » souligne le sujet de la journée : associer la sensibilisation des jeunes aux actions menées en faveur d'une alimentation durable. Quand

nous parlons de « jeunes », nous faisons référence ici à une tranche d'âge plus large que celle choisie pour l'expérimentation sur TDM. Aussi, nous nous intéressons ici au public 6-25 ans (enfants, adolescents et jeunes adultes).

De cette thématique découlent plusieurs sujets clés à aborder lors du colloque comme par exemple le fait de s'intéresser à sa cible pour pouvoir adapter son message et être efficace en matière de sensibilisation, les différentes manières d'associer les jeunes à des projets de territoire (la participation, la collaboration, la recherche d'engagement...) ou encore l'intérêt de se (re)questionner sur ses façons de communiquer de manière pour être bien compris de sa cible. Une fois que nous avons réalisé les différents items à traiter, il nous a fallu rechercher qui serait susceptible d'intervenir sur tel sujet en partageant son expérience.

2.1.2. L'esprit de la journée

Le PNA étant une thématique de travail dynamique (rencontre de nouveaux acteurs, suivi et accompagnement de projets très divers...) et la DRAAF souhaitant encourager la transversalité et la créativité dans les actions portées sur le territoire, il nous fallait être crédibles et trouver un format qui soit participatif et qui favorise les échanges informels. Il nous a fallu trouver un équilibre entre les temps d'apports théoriques, les présentations de projets et les échanges avec le public (réactions, interrogations...). Le fait de travailler en collaboration avec Elise du réseau Graine a été d'une grande richesse à ce niveau, tant concernant les techniques d'animation que sur la planification de la journée et la rigueur des horaires pour les différents temps.

Finalement nous avons choisi le format « table ronde/regards croisés » pour les temps en plénière (voir annexe V). L'idée était que les intervenants puissent échanger et débattre entre eux sur une thématique précise (« Associer les jeunes pour pérenniser de nouveaux choix alimentaires sur nos territoires », « Sensibiliser les jeunes au plus près de leur quotidien » ou « Accompagner le changement et mieux communiquer sur le territoire ») puis qu'il y ait un temps de discussion dédié avec la salle. Avec ce format, il n'était pas nécessaire que les intervenants préparent de présentation, surtout que la durée de leur intervention était relativement courte (présentation de la structure, du projet ou de l'action pour laquelle nous les avons sollicités pour le colloque, retours d'expérience...). La première et la dernière table étaient un peu particulières dans la mesure où les interventions se sont succédées suivant un ordre précis (témoignage de l'ex Communauté de Communes Pays de

Courpière puis apports théoriques et présentation de la recherche-action pour le démarrage de la journée par exemple).

Le forum participatif de l'après-midi a permis aux huit exposants de présenter un outil pédagogique, un contenu de formation ou un retour d'expérience leur ayant permis de sensibiliser les jeunes à l'alimentation durable. Le déroulé était le suivant : les exposants disposaient de six minutes pour partager leur sujet, puis ils pouvaient échanger avec le groupe pendant quatorze minutes. Toutes les vingt minutes les participants tournaient en même temps pour se rendre vers une autre présentation de leur choix, sur la totalité du temps consacré ils n'ont pu voir que trois stands sur les huit proposés. L'ensemble du programme du forum participatif est disponible en Annexe W.

2.1.3. Les objectifs de la DRAAF

Faire du réseau

Au travers de cette journée, la DRAAF souhaitait réunir deux types de cibles. A la fois des territoires où des actions en faveur de l'alimentation de qualité et durable sont menées, que ce soit dans le cadre de démarches types PAT/SAT (Stratégie Alimentaire Territoriale) ou non ; et en même temps des structures qui portent des messages et des actions de sensibilisation des jeunes en lien avec l'alimentation (ceci via des entrées différentes telles que la santé, l'environnement, le patrimoine, la culture...) ou non (comme c'est le cas avec des projet d'éducation au développement durable).

Le territoire de la région étant vaste (la grande région est composée de 12 départements) et les acteurs terrain nous faisant part de leurs difficultés à se rencontrer et à savoir ce qui se passe en région en matière de sensibilisation à l'alimentation (notamment à cause du manque de temps) il y avait tout intérêt à permettre une rencontre entre les collectivités (Communauté de Communes, Département, Chambre d'Agriculture...) et les acteurs terrain, ceci pour susciter les échanges, d'éventuels partenariats, dynamiser le réseau d'acteurs et porter à connaissance des actions encourageantes, innovantes et prometteuses.

Diffuser des messages clés

Le message principal que nous souhaitons faire passer était de souligner l'importance d'accompagner le changement de comportement des jeunes du territoire sur leur alimentation (entendons ici le territoire à l'échelle régionale) ; ceci afin d'ancrer de

manière plus pérenne de nouvelles organisations de filières alimentaires sur le territoire. Deux facteurs d'efficacité seront mis en avant : l'approche collective et transversale de l'alimentation ainsi que le fait d'associer de plus en plus de populations à des choix alimentaires plus durables (sortir de l'entre soi, éviter la seule voie de l'alternatif...).

Pour sensibiliser et encourager les participants à la journée à considérer l'alimentation comme un sujet transversal et à penser les actions de sensibilisation à l'égard des jeunes collectivement, nous souhaitons faire passer quelques idées clés ou pistes de réflexion tout au long de la journée (lors des tables rondes et échanges avec le public), sans être autoritaire ou condescendant (voir Figure...).

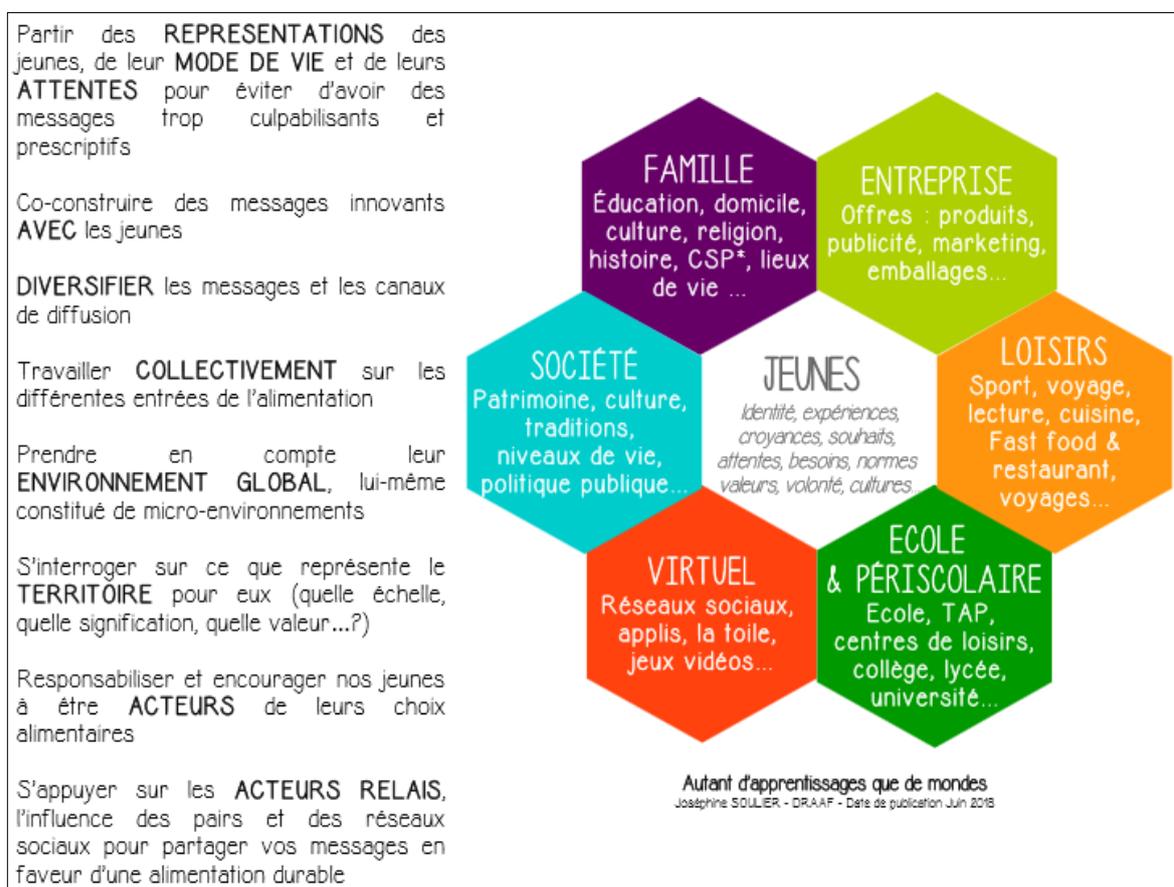


Figure 9: Idées clés à partager lors du colloque régional du 26 juin 2018

2.1.4. Les besoins des acteurs terrain

L'année dernière, lors de mon stage de Master 1 au sein du pôle PNA à la DRAAF, j'ai eu comme mission d'identifier les acteurs de l'éducation alimentaire de la jeunesse de la région : localisation, types de structures, approches de l'alimentation, quel public « jeunesse », cadre d'intervention, partenariats... Ceci pour mieux connaître les acteurs et voir quelle était la dynamique sur cette question en région. Aussi, nous avons mis en place

le questionnaire « *Ensemble pour l'Éducation Alimentaire de la Jeunesse en Auvergne-Rhône-Alpes* » pour nous aider dans cette étape de repérage d'acteurs. Cet outil quantitatif a été mis en ligne le 13 juin 2017 et nous avons obtenu à ce jour 130 réponses (dont 116 réponses en 2017, 14 en 2018). Associé à cette méthodologie quantitative, j'ai également pu réaliser plusieurs entretiens et rencontres d'acteurs, rendez-vous au cours desquels j'ai pu saisir la difficulté et le manque d'occasion pour eux de se rencontrer, et donc d'agrandir leur réseau, de construire des projets communs, d'échanger sur leurs pratiques, de s'encourager... Aussi, nous souhaitons, au travers du questionnaire sonder leur avis sur l'organisation d'une journée d'échanges à l'échelle de la région (pertinence d'un tel projet, niveau d'intérêt, prise en compte des besoins terrain, quelles attentes face à un tel évènement...).

Les figures ci-dessous témoignent de l'intérêt des répondants pour un tel évènement et montrent une diversité au niveau de leurs motivations (apports théoriques, partage d'expérience, rencontre de partenaires, mise en réseau d'acteurs...). Les résultats de cette enquête quantitative ainsi que les retours des entretiens et rencontres durant mon travail l'année passée nous ont confirmé qu'un tel projet était nécessaire et serait bénéfique pour encourager une dynamique déjà existante en région sur la thématique de la sensibilisation à l'alimentation durable chez les jeunes.

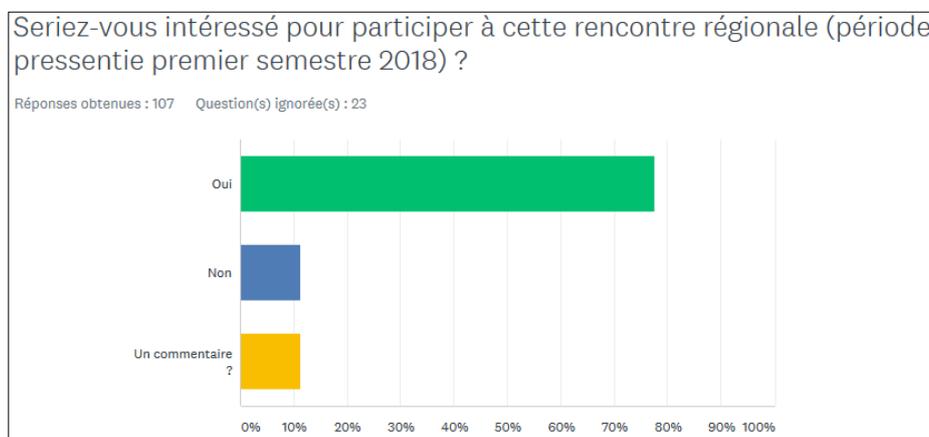


Figure 10: Evaluation de l'intérêt d'organiser une journée régionale d'échanges

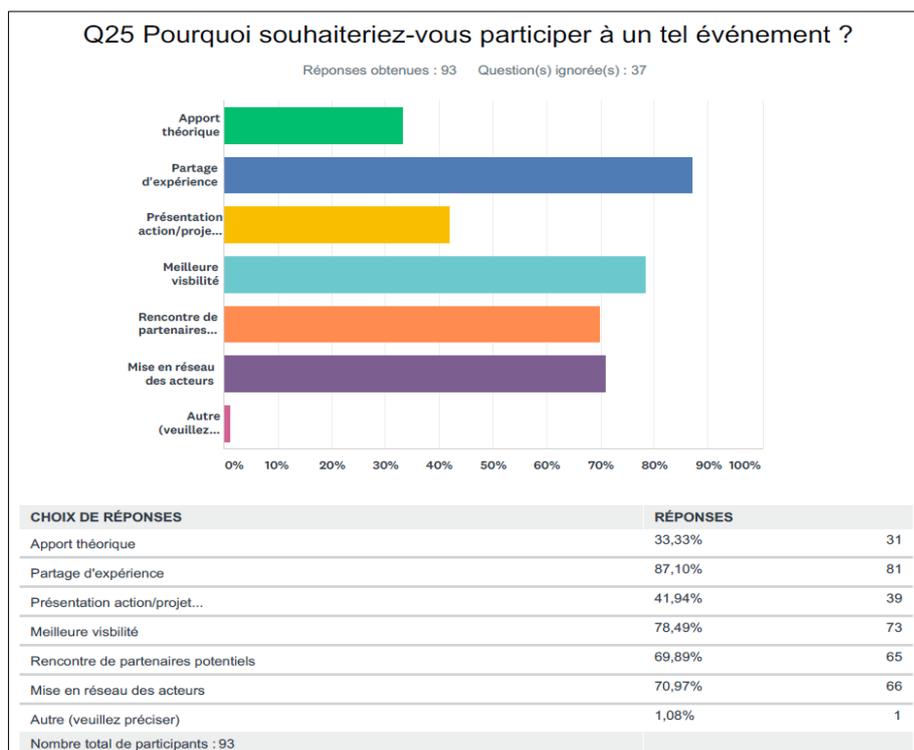


Figure 11: Attentes des acteurs terrain par rapport à une journée régionale d'échanges

A la question « quels seraient les différents temps que vous souhaiteriez avoir lors de cette journée » (question ouverte), figuraient, entre autre, le besoin d'avoir des temps d'ateliers (présentation d'outils et d'actions concrètes), des temps de partages autour de retours d'expériences et témoignages et des temps d'échanges où le format de table ronde a été proposé (l'ensemble des souhaits exprimés par les répondants sont disponibles en Annexe X). Ceci confirmant bien le besoin de créer du lien et un réseau entre tous ces acteurs œuvrant sur la même thématique mais avec des approches différentes.

La figure 12 bien que ne faisant pas référence à l'organisation d'un colloque, met en avant le souhait des acteurs de l'éducation alimentaire de la jeunesse d'être identifiés comme tels, de partager leurs expériences et de pouvoir échanger sur leurs activités... une journée

d'échanges au niveau régional est un outil parmi d'autres permettant de répondre à ces besoins.

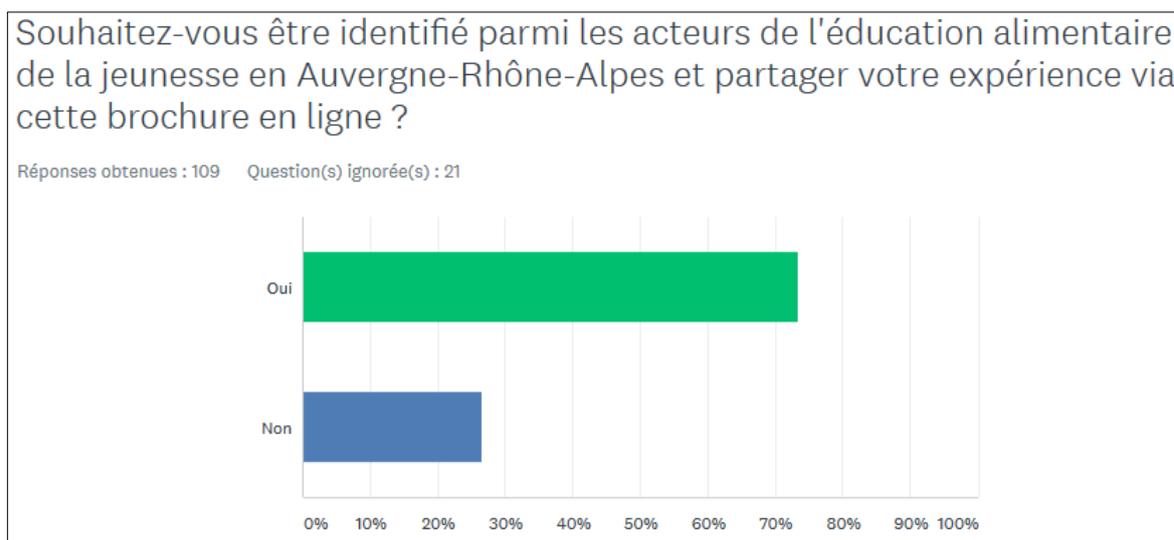


Figure 12: Souhait des acteurs terrain de la région d'être identifiés comme acteurs de l'éducation alimentaire de la jeunesse

2.2. Rétrospectives sur le colloque...

2.2.1. ... Au niveau professionnel...

La journée du 26 juin a été riche en échanges et en apports de connaissance, ce qui m'a grandement aidé pour l'avancée de ma réflexion dans le cadre du mémoire ainsi que pour le travail de recherche-action sur TDM (notamment la dernière table ronde portant plus spécifiquement sur l'accompagnement au changement). Les autres temps en plénière n'ont fait que renforcer certaines hypothèses de travail et l'intérêt de la problématique. En effet, après avoir présenté la réflexion menée sur l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes, plusieurs participants ont manifesté leur souhait d'être tenus au courant quant aux résultats et suites d'un tel projet. Mon travail de mémoire s'inscrivant dans une démarche hypothético-inductive, cette journée est venue confirmer et soutenir ma réflexion et apporter du lien entre le terrain et la théorie.

Les apports de cette journée vous seront présentés plus en détails dans la dernière partie du mémoire.

2.2.2. ... Et sur le plan personnel

Cette expérience de gestion de projet, bien qu'intimidante et conséquente en terme de travail, de créativité et d'investissement, a été riche en apprentissages (organisation des

tâches, rencontres des intervenants, mise en réseau d'acteurs, planification et préparation des réunions téléphoniques, travail de synthèse, prise de parole en public...). Ce qui m'a particulièrement interpellée c'est le fait de mettre les acteurs en lien et de leur faire prendre conscience qu'on ne peut cantonner l'alimentation à une thématique de travail ou une catégorie d'acteurs, mais qu'elle renvoie à une multitude d'actions et de champs qui ne demandent qu'à être explorés et mis en lien. L'alimentation est une source intarissable en matière de créativité et ce colloque a été l'occasion d'en montrer quelques facettes.

2.3. Evaluation et retours de la journée

Comme dans tout projet, il était essentiel d'avoir recours à une évaluation quant à la pertinence et à l'utilité d'une telle journée. La question qui s'est posée à nous est « quand avoir recours à cette évaluation ? ». En effet, la journée s'annonçant riche en échanges et les acteurs venant des quatre coins de la région jusqu'à Lyon (pensons à ceux qui sont venus du Cantal ou de la Haute-Savoie) et même d'Aquitaine ou de Bretagne, nous craignons que si nous procédions à un questionnaire à l'issue de la journée, nous ayons peu de réponses ou que celles-ci soient peu pertinentes dû au fait que les participants aient à partir rapidement. D'un autre côté, faire parvenir une évaluation de la journée plus tard ne garantit pas forcément plus de résultats compte tenu des emplois du temps de chacun, des départs en vacances et du fait que les participants seront passés à autre chose et auront peut-être plus de difficulté à se remémorer ce qu'ils ont pensé de la journée.

Ayant pris en compte ces paramètres, nous avons dû faire un choix, sachant qu'il ne serait pas parfait, et avons donc opté pour faire passer aux participants un questionnaire post-colloque. Nous avons eu recours au logiciel Survey Monkey et j'ai fait en sorte qu'il ne soit pas trop long pour ne pas décourager les participants (voir Annexe Y). Toutefois, nous n'avons pas obtenu beaucoup de réponses : sur les 113 participants, seulement 21 nous ont fait part de leurs retours (voir Annexe Z). J'ai reçu de nombreux mails d'absence (liés aux départs en vacances), ce qui peut expliquer une partie des non réponses. Dans l'ensemble nous avons eu des retours très positifs tant sur le format de la journée, que sur l'animation et les apports théoriques. Le pari de se faire rencontrer des acteurs différents, tant sur les thématiques de travail que sur les types de structures, bien que risqué au départ s'est révélé gagnant par la suite et nous avons été très encouragées sur l'intérêt de s'impliquer sur cette thématique.

3. Conclusion

Après avoir présenté les différents outils déployés durant mon stage et m'ayant permis d'alimenter ma réflexion sur ma thématique de recherche, nous allons voir dans un dernier temps quels ont été les apports de ces différentes méthodologies et en quoi ceux-ci fournissent des pistes de réponses aux hypothèses et à la problématique.

Partie 3. Analyse globale de l'étude et préconisations

Cette dernière partie du mémoire est consacrée à l'analyse des données recueillies au travers des entretiens, des discussions collective et lors du colloque, par rapport aux hypothèses de recherche. Nous présenterons pour chacune d'entre elles les éléments nous permettant de confirmer ou d'infirmer ces dernières ainsi que les leviers d'action et les points de vigilance à prendre en compte pour la mise en œuvre de projets concrets sur le territoire d'étude. Ceci nous permettant de proposer des pistes de travail pour la suite de cette recherche-action portant sur l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes.

Cette première étape d'analyse, entendons par là l'étude des hypothèses, nous est nécessaire pour pouvoir fournir des éléments de réponse à notre problématique. En effet, le sujet choisi étant complexe et le travail mené sur TDM relevant d'une expérimentation, nous ne pouvons apporter de réponse claire et précise... Au travers des pistes de réflexion que nous partagerons par la suite, nous souhaitons que la DRAAF puisse poursuivre ce projet.

Enfin, comme dans toute démarche de recherche, il convient de revenir sur le déroulé de l'étude et de relever les apports, les limites et les points d'amélioration pour permettre à la fois une remise en question du chercheur (sur la démarche de recherche, les méthodes auxquelles il a eu recours, la manière de procéder à l'analyse des données...) et une prise de recul par rapport au travail mené. Cette attitude de réflexivité étant nécessaire à la démarche sociologique comme l'explique Sandrine Rui, maître de conférences en sociologie :

« Pour le sociologue, cette posture [de réflexivité]⁴⁵ consiste à soumettre à une analyse critique non seulement sa propre pratique scientifique (opérations, outils et postulats), mais également les conditions sociales de toute production intellectuelle [...] le sociologue ne peut produire une connaissance rigoureuse du monde social sans se livrer à une entreprise de connaissance de soi (de son travail, de sa position sociale, de sa vie) » (Rui, 2012).

⁴⁵ Notes ajoutées par l'auteur

Chapitre 1. Retours sur les hypothèses

1. A propos de l'hypothèse 1

Pour commencer, reprenons l'hypothèse à laquelle nous nous intéressons. Celle-ci est la suivante :

En communiquant de manière différente, par le biais d'acteurs et de situations divers, nous pensons que cela permettra aux jeunes d'être au contact d'informations sur l'alimentation de manière plus régulière, et ce tout au long de leur quotidien (durant leurs activités de loisirs, au travers du sport, des activités culturelles ou portant sur la citoyenneté, dans les espaces publics, les transports ou sur les réseaux sociaux...), cela conduisant à une meilleure appropriation et incorporation de ces messages, contribuant à un « effet de masse » auprès des jeunes... et in fine, à une modification de leurs pratiques alimentaires (conception de l'alimentation, représentations, comportement alimentaire...).

Pour étudier au mieux cette hypothèse et ne pas risquer d'omettre certains de ses aspects, nous proposons de considérer d'abord l'aspect « recherche d'acteurs et situations relais », puis l'aspect « communication » (qui peut aussi être considérée comme une situation relais dans la sensibilisation des jeunes à l'alimentation durable). Les frontières entre ces deux points étant poreuses, nous tâcherons d'être le plus précis possible dans notre analyse. Ceci nous montre bien la complexité du sujet et la rigueur nécessaire pour un tel travail.

Nous commencerons par nous intéresser à la validité ou non de l'hypothèse et si des nuances doivent être apportées, puis nous nous pencherons sur des aspects plus pratiques en présentant les leviers et garde-fous que nous avons bien pris en compte dans les propositions de recommandations faites au commanditaire.

1.1. Validité de l'hypothèse : en théorie...

1.1.1. Des situations relais bénéfiques à une sensibilisation à l'alimentation durable envers les jeunes

L'importance des acteurs relais

Lors des entretiens et des discussions collectives menés, j'ai souhaité interroger l'aspect légitimité des acteurs pour repérer quelles étaient ou seraient les personnes les plus à mêmes d'être entendues par les jeunes sur le sujet de l'alimentation. Il est ressorti le constat

suisant : pour que les jeunes s'intéressent à ce que dit un adulte et aient envie d'approfondir le sujet, de chercher des informations complémentaires par eux-mêmes..., il est nécessaire que cette personne adulte présente soit au contact régulier du jeune, qu'elle soit reconnue comme légitime par ce dernier et qu'elle ait une position hiérarchique différente de celle exercée dans le cadre scolaire ou familial.

C'est, semble-t-il, la combinaison de ces différents critères qui serait gage de réussite dans une démarche de sensibilisation à l'alimentation durable par des acteurs relais. Les verbatims suivantes illustrant nos propos.

« Bah après c'est toujours pareil, c'est les gens que les jeunes vont fréquenter souvent et pour lesquels ils vont avoir du respect pour leur parole ou de l'admiration. Ça peut être des structures éducatives ou d'animation ou tout ce qui est périscolaire : les clubs de sport, pour moi c'est très important parce qu'il y a pas de pression, d'autorité de type école et en même temps y'a une vraie écoute des enfants, enfin il me semble, des jeunes, vis-à-vis des gens qui sont dans l'encadrement de ces structures-là. Donc bah aussi bien loisirs, sport, nous on avait été voir sur les familles avec les enfants, les centres de loisirs aussi où on était... voilà, pour l'instant je m'arrête là » (Mme N, Entretien 1, Annexe F).

Lors de la discussion collective au collège Puy-Guillaume (voir Annexe T), les personnes de l'équipe administrative et de la restauration m'ont confié que certains adultes travaillant au collège pouvaient être considérés comme des acteurs relais dans la mesure où de par leur métier, ils ont rôle d'écoute et de conseils auprès des élèves (l'infirmière scolaire ou les agents polyvalents par exemple). Le fait qu'ils n'aient pas la même autorité que les professeurs ou le proviseur leur permet d'échanger avec les jeunes dans un cadre moins conventionnel. On pourrait donc imaginer que ces personnes puissent relayer des messages sur l'alimentation envers les jeunes ou du moins éveiller leur curiosité sur ce sujet sans que cela se fasse dans un climat « descendant » et hiérarchique.

Les acteurs avec qui j'ai pu échanger m'ont également confirmé l'importance capitale des acteurs relais pour la sensibilisation à une alimentation durable des jeunes et la pérennisation des actions engagées dans l'accompagnement au changement de leurs pratiques :

« C'est pas une tâche particulière qui va faire du changement, c'est un ensemble de tâches qui vont permettre de faire, de réinvestir en permanence des choses pour pouvoir faire le changement » ; « C'est par la répétition des choses et le réinvestissement de toute façon des savoirs que ça peut se faire. Si y'a pas pérennisation, de toute forme que ce soit, ça passera à un moment donné aux oubliettes pour certains, pour un grand nombre. Pour certains oui ça va marquer par ce qu'ils sont intéressés et qu'ils s'éveilleront eux-mêmes. Mais si on veut faire quelque chose de masse, faut le répéter » (Mme B, Entretien 3, Annexe H)

« Donc en fait, le réseau oui, le partenariat oui, mais au plus près des réalités quotidiennes des mangeurs. Donc c'que tu fais là de la deuxième partie de ton stage sur les structures relais qui touchent les jeunes sans forcément être des structures de sensibilisation, ça, ça me paraît hyper important » (Mme N, Entretien 1, Annexe F).

De ces différents retours nous pouvons retenir que l'implication d'acteurs relais, personnes qui sont au contact des jeunes de par leur métier ou leur bénévolat, à une démarche globale de sensibilisation à l'alimentation durable auprès des jeunes, est un point essentiel. Reconnus par les jeunes, disposant d'une certaine autorité leur permettant d'être considérés par les jeunes comme des adultes et le fait qu'ils soient au contact de notre cible à différents moments de leur quotidien, permet d'inviter les jeunes à s'intéresser à l'alimentation (que ce soit au travers d'information, d'une exposition, de photographies, de messages, des types de produits proposés aux jeunes...) de manière plus régulière. On peut également imaginer que ces mêmes jeunes puissent partager et échanger entre eux et/ou avec leur entourage sur ces informations.

Voyons maintenant qui pourrait endosser ce rôle d'acteur relais et quelles situations seraient propices à ce type de démarche.

Quels acteurs ou situations relais potentiels ?

Repérer des situations relais pour la sensibilisation des jeunes à l'alimentation durable demande de s'intéresser au mode de vie des jeunes, à leurs envies, à leurs activités... La littérature donne quelques éléments sur les attentes des jeunes en matière d'alimentation ou leur mode de vie... Cependant, dans le cadre de notre recherche-action, il importait de savoir ce qu'il en était pour les adolescents de Thiers Dore et Montagne. Aussi, au travers des discussions collectives et des échanges (téléphoniques le plus souvent) avec des acteurs

terrain, j'ai pu avoir quelques éléments sur le sujet. Les échanges lors du colloque ainsi que les entretiens avec les acteurs terrain sont également venus confirmer ou orienter certaines pistes.

Les jeunes du collège de Puy-Guillaume (Annexe S) et ceux rencontrés à l'Espace Jeunes de Celles-sur-Durolle (Annexe U) m'ont exprimé leur intérêt pour les activités sportives (association sportive du collège ou club de sport) et les jeux vidéo (à noter que les principaux participants étaient des garçons). Ce qui va dans le même sens que ce que m'a confié Mme N, membre du bureau d'études coopératif TERO : les acteurs des structures de loisirs, et du milieu sportif sont des acteurs importants dans ce type de démarche ; que ce soit au travers des goûters proposés ou des types de produits disponibles lors de buvettes (produits locaux provenant d'un magasin de producteurs de la ville voisine) comme un des jeunes de TDM a pu me le faire remarquer (Discussion collective 3, Annexe U).

« Les clubs de sport, pour moi c'est très important [...] Donc bah aussi bien [des structures de]⁴⁶ loisirs, sport, nous on avait été voir sur les familles avec les enfants, les centres de loisirs » (Mme N, Entretien 1, Annexe F)

1.1.2. Des situations propices pour communiquer auprès des jeunes

Les réseaux sociaux font également partie des activités favorites des jeunes, d'où l'idée que ces plateformes virtuelles pourraient être utilisées pour communiquer plus efficacement, de manière plus pertinente et plus près des jeunes : *« les réseaux sociaux, les vidéos ainsi que les influenceurs et youtubeurs sont de précieuses ressources pour sensibiliser les jeunes à l'alimentation »* (Table ronde 3, colloque, Annexe A).

Youtube étant préféré à la télévision, *« on regarde de moins en moins la télé, on est de plus en plus sur youtube »* (Discussion collective 1, Annexe S), on pourrait aussi imaginer que des personnes ayant une certaine influence sur les jeunes puissent participer à ce type de démarche en proposant de courtes vidéos portant de près ou de loin sur l'alimentation et invitant les jeunes à découvrir les différentes facettes de l'alimentation. Le format vidéo semble être très apprécié des jeunes par son côté dynamique et ludique *« en cours par exemple si c'est un film, on va peut-être mieux retenir que si c'est écrire ou juste parler »* (Discussion collective 1, Annexe S).

⁴⁶ Propos rajoutés par l'auteure

Enfin, comme TDM est un territoire rural, les jeunes sont nombreux à avoir recours aux transports scolaires pour se rendre au collège. D'après le diagnostic réalisé par Ed Conseil, il existe 13 lignes de cars. Le trajet étant souvent long autant le mettre à profit et saisir cette occasion pour éveiller la curiosité des adolescents sur l'alimentation (dans le bus ou au niveau des abris de bus où il y a parfois possibilité d'afficher) : « *plus d'affiches pour la bonne alimentation* » (J2, Discussion collective 3, Annexe U), « *y'a toujours beaucoup de monde qui attend aux abris-bus* » (J3, Discussion collective 3, Annexe U).

1.1.3. Conclusion

A l'issue de ces propos, il semble que le fait de passer par des acteurs relais et de saisir les différentes opportunités dans le quotidien du jeune pour lui permettre d'être au contact de l'alimentation régulièrement pour ensuite espérer une meilleure appropriation des informations délivrées soit vérifié. Toutefois, il convient de s'interroger sur les leviers et les points de vigilance qui pourraient nuancer cette hypothèse et qui sont nécessaires à prendre en compte avant de proposer des pistes d'actions concrètes.

1.2. ... Et en pratique

1.2.1. Quels leviers ?

Le milieu scolaire

Nous l'avons vu, le collège est un lieu où de nombreuses choses se passent pour l'adolescent (phénomène de socialisation, influence des pairs, construction et affirmation de soi au travers de l'alimentation...) (Maurice, 2013). Ce peut être un support pour mettre en place des projets permettant de mettre en lien les jeunes avec l'alimentation suscitant ainsi leur curiosité sur la provenance des produits, les métiers de l'alimentation, le goût..., comme le raconte Mme B qui a participé au programme AFCC en Charentes,

« On s'est rendu compte qu'il fallait parler « aliment », donc c'est pour ça qu'on a fait de l'éducation au goût, on s'est rendu compte bien sûr, qu'en cuisine il fallait connaître de savoir d'où venaient les produits, très intéressant, donc on a fait la visite des marchés [...], et puis il y a des méconnaissances de la restauration collective aussi, donc visite de la restauration collective, savoir d'où viennent les produits, toujours aller vers ce côté-là, on a cuisiné au sein-même de la restauration collective, apprendre à déguster et à parler le même langage, la dégustation ça a été aussi

intéressant avec les enfants. Et puis après y'a eu des ateliers cuisine qui ont été fait dans une cuisine pédagogique, et là, les enfants rapportaient le produit à la maison. Et ça ça permettait aussi de créer du lien entre le collègue, les familles et les enfants » (Mme B, Entretien 3, Annexe H).

Un avis partagé par Céline Revel intervenante au colloque : *« l'enjeu du projet Marguerite n'est pas tant la finalité (mise en place de jardins potagers, d'ateliers cuisine...) mais bien tout le cheminement qui y aboutit permettant l'interconnaissance et la création de liens sociaux » (Céline Revel, Colloque, Annexe A).* Elle souligne également l'importance de ne pas tomber dans la prescription mais d'éveiller la curiosité des élèves et les inciter à découvrir leur territoire.

On peut aussi ajouter que pour les élèves qui sont prennent leur déjeuner au restaurant scolaire, c'est une occasion de découvrir certains aliments, d'autres manières de s'alimenter (pensons à la diversité culturelle notamment) et également de voir quelles sont les normes sociales du repas français tel qu'il est pensé traditionnellement (entrée, plat, fromage, dessert)... Cependant, il convient aussi de garder à l'esprit que si ce qui est proposé lors du repas dans les restaurants scolaires est trop éloigné de la culture et/ou des habitudes alimentaires des jeunes, le repas risque de ne pas être vécu en positif, comme l'indique le verbatim suivante :

« Ton alimentation est complètement impactée par ton milieu scolaire. Donc si on veut changer les pratiques, il faut quand même qu'on s'occupe de changer justement les pratiques dans le milieu scolaire [...] Par contre ils peuvent pas faire le grand écart entre le repas à la maison et le repas au collège. On est obligé de s'occuper de la marche, de la petite marche à faire. Le milieu familial il peut être tellement varié qu'il faut bien que le collège travaille à la fois sur la qualité de l'alimentation mais ne perde pas le lien... d'où vient le jeune. Donc comment je compose ? » (Mme S, Entretien 6, Annexe K).

Les réseaux sociaux

Comme nous l'avons vu, les réseaux sociaux font partie du quotidien des jeunes et rythment leurs faits et gestes. Outils de communication et terrain propice à l'éducation par les pairs, il apparaît important de se saisir de cette tendance actuelle pour communiquer plus efficacement auprès des jeunes (Bluzat, 2014).

D'autant plus qu'en passant par ce type de plateforme, il sera plus facile de créer un effet de masse dans la mesure où si les adolescents sont intéressés par le contenu et la forme du message, ils pourront volontiers le partager sur le « mur » ou leur fil d'actualité incitant leurs « amis connectés » à faire de même, ou du moins à étudier cette information.

« Faut que ce soit partagé, mais pour que ça soit partagé, il faut que ça soit... si c'est pas les réseaux sociaux, il faut un contenu qui donne envie d'être partagé pour que ce soit partagé à des personnes qui s'y intéresseraient pas de base. Il faut que les personnes qui s'y intéressent, puissent facilement partager ça à leurs proches ou leurs amis pour dire « vous voyez, ça vous intéresse pas mais vous pourriez quand même regarder parce que... ». Peut-être un message fort à faire passer par les réseaux sociaux et un lien ensuite vers une vidéo pour donner envie de regarder et de s'y intéresser » (Discussion collective, J3, Annexe U).

Toutefois, pour que ce levier en soit réellement un, il convient d'adopter des formats adaptés aux jeunes et qui soient attractifs. Pensons aux courtes vidéos quotidiennes de nombres d'influenceurs et youtubeurs qui séduisent les adolescents et dont les acteurs de la sensibilisation à l'alimentation durable pourraient se saisir.

« Si une personne assez connue sur internet auprès des jeunes fait une vidéo sur le sujet, ça sera toujours plus regardé et apprécié qu'une pub [...] Ca, ça aura plus de répercussion qu'une pub ! Parce qu'une pub qui dure 15 secondes et que les gens ont juste envie de passer parce qu'ils ont envie de regarder leur vidéo et pas la pub, ça va être désagréable. Alors que si la personne vient regarder la vidéo en sachant que ça va être une vidéo là-dessus, forcément elle va plus s'intéresser je pense » (Discussion collective 3, J3, Annexe U).

Toutefois, comme l'a fait remarquer un acteur terrain en entretien (Mme M, Annexe O), les jeunes étant noyés dans beaucoup d'informations, il est primordial d'être efficace et pertinent dans la manière de concevoir et de diffuser les messages. D'où l'enjeu de donner une information précise sur le sujet qui puisse se détacher de l'ensemble des messages qu'ils reçoivent tout au long de leur quotidien, leur donner simplement envie d'aller plus loin et s'appuyer sur ceux qui sont touchés par ces messages pour interpeller leurs pairs.

Conclusion

Après avoir présenté quelques leviers propices à une meilleure communication sur l'alimentation envers les jeunes (quelle que soit l'approche privilégiée et le canal de diffusion choisi), à l'appropriation de ces messages et à l'impulsion d'un effet de masse, voyons maintenant quels sont les points de vigilance correspondants qui pourraient nuancer notre hypothèse.

1.2.2. Quels points de vigilance ?

Savoir et connaître avant de partager

Il apparaît évident que pour transmettre un savoir ou une information quelconque, il est nécessaire que la personne qui délivre le message se soit elle-même approprié le message, qu'elle l'ait compris dans sa globalité et qu'elle en soit convaincue. En ce qui concerne la sensibilisation à l'alimentation, cela n'est pas toujours le cas. D'où la nécessité de former les éducateurs ou personnes travaillant de près ou de loin sur cette thématique avec les jeunes pour rester légitimes et crédibles auprès d'eux :

« Ces situations où on demande à l'enfant ou au jeune de bouger, de faire des efforts, d'être en cohérence et où le moindre regard qu'il pose sur le monde adulte qui l'entoure et bah en fait lui, il a pas bougé d'un iota, et bien je trouve qu'on est grave là ! [...] on sait très bien qu'au niveau éducatif, c'est pas bon du tout ! Voilà, donc ça c'est le côté « est-ce qu'on montre l'exemple ? » » (Mme S, Entretien 6, Annexe K).

Ce point a été soulevé lors des échanges au colloque régional *« au travers du projet Marguerite, les professeurs ont pu apprendre à mieux connaître leurs élèves et le territoire sur lequel ils vivent. Pour cela, une phase de sensibilisation des accompagnants a été nécessaire »* (Céline Revel, Colloque, Annexe A), et particulièrement au cours d'un entretien comme le montre le verbatim ci-dessous :

« Quand tu parles de la question des changements de pratiques et des habitudes alimentaires en direction des jeunes, le problème c'est qu'il faut que les adultes bougent. Moi c'est mon constat aujourd'hui. Alors c'est pas tous les jeunes, mais on a des jeunes qui ont l'envie, la volonté de changement mais en face on a plutôt des adultes soit qui sont pas prêts à ça, soit qui sont pas outillés, soit qui savent pas faire parce que leurs propres pratiques alimentaires ne sont pas celles-là. Donc du coup

moi de plus en plus j'ai des formations de transmission aux adultes, aux encadrants, ça peut être enseignants, animateurs, ça peut être éducateurs, mais j'ai aussi, quand j'interviens auprès d'un public jeune ou enfant, j'interviens avec ce regard, l'intervenant qui est présent avec moi sait que ça lui sert de transmission pour qu'il s'en réserve derrière, qu'il se pose des questions pour lui-même, au-delà de mon intervention [...] la pédagogie est en fait la mise en musique de ce que tu vis [...] Il faut que ça prenne le temps. Donc faut que t'accepte que oui, tu vas être en transmission et en accompagnement des jeunes sur quelque chose, et en même temps toi tu vas être en train de bouger dans ton quotidien. Donc c'est plus une histoire de... d'éthique personnelle » (Mme S, Entretien 6, Annexe K).

La formation ou le transfert de connaissances aux adultes relais ou éducateurs dans une démarche de sensibilisation à l'alimentation durable permet d'assurer une certaine crédibilité entre les informations que les adultes délivrent aux jeunes et le fait qu'eux-mêmes les appliquent dans leur quotidien. Ce qui, on peut l'imaginer, puisse donner envie aux jeunes de faire de même. En réalisant que l'alimentation n'est pas lettre morte mais qu'elle se vit et qu'elle revêt de nombreux aspects, cela pourrait attiser leur curiosité et les inviter à aller plus loin sur cette thématique... selon leur sensibilité et les approches qui les attirent le plus.

Communiquer efficacement auprès des jeunes

Lors du colloque du 26 juin 2018 (Annexe A), Léo Calzetta⁴⁷ qui est intervenu sur la troisième partie « *Accompagner le changement et mieux communiquer sur nos territoires* », a donné plusieurs clés sur des manières de communiquer qui soient plus pertinentes pour les jeunes, sans être culpabilisant ni prescriptif. Il m'a semblé intéressant de partager dans ce mémoire quelques-uns des points abordés lors de son intervention.

Concernant la forme du message, il est nécessaire qu'il ne soit pas autoritaire et descendant mais qu'il soit davantage dans la proposition (donner le choix entre telle et telle action par exemple), dans de l'information et qu'il laisse le choix à l'individu d'écouter et de s'appropriier le message ou non. Ceci pour éviter que l'individu rejette l'information en question, comme me l'ont bien fait remarquer les jeunes et les adultes interrogés lors des entretiens collectifs au collège (Annexes S et T).

⁴⁷ Coordinateur du Centre Régional d'Information et de Prévention du Sida, Instance Régionale d'Education et de Promotion Santé (IREPS), Auvergne-Rhône-Alpes

Pour cela, le message que l'on souhaite délivré doit prendre en compte les attentes du public, ce qui suppose de bien connaître la cible à laquelle on s'intéresse. C'est ce que propose le concept de *l'insight consumer*⁴⁸. Ce terme signifie « le regard intérieur » et fait référence, en marketing, au regard du consommateur afin de repérer ses besoins pour ensuite pouvoir lui proposer une réponse adaptée, c'est bien la demande du consommateur qui est ici ciblée. Ainsi, le message que l'on souhaite délivrer doit s'articuler autour de trois éléments :

- L'idée en elle-même qui correspond au souhait de l'individu, par exemple « j'aimerais manger des fruits et des légumes »
- La motivation : pour quelles raisons l'individu aimerait faire ce changement, en quoi cette nouvelle habitude est intéressante pour lui ? En continuant sur notre exemple, la motivation correspondante pourrait être « CAR cela est bon pour ma santé »
- La tension ou le frein : les raisons qui empêchent l'individu d'adopter tel ou tel comportement, « MAIS je n'ai pas le temps de cuisiner ».

En prenant en compte ces différents éléments, cela permet d'avoir un message qui soit plus facilement accepté par l'individu dans la mesure où on prend en considération ses besoins ainsi que les leviers et freins à l'action. En se mettant à sa portée et en montrant à l'individu qu'on s'intéresse à lui, il est plus facile de l'interpeller dans son quotidien.

Le « storytelling⁴⁹ » ou « conte de faits » est aussi, d'après Léo Calzetta, un levier sur lequel s'appuyer pour mieux communiquer auprès des jeunes. En effet, ce type de communication fait écho à la vision du monde de la cible choisie, en l'occurrence les adolescents, à ses émotions, et ses valeurs... Ce qui donne plus de légitimité aux informations délivrées.

Retenons que pour construire un message qui incite à un changement de comportement il est nécessaire d'avoir un discours clair, cohérent, entendable et compréhensible par un public jeune (besoin d'explicitier certains termes, d'adopter le langage

⁴⁸ Wink Strategies. *Petit manuel de l'insight [en ligne]*, disponible sur : <https://winkstrategies.com/petit-manuel-de-linsight/> (Consulté le 16/07/2018).

⁴⁹ « Le storytelling ou « mise en récit » est une pratique de communication qui s'appuie sur une structure narrative empruntée aux contes et aux récits. Contrairement à une argumentation classique, le storytelling va permettre de capter l'attention de l'individu par une histoire. Fasciné par le style de narration, il va pouvoir laisser s'exprimer ses émotions et sera d'autant plus apte à s'appropriier le message et devenir acteur à part entière », définition proposée par ADVYTEAM, disponible sur : <https://academy.advYTEAM.com/blog/contes-de-fee-booster-comptes-enjeux-storytelling/>

des jeunes ou de vulgariser parfois) et de faire appel à des valeurs chères aux jeunes comme la loyauté, la fidélité, l'authenticité, la confiance ou le sentiment d'appartenance entre autres (Léo Calzetta, Colloque, Annexe A).

La famille, un relais à ne pas oublier

Comme nous l'avons vu dans la première partie de ce mémoire, l'éducation reçue par les adolescents au sein de la sphère familiale a une forte influence sur leurs pratiques et représentations de l'alimentation. Même s'ils souhaitent s'en détacher au cours de leur processus de recherche identitaire (re-socialisation, socialisation inversée, phénomènes de sociabilité autour de l'alimentation entre pairs...) il est tout de même difficile de mettre de côté les habitudes alimentaires pour construire son propre répertoire ensuite.

D'où l'importance d'impliquer les familles à une démarche globale de sensibilisation des jeunes à l'alimentation durable. En effet, pour que les messages reçus tout au long de leur quotidien, les questions que cela les a amené à se poser et leur intérêt pour l'alimentation (comprendons l'alimentation au sens large : aspects culturels, environnemental, social, agricole, nutritionnel...) aient un impact sur le long terme et contribuent à les rendre acteurs de leur choix alimentaires, il est nécessaire que tout cela trouve un écho au sein des familles ! De la sorte, les informations et sujets que les adolescents entendront et aborderont dans le cadre scolaire ou extra-scolaire pourront être également discutés, approfondis, relayés... et par la suite mises en pratique auprès de leurs proches.

Toutefois, cela n'est pas toujours possible, le contexte familial des adolescents pouvant ne pas être favorable aux échanges inter-générationnels (Maurice, 2013). La relation qu'ils vont avoir avec leurs parents, la disponibilité de ces derniers pour leurs enfants et le fait d'être reconnu par ses parents comme « *une source d'information digne d'intérêt* » (Maurice, 2013) va grandement conditionner le relais ou non des messages au sein des familles... ce qui contribuera ou non à la modification de certaines pratiques ou représentations alimentaires des jeunes, et pourquoi pas de leurs proches.

La place de la famille dans un tel projet est un point qui est revenu régulièrement lors des entretiens individuels, collectifs et également lors du colloque régional. En échangeant avec des chercheurs en sciences sociales sur mon sujet de mémoire, c'est également un élément qui a souvent été mentionné.

Conclusion

Ainsi, il apparaît que pour une communication pertinente à l'égard des jeunes par des acteurs différents, il faille prêter attention à quelques points parmi lesquels s'assurer que les adultes se retrouvant au contact des jeunes pour des actions spécifiques sur l'alimentation ou pour simplement relayer des informations (lors de goûters ou de manifestations culturelles par exemple) aient compris ces messages et se les soient appropriés afin d'être crédibles et légitimes auprès des jeunes. Ensuite, pour être plus efficient en communication, il apparaît qu'il faille revoir la manière dont les adultes s'adressent aux jeunes, que ce soit sur la formulation du message (souhait d'avoir des informations ludiques, claires et qui éveillent la curiosité des interlocuteurs cibles) ou au niveau du canal de diffusion choisi, les réseaux sociaux se révélant une manne à exploiter. Enfin, il convient de ne pas oublier des acteurs clés comme la famille. Se pose alors la question « comment permettre à l'entourage familial de prendre part à cette démarche globale de sensibilisation à l'alimentation, sans mettre à mal l'éducation et la culture transmises ».

1.3. Qu'en est-il de la première hypothèse ?

L'hypothèse selon laquelle le fait de communiquer auprès des jeunes via différents canaux (réseaux sociaux, acteurs relais, milieu scolaire, éducateurs œuvrant sur la thématique) avec des approches sur l'alimentation différentes (culturelle, environnementale, sociale, agricole, santé...) contribuerait, d'après les retours actuels, à être plus efficient auprès des jeunes.

En résumé, c'est bien l'articulation entre les influences multiples (acteurs relais, pairs, famille, école...) et les messages et informations délivrés par les acteurs travaillant sur la sensibilisation et/ou l'alimentation auprès des jeunes, reliés à l'environnement global du jeune, qui va pouvoir créer ou impulser un effet de masse. Ce dernier permettant d'alimenter et de dynamiser une démarche de sensibilisation à l'alimentation durable envers les jeunes.

A noter que la diversité des situations et des environnements dans lesquels peuvent se relayer ou diffuser des messages portant sur l'alimentation, le territoire, les paysages, la culture... est infinie et dépend des territoires sur lesquels on travaille (ruraux, urbains, précaires, populaires, aisés, hétéroclites...).

2. Retour sur l'hypothèse 2

La deuxième hypothèse qui découlait de notre problématique concernait davantage l'aspect collaboration entre acteurs et travail en transversalité.

Pour avoir plus d'impact auprès des jeunes (tant au niveau de la compréhension des messages de sensibilisation de l'alimentation que concernant leur appropriation...) il semblerait primordial et nécessaire de travailler collectivement sur cette thématique tout en y associant les jeunes pour que les actions engagées soient efficaces et pérennes.

Autrement dit, travailler en transversalité sur la sensibilisation des jeunes, sans oublier ces derniers, à l'alimentation durable serait une clé de réussite pour les accompagner vers la responsabilisation de leurs choix alimentaires. Les questions qui s'ensuivent sont : qui est concerné par cette démarche multi-acteurs ? Avec qui travailler et de quelle manière ?

Voyons maintenant quels éléments de réponse nous pouvons apporter compte-tenu des données recueillies au cours des six mois de stage. Comme pour la première hypothèse, nous nous intéresserons aux leviers et garde-fous nous permettant de la nuancer si cela est nécessaire.

2.1. Validité de l'hypothèse : en théorie...

2.1.1. Travailler collectivement, qui est concerné ?

Des acteurs différents...

Comme nous avons pu l'observer précédemment, l'alimentation est une thématique transversale pouvant être abordée par des approches multiples : « *le fait alimentaire est un fait qui rassemble et qui concerne une pluralité d'acteurs* » (Julie Le Gall, Colloque, Annexe A). Ce qui en fait à la fois un objet complexe et en même temps riche à étudier.

Mme S, formatrice et éducatrice à l'environnement, a pu constater au fil de ses expériences, que lorsque des projets portant sur l'accompagnement au changement de pratiques perduraient, c'est qu'il y avait, le plus souvent, un « trio gagnant » constitué de profils différents mais complémentaires, à savoir, un profil économie, un second « savoir-faire » et un dernier éducatif : « *un trio où il y a quelqu'un qui est plutôt aux commandes, à l'intendance, à l'économie, quelqu'un qui est plutôt à la cuisine, à la réalisation des repas*

(en général, le chef cuisinier), et quelqu'un qui est plutôt sur l'éducatif ». Et c'est parce que chacun met ses compétences et savoirs au service d'une même cause, que l'accompagnement au changement porte ses fruits et résiste au temps : « *Donc moi je crois beaucoup à cette victoire d'un noyau dur, d'un trio diversifié dans ses portes d'entrée autour du sujet alimentaire* » (Mme S, Entretien 6, Annexe K).

... Aux approches complémentaires

Comme l'alimentation est un objet transversal par excellence, il y a tout intérêt à alterner les acteurs, et donc les approches dans la manière d'aborder le sujet auprès des adolescents : « *plus on multiplie les approches, les regards, plus on multiplie la richesse des échanges* » (Céline Revel, Colloque, Annexe A), « *dans l'apprentissage, il y a besoin de s'adresser à l'intelligence du cerveau et à l'intelligence du corps : le goût, les odeurs, les sensations... c'est quelque chose de très important et qui marque* » (Matthieu Morard, Colloque, Annexe A). Ainsi, plusieurs mondes d'acteurs et d'approches ont, semble-t-il, leur place dans un tel projet : le monde éducatif (« *intelligence du cerveau* ») et celui du sensoriel (tous les acteurs qui vont proposer une expérience en lien avec l'alimentation : ateliers cuisine/jardin, visite de ferme, rencontres... ou « *l'intelligence du corps* »).

La diversité des approches choisies permet des échanges entre jeunes (ce qui peut participer au processus d'effet de masse) et participe à renforcer ou créer du lien entre les adolescents et les divers acteurs intervenant de près ou de loin sur la thématique alimentation :

« L'important pour l'adolescent n'est pas tant la question du local en terme de distance, mais ça va être la rencontre, la possibilité de connaître les personnes qui font l'alimentation aujourd'hui, de l'interconnaissance entre des mondes qui ne se connaissent pas toujours pour recréer ce lien » (Julie Le Gall, Colloque, Annexe A).

« Les ateliers cuisine et les jardins mis en place au sein de certains foyers sont des lieux propices aux échanges et permettent de redonner du sens à l'alimentation, au-delà de rendre les jeunes autonomes dans leur choix alimentaires » (Marie Sandoz, Colloque, Annexe A).

Conclusion

En définitive, il semblerait qu'il y ait une grande diversité d'acteurs pouvant prendre part à une démarche de sensibilisation à l'alimentation durable auprès des jeunes. Ceci de

par l'aspect transversal et pluriel de l'alimentation. Ainsi, chacun a un rôle à jouer et peut apporter sa pierre à l'édifice, avec, semble-t-il, des niveaux d'intervention variés. Bien plus, c'est la participation de chacun qui est garante de l'efficacité d'un tel projet.

2.1.2. Travailler collectivement, des pistes méthodologiques

Se connaître et se connecter

Comme travailler collectivement et en concertation sur l'alimentation n'est pas une méthode de travail habituelle, une première étape de prise de contact et d'interconnaissance entre les acteurs souhaitant réfléchir ensemble sur un projet autour de l'alimentation apparaît essentielle pour commencer :

« En fait, ça ne se fédère pas quand il n'y a pas connaissance » [...] C'est-à-dire que le chef de cuisine par exemple, ne connaît pas les enfants, les enfants ne connaissent pas le chef de cuisine, même s'ils se voient tous les jours. Et quelque part, que le chef montre aux enfants d'où viennent les produits, qu'il y a une réserve, qu'ils transforment, qu'ils fassent des choses, qu'il fait des choses qui sont réfléchies, que le chef se rende compte que les enfants sont respectueux des choses, qu'ils ont plaisir à regarder ce qu'ils vont manger, et qu'ils sont respectueux aussi de ça sur la chaîne, ça assainit énormément les relations » (Mme B, Entretien 3, Annexe H).

D'où l'importance ensuite *« de rassembler l'ensemble des acteurs concernés lors d'une journée d'échanges, de travailler avec ses relais sur son propre territoire, de s'appuyer sur le local comme gage de réussite, d'essaimer et d'accompagner certains territoires sur des actions précises dont ils n'auraient pas pu bénéficier »* (Colloque, Annexe A). Ceci permettant d'alimenter une dynamique déjà présente.

Le fait de réunir les différentes parties concernées et motivées pour travailler collectivement permet également de mieux saisir les attentes et avis de chacun sur la question : *« il faut chercher à se mettre d'accord sur le chemin et sur les étapes que l'on veut atteindre »* (Mme S, Entretien 6, Annexe K).

Echanger et partager

Jusqu'à présent il a beaucoup été question d'acteurs aux profils variés. Il apparaît important de souligner également que parfois, dans le cadre de projets transversaux où plusieurs acteurs se retrouvent pour travailler ensemble, il y ait des échelles de territoire

différentes (quartier, ville, collectivité, département, PAT...) avec lesquelles il faille composer. Un point sur lequel insiste notamment Julie Le Gall : « *Il est nécessaire de penser les projets alimentaires en rassemblant les différentes échelles de travail des acteurs du territoire et en les faisant dialoguer* » (Colloque, Annexe A).

Pour que coopération il y ait, et pour que les initiatives à l'alimentation durable voient le jour, il s'avère nécessaire pour les parties prenantes de disposer d'un espace de concertation où elles puissent se retrouver, échanger et construire ensemble le projet en question. Cela demande du temps et de l'énergie mais se présente comme indispensable pour la bonne conduite des actions :

« Il y a nécessité d'une coordination entre les acteurs (institutions, associations, collectivités, auto-entrepreneurs...), sur les territoires et entre les territoires [...] et de travailler en transversalité, de mettre en lien ces différents acteurs et de créer des espaces de discussions pour ensuite pouvoir agir » (Mme L, Entretien 4, Annexe I).

« L'autre critère d'accompagnement au changement, c'est que moi je crois qu'aujourd'hui on n'a jamais eu autant de prise de conscience de l'intérêt de bouger les pratiques alimentaires, pour toutes les raisons que tu as dites : des raisons de santé, sociales, d'environnement... La prise de conscience elle est là mais on est démuni dans la mise en œuvre, et notamment parce qu'on n'a pas des moments où on formalise un choix politique au sens large du terme, pas parti politique, politique au sens ensemble : institutions, élus, associations, indépendants... Effectivement, le projet alimentaire de territoire, il doit pouvoir se faire de manière concertée, c'est-à-dire que si ensemble on se dit « ok, j'avance là-dessus », on construit un véritable échange de changement de pratique, parce qu'il est cohérent, il est pensé ensemble et donc il cherche la cohérence pour tout le monde, et le sens pour tout le monde. Donc après effectivement, on se serre les coudes ensemble. Et ça, j'ai encore l'impression que... soit on a le monde associatif qui y va de manière militante, citoyenne, soit on a l'injonction institutionnelle, mais c'est pas encore... [...] Et je crois que c'est un facteur limitant pour avoir des choses... » (Mme S, Entretien 6, Annexe K).

Ces espaces d'échanges permettent ainsi de faire des compromis et donnent à chacun de se sentir « légitimes » pour faire partie de la démarche dans laquelle ils se sont engagés :

« Pour travailler ensemble sur un même projet avec des acteurs différents, la clé c'est d'avoir le moins de renoncement possible et le plus de consentement possible ! C'est-à-dire qu'on y trouve du sens chacun, peut-être pas avec la même intensité mais on s'y retrouve, certains peut-être plus que d'autres. Je cherche pas forcément l'équité mais il faut qu'au moins tout le monde se sente légitime dans ce genre de projet » (Mme S, Entretien 6, Annexe K).

Accompagner au changement de comportement

La mise en place de projets souhaitant répondre à une telle ambition demande de concevoir le changement de comportement « une succession d'étapes : une fois que l'une d'elles est franchie, il faut viser la seconde tout en encourageant les nouvelles habitudes » (Pierre Gayvallet, Colloque, Annexe A).

Ceci permet de se fixer des objectifs réalistes pouvant ensuite perdurer dans le temps et remplir leur fonction première d'accompagnement :

« Il faut chercher à se mettre d'accord sur le chemin et sur les étapes que l'on veut atteindre. Et moi ce que je dis souvent, il faut que les premières étapes, elles soient pas des trop grosses marches, ça sert à rien, et que très vite, dès qu'on en a atteint une, on soit aussi dans la valorisation de l'œuvre collective, la fierté » (Mme S, Entretien 6, Annexe K).

« Il faut amener les gens à avoir un tout petit projet, à s'engager dans l'action autrement et ça peut être plus efficace que de faire changer les représentations » (Mme G, Entretien 7, Annexe L).

En effet, la modification de quelque pratique que ce soit prend du temps... qui plus est quand il s'agit d'un domaine aussi personnel et intime que l'alimentation : « on peut pas faire un changement de pratiques alimentaires du jour au lendemain » (Mme S, Entretien 6, Annexe K).

Conclusion

A l'issue de ce point, retenons que comme l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires concerne une multitude d'acteurs dont le degré d'implication est variable, il est plus que nécessaire pour eux de se connaître, d'échanger et de partager sur leur conception de l'accompagnement au changement et leur approche de l'alimentation ; ceci pour favoriser la concertation et la collaboration, deux points importants sur lesquels

veiller lorsqu'il s'agit de projets collectifs. Enfin, accompagner au changement est réel processus qui demande du temps et qui se pense sur la durée... ce qui demande un investissement et un engagement des acteurs sur le long terme également.

2.1.3. Travailler collectivement, quels bénéfices...

... En termes d'actions pouvant être mises en place ?

Dans le cadre du projet AFCC mis en place au sein de plusieurs collèges à Angoulême, à partir du moment où les différents acteurs du collège se le sont appropriés de nombreuses actions ont vu le jour, aussi diverses que complémentaires :

« On s'est rendu compte qu'il fallait parler « aliment », donc c'est pour ça qu'on a fait de l'éducation au goût, on s'est rendu compte bien sûr, qu'en cuisine il fallait connaître de savoir d'où venaient les produits, très intéressant, donc on a fait la visite des marchés ou de centres... d'un centre ici, et puis il y a des méconnaissances de la restauration collective aussi, donc visite de la restauration collective, savoir d'où viennent les produits, toujours aller vers ce côté-là, on a cuisiné au sein-même de la restauration collective, apprendre à déguster et à parler le même langage, la dégustation ça a été aussi intéressant avec les enfants. Et puis après y'a eu des ateliers cuisine qui ont été fait dans une cuisine pédagogique, et là, les enfants rapportaient le produit à la maison. Et ça ça permettait aussi de créer du lien entre le collège, les familles et les enfants [...] En 4ème, là ça a été plus les arts de la table. Ca a été le prof d'arts-plastique qui s'en est emparé, moi je suis intervenue en physique pour faire de la cuisine moléculaire [...] toutes les 4èmes et on a mangé au restaurant d'application. Donc ils ont vu aussi le restaurant à la française [...] en 3ème, donc à on était plus sur l'orientation. Donc là sur l'orientation... c'était de la fourche à la fourchette... c'était la découverte des métiers, tous les métiers autour de l'alimentation, voir tout ce qu'il y avait autour [...] d'autres matières après ce sont greffées et c'est devenu vraiment un projet d'établissement » (Mme B, Entretien 3, Annexe H).

Il ne semble pas y avoir de limites sur les actions pouvant être mises en place dans le cadre de projet collaboratif : tout dépend de l'orientation choisie, mais aussi, nous le voyons bien dans l'extrait ci-dessus, des besoins de la cible.

... Pour les acteurs eux-mêmes ?

Une des raisons pour lesquelles travailler en transversalité est enrichissant pour les individus engagés dans une démarche d'accompagnement au changement est que les compétences de chacun sont complémentaires : le partage et les échanges entre acteurs est donc propice au « pas de côté », c'est-à-dire à la prise de recul par rapport à sa propre position sur l'alimentation pour avoir une vision plus générale de ce même objet. Ce qui permet de co-construire des projets qui puisse perdurer dans le temps :

« Travailler en transversalité avec différents services au sein d'une même collectivité pour gagner en efficience : développement économique, nutrition-santé, cohésion sociale, culture-patrimoine-tourisme, économie sociale et solidaire, gaspillage et dons, économie circulaire, développement durable... » (Elus de Courpière, Colloque, Annexe A)

« Par rapport au changement de pratiques, ce que j'ai remarqué, c'est que les collègues, les centres de loisirs, les maisons de retraite où il se passe quelque chose, où les choses évoluent, que ce soit au niveau de l'alimentation ou non, par rapport au changement de pratiques, c'est au moins quand il y a un trio qui se serre les coudes. Sur l'alimentation, je dirai que c'est un trio où il y a quelqu'un qui est plutôt aux commandes, à l'intendance, à l'économie, quelqu'un qui est plutôt à la cuisine, à la réalisation des repas (en général, le chef cuisinier), et quelqu'un qui est plutôt sur l'éducatif. Quand ce trio-là est réuni, quand il y a cette diversité-là autour du trio, avec des clés de changement différentes (l'économie, le pratique et l'éducatif), et ben en fait les choses se mettent en place » (Mme S, Entretien 6, Annexe K).

Ce trio gagnant dont parle Mme S montre bien l'importance pour les acteurs de mettre leurs compétences en commun. Chacun est spécialiste dans son domaine et peut mettre son savoir au service d'un objectif commun plus grand : celui d'accompagner les jeunes à devenir acteurs de leur alimentation.

2.1.4. Conclusion

De cette première partie d'analyse, retenons qu'en théorie notre seconde hypothèse semble se vérifier. En effet, une démarche de type multi-acteurs (des profils, des approches de l'alimentation, des degrés d'implication et des échelles de travail variés) peut véritablement contribuer à la pérennité des actions engagées sur la thématique choisie. En

ce qui concerne l'alimentation, nombre d'acteurs sont concernés, aussi il est d'autant plus complexe de travailler ensemble : l'interconnaissance, l'écoute et le partage sont des éléments favorisant la concertation et donc la pérennité d'une telle démarche. Voyons dans un second temps comment il est possible de composer avec une telle complexité et s'il s'avère nécessaire de nuancer notre hypothèse.

2.2. ... Et en pratique

2.2.1. Quels leviers ?

Partir de l'existant

Comme il a été dit dans la partie précédente, des initiatives portant sur la sensibilisation des jeunes à l'alimentation durable existent. L'enjeu n'est pas forcément d'en créer de nouvelles mais dans un premier temps, de fédérer ce qui se fait, ceci pour plus de cohérence d'une part et également pour que les acteurs isolés soient encouragés dans leurs actions. C'est pas exemple ce que souligne Mme B en ce qui concerne les interventions sur l'alimentation au sein d'établissements scolaires :

« On se rend compte que dans les établissements autour de l'alimentation, il y a plein de choses de faites. L'air de rien, chaque professeur fait des petites choses autour de l'alimentation, chacun dans leur petit coin. Et le but de ce projet-là, et c'est le but de mon côté administratif, l'envie c'est de fédérer les équipes autour d'un thème. Et justement pourquoi pas, autour de l'alimentation. Par ce que ça permet aussi l'échange de cultures » (Mme B, Entretien 3, Annexe H).

S'appuyer sur la dynamique du territoire

Comme a pu l'énoncer Blandine Cerisier au colloque régional, l'alimentation est un enjeu qui est rarement porté en tant que tel mais qui se retrouve à la croisée de nombreuses politiques. Ceci implique que des synergies multiples peuvent se mettre en place par les techniciens des collectivités et également par les acteurs terrain au travers de dispositifs et projets divers : *« la politique locale est un réel levier pour l'accompagnement au changement, ces changements doivent se porter individuellement, collectivement et en société »*, (Colloque, Annexe A).

Des initiatives politiques comme le programme Ardèche Jeunesse Innovation Ruralité (AJIR) présenté lors du colloque du 26 juin 2018⁵⁰ (Colloque, Annexe A) ou le souhait de la collectivité TDM de repenser sa politique jeunesse à l'échelle du nouveau territoire, sont des opportunités à saisir pour associer des acteurs politiques à une démarche multi-acteurs en ce qui concerne la sensibilisation à l'alimentation durable des jeunes, mais également pour s'assurer de leur soutien, notamment économique, dans la suite des actions engagées.

Conclusion

En ce qui concerne les leviers sur lesquels on peut s'appuyer pour mener une démarche multi-acteurs retenons qu'il convient de sonder d'abord ce qui se fait sur le territoire en question afin de fédérer ensuite les acteurs pour davantage de transversalité et de collaboration entre eux. Un deuxième point qu'il semble important de soulever est qu'il est opportun de se saisir des initiatives et dynamiques politiques locales pouvant favoriser l'interconnaissance et la pluridisciplinarité dans une telle démarche.

2.2.2. Quels points de vigilance ?

Besoin d'un soutien politique

Pour assurer la viabilité d'actions dont le leitmotiv est l'accompagnement au changement, il est bien souvent nécessaire qu'elles soient portées par les politiques. Cela permet à la fois de bénéficier d'un soutien économique (dans la mesure où une partie du budget de la politique locale par exemple, peut être allouée à une telle démarche), et également de sécuriser la dynamique à l'œuvre. En effet, comme nous l'avons mentionné précédemment, il peut y avoir des mouvements d'allées et venues concernant les acteurs pouvant prendre part à une démarche globale de sensibilisation à l'alimentation durable. Le risque, comme le souligne une personne en entretien, est que les actions mises en place au cours de cette démarche soient trop spécifiques aux acteurs eux-mêmes et soient difficilement reprises par d'autres personnes « *ce trio-là, il va réussir à créer quelque chose, le problème c'est que c'est très personnalisé. Et du coup, il suffit qu'il y en ait un qui change de poste, hop ça va déstabiliser le trio* » (Mme S, Entretien 6, Annexe K). Ainsi, pour assurer la pérennité de l'ensemble du projet, il convient de sécuriser ce qui est mise en œuvre et

⁵⁰ Pour plus d'informations ce qui a été abordé lors du colloque régional concernant le programme AJIR : <http://draaf.auvergne-rhone-alpes.agriculture.gouv.fr/Aliment-action-pari-collectif-sur>

d'inscrire les diverses actions dans un programme plus global : « *Donc après la phase expérimentale qui montre que c'est pertinent d'avancer sur des pratiques... il faut sécuriser par la politique publique ou le choix politique au sein de l'établissement pour que ça rentre dans les pratiques de l'établissement* » (Mme S, Entretien 6, Annexe K).

Composer avec des avis divergents

Comme chacun des acteurs qui prend part à ce type de démarche a des intérêts et un regard différents sur l'alimentation, il n'est évidemment pas évident de composer avec les avis de chacun et d'harmoniser les opinions, comme le soulignent les témoignages suivants :

« *C'est difficile parce que tu peux pas dire « toi t'as raison, toi, t'as tort », tout le monde a raison, ça dépend dans quel contexte il se situe. Et donc là, ça repose vraiment sur l'ouverture d'esprit de ces différentes personnes porteuses d'une préoccupation. Je vais pas parler d'approche, je vais parler d'un type de préoccupation. Ceux qui vont être préoccupés de la viande, ceux qui vont être préoccupés de la santé, ceux qui vont être préoccupés du social... Chacun arrive avec sa préoccupation, est-ce que chacun arrive à mettre ça comme une force et pas comme une règle ?* » (Mme S, Entretien 6, Annexe K).

D'où l'importance de se mettre d'accord entre acteurs sur l'objectif poursuivi dans tel ou tel projet, « *il faut chercher à se mettre d'accord sur le chemin et sur les étapes que l'on veut atteindre* » (Mme S, Entretien 6, Annexe...). Le fait d'avoir une ligne conductrice qui soit agréée par chacune des parties permettant, lors d'éventuelles contestations ou points de divergences, de pouvoir revenir à l'essentiel et réussir à faire ce que Blandine Cerisier a appelé « le pas de côté »

Savoir se saisir des opportunités

De plus, comme l'accompagnement au changement concernant les pratiques alimentaires des jeunes concerne de nombreux acteurs, le risque serait de vouloir que tout le monde « entre dans l'arène » pour ensuite réfléchir ensemble à la mise en œuvre d'une démarche globale de sensibilisation à l'alimentation durable. Or, tout comme les pratiques alimentaires sont malléables et se retrouvent modifiées au cours du temps, de même, les personnes associées à de tels projets peuvent changer et on peut imaginer que certaines, présentes au départ, quittent ensuite le groupe temporairement ou non, et que d'autres rejoignent la dynamique pour des besoins ponctuels ou pour enrichir les actions et proposer des pistes d'amélioration par exemple. D'où l'importance de « *cibler les personnes avec qui*

on peut travailler tout de suite, savoir saisir les opportunités et ne pas forcément attendre que tous les acteurs qui pourraient être concernés par la thématique se sentent prêts et disponibles pour mener des actions sur l'alimentation » (Colloque, Annexe A).

Ce constat est encourageant pour les acteurs terrain et les porteurs de projet dans la mesure où il invite à ne pas culpabiliser si les personnes qu'ils souhaitent associer au projet n'y prennent pas (toute de suite) part, et d'autre part car il leur propose de ne pas forcément attendre avant d'impulser une dynamique.

Concevoir des projets sur une temporalité longue

Comme l'a souligné une des intervenante lors de la journée régionale d'échanges, « *la notion du temps est importante quand on travaille avec les jeunes : il faut faire perdurer les projets pour plus de résultats !* » (Nathalie Grégoris, Colloque, Annexe A), c'est nécessaire de penser le changement dans le temps comme il s'agit là d'un processus (paraphrase de Mr M, Entretien 5, Annexe J). En effet, le fait de proposer des projets sur des échelles de temps plus long évite de mettre en place des actions « one-shot » qui ont peu de résultat sur le comportement des jeunes, et leur permet au contraire de s'impliquer dans les projets s'ils le souhaitent... une forme d'engagement :

« Il est important de construire des projets sur une ou plusieurs années pour que les enfants puissent s'investir sur le long terme mais aussi pour mobiliser et rendre autonomes les adultes qui les encadrent » (Matthieu Morard, Colloque, Annexe A).

Conclusion

A l'issue de ce point, il apparaît que mener une démarche multi-acteurs sur une thématique aussi complexe que l'alimentation s'avère pointilleux. En effet, compte-tenu de la diversité des profils et des situations dans lesquelles peuvent s'impliquer les acteurs se sentant concernés par le sujet, il apparaît important d'avoir un soutien politique pour sécuriser les actions de sensibilisation ou de relais d'informations qui seront déployées par la suite. Il convient également de veiller à ce que chacun se sente légitime pour prendre part à cette démarche globale, et pour cela, il faut arriver à composer avec les différentes parties (ce qui n'est pas chose facile compte-tenu que chacun a son propre avis, une sensibilité différente et une capacité d'écoute et de consentement bien personnelle). Le champ des possibles sur les parties pouvant s'impliquer dans la sensibilisation des jeunes à l'alimentation durable étant très vaste, il convient toutefois de ne pas attendre que tous les

membres souhaités se joignent au projet pour impulser une dynamique, le risque serait qu'à force d'attendre, rien ne se fasse. Aussi, il est important de savoir se saisir des opportunités et de composer avec les personnes qui se sentent concernées et prêtes à l'instant t. Enfin, un point à ne pas oublier est le fait de penser ensemble des projets d'accompagnement au changement sur le long terme pour éviter des actions « one-shot » et pouvoir interpeller les jeunes et éveiller leur curiosité sur l'alimentation.

2.3. Qu'en est-il de la seconde hypothèse ?

La seconde hypothèse selon laquelle une démarche multi-acteurs pour sensibiliser les jeunes à une alimentation durable serait plus pertinente et efficace semble se vérifier. En ce qui concerne la mise en œuvre d'une telle méthode de travail, il n'y a pas de recette ni de mode d'emploi compte-tenu que les personnalités de chacun entrent en jeu en ce qui concerne la concertation, l'échange, l'écoute, la collaboration... Travailler ensemble dans un même objectif est, nous avons pu le constater, riche de sens et apporte beaucoup aux parties concernées, mais demande de pouvoir mettre de côté ses avis et opinions personnels pour construire « avec ».

3. Retour sur l'hypothèse 3

Enfin, de notre problématique découlait une troisième hypothèse, plus spécifique aux jeunes. En effet, ici nous nous posons la question suivante :

Est-ce que le fait d'impliquer davantage les jeunes dans une telle démarche ne serait pas plus pertinent et n'aurait pas davantage d'impact quant à la modification de leurs pratiques alimentaires ? Co-construire avec eux et les rendre acteurs de leur propre alimentation (connaissance du territoire, des traditions, de l'environnement, de l'impact et de l'influence des choix alimentaires sur le paysage, l'économie, la culture...) pourraient non seulement les encourager à modifier leurs comportements mais également contribuer à ce que ces derniers perdurent dans le temps dans la mesure où ils seraient des relais auprès de leurs pairs.

A cette interrogation nous pouvons fournir quelques éléments de réponse, tant au niveau de sa pertinence que concernant les moyens pratiques qui peuvent être mis en œuvre pour impliquer davantage les jeunes dans ce type de démarche. Deux points que nous vous proposons de découvrir dans la suite de cette partie.

3.1. Validité de l'hypothèse en théorie...

3.1.1. Impliquer les jeunes...

Des bénéfices sur l'aspect relationnel

Co-construire avec les jeunes n'est pas une démarche habituelle lorsqu'on parle d'accompagnement au changement ; et pourtant d'après les données recueillies, cela semble être une des clés de réussite. Cela permet de recréer du lien ou d'assainir les relations entre jeunes et adultes, des éléments favorables pour instaurer un climat de confiance... propice à l'accompagnement au changement :

« Ce qui était important dans ce projet-là c'était le faire. C'est-à-dire que les enfants ont préparé des choses, c'est-à-dire qu'on prépare et qu'on déguste, et qu'on déguste ensemble » (Mme B, Entretien 3, Annexe H)

« Et puis aussi, ils [les adolescents]⁵¹ sont aussi acteurs à la maison. C'est-à-dire que quelque part, au niveau de leur alimentation à la maison, ils cuisinent à la maison [...] Donc du coup eux, ils étaient aussi acteurs à la maison. Et puis les parents sont aussi venus dans l'établissement pour autre chose que pour rencontrer l'administration ou les professeurs. Ils sont venus aussi pour des moments conviviaux » (Mme B, Entretien 3, Annexe H).

Des bénéfices au niveau motivationnel

Lors de l'entretien collectif au collège avec l'équipe adultes (Discussion collective 2, Annexe...), l'infirmière soulève le fait que si on les rendait plus acteurs (participation à la préparation du repas, à l'approvisionnement...), cela leur donnerait peut être plus envie de s'intéresser à l'alimentation (bienfaits, méthodes de production, lien avec l'environnement, métiers...). D'où l'intérêt d'associer davantage les jeunes à des projets en lien avec l'alimentation. On rejoint ici le rôle clé que peuvent jouer les familles dans une démarche globale de sensibilisation des jeunes à l'alimentation durable.

⁵¹ Propos ajoutés par l'auteure

3.1.2. ... Les accompagner vers de nouveaux engagements...

En devenant acteurs

Impliquer les jeunes dans des actions leur permettant de découvrir l'alimentation sous d'autres angles, leur permet d'être véritablement acteurs... un pas vers le changement. C'est ce qu'a pu observer Mme B tout au long du projet AFCC « *l'importance c'est qu'ils soient impliqués dans les tâches à faire, comme ça ils s'approprient les choses. Ils ne sont pas simplement spectateurs, ils sont acteurs* » (Mme B, Entretien 3, Annexe H).

Un point qu'ont aussi partagé le groupe d'adultes (personnels administratif, de la restauration collective et infirmière scolaire) lors de l'entretien collectif au collège : « *associer les jeunes aux démarches de sensibilisation, s'intéresser à eux et la place du dialogue dans de tels projets semblent essentiels pour que les informations souhaitant leur être délivrées impactent leurs pratiques* » (Discussion collective 2, Annexes T).

En leur donnant la parole

Impliquer les jeunes dans les prises de décisions politiques et la mise en œuvre d'actions peut être un moyen pour faire remonter leurs avis et opinions pour mieux prendre en compte la jeunesse dans la vie politique, permettre un engagement sur le long terme de la part des jeunes, leur donner envie de se mobiliser pour encourager des changements de pratiques et bien évidemment les faire participer à la vie citoyenne. C'est ce qui a pu être observé dans le cadre des Etats Généraux de la Jeunesse du projet AJIR, dont un des enjeux est « *de changer la manière de travailler des acteurs, donc de construire les politiques publiques* » (Mme S, Entretien 6, Annexe K) en laissant plus de place aux jeunes, ou au travers du Conseil Municipal des Jeunes à Pont-du-Château dans le Puy-de-Dôme (Colloque, Annexe A).

3.1.3. ... Et leur permettre d'être relais à leur tour

Par le savoir-faire, les jeunes acquièrent des compétences et des savoirs, et sont aussi fiers de leur « production », ce qui, on peut l'imaginer, les motivera davantage pour parler à leur entourage de ce qu'ils auront fait ou découvert :

« Le fait de rendre les enfants acteurs de leur choix alimentaires, tant sur le type de produit souhaité que sur la quantité servie, a permis de modifier certaines de leurs pratiques

[...] *Les changements de comportements amorcés sur le temps du midi dans les collèges ont eu une incidence à leur domicile, auprès de leurs parents* » (Mr B, Entretien 8, Annexe M).

On rejoint ici le concept d'enfant-acteur développé par Allan Prout et Allison James à la fin du 20^{ème} siècle : « *les enfants doivent être vus comme activement impliqués dans la construction de leur vie sociale et de la vie de ceux qui les entourent, ainsi que de la société dans laquelle ils vivent* » (Maurice, 2013). En effet, comme a pu le mentionner Aurélie Maurice dans son travail de thèse, « *les sociologues de l'enfance savent que les enfants ne répètent pas mécaniquement ce qu'ils ont entendu à l'école mais se l'approprient et en font ce qu'ils ont envie, selon leurs intérêts propres* » (Maurice, 2013). Aussi, tout l'enjeu est de donner envie aux jeunes de partager auprès de leur entourage les messages, les informations, les actions et projets concernant l'alimentation auxquels ils auront participé, et de susciter par la suite des échanges sur le sujet au sein des familles.

3.1.4. Conclusion

Donner la possibilité aux jeunes de prendre part activement à une démarche de sensibilisation à l'alimentation durable à destination de ce même public semble être pertinent à plusieurs niveaux : sur le plan culturel (en leur transmettant des savoir-faire sur l'alimentation : production, transformation...), social (relation de confiance adultes-jeunes), politique (en leur donnant l'occasion d'exprimer leur avis, d'être force de proposition quant à des projets sur l'alimentation et de favoriser ainsi leur engagement), personnel (susciter de l'intérêt et de la curiosité pour la thématique, leur donner envie d'aller vers les approches qui leur parlent le plus) et à plus grande échelle au sein de leur famille en tant que relais.

Toutefois, il convient de s'intéresser aux leviers et garde-fous à prendre en compte dans la mise en œuvre d'actions dans lesquelles les jeunes sont en partie aux commandes. A la suite de cette partie, nous souhaitons pouvoir fournir des éléments de réponse plus précis à l'hypothèse formulée.

3.2. ... Et en pratique

3.2.1. Quels leviers ?

Partir des envies des jeunes

Lorsqu'on interroge la littérature sur l'alimentation des jeunes aujourd'hui, on retrouve bien souvent le constat selon lequel ils mangent mal (produits transformés, repas

sautés, grignotages, « malbouffe »...), qu'ils ne s'intéressent pas à leur santé et n'en prennent pas soin. Certes, « *la fréquentation des fast-foods reste d'actualité* », toutefois elle n'en n'est pas moins dénuée de sens comme l'explique l'anthropologue Véronique Prado « *elle relève davantage d'une recherche de convivialité et de mobilité dans le repas plutôt que de l'envie frénétique d'une nourriture que les adolescents eux-mêmes qualifient de « malbouffe* » ». ⁵² En effet, lors des entretiens collectifs, les adolescents ont partagé leur envie de « mieux manger », de sortir d'un mode de consommation standardisée, ils aimeraient avoir plus de connaissances sur le sujet... avec peut-être en filigrane l'envie de ne plus être stigmatisés par les adultes comme ne sachant pas manger correctement ou ayant des pratiques alimentaires « trop » ou « pas assez » :

« Et pas dire non plus que le jeune est en résistance par rapport à ça. Parce qu'il l'est pas forcément. Beaucoup de jeunes ont envie de mieux manger, du moins c'est ce que je constate. Bien sûr qu'ils ont les réflexes... un coca qui leur passe sous les yeux, ils vont en avoir envie, c'est aussi des attirances. Mais manger bon, frais, des choses qui ont du goût, qui sont bien présentées... ils sont globalement pas contre » (Mme S, Entretien 6, Annexe K).

Les jeunes savent qu'effectivement leur manière de manger a un impact sur leur santé et que leur alimentation n'est pas saine « *On sait qu'il faut le faire mais moi personnellement je le fais pas quoi [...] J pense que c'est plus une question d'habitude dans la famille et d'habitude de manger équilibré que de voir des pubs et de se dire 'Tiens je vais me mettre à manger équilibré aujourd'hui'* » (J3, Discussion collective 3, Annexe U). Mais cela ne veut pas dire qu'ils ne sont pas intéressés par la question ou qu'ils réfutent l'idée d'une alimentation ayant du goût, du sens... : « *les jeunes reconnaissent que leur alimentation n'est pas équilibrée et certains aimeraient lui donner plus de sens, être plus curieux pour découvrir d'autres goûts* » (Discussion collective 3, Annexe U). Un levier crucial sur lequel s'appuyer dans le cadre de notre étude ! S'ils éprouvent le besoin de s'alimenter autrement, et qu'ils ont envie de lui donner du sens, aux accompagnants de se saisir de cette perche pour accompagner les jeunes vers le changement, vers là où ils souhaitent aller.

En effet, rappelons que « *pour engager les individus, il convient de s'intéresser à leurs représentations sociales, à la mémoire collective, à l'environnement dans lequel ils évoluent*

⁵² Le figaro. *Les adolescents pas si accros à la malbouffe*, 2016. [en ligne]. Disponible sur : <http://sante.lefigaro.fr/actualite/2016/10/11/25506-loin-cliches-malbouffe-adolescents-font-attention-leur-alimentation> (Consulté le 29/08/2018)

ainsi qu'à l'ensemble des expériences qu'ils ont s'agissant de l'engagement visé » (Blandine Cerisier, Colloque, Annexe A) sans oublier de « s'interroger sur la distance entre les individus cibles et l'objet « alimentation » » (Blandine Cerisier, Colloque, Annexe A) afin de mesurer l'intérêt et les sources de motivation qui pourraient éveiller la curiosité de notre cible sur le sujet. En d'autres termes, quelle approche de l'alimentation lui parlera le mieux.

« L'important pour l'adolescent n'est pas tant la question du local en terme de distance, mais ça va être la rencontre, la possibilité de connaître les personnes qui font l'alimentation aujourd'hui [...] de l'interconnaissance entre des mondes qui ne connaissent pas toujours pour recréer ce lien » (Julie Le Gall, Colloque, Annexe A).

Partir de leurs représentations

Par exemple, si l'on souhaite travailler sur la question du territoire, un terme très en vogue actuellement mais sur lequel on peut se poser des questions quant à sa véritable signification (quelle échelle, quel niveau d'étude, quelles frontières... ?), il convient de s'interroger sur ce que cela représente pour le jeune d'aujourd'hui. Adultes et adolescents ne parlent pas le même langage et n'ont pas les mêmes représentations, aussi, on peut douter de la pertinence de parler de produits locaux ou de promouvoir une économie locale dans le cadre d'une sensibilisation à l'alimentation durable à l'égard du jeune. En effet, *« pour l'adolescent, le territoire correspond à l'espace qu'il s'approprie : celui de sa maison, de son environnement scolaire, là où il circule avec ses pairs, là où il circule dans son cyberspace » (Julie Le Gall, Colloque, Annexe A). D'où l'intérêt de faire référence à ces espaces qu'il connaît et qui lui sont chers pour plus d'efficacité dans la manière de communiquer et de toucher les jeunes sur la thématique de l'alimentation.*

Susciter la curiosité et l'envie

L'intérêt d'éveiller la curiosité des adolescents pour les personnes prenant part à une démarche globale de sensibilisation à l'alimentation, est de ne pas se positionner comme des prescripteurs et donneurs de leçons mais au contraire, d'établir une relation de confiance avec les jeunes et de susciter le dialogue, l'échanges : *« c'est plus une réflexion méthodologique sur comment toucher gens. Au-delà de la sensibilisation, il y a peut-être aussi de comment se faire tout simplement poser des questions sur comment ils mangent... » (Mme G, Entretien 7, Annexe L).*

Conclusion

Inviter les jeunes à prendre part, au côté d'adultes, à des projets de sensibilisation à l'alimentation durable à destination de leurs pairs, paraît nécessaire pour une meilleure communication, mais aussi appropriation des messages et relais auprès de leur entourage. Pour co-construire des actions pertinentes avec eux, on peut s'appuyer sur les leviers suivants (qui ne se veulent pas exhaustifs) : leurs envies concernant d'autres manières de s'alimenter, leurs représentations sur des thématiques spécifiques (quid de la pertinence de parler de territoire auprès des jeunes) et leur curiosité, leur souhait de découvrir le monde et de se construire en tant qu'adulte. Quels sont maintenant les éléments sur lesquels il convient de prêter attention lorsqu'on veut co-construire avec des adolescents ? Un point qui fera l'objet du paragraphe suivant.

3.2.2. Quels points de vigilance ?

Co-construire avec les jeunes, quelle posture pour l'accompagnant ?

L'intérêt d'associer les jeunes à une démarche de sensibilisation à l'alimentation est de leur permettre d'exprimer leur avis sur la thématique et de réfléchir avec des adultes sur des propositions d'actions ou de programmes pouvant être mis en place et encourageant les jeunes à devenir acteur de leurs choix alimentaires.

Ainsi, il convient à l'accompagnant adulte d'être à l'écoute du jeune, de rester dans l'objectivité face à ses propositions et de le considérer comme un collaborateur... Une posture pas évidente à adopter mais tellement importante dans le cadre d'une telle démarche comme le montre les extraits ci-dessous :

« Moi je pars beaucoup de la production, avant de parler de changer sa pratique alimentaire [...] C'est pas moi qui dit « il faut manger ça et ça », c'est effectivement réapprendre à se poser des questions sur son alimentation, réapprendre à prendre aussi plus de pouvoir sur son alimentation » (Mme S, Entretien 6, Annexe K).

« L'accompagnement ça doit être quelque chose de complémentaire et de très libre [...] Et du coup souvent, le boulot de l'accompagnateur est de composer entre travailler avec l'individu et pour l'individu, et en même temps en composant avec ces injonctions [...] Si le changement qu'on souhaiterait impulser rencontre une motivation des populations [...] l'idée se serait plus de stimuler une prise de

conscience collective, lancer des petites actions qui permettent de mettre un pied vers des manières de faire qui soient un peu autre » (Mme G, Entretien 7, Annexe L)

« Ici, l'accompagnement du jeune ne veut pas dire « faire à la place de » mais c'est au contraire montrer la technique, s'assurer que la personne a bien compris puis la laisser faire tout en restant disponible si elle a besoin d'aide » (Mme M, Entretien 10, Annexe O).

L'intérêt de ce type de posture est, d'après les témoignages ci-dessus, de permettre au jeune d'avoir une vision plus globale sur l'alimentation et ce que cela recouvre, en termes d'approches, d'enjeux..., éveiller sa curiosité et l'accompagner vers le libre arbitre en ce qui concerne ses choix alimentaires.

Co-construire, un garde-fou aux questions d'éthique

Les questions d'éthique et de légitimité par rapport au changement ont été abordées au début du mémoire (Partie 1, Chapitre 3). Rappelons quelques-unes des interrogations qui en découlaient : qui est légitime pour inciter un changement, qui impulse la dynamique, quelles sont les valeurs qui sous-tendent ce changement... ? Quid de la manipulation ?

Aussi, pour éviter des réactions d'opposition et favoriser l'engagement des jeunes, associer ces derniers à l'élaboration d'outils ou de projets d'accompagnement au changement semble être une solution. C'est un point qu'a notamment soulevé la chercheuse Blandine Cerisier à propos des nudges destinés à accompagner le changement de pratiques chez des jeunes : *« on peut se prémunir de la manipulation grâce à la co-construction d'un nudge : implication des acteurs éducatifs, de l'éducation populaire et nationale, des collectifs, des réseaux associatifs du territoire, des équipes de recherche... et bien sûr de l'individu cible ! »* (Blandine Cerisier, Colloque, Annexe A). Rappelons que le nudge est un outil très prisé par les accompagnants au changement de pratiques dans la mesure où le but ici est *« d'inciter un comportement vertueux sans l'imposer »* (Blandine Cerisier, Colloque, Annexe A).

De plus, pour que l'accompagnement au changement de pratiques ne soit pas vécu comme quelque chose de prescriptif et normatif par les jeunes, il est d'autant plus important de les impliquer dans les actions à entreprendre, les messages à délivrer et les directions à prendre, pour qu'ils se sentent concernés et qu'ils aient envie de prendre part à cette démarche. Un moyen, semble-t-il, de concilier les objectifs des politiques publiques

(favoriser une alimentation de qualité, contribuer au bien-être des citoyens...) et ceux des jeunes (désir d'autonomie, de liberté, d'expression...) :

« La clé elle me paraît là, résoudre ce paradoxe-là. Faire en sorte que soit le changement qu'on souhaite, vu d'en haut, correspond à ce qui est souhaité vu d'en bas, et si ce n'est pas le cas, essayer de voir comment on peut travailler d'en bas pour réfléchir à un projet fédérateur et qui convienne à tout le monde, innover par rapport à la commande initiale quoi » (Mme G, Entretien 7, Annexe L).

Co-construire pour éviter un sentiment de culpabilisation

Le fait d'impliquer les jeunes et de leur donner l'occasion de participer à des actions ou projets visant l'accompagnement au changement de pratiques, permet, d'après nos retours, d'éviter qu'ils se sentent mis à part ou stigmatisés, leur comportement n'étant pas conforme à la norme sociale ou à ce qui est souhaité. Leur donner la possibilité de s'impliquer eux-mêmes dans une dynamique de changement semble être un point à ne pas négliger. C'est ce qu'affirme Mr B suite aux observations qu'il a pu faire dans le cadre de la mise en place de selfs collaboratifs dans certains collèges du Puy-de-Dôme :

« Dans le cadre de la mise en place des selfs collaboratifs, il était primordial de ne pas être dans la culpabilisation et la stigmatisation, mais au contraire d'impliquer les acteurs concernés, les enfants et les agents de restauration, qui ont chacun leur part de responsabilité et leur rôle à jouer, et ce à des niveaux différents » (Mr B, Entretien 8, Annexe M).

Conclusion

En définitive, retenons que faire travailler de concert adultes et adolescents sur des projets transversaux portant sur l'alimentation, est un des moyens pour se prémunir du quid de la manipulation, notamment en permettant aux jeunes de s'exprimer librement et ne leur imposant aucune directive. Par-là, le jeune se sentira moins stigmatisé par les adultes et ce type de collaboration pourra lui redonner confiance, à la fois en lui-même et également envers les adultes. Enfin, la posture de l'accompagnant est un point de vigilance dans la mesure où l'adulte ne doit pas faire « à la place de » mais doit favoriser le dialogue et l'écoute du jeune, le considérer comme un adulte en devenir et donc comme étant force de propositions.

3.3. Qu'en est-il de la troisième hypothèse ?

A la suite des données recueillies, il s'est avéré qu'associer les adolescents à une démarche de sensibilisation à l'alimentation durable pouvait être un gage de réussite dans l'appropriation des messages clés relayés sur l'alimentation et la pérennisation des actions qui seraient déployées ; notamment en les incitant à passer de spectateurs à acteurs. Ajoutons que l'implication des jeunes dans une démarche comme celle-ci pourrait dynamiser les initiatives de sensibilisation notamment en apportant leur regard de jeunes sur le sujet (quelles envies, attentes, représentations, quels freins... en matière d'alimentation ?). Ce qui permettrait de mettre en place des dispositifs innovants réellement adaptés et donc efficaces en la matière.

De plus, la possibilité pour les adolescents de participer à la prise de décisions politiques et à la vie citoyenne (comme c'est le cas avec le projet AJIR par exemple), est un moyen de recréer du lien entre adultes et jeunes et ainsi d'être plus à leur écoute et de prendre davantage en compte leurs impressions. Ceci étant favorable à une relation de confiance entre les deux parties, ce qui faciliterait un travail collaboratif sur un projet portant sur l'alimentation. Leur engagement dans ce type de démarche pouvant les amener à se questionner et à partager sur leurs habitudes, leur environnement, le paysage, l'histoire autour de l'alimentation...

Cette conception du jeune comme acteur et ressource pour l'accompagnement au changement de pratiques alimentaires n'est pas habituelle dans les schèmes de pensées actuelles. Bien que considéré comme un individu en voie vers l'autonomie, il semblerait que le monde adulte ait du mal à inviter les jeunes autour de la table en ce qui concerne des projets dont ils sont la cible. Pourtant d'après les retours d'expériences et témoignages, le fait de co-construire avec eux et de leur donner la parole sur des initiatives touchant leurs quotidien et pratiques serait bénéfique en termes d'efficience et d'impact. Quid d'un remaniement dans la manière de penser le jeune et notamment au sein des les politiques publiques dans la mise en œuvre de programmes le concernant ?

Chapitre 2. Eléments de réponse à la problématique

Le fait d'avoir analysé les trois hypothèses qui découlaient de notre problématique et d'avoir également soulevé des points de vigilance et des leviers quant à la mise en œuvre d'actions concrètes nous permet maintenant d'apporter des pistes de réponse à notre

questionnement. Un point sur lequel nous nous attarderons dans un premier temps avant de présenter les préconisations et pistes d'actions concrètes auxquelles nous avons pensées relatives à l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes.

1. Retour sur la problématique

Pour commencer, il convient de rappeler la problématique qui a sous-tendu tout notre travail de réflexion :

En quoi une démarche globale de sensibilisation à l'alimentation durable envers les adolescents de Thiers Dore et Montagne est une clé de réussite dans l'accompagnement vers le libre arbitre concernant leurs choix alimentaires : quels acteurs, quelle(s) méthode(s), quel(s) dispositif(s) ? Comment permettre cet accompagnement sur le long terme ?

Bien qu'à ce jour nous ne soyons en mesure de proposer une réponse définitive s'appuyant sur des résultats expérimentaux conséquents (le temps dont nous disposions était trop court pour pouvoir faire un terrain, une analyse et une évaluation), nous pouvons tout de même proposer des pistes de réflexions qu'il conviendrait d'approfondir par la suite. Pour cela, nous proposons de revenir successivement sur les acteurs concernés par ce que nous avons appelé « une démarche globale », les méthodes d'accompagnement au changement explorées et les dispositifs pouvant aider à ce type de démarche avant de terminer sur la question de la pérennisation de l'accompagnement au changement.

1.1. Quels acteurs ?

Nombre d'acteurs étant concernés par la thématique de l'alimentation (associations, politiques, école, familles, jeunes, producteurs, éducateurs, médias et réseaux sociaux...), il est important de saisir que chacune de ces entités a sa place et est utile pour que les actions mises en œuvre dans le cadre d'une meilleure sensibilisation à l'égard des jeunes soient efficaces, innovantes et pertinentes : « *c'est dire « chacun a un petit bout de l'histoire ».* *C'est complexe l'alimentation si on veut lui donner du sens et de la cohérence, mais chacun de nous, on a un petit bout de ce sens et de cette cohérence* » (Mme S, Entretien 6, Annexe K). Bien plus que la simple addition d'actions réalisées par des acteurs au profil varié, c'est la mise en cohérence de ces dernières qui est garante de l'efficacité d'une telle démarche.

Et c'est bien parce qu'il y aura diversité de profils, pensons aux acteurs et situations relais qui constituent une ressource non négligeable : « *c'est pas une tâche particulière qui va faire du changement, c'est un ensemble de tâches qui vont permettre de faire, de réinvestir en permanence des choses pour pouvoir faire le changement* » (Mme B, Entretien 3, Annexe H), mais également diversité d'approches (au niveau du sujet lui-même ou de la manière de l'aborder avec les adolescents) et diversité de canaux de communication (au sein de la sphère éducative, familiale, culturelle, de loisirs, sur la toile... et entre jeunes), et que cet ensemble sera en inter-relation que le terme de « démarche globale » prendra tout son sens. En effet, c'est bien par l'interconnaissance, la pluridisciplinarité et le partage de compétences que les acteurs prenant part à un tel projet seront efficaces dans leur rôle d'accompagnants au changement. Il convient de ne pas oublier les adolescents eux-mêmes qui ont leur place dans de tels projets : la co-construction jeunes-adultes étant, nous l'avons déjà vu, une clé de réussite pour l'engagement des jeunes dans de nouvelles pratiques et leur pérennisation.

1.2. Quelle(s) méthode(s) ? Quel(s) dispositif(s) ?

Fort de ce constat se pose la question de savoir comment mettre en place une telle démarche ? L'analyse des hypothèses nous a permis de repérer quelques points propices à sa mise en œuvre et garants d'une sensibilisation à l'alimentation durable envers les jeunes.

1.2.1. Miser sur l'aspect pluriel de l'alimentation...

Un point essentiel est la multiplication des approches lorsqu'on souhaite parler d'alimentation aux jeunes. En effet, chaque individu a une histoire, une éducation, une culture et une sensibilité bien particulières. Et ces éléments entrent en compte dans l'intérêt qu'il peut porter à un sujet aussi complexe que l'alimentation. En abordant la culture, le patrimoine, l'agriculture, la nutrition, l'environnement, le paysage, le plaisir, l'identité, le voyage... pour ensuite parler alimentation, il y a plus de chance de toucher davantage de jeunes. En effet, au jour d'aujourd'hui, l'alimentation est bien souvent considérée sous l'angle santé, ce qui peut freiner certaines personnes ou générer un sentiment de culpabilité dans la mesure où leur comportement alimentaire ne serait pas en accord avec les normes nutritionnelles et sociales de notre société actuelle (manger sainement, équilibrée, « faire attention », ne pas grignoter ni sauter de repas...). Aussi, le fait d'alterner les approches est un moyen pour les jeunes d'explorer les différents champs de l'alimentation, de trouver leurs propres motivations pouvant guider leurs choix alimentaires, et ainsi, les accompagner à prendre des décisions par eux-mêmes.

1.2.2. ... Sur l'interconnaissance...

La société actuelle est très individualisée et les relations entre individus se font de plus en plus derrière l'écran (Bluzat, 2014). Sauf que l'alimentation est, comme dirait Mauss⁵³, un fait social total et donc par définition, c'est un fait qui rassemble. D'où la nécessité de recréer du lien entre les jeunes et l'alimentation et de favoriser des relations qui ne soient pas virtuelles mais réelles. Les situations et opportunités peuvent être très diverses et variées mais comme le souligne la chercheuse Julie Le Gall, ce qui va motiver les jeunes et permettre qu'ils aient envie d'aller à la recherche d'informations sur l'alimentation par eux-mêmes c'est l'interconnaissance, la rencontre, les échanges... « *L'important pour l'adolescent [...] ça va être la rencontre, la possibilité de connaître les personnes qui font l'alimentation aujourd'hui [...] de l'interconnaissance entre des mondes qui ne connaissent pas toujours pour recréer ce lien* » (Julie Le Gall, Colloque, Annexe A). Le goût, le souvenir, les discussions lors d'une rencontre, les odeurs... tout ce qui relève du sensoriel est ce qui va marquer les jeunes et les interpeller : « *l'intelligence du corps : le goût, les odeurs, les sensations... c'est quelque chose de très important et qui marque* » (Matthieu Morard, Colloque, Annexe A), « *il s'agit donc de dépasser le discours, le théorique, la connaissance pour appliquer, expérimenter et vivre l'apprentissage des valeurs* » (Jadin, 2007).

1.2.3. ... Sur une communication innovante...

La recherche d'autonomie et l'envie d'être reconnu comme un adulte sont des traits de caractère propres à chaque adolescent. La fameuse période de la « crise adolescente » est redoutée par nombre de parents car le jeune réfute l'autorité, à des niveaux variables suivant les personnes et les contextes. Aussi, si l'on communique envers cette même cible avec des messages descendants et normatifs, il y a très peu de chance pour qu'ils soient écoutés par les jeunes... encore moins pour qu'ils aient l'impact souhaité : « *d'après des études, les messages trop descendants ne « passent plus », besoin de plus de transversalité et de pédagogie dans la manière de les diffuser* » (Mr M, Entretien 5, Annexe J).

D'où la nécessité de repenser la manière de communiquer... encore plus lorsqu'on travaille sur l'accompagnement au changement (notamment de par les questions d'ordres éthique et philosophique que cela peut soulever, Partie 1, Chapitre 3). Le fond tout autant que la forme du message doivent faire rêver les jeunes et doivent pouvoir susciter de l'intérêt

⁵³ Tibère Laurence. *Socio-anthropologie de l'alimentation. Eléments d'introduction*. Cours de Master 2 SSAA, ISTHIA, Université Toulouse Jean-Jaurès, 2017.

chez eux, les interpeller et les inviter à partager ensuite cette même information autour d'eux. Se pose la question de la manière d'y parvenir. Les jeunes sont à considérer comme une ressource dans ce domaine. En s'intéressant à leur mode de vie, leurs loisirs, leurs passions, les liens qu'ils font avec l'alimentation... en utilisant leurs canaux de diffusion (réseaux sociaux, internet, influenceurs...) et en co-construisant les messages avec eux, il sera alors possible de repenser la communication et faire en sorte que les messages soient à l'image des jeunes : « punchy », dynamiques et ludiques pour favoriser leur appropriation par les adolescents et leur partage sur les réseaux sociaux par exemple.

1.2.4. ... Et sur les jeunes !

Associer les jeunes à une démarche globale de sensibilisation à l'alimentation durable est un incontournable pour garantir davantage d'efficacité quant au but recherché (permettre aux jeunes d'être acteurs de leur alimentation). Leur contribution est d'autant plus importante car en tant que public cible c'est bien eux qui peuvent aider les acteurs terrain et décideurs (pas forcément au sens politique, entendons par là les personnes qui décident de projet et de leur mise en œuvre) dans les orientations à prendre : quelle approche de l'alimentation privilégier, quelle communication adopter, quelles actions proposer, dans quel contexte, à quelle fréquence... ? Ajoutons qu'en impliquant les adolescents, ils se sentiront davantage concernés par le sujet et pourront en parler plus facilement autour d'eux (entourage familial, pairs...). Une raison supplémentaire pour recourir à une telle méthodologie de travail.

1.3. Comment pérenniser l'accompagnement sur le long terme ?

Le changement est, nous l'avons vu, un processus qui demande à être pensé sur le long terme, d'autant plus lorsqu'il s'agit d'alimentation où les habitudes, l'éducation et les croyances rythment et influencent grandement les choix de chacun. Aussi, pour pérenniser l'accompagnement au libre arbitre des adolescents en ce qui concerne leurs pratiques alimentaires, il convient de répéter les actions de sensibilisation et les messages relayés, cela par des réseaux d'acteurs et des canaux différents :

« C'est pas une tâche particulière qui va faire du changement, c'est un ensemble de tâches qui vont permettre de faire, de réinvestir en permanence des choses pour pouvoir faire le changement [...] Si y'a pas pérennisation, de toute forme que ce soit, ça passera à un moment donné aux oubliettes pour certains, pour un grand nombre

[...] Mais si on veut faire quelque chose de masse, faut le répéter » (Mme B, Entretien 3, Annexe H)

« L'idée se serait plus de stimuler une prise de conscience collective, lancer des petites actions qui permettent de mettre un pied vers des manières de faire qui soient un peu autre » (Mme G, Entretien 7, Annexe I).

La sécurisation des projets et actions engagés par la politique locale (au niveau d'un établissement, d'un quartier, d'une collectivité) est essentiel pour assurer leur pérennisation. D'où l'importance d'associer les décideurs politiques à une telle démarche. De plus, le fait de sécuriser par ce biais permet ensuite d'essaimer plus facilement les projets sur d'autres territoires. En effet, lorsque ceux-ci sont trop personnalisés le risque est que si l'un des porteurs de projets ou acteurs part, la dynamique ne suive plus :

« Il faut sécuriser par la politique publique ou le choix politique au sein de l'établissement pour que ça rentre dans les pratiques de l'établissement. Et moi j'ai vu beaucoup de projets se faire comme ça avec des trio et ça tient 2 ans, 3 ans... et après ça repart à zéro parce qu'on n'a pas sécurisé d'un point de vue politique de l'établissement. [...] Les décisions politiques doivent permettre la mise en œuvre » (Mme S, Entretien 6, Annexe K).

Enfin, un autre point pour pérenniser cet accompagnement est d'encourager les changements de pratiques qui s'opèrent afin qu'elles perdurent dans le temps, et de mettre en avant les jeunes également, de valoriser l'intérêt qu'ils pourraient exprimer par rapport à l'alimentation, écouter leurs envies et prendre en compte leurs attentes pour renouveler les messages et/ou actions en matière de sensibilisation de manière à être toujours au plus proche des jeunes. Etre attentif aux nouvelles tendances au niveau de la jeunesse, que ce soit concernant leur mode de vie, leurs attentes, leur manière de communiquer, leurs loisirs..., est primordial. En effet, les jeunes sont toujours à la recherche d'innovation et de créativité, aux accompagnants d'être flexibles pour ne pas rester sur ses acquis et continuer d'avoir un écho parmi la jeunesse. Une autre manière de montrer l'intérêt de mener ce type de réflexion en collaboration avec eux. En effet, qui mieux que les adolescents pourrait dire ce dont ils ont envie, ce qui les anime et les passionne ?

1.4. Conclusion

Ainsi, maintenant que nous avons proposé des pistes de réponse à la problématique et expliquer en quoi une démarche globale de sensibilisation à l'alimentation pouvait être une clé de réussite dans l'accompagnement au libre arbitre des jeunes, voyons quelles préconisations peuvent être proposées à la DRAAF pour approfondir cette réflexion au niveau des adolescents de TDM en particulier.

2. Quelques préconisations pour le commanditaire

2.1. Perspectives du projet de recherche-action

L'expérimentation sur TDM va être poursuivie au-delà du stage et sera l'occasion de mettre en place et de tester des dispositifs ou actions proposés suite à l'analyse des données recueillies. Suite à cette phase « test », la DRAAF souhaite qu'au travers du retour d'expérience qui en sera fait, d'autres territoires ou initiatives se questionnant sur l'accompagnement au changement et l'alimentation, soient encouragés dans leur réflexion et puissent s'inspirer de ce qui a déjà été fait pour explorer d'autres pistes.

2.1.1. Propositions d'accompagnement au changement

Les transports scolaires comme situations relais

Comme nous avons pu le voir précédemment, TDM est un territoire rural, ce qui profite aux lignes de transport scolaire (Partie 2, Chapitre 1). Les collégiens sont nombreux à y avoir recours à ce pour se rendre au collège. En échangeant avec les jeunes, des acteurs terrain et en confrontant cette idée à des chercheurs, il apparaît qu'il serait intéressant de se saisir de ce temps que passent les jeunes dans les transports scolaires pour éveiller leur curiosité sur le territoire, les paysages rencontrés, les pratiques liées à l'agriculture et/ou l'élevage et leur évolution au fil de l'année, les cultures, fêtes et traditions où l'alimentation est symbole de convivialité, de partage et d'identité...

La question qui se pose est : comment susciter l'envie chez les jeunes de s'intéresser à de tels sujets durant leur trajet plutôt que de suivre son fil d'actualité ou surfer sur internet ? C'est en rencontrant une personne travaillant au service Culturel du Conseil Départemental du Puy-de-Dôme que s'est construit l'idée de recourir à un système de Bibliobox pour partager avec les jeunes des photos, des films, des informations, des messages... autour de l'alimentation.

Cet outil est un dispositif nomade permettant d'accéder à des ressources numériques par l'intermédiaire du wifi. Il permet aux personnes qui se connectent au boîtier de naviguer ensuite à leur guise sur l'interface (photos, vidéos, articles, jeux...). Conçu à la base par un Organisation Non Gouvernementale (ONG) pour permettre l'accès à la culture à des zones blanches n'ayant pas accès à internet, ce système pourrait être testé dans le cadre d'une sensibilisation à l'alimentation des jeunes durant les transports scolaires et par le biais d'un outil attractif, dynamique et innovant. Ce type de dispositif nécessite pour les jeunes d'avoir un smartphone pour pouvoir se connecter au wifi du boîtier. Ce projet, en cours de réflexion, pourrait être testé sur une ou deux lignes de transport puis essaimé à l'ensemble du réseau de transport scolaire si l'expérience se révèle fructueuse. A noter que pour un tel projet, il est nécessaire de travailler en amont sur le contenu de boîtier qui peut être géré par une ou plusieurs personnes ou entités (association relais du territoire, Conseil Départemental). Le contenu peut évoluer au cours du temps et s'enrichir ce qui permet d'assurer une certaine attractivité auprès des jeunes.

Les réseaux sociaux et la vidéo comme dispositifs relais

Comme nous avons pu l'observer, les plateformes de réseaux sociaux et internet sont très prisés par les jeunes d'aujourd'hui... un levier sur lequel pourrait s'appuyer la collectivité pour communiquer auprès des jeunes, en co-construisant des messages avec eux pour qu'il y ait une répercussion parmi leurs contemporains.

L'Espace Jeunes étant un lieu d'accueil propice aux échanges et aux partages et où la vidéo (tournage, montage, mise en ligne sur la Web Télé) est l'activité essentielle, il serait intéressant de proposer aux adolescents et encadrants un projet autour de l'alimentation : une série d'interviews avec des producteurs (sur les marchés ou au sein de leur exploitation) de la collectivité au fil des saisons, l'évolution du paysages et des pratiques au cours de l'année, les différentes fêtes et coutumes en lien avec l'alimentation par exemple. Ce type de proposition se rapproche de ce que font les jeunes au-travers de leur projet « TDM Tour » (voir Annexe O), aussi pourrait répondre à certaines de leurs attentes (comme mieux connaître son environnement, aller à la rencontre des habitants et acteurs du territoire...). Ces vidéos pourraient ensuite être diffusées au sein des collèges sur du temps libre (sachant que les collèges de Puy-Guillaume et de Coupière ont manifesté leur envie de travailler sur la sensibilisation à l'alimentation auprès des jeunes) ou dans des lieux publics (dans les trois médiathèques de la collectivité par exemple) ou pourraient alimenter le contenu de la

Bibliobox si un tel projet se met en place. Sans compter que ces productions seraient mises en ligne sur la Web télé de la structure et pourraient être relayées par les jeunes eux-mêmes sur les réseaux sociaux (Facebook, Instagram entre autres), ceci permettant de toucher un plus vaste public.

2.1.2. L'accompagnement du Graine

Le réseau Graine est conventionné par la DRAAF pour poursuivre l'accompagnement de projet de recherche-action au moins jusqu'à la fin de l'année 2018.

Suite à la réflexion engagée sur la pertinence et au besoin d'acteurs et de situations relais pour être plus efficaces auprès des jeunes en ce qui concerne la sensibilisation à l'alimentation durable, le Graine est missionné pour réfléchir à une association ou structure relais qui pourrait relayer des messages clés sur l'alimentation auprès des adolescents (en lien avec ceux qui pourraient être co-construits dans le cadre de l'Espace Jeunes par exemple). D'après les retours terrain, il serait intéressant de trouver une structure en lien avec le sport (club ou association) comme on a pu voir que les jeunes pratiquaient beaucoup ce type d'activité et qu'ils établissaient un lien entre alimentation et sport. D'autant plus que les éducateurs sportifs ont une relation avec les adolescents qui est différente de celle avec leurs professeurs et des parents (relation de confiance et d'écoute propice pour échanger sur un sujet aussi personnel et intime que l'alimentation sans être dans le jugement ou la stigmatisation).

Ajoutons qu'il serait également intéressant de réunir quelques acteurs qui sont aujourd'hui partants et motivés pour travailler en transversalité sur la sensibilisation des jeunes à l'alimentation durable et d'organiser un temps de concertation entre eux pour réfléchir à des pistes d'orientation communes (les collèges de Puy-Guillaume et de Courpière sont intéressés pour travailler sur cette thématique). Ceci pour amorcer une dynamique sur le territoire.

2.1.3. La formation de formateurs

Les adultes revêtant le rôle d'accompagnants au changement auprès des jeunes n'ont pas toujours les clés nécessaires pour accompagner (vision trop étriquée de l'alimentation, peu de réflexivité et de recul par rapport à l'objet, manière de communiquer...). Nous ne faisons en aucun cas un jugement de valeur. Ces difficultés rencontrées sont inévitables compte tenu du fait qu'on ne sait pas ou peu travailler en transversalité aujourd'hui (quid

des nombreux PNNS malgré les recommandations faites par le CNA sur la manière de mener une politique nutritionnelle à la fin du 20^{ème} siècle) (CNA, 1999).

Le fait que le Centre National Fonction Publique Territoriale (CNFPT) confie à TDM la conception et l'encadrement d'une formation des agents territoriaux sur le thème de l'éducation à l'alimentation durable est une opportunité dont peut se saisir la collectivité pour permettre justement à ces adultes d'être plus à l'aise et pertinents dans l'accompagnement au changement. Une belle occasion pour présenter aux bénéficiaires de la formation les différentes approches de l'alimentation (culturelle, sociales, agricole, nutritionnelle, environnementale...), les situations propices à créer du lien entre les jeunes et l'alimentation (ateliers jardins/cuisine, visite de ferme/de marchés, rencontre de professionnels de l'alimentation, découverte du territoire...) et éventuellement les clés de réussite pour aborder un tel sujet avec les jeunes (inviter à la découverte, susciter la curiosité, favoriser l'interconnaissance et le lien...).

Suivant la réussite de cette formation, celle-ci pourra bénéficier aux quatre départements de l'ex-région Auvergne (Allier, Puy-de-Dôme, Cantal et Haute-Loire) en espérant que les retours d'expérience puissent susciter d'autres formations de ce type dans d'autres départements de la région... et d'ailleurs.

2.2. D'autres pistes de réflexion à explorer

2.2.1. Le projet d'établissement

Au travers des retours d'expérience des projets Marguerite (en Rhône-Alpes) et AFCC (en Charentes) entre autres, on a pu se rendre compte de la pertinence et de l'efficacité du projet d'établissement. En effet, le fait de proposer à des professeurs de disciplines variées (art, sciences, langues...) de participer à un projet global portant sur l'alimentation, en y associant le personnel de la restauration collective ainsi que les familles avait grandement participé à de meilleures relations adultes-élèves grâce à l'interconnaissance et à la recherche de lien social avec autrui, avait pu également susciter des vocations notamment par la découverte de métiers en lien avec l'alimentation, et avait eu des répercussions sur les élèves (au niveau de leurs pratiques alimentaires, de leur intérêt pour l'alimentation) et sur les professeurs également : « *au travers du projet Marguerite, les professeurs ont pu apprendre à mieux connaître leurs élèves et le territoire sur lequel ils vivent* » (Céline Revel, Colloque, Annexe A).

Comme plusieurs collèges de TDM sont intéressés pour travailler sur l'alimentation auprès des jeunes, le projet d'établissement pourrait être un bon terrain d'expérimentation pour à la fois initier une manière de travailler le sujet qui soit transversale propres à un territoire et en même temps réfléchir à une communication plus proche des jeunes (co-construction de messages sur un thème particulier en faisant appel à différentes disciplines pour ensuite valoriser le travail fait par les élèves (le français, l'histoire-géographie, les Sciences de la Vie et de Terre, les Arts-Plastiques...). C'est un point qui pourrait être abordé avec les établissements dès lors que je reviendrai travailler au sein de la DRAAF en octobre et approfondi pour être mis en place à la rentrée prochaine par exemple.

2.2.2. Le nudge

Ce dispositif est souvent utilisé pour initier un changement dans les pratiques et vient en support à une démarche d'accompagnement au changement : « *le nudge à lui tout seul ne suffit pas pour inciter durablement un changement de pratique, il doit s'inscrire dans une démarche plus globale d'accompagnement au changement* » (Blandine Cerisier, Colloque, Annexe A). Aussi, il apparaît opportun de se saisir d'un tel outil pour susciter la curiosité des jeunes à l'alimentation et les accompagner vers le libre arbitre. Les possibilités d'utilisation et de création d'un nudge sont multiples et dépendent de la cible choisie et du contexte dans lequel on souhaite utiliser un tel outil.

Dans quel contexte ?

Comme le territoire auquel on s'intéresse est rural la plupart des collégiens prennent leur déjeuner au self. Ce temps du midi pourrait être l'occasion de mettre en place nudge au niveau des plateaux repas dans l'objectif de susciter la curiosité des jeunes sur leur repas et leur apporter quelques connaissances sur la provenance des produits, ce que signifie concrètement un produit dit « local » ou issu de l'agriculture biologique... pour qu'ils puissent ensuite mieux saisir l'intérêt et les bénéfices (sur les différents plans de l'alimentation) que peuvent apporter une alimentation durable. En effet, comme le précise l'extrait suivant,

« Pour que le comportement amorcé par le nudge soit durable et pérenne, il est nécessaire d'accompagner la personne avec un apport de connaissances (en quoi son comportement est-il vertueux ? Qu'est-ce que cela change concrètement ? Pour elle et pour les autres ? ...) » (Mme C, Entretien 2, Annexe G).

Quel type d'outil ?

En reprenant l'exemple de la restauration scolaire de Chabeuil (département de la Drôme) qui à la suite d'un concours de dessin « *Dessine ton héros préféré en fruits et légumes* » a gravé au fond de chacun des plateaux du self les dessins des deux élèves gagnants (DRAAF, 2018), il pourrait être pensé la même chose au niveau d'un collège « test » puis éventuellement sur les autres établissements du territoire. Ce pourrait être un logo ou un message clé sur l'alimentation, l'idée étant que ce soit créé par les jeunes pour que l'ensemble des collégiens puissent s'identifier et s'approprier l'information (on mobilise ici le principe de l'éducation par les pairs, Partie 1, Chapitre 3).

3. Conclusion

Plusieurs axes d'actions et préconisations mêlant les aspects communication, recherche d'un effet de masse et travail en collaboration ont été proposés au commanditaire tout en précisant que ces actions, leur pilotage et leur évaluation (sur l'efficacité quant à la recherche du libre arbitre dans les choix alimentaires des jeunes) devaient être sérieusement pensées en amont et qu'il faudra bien veiller à l'aspect pérennisation et sécurisation par la politique pour que les dynamiques impulsées perdurent dans le temps. Il est également important de maintenir et d'alimenter le réseau des acteurs œuvrant sur la thématique de la sensibilisation à l'alimentation, notamment au travers du recueil de témoignages et retours d'expériences « *Accompagner les jeunes à choisir leur alimentation, tout le monde s'en mêle !* » (DRAAF, 2018) initié l'année précédente, et dont on se doit d'encourager la diffusion et l'actualisation.

Ajoutons que ces préconisations et suggestions ne sont pas à considérer comme une « recette à l'accompagnement au changement » mais plutôt comme des pistes de réflexion autour de ce sujet. En effet, elles pourraient certes être explorées dans d'autres territoires mais demanderaient à être ajustées en fonction des besoins rencontrés

Avant de clore cette dernière partie du mémoire, nous proposons de revenir sur les apports et points d'amélioration de cette étude afin d'adopter une posture réflexive par rapport à l'ensemble de la réflexion menée.

Chapitre 3. Retours sur l'étude

Comme nous avons pu le mentionner en introduction de cette partie, la prise de recul est nécessaire dans toute étude, ceci permettant à l'investigateur de se remettre en question et d'être plus objectif sur les résultats et éléments de réponse apportés au terme de l'enquête.

Nous verrons donc successivement quelles ont été les limites et les apports de ce travail pour ensuite souligner quelques points d'amélioration pour la suite de l'étude.

1. Les limites

1.1. Sur le terrain

Sur la partie plus pratique de l'expérimentation sur TDM, lorsque j'ai souhaité entrer en contact avec les établissements scolaires pour étudier le cadre de vie des adolescents sur ce territoire, j'ai dû tenir compte du calendrier scolaire pour organiser les rencontres. La préparation du colloque ainsi que la bibliographie et l'appropriation du sujet (comment en faire un objet sociologique ?) m'ayant demandé beaucoup de temps, j'ai réalisé un peu tard que planifier des séances de discussions collectives auprès d'adolescents dans le cadre du collège demandait également du temps : prise de contact et présentation du projet avec le chef d'établissement, préparation des entretiens, prise en compte des emplois du temps... Entre les vacances scolaires, la préparation du brevet et la fin de l'année scolaire je n'ai finalement pas pu faire autant de terrain que ce que j'aurai souhaité.

1.2. Lors de la rédaction

1.2.1. L'analyse des données

La complexité du sujet ainsi que la diversité des données recueillies, que ce soit au niveau de leur source (entretiens individuels ou collectifs, colloque régional, échanges informels, bibliographie) a rendu la période de rédaction relativement difficile et frustrante dans la mesure où plus je mesurais la richesse des informations dont je disposais, plus je réalisais que je ne pourrais les traiter dans leur totalité. Certains aspects n'ont pu être approfondis (ou du moins pas autant que je l'aurai souhaité).

1.2.2. Le bon mot au bon endroit

Un autre point sur lequel il est important de revenir est la question du vocabulaire et du choix de la terminologie. En effet, le comportement alimentaire étant propre à chaque

individu (car renvoyant à des dimensions identitaires et culturelles fortes en l'occurrence), on peut difficilement faire de généralités ou du moins il convient de rester prudent sur les termes employés pour ne pas donner à croire aux lecteurs que telle information est universelle et ancrée dans le temps et l'espace. Nous l'avons vu, les pratiques alimentaires sont malléables et ne cessent d'évoluer au cours des expériences de vie.

De plus, le commanditaire ne se positionnant en aucune sorte en « donneur de leçons », il fallait d'autant plus à veiller au vocabulaire pour ne pas utiliser des termes normatifs ou injonctifs et des formulations prescriptives comme « responsabiliser les jeunes à... ». Notre thématique de recherche portant sur l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires celle-ci renvoie à des questions de légitimité et d'éthique. Un point sur lequel j'ai pu échanger avec plusieurs chercheurs en entretien, parmi lesquels Mme G, dont voici l'extrait :

« Et du coup... le mot accompagnement... on voit de plus en plus que c'est un piège. Il a beaucoup de succès parce que justement il est assez mou. C'est pas « on impose le changement » mais faut quand même se méfier de la manière dont on l'utilise quoi. Parce que parfois ça peut cacher autre chose de beaucoup plus directif. Ne serait-ce que « accompagnement au changement », est-ce que le changement est obligatoire ? Voilà, moi ce qui me vient tout de suite avec cette expression, c'est un paradoxe entre la liberté individuelle et les contraintes collectives voire des injonctions un peu »
(Mme G, Entretien 7, Annexe L).

Aussi, la frontière entre la sociologie, la psychologie sociale ou la philosophie était parfois, voire même souvent poreuse : où commence et où s'arrête la liberté individuelle, jusqu'où peut aller la responsabilité des politiques publiques en ce qui concerne l'alimentation et ce que cela recouvre... ? Autant de questions auxquelles je n'ai pu trouver de réponse mais dont il a fallu tenir compte lors de la rédaction du mémoire.

2. Les apports

La réflexion menée durant le stage sur l'accompagnement au changement de pratiques alimentaires chez les jeunes est un travail qui pourra également être mobilisé dans le cadre d'autres projets soutenus et encouragés par le PNA.

Sur l'aspect communication par exemple, le PNA accompagne un projet de communication au sein du Restaurant Administratif de Lyon (RIL) qui souhaite, entre autre,

mettre en avant et partager les nombreux engagements que prend le RIL dans le cadre de la démarche « Mon restau responsable ». Ceci pour montrer aux convives des différentes administrations que la restauration collective se réinvente et qu'elle n'a plus rien à voir avec celle d'il y a quelques années. Là aussi se pose la question de changer l'imaginaire collectif sur le rôle d'un restaurant administratif par exemple : simplement servir à manger ou s'engager dans un mode de consommation plus responsable et durable ?

Toujours sur le volet « communiquer autrement », le PNA suit la Communauté de communes du Grésivaudan (territoire isérois) dans un projet de communiquer autrement envers des cibles bien particulières (public familles ou enfants, le choix de la cible finale est encore en discussion). La question que se pose la collectivité est comment promouvoir des produits locaux et inciter les citoyens à se tourner vers un modèle d'alimentation plus durable... ceci sans être dans des discours normatifs ou descendants.

Ainsi, au travers de ces deux exemples on remarque bien le besoin en termes de concepts théoriques et de méthodologie sur l'accompagnement au changement et d'une communication plus efficace, pertinente... et donc adaptée à la cible choisie. Le fait que les ces diverses initiatives encouragés par le PNA soient reliées les unes aux autres montre bien l'état d'esprit du PNA qui prône l'interdisciplinarité, le partage et l'échange de compétences pour davantage d'efficacité sur les projets.

3. Les points d'améliorations

Compte-tenu du temps imparti et des réalités propres au terrain (agenda scolaire), il n'a pas été possible de faire plus de terrain, et c'est un point que pourraient approfondir le commanditaire et la collectivité afin d'avoir une vision plus générale des attentes des jeunes de TDM. En effet, ce premier travail exploratoire mériterait d'être complété par un terrain plus important.

Ajoutons que si d'autres expérimentations et tests pouvaient être mis en place sur le territoire, cela permettrait d'explorer plusieurs pistes d'accompagnement au changement et d'avoir des retours d'expériences variés avant de pouvoir essaimer sur d'autres territoires de la région. En parallèle, le travail de réflexion amorcé sur l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes et la recherche du libre arbitre chez les collégiens mériterait d'être poursuivi notamment sur l'aspect évaluation du changement des pratiques (quel impact d'une nouvelle manière de communiquer auprès des jeunes, quelle

pertinence... ?). Ceci pour plus de légitimité ou de crédibilité auprès des établissements et acteurs craignants de changer leurs propres manières de sensibiliser les jeunes.

4. Conclusion

Pour conclure, je dirai que ce travail de réflexion mené sur l'accompagnement au changement tout au long du stage a été très enrichissant. Outre le fait de découvrir et d'explorer des disciplines nouvelles, comme le milieu de la psychologie sociale, cela a été l'occasion de confronter mes idées à des chercheurs en sciences sociales et à des acteurs terrain. Ces allers-retours entre la théorie et le terrain m'ont permis de rester pragmatique et pratique notamment dans les préconisations proposées à la DRAAF.

Conclusion

La réflexion menée sur l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes a permis de mettre en évidence certains incontournables garants d'une sensibilisation à l'alimentation durable efficiente et pérenne.

Parmi ces critères de réussite figurent entre autres une approche plurielle de l'alimentation qui implique une diversité de compétences, d'acteurs et de politiques. La collaboration, l'échange ainsi que « le pas de côté » sont indispensables dans le cadre d'une telle démarche. En effet, œuvrer ensemble (associations, acteurs relais, familles, jeunes, collectivités, éducateurs...) sur un sujet aussi complexe et controversé auprès d'une population souvent considérée comme étant en opposition au monde adulte, demande de modifier sa façon de penser et de travailler l'alimentation. Ceci pour favoriser in fine des projets qui s'inscrivent dans une démarche globale et pluridisciplinaire où chaque acteur concerné prend part. Ces quelques points font écho aux avis et recommandations du CNA à propos de l'éducation, de la formation et de la transmission, conseils qui ne semblent pas encore aujourd'hui être mis en œuvre au travers des politiques publiques de l'alimentation (CNA, 2017).

A la lecture de l'avis n° 76 du CNA, on peut s'interroger quant à l'implication des décideurs politiques sur la manière de mener une politique de sensibilisation à l'alimentation durable à l'égard des jeunes. Accompagner les jeunes vers le libre arbitre concernant leurs choix alimentaires n'est pas indépendant de la manière dont les politiques se saisissent de la question de l'alimentation. Quid du soutien politique dans les futures lois et décisions portant sur la thématique ?

« L'efficacité de ces recommandations est étroitement liée à l'engagement de l'État au plus haut niveau en matière de politique nutritionnelle. Cet engagement doit revêtir une dynamique d'interministérialité et promouvoir une approche globale et positive de l'alimentation, intégrant la nutrition aux côtés d'autres dimensions, comme la gastronomie, la sociologie, l'économie, etc » (CNA, 2017).

Un des autres points qui a été soulevé à l'issue de ce travail est l'importance d'associer les jeunes à une démarche d'accompagnement au changement de leurs pratiques. Le fait de les considérer comme des acteurs à part entière, de s'intéresser à leurs représentations et

leurs pratiques mais également de leur donner l'occasion de s'exprimer sur leurs attentes et souhaits en matière d'alimentation est un des garants de la pérennité des actions de sensibilisation pouvant être menées sur le sujet. Par-là, nous encourageons l'éducation par les pairs, la socialisation inversée et le libre arbitre.

Enfin, la manière de communiquer sur l'alimentation auprès des jeunes demanderait à être repensée. Là aussi, de nombreux rapports attestent du risque de stigmatisation et de résistance aux messages lorsque ceux-ci sont trop directifs, injonctifs et culpabilisants (IGAS, 2016 ; CNA, 1999, 2017). Le fond tout autant que la forme ainsi que les canaux de diffusion seraient à moderniser et à adapter aux jeunes pour davantage de pertinence et pour favoriser leur appropriation. D'autant plus que les préoccupations à l'égard de l'alimentation de la génération actuelle aussi appelée Millennials⁵⁴ sont spécifiques : plus grande ouverture à la diversité alimentaires (à mettre en lien avec le goût pour les voyages), très large diffusion sur internet de photos de produits, de plats et de bonnes adresses pour se restaurer, souhait de consommer des produits sains et authentiques, modes de consommation nomades et hors domicile... (Saulo, 2016). Nouvelles tendances ou transition vers un autre mode de vie et de consommation, il semble néanmoins intéressant de se pencher davantage sur cette population et de cerner ses besoins pour communiquer efficacement et construire des politiques dans lesquelles les Millennials se retrouvent.

Ce travail de réflexion est loin d'être un point final et ouvre le champ des possibles pour approfondir la question de l'accompagnement au changement de pratiques alimentaires chez les jeunes de diverses manières et en complémentarité avec des disciplines autres que la sociologie parmi lesquelles la psychologie (pour mieux saisir le comportement, les attitudes propres aux jeunes), la psychologie sociale (l'accompagnement au changement), la philosophie (pour interroger les questions d'éthique et de légitimité soulevées dans ce mémoire) ou encore la communication ou le champ des politiques publiques.

⁵⁴ Les Millennials sont les consommateurs de demain. Egalement appelés "Génération Internet" ou "Génération Y", ils représentent près de 30% de la population française. Définition proposée par LSA Commerce et Consommation. Disponible sur : <https://www.lsa-conso.fr/millennials-generation-y-qui-etes-vous,226035> (Consulté le 05/09/2018).

Bibliographie

AMEY Patrick, SALERNO Sébastien. Les adolescents sur Internet : expériences relationnelles et espace d'initiation. *Revue française des sciences de l'information et de la communication*, 2015, n°6. [en ligne] Disponible sur : <https://journals-openedition.org/nomade.univ-tlse2.fr/rfsic/1283> (Consulté le 22/08/2018)

AMSELLEM-MAINGUY Yaëlle. Qu'entend-on par « éducation pour la santé par les pairs » ? *Cahiers de l'action*, 2014, n° 43, p. 9-16

AZORIN Jean-Christophe. Place et rôle de l'adulte-référent dans un dispositif de pair à pair. *Cahiers de l'action*, 2014, n° 43, p. 83-86

BAGUET Florence, BLANC Myrtille et al. *Le « nudging » : un nouveau paradigme pour la santé publique ?* Module interprofessionnel de santé publique, EHESP, 2011, 36 p.

BILLION Camille. La gouvernance alimentaire territoriale au prisme de l'analyse de trois démarches en France. *Géocarrefour*, 2017, 91/4, 21 p. [en ligne] Disponible sur <http://journals.openedition.org/geocarrefour/10288> (Consulté le 05/04/2018)

BLUZAT Lucile *et al.*, Place et rôle d'Internet dans l'éducation par les pairs : l'exemple Onsexprime.fr. *Cahiers de l'action*, 2014, n° 43, p. 59-68.

BOUCHAYER Françoise. Les logiques sociales des actions en Education pour la Santé, *Sciences sociales et santé*, 1984, n° 3-4, p. 77

Centres Permanents d'Initiatives pour l'Environnement. *Sensibiliser pour engager. Associer psychologie sociale et sensibilisation pour un changement durable des comportements en réponse aux défis écologiques. Guide méthodologique et pratique*, 2014, 44 p. [en ligne] Disponible sur : <http://www.cpie.fr/spip.php?article4142>. (Consulté le 02/08/2018)

CNA. *Avis des recommandations des Avis antérieurs du CNA relatifs à la politique nutritionnelle. Avis n° 76*, 2017, 96 p. [en ligne]. Disponible sur : <http://www.cna-alimentation.fr/avis-liste/par-mots-cles/?month=jun&yr=2024> (Consulté le 04/09/2018).

CNA. *La place de l'éducation alimentaire dans la construction des comportements alimentaires*, 1999, 12 p. [en ligne]. Disponible sur : https://cna-alimentation.fr/v2/wp-content/uploads/2017/03/CNA_Avis24.pdf (Consulté le 21/08/2018)

COMBRIS Pierre. *Peut-on changer les comportements alimentaires*. Dossier de presse du colloque Comportement alimentaire : les leviers du changement du FFAS, 18 décembre 2012, p. 6-8

CORBEAU Jean-Pierre. Évolution des modes de vie et des trajectoires sociales d'obésité chez les jeunes enfants. *Enfance et psy*, 2005, n° 27, p. 17-23

CPCP (Marie-Sarah Delefosse). *Jeunes et médias sociaux. Quels enjeux ?*, 2016, 48 p. [en ligne]. Disponible sur : www.cpcp.be/etudes-et-prospectives/collection-au-quotidien/jeunes-et-medias-sociaux-quels-enjeux (Consulté le 23/08/2018)

DE SINGLY François. *ENS Lettres sciences humaines*. Au fil du travail des sciences sociales, 2006-2007, 4 p.

DIASIO Nicoletta. Alimentation, corps et transmission familiale à l'adolescence. *Recherches familiales*, 2014, n° 11, p. 31-41

DIASIO Nicoletta. L'alimentation des enfants et des adolescents : des normes aux représentations. *Lettre scientifique du FFAS*, 2012, n° 9, 8 p.

DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes. *Accompagner les jeunes à choisir leur alimentation, tout le monde s'en mêle !*, 2018/17, 88 p. [en ligne]. Disponible sur : <http://draaf.auvergne-rhone-alpes.agriculture.gouv.fr/Nouvel-article,1578>. (Consulté le 28/06/2018)

DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes. *Alimentation durable : comment communiquer. Synthèse et propositions*, 2016, 24 p. [en ligne]. Disponible sur : <http://draaf.auvergne-rhone-alpes.agriculture.gouv.fr/Des-cles-pour-communiquer>. (Consulté le 09/08/2018)

DUPOUY Pauline. *L'éducation sensorielle auprès des enfants en éducation prioritaire*. Mémoire de Master 2 Sciences Sociales Appliquées à l'Alimentation, Toulouse : Cétia, Université Toulouse II – Le Mirail, 2012, 241 p.

DUPUY Anne. Regard(d) « sur » et « par » l'alimentation pour renverser et comprendre comment sont renversés les rapports de générations : l'exemple de la socialisation inversée. *Enfance Familles Générations*, 2014, n° 20, p. 79-108

E-GRAINE. *Intégrer l'engagement dans les parcours des jeunes de 16 à 25 ans*, 2016, 146 p. [en ligne]. Disponible sur : <https://e-graine.org/favoriser-engagement-des-jeunes/>

FISCHLER Claude, *L'Homnivore*. Paris : Editions Odile Jacob, 2001, 440 p.

GABORIT Emilie, HASCHAR-NOE Nadine. Une entreprise de « sanitisation » de l'école. L'exemple de l'approche « école en santé » au Québec. *Sciences sociales et santé*, 2014/2, n° 32, p. 33-56

GAUCHER Fanny, JANVRE Caroline, TLIBA Jihenne. Animateur en milieu scolaire sur la vie affective et sexuelle : prévenir sans être pair. *Cahiers de l'action*, 2014, n° 43, p. 87-91

GIRANDOLA Fabien, MICHELIK F. Engagement et persuasion par la peur : vers une communication engageante dans le domaine de la santé. *Revue canadienne des sciences du comportement*, 2008, p. 69-79. [en ligne]. Disponible sur : <https://hal-univ-bourgogne.archives-ouvertes.fr/hal-00568210/fr/>. (Consulté le 09/05/2018)

Graine Auvergne-Rhône-Alpes. *Ecocitoyenneté des adultes. Accompagner le changement : de la théorie à la pratique (et vice versa) !*, 2016, 62 p. [en ligne]. Disponible sur : http://graine-auvergne-rhone-alpes.org/index.php/site_content/36-les-publications-du-graine/1262-ecocitoyennete-des-adultes-accompagner-le-changement.html. (Consulté le 07/03/2018)

HAEGEL Florence. Réflexion sur les usages de l'entretien collectif. *Recherche en soins infirmiers*, 2005/4, n° 83, p. 23-27

IGAS. *Evaluation du programme national nutrition santé 2011-2015 et 2016 (PNNS 3) et du plan obésité 2010-2013*, 2016, 151 p. [en ligne]. Disponible sur : <http://www.igas.gouv.fr/spip.php?article622> (Consulté le 04/09/2018).

JADIN Noémie. Mouvements de jeunesse : quels apports pour la société. *Pensée plurielle*, 2007, n° 14, p. 19-27

LAHLOU Saadi. Peut-on changer les comportements alimentaires ? *Cahiers de nutrition et de diététique*, 2005, n°40 (2), p. 91-96

LE GRAND Eric. Professionnaliser les pairs-éducateurs est-il nécessaire ? *Cahiers de l'action*, 2014, n° 43, p. 75-82

LEMONNIER Fabienne, LE GRAND Eric. Education populaire et éducation pour la santé par les pairs, des liens intrinsèques. *Cahiers de l'action*, 2014, n° 43, p. 17-22

MATHIOT Louis. *Enjeux et souffrances à l'adolescence autour d'une pratique culturelle : le repas*. Mémoire de Maîtrise de sociologie. Strasbourg : Université Marc Bloch, UFR des Sciences Sociales, Institut de Sociologie, 2005, 60 p.

MATHIOT Louis. Observer l'adolescence avec l'alimentation. *Revue de Socio-Anthropologie de l'adolescence*, 2017, n° 1, p. 21-31. [en ligne] Disponible sur : <http://revue-rsaa.com/index.php/les-numeros/numero-1-les-discours-experts/84-2-observer-l-adolescence-avec-l-alimentation> (Consulté le 20/08/2018)

MAURICE Aurélie. L'éducation alimentaire en collège à l'épreuve de l'histoire familiale des élèves. *Union nationale des associations familiales (UNAF)*, 2013, n° 10, p. 127-137

MAURICE Aurélie. *Les préadolescents comme ressorts des actions de santé publique : analyse d'un projet d'éducation alimentaire en collège*. Thèse de doctorat en sciences de l'éducation, Paris : Université René Descartes – Paris V, 2014, 551 p.

MAXWELL Thomas, FARMER Yanick. La communication engageante au service des changements de comportement en matière d'éthique. Cas d'une recherche-intervention à la Ville de Montréal. *Communication*, 2013, vol 33/2, [en ligne]. Disponible sur : <https://journals.openedition.org/communication/4989>. (Consulté le 13/04/2018)

MESSAOUDENE Leïla, HERNANDEZ Solange. *La politique alimentaire française (2000-2013): une analyse de la combinaison des instruments publics, entre coopération et concurrence des acteurs publics et privés*. Congrès de l'IISA-IIAS 2014 « Repenser la responsabilité et la reddition des comptes de l'administration publique à l'heure de la globalisation, la décentralisation et la privatisation », Université Al Akhawayn, Ifrane, Maroc, 13-17 juin 2014, 34 p.

Ministère de l'Agriculture, de l'Agroalimentaire et de la Forêt. *Guide méthodologique Programme Arts de Faire Culinaires au Collège*, 2016, 208 p. [en ligne]. Disponible sur : <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-01348552>. (Consulté le 07/02/2018)

Ministère de l'Agriculture, de l'Agroalimentaire et de la Forêt. *Le nouveau programme national pour l'alimentation*, 2014, 10 p. [en ligne]. Disponible sur : <http://draaf.auvergne-rhone-alpes.agriculture.gouv.fr/Le-nouveau-Programme-National-pour,218> (Consulté le 30/03/2018)

PIERRET Janine, Entre santé et expérience de la maladie, *Psychotropes*, 2008, n° 14, p. 48

POULAIN Jean-Pierre. *Conclusion. Des risques de médicaliser l'alimentation quotidienne...*, in POULAIN Jean-Pierre, *Manger aujourd'hui. Attitudes, normes et pratiques*, Paris : Privat, 2002, p. 191-200

Rhône-Alpes Energie Environnement. *Favoriser le changement de pratiques des citoyens. Outils et démarches*, 2016, 24 p. [en ligne]. Disponible sur : <http://www.auvergnerhonealpes-ee.fr/fr/publications/la-e-lettre/e-lettre52-avril-2016/favoriser-le-changement-de-pratiques-des-citoyens-outils-et-demarches.html>. (Consulté le 27/03/2018)

RUI Sandrine. *Réflexivité*, in PAUGAM Serge (dir.), *Les 100 mots de la sociologie*, Paris : Presse universitaires de France, 2012, p. 21-22

SABBAGH Claire, ETIEVANT, Patrick. Les comportements alimentaires. Quels sont leurs déterminants ? Quelles actions pour les faire évoluer vers une meilleure adéquation avec les recommandations nutritionnelles ? Les conclusions de l'expertise scientifique collective conduite par l'INRA en 2010. *OCL*, 2012, n° 5, p. 261-269

SAULO Aura (Department of Tropical Plant and Soil Sciences). *Millennials and Food*, 2016, 3p. [en ligne]. Disponible sur : <https://www.google.fr/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwj8uvu72aPdAhWKx4UKHQDYCMYQFjAAegQICRAC&url=https%3A%2F%2Fwww.ctahr.hawaii.edu%2Foc%2Ffreepubs%2Fpdf%2FFST-63.pdf&usg=AOvVaw02Zx7c8xbU7Y8oG9IUbiT-> (Consulté le 29/06/2018).

SOULIER Joséphine. *L'anorexie, un marqueur indélébile ?* Mémoire de Master 1 Sciences Sociales Appliquées à l'Alimentation, Toulouse : Université de Toulouse – Jean-Jaurès, 2017, 145 p.

Thiers Dore et Montagne. *Comité de pilotage. Etude diagnostic sur la politique petite enfance, enfance, jeunesse*, 2018, 44 p.

VAS Alain, VANDE VELDE Bénédicte. *La résistance au changement revisitée du top management à la base : une étude exploratoire*. IX^{ième} conférence internationale de management stratégique « Perspectives en management stratégique », Montpellier, 24-25-26 mai 2000, p. 3-4

Table des abréviations

AED : Assistant d'Education

AES : Approche « Ecole en santé »

AFCC : Art de Faire Culinaires au Collège

AJIR : Ardèche Jeunesse Innovation Ruralité

ALAE : Accueil de Loisirs Associé à l'Ecole

AMAP : Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne

ANSES : Agence Nationale de la Sécurité sanitaire des aliments, de l'Environnement et du Travail

ARS : Agence Régionale de Santé

CEPE : Centre Européens des Produits de l'Enfant

CGAAER : Conseil Général de l'Alimentation, de l'Agriculture et des Espaces Ruraux

CNA : Conseil National de l'Alimentation

CNFPT : Centre National Fonction Publique Territoriale

CPCP : Centre Permanent pour la Citoyenneté et la Participation

CPE : Conseiller Principal d'Education

DRAAF : Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Forêt

EEDD : Education à l'Environnement et au Développement Durable

ENS : Ecole Nationale Supérieure

FFAS : Fond Français Alimentation Santé

IGAS : Inspection Générale des Affaires Sociale

INPES : Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé

INSEE : Institut National de la Statistique et des Etudes Economiques

IREPS : Instance Régionale d'Education et de Promotion Santé

IUT : Institut Universitaire Technologique

OMS : Organisation Mondial de la Santé

ONG : Organisation Non Gouvernementale

PAT : Projet Alimentaire Territorial

PNA : Programme National pour l'Alimentation

PNNS : Programme National Nutrition Santé

PNR : Parc Naturel Régional

REP : Réseaux d'Education Prioritaire

RIL : Restaurant Interadministratif de Lyon

SRAL : Service Régional de l'Alimentation

SAT : Stratégie Alimentaire Territoriale

TAP : Temps d'Activités Périscolaires

TDM : Thiers Dore et Montagne

UNESCO : United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization

Table des figures

FIGURE 1: L'ALIMENTATION, UN SUJET MULTI-DIMENSIONNEL.....	44
FIGURE 2 : THEORIE DU COMPORTEMENT PLANIFIE SELON AJZEN (1991).....	48
FIGURE 3 : EVOLUTION DES FORCES DU GROUPE AU COURS DU PROCESSUS DE CHANGEMENT (AUTISSIER, VANDANGEON-DERMEZ ET VAS, 2010)	49
FIGURE 4: MODELE TRANSTHEORIQUE, PROCHASKA ET DI CLEMENTE, 1982 ; MODES D'ACCOMPAGNEMENT, MILLET, 2009.....	56
FIGURE 5: LE MODELE DE CHANGEMENT DE COMPORTEMENT AUTOREGULE - BAMBERG, 2013	57
FIGURE 6 : L'ACCOMPAGNEMENT AU CHANGEMENT DES PRATIQUES ALIMENTAIRES DES JEUNES	80
FIGURE 7: L'ALIMENTATION, A LA CROISEE DE NOMBREUX GRAND ENJEUX POLITIQUES – DRAAF AUVERGNE-RHONE-ALPES, JUIN 2018.....	86
FIGURE 8: RECAPITULATIF DE LA DEMARCHE DE RECHERCHE INDUCTIVE RELATIVE A LA PROBLEMATIQUE	91
FIGURE 10: IDEES CLES A PARTAGER LORS DU COLLOQUE REGIONAL DU 26 JUIN 2018.....	104
FIGURE 10: EVALUATION DE L'INTERET D'ORGANISER UNE JOURNEE REGIONALE D'ECHANGES	105
FIGURE 11: ATTENTES DES ACTEURS TERRAIN PAR RAPPORT A UNE JOURNEE REGIONALE D'ECHANGES..	106
FIGURE 12: SOUHAIT DES ACTEURS TERRAIN DE LA REGION D'ETRE IDENTIFIES COMME ACTEURS DE L'EDUCATION ALIMENTAIRE DE LA JEUNESSE	107

Table des tableaux

TABLEAU 1: PRESENTATION DES COLLEGES DE TDM	73
TABLEAU 2: CALENDRIER DES ENTRETIENS COLLECTIFS REALISES	98
TABLEAU 3 : PRESENTATION DES SEANCES DE DISCUSSION COLLECTIVE REALISEES	100

Tables des annexes

ANNEXE A : COMPTE-RENDU DU COLLOQUE « ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES. ANCRER DE NOUVEAUX SYSTEMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES » - LE 26 JUIN 2018 A LYON	173
ANNEXE B : CARTE DE LA COMMUNAUTE DE COMMUNES THIERS DORE ET MONTAGNE	185
ANNEXE C : TABLEAU RECAPITULATIF DES ENTRETIENS EXPLORATOIRES REALISES (ACTEURS TERRAIN ET EXPERT)	186
ANNEXE D : GUIDE D'ENTRETIEN (ACTEURS TERRAIN)	187
ANNEXE E : GUIDE D'ENTRETIEN (EXPERTS)	190
ANNEXE F : RETRANSCRIPTION L'ENTRETIEN 1, MME N (EXPERT)	193
ANNEXE G : COMPTE-RENDU DE L'ENTRETIEN 2, MME C (EXPERT)	199
ANNEXE H : RETRANSCRIPTION DE L'ENTRETIEN 3, MME B (ACTEUR TERRAIN)	201
ANNEXE I : COMPTE-RENDU DE L'ENTRETIEN 4, MME L (EXPERT)	206
ANNEXE J : COMPTE-RENDU DE L'ENTRETIEN 5, MR M (ACTEUR TERRAIN)	207
ANNEXE K : RETRANSCRIPTION DE L'ENTRETIEN 6, MME S (ACTEUR TERRAIN)	209
ANNEXE L : RETRANSCRIPTION DE L'ENTRETIEN 7, MME G (EXPERT)	219
ANNEXE M : COMPTE RENDU DE L'ENTRETIEN 8, MR B (ACTEUR TERRAIN)	225
ANNEXE N : COMPTE RENDU DE L'ENTRETIEN 9, MME NA (ACTEUR TERRAIN)	227
ANNEXE O : COMPTE RENDU DE L'ENTRETIEN 10, MME M (ACTEUR TERRAIN)	228
ANNEXE P : PRISE DE CONTACT AVEC LES ETABLISSEMENTS SCOLAIRES DU TERRITOIRE DE TDM (LE 28/05/2018)	230
ANNEXE Q : GUIDE D'ANIMATION DISCUSSION COLLECTIVE – GROUPE « JEUNES »	231
ANNEXE R : GUIDE D'ANIMATION DISCUSSION COLLECTIVE – GROUPE « ADULTES »	234
ANNEXE S : GRILLE D'ANALYSE ET COMPTE-RENDU DE LA DISCUSSION COLLECTIVE 1 (GROUPE JEUNES) REALISEE AU COLLEGE DE PUY-GUILLAUME – LE 7 JUIN 2018	237
ANNEXE T : COMPTE-RENDU DE LA DISCUSSION COLLECTIVE 2 (GROUPE ADULTES) REALISEE AU COLLEGE DE PUY-GUILLAUME – LE 7 JUIN 2018	242
ANNEXE U : ANNEXE U : GRILLE D'ANALYSE ET COMPTE-RENDU DE LA DISCUSSION COLLECTIVE 3	245
ANNEXE V : PROGRAMME DU COLLOQUE REGIONAL DU 26 JUIN 2018	251
ANNEXE W : PROGRAMME DU FORUM PARTICIPATIF LORS DU COLLOQUE REGIONAL DU 26 JUIN 2018 ..	254
ANNEXE X : ATTENTES DES ACTEURS TERRAIN PAR RAPPORT A UNE JOURNEE REGIONALE D'ECHANGES .	259
ANNEXE Y : QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION DE LA JOURNEE DU 26 JUIN 2018	261
ANNEXE Z : RESULTATS DU QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION DE LA JOURNEE DU 26 JUIN 2018	262

1

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES. ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES



PRÉFET DE LA RÉGION AUVERGNE-RHÔNE-ALPES

*Journée organisée par la DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes
Animation par le GRAINE Auvergne-Rhône-Alpes*



PROGRAMME NATIONAL POUR L'AGRICULTURE
NOTRE MODÈLE A DE L'AVENIR



Bienvenue

LE 26 JUIN 2018 À LYON

2

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES. ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES.



PRÉFET DE LA RÉGION AUVERGNE-RHÔNE-ALPES



PROGRAMME NATIONAL POUR L'AGRICULTURE
NOTRE MODÈLE A DE L'AVENIR

Présentation des intervenants
&
(Comme si) Vous y étiez : Les essentiels

LE 26 JUIN 2018 À LYON

ALIMENT'ACTION - PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES. ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES

3



Table ronde 1

Associer les jeunes pour pérenniser de nouveaux choix alimentaires sur nos territoires

Nos territoires en débat sur :

- Comment travailler en transversalité entre services et acteurs ?
- Quels territoires d'action pertinents ?
- Faire ensemble mais comment ?
- Des freins et des limites, comment les dépasser et s'adapter ?

Echanges avec :

Pierre Gayvallet : Service Éducation à l'Environnement et au Développement Durable - Communauté de Communes Thiers Dore et Montagne (63) / **Pierre Roze** : Vice-Président en charge de l'éducation - Communauté de Communes Thiers Dore et Montagne (63) / **Jule Le Gall** : Maître de Conférences en Géographie - Ecole Normale Supérieure de Lyon (vidéo) / **Elisabeth Menzon** : Chef du pôle Politique Publique de l'Alimentation - Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Forêt Auvergne-Rhône-Alpes / **Méline Simon** : Formatrice et éducatrice à l'environnement - Association Le Mat & Collectif pétales - Antèche (07) / **Josephine Soulier** : DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes

LE 26 JUIN 2018 À LYON

ALIMENT'ACTION - PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES. ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES

4

Pierre Roze & Pierre Gayvallet

(Comme si) Vous y étiez : les essentiels

- **SENSIBILISER DES JEUNES et SENSIBILISER À L'ALIMENTATION DURABLE** : AU CROISEMENT de compétences multiples de la collectivité (Économie, Éducation à l'Environnement et au Développement Durable, École).
- **TRAVAILLER EN TRANSVERSALITÉ** avec différents services au sein d'une même collectivité pour gagner en efficacité (développement économique, nutrition-santé, cohésion sociale, culture-patrimoine-tourisme, économie sociale et solidaire, gaspillage & dons, économie circulaire, développement durable...).
- **TRAVAILLER EN TRANSVERSALITÉ ET COLLECTIVEMENT** avec les multiples acteurs concernés sur le territoire sur les différentes entrées de l'alimentation.
- **« LE CHANGEMENT DE COMPORTEMENT EST UNE SUCCESSION D'ÉTAPES** : une fois que l'une d'elles est franchie, il faut viser la seconde tout en encourageant les nouvelles habitudes » (P. Gayvallet)

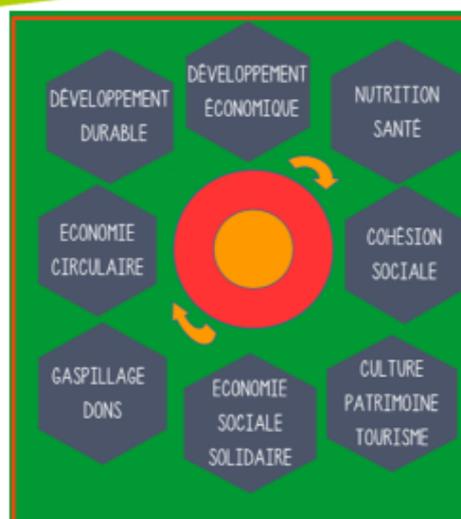
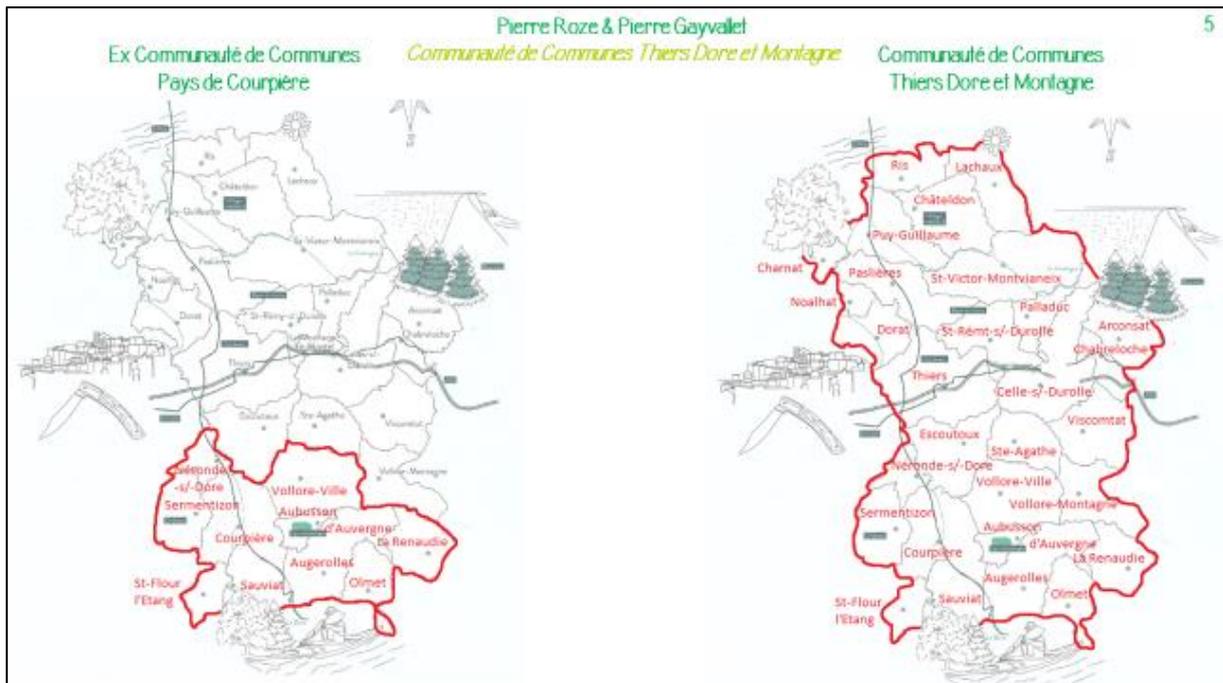


TABLE RONDE 1 : LES ESSENTIELS



ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES ANCRER DE NOUVEAUX
SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES.

Marie Simon
(Comme si) Vous y étiez : les essentiels

- Acteurs économiques, institutionnels et enseignants/animateurs : UNE ALLIANCE IDÉALE pour co-construire des projets de sensibilisation à l'alimentation durable
- LE TRIO GAGNANT pour inciter et inscrire le changement dans le temps ? Décideur financier, acteur de l'alimentation et éducateur

TABLE RONDE 1 - LES ESSENTIELS

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES. ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES

7



Joséphine Soulier

(Comme si) Vous y étiez : les essentiels

- Partir des REPRÉSENTATIONS DES JEUNES, de leur MODE DE VIE et de leurs ATTENTES pour éviter d'avoir des messages trop culpabilisants et prescriptifs
- DIVERSIFIER LES MESSAGES ET LES CANAUX DE DIFFUSION pour mieux toucher les jeunes
- Prendre en compte L'ENVIRONNEMENT GLOBAL DU JEUNE, lui-même constitué de micro-environnements
- S'appuyer sur des ACTEURS RELAIS, L'INFLUENCE DES PAIRS ET DES RÉSEAUX SOCIAUX pour partager les messages encourageant une alimentation « durable ».
- RESPONSABILISER ET ENCOURAGER les jeunes à être acteurs de leurs choix alimentaires

TABLE RONDE 1 : LES ESSENTIELS

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES. ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES

8

Joséphine Soulier

Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Forêt



Environnement global du jeune constitué de différents **MICRO-ENVIRONNEMENTS**

- Le façonnent
- Font intervenir différents acteurs

LE JEUNE dans son environnement global :

- Messages adaptés
- Moins de culpabilisation et de stigmatisation
- Plus d'efficacité et de cohérence

Autant **D'APPRENTISSAGES** que de **MONDES**

- En synergie
- La participation des jeunes
- Quel rôle pour chacun des acteurs intervenant dans l'environnement du jeune ?

LE 26 JUIN 2018 À LYON - PRÉSENTATION INTERVENANT

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES ANCRER DE NOUVEAUX
SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES

9

Recherche-action sur la Communauté de Communes Thiers Dore et Montagne (mars-août 2018)

SUJET : Accompagnement au changement des pratiques alimentaires de la jeunesse

CIBLE : 11-15 ans

HYPOTHÈSES :

- Recherche d'un effet de masse ↔ sensibiliser davantage de jeunes, les rendre acteurs et responsables de leurs choix alimentaires ???
- Associer tout ou partie des acteurs travaillant de près ou de loin sur l'alimentation ↔ plus de cohérence, d'efficacité et de légitimité à la démarche et aux messages ???
- Impliquer des acteurs relais dans la démarche de sensibilisation à l'alimentation durable ↔ pérennisation des actions mises en œuvre sur le territoire ???

LE 26 JUIN 2018 À LYON : PRÉSENTATION INTERVENANT

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES ANCRER DE NOUVEAUX
SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES

10

PAR OÙ COMMENCER ?

Etat des lieux sur le territoire de Thiers Dore et Montagne

PREMIERS RESULTATS : Focus group dans un collège (le 7 juin 2018)

- Quel est le mode de vie des jeunes ? Jeux vidéos, sport (clubs, AS, espaces publics)
- Quelles attentes en matière de communication ? Canaux de diffusion favorisés (réseaux sociaux, chaînes youtube & dailymotion), formes de messages souhaités (ludiques, accrocheurs, simples et clairs)

REFLEXIONS :

- Qui sont les acteurs travaillant de près ou de loin sur l'alimentation ? Comment les rassembler ?
- Quels acteurs/situations relais sur TDM ? Partenariat avec le sport (clubs, espaces libres), transports ? Espaces culturels ? Familles ? ...

LE 26 JUIN 2018 À LYON : PRÉSENTATION INTERVENANT

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES

11



Elisabeth Manzoni & Julie Le Gall (vidéo)
(Comme si) Vous y étiez : les essentiels

- LE FAIT ALIMENTAIRE est un fait qui RASSEMBLE et qui concerne une pluralité d'acteurs
- Il n'y a pas une mais DES GOUVERNANCES ALIMENTAIRES sur un même territoire
- Penser les projets alimentaires en rassemblant les DIFFÉRENTES ÉCHELLES DE TRAVAIL des acteurs du territoire et en les faisant DIALOGUER
- S'interroger sur ce que représente LE TERRITOIRE POUR LES JEUNES d'aujourd'hui (quelle échelle, quelle signification, quelle valeur...?) : « Pour l'adolescent, le territoire correspond à L'ESPACE QUI L' S'APPROPRIE : celui de sa maison, de son environnement scolaire, là où il circule avec ses pairs, là où il circule dans son cyber-espace » (J. Le Gall)
- S'interroger sur ce que représente LA PROXIMITÉ POUR NOTRE SOCIÉTÉ ACTUELLE (distances géographique et topologique) « L'important pour l'adolescent n'est pas tant la question du local en terme de distance, mais ça va être LA RENCONTRE, LA POSSIBILITÉ DE CONNAÎTRE LES PERSONNES QUI FONT L'ALIMENTATION AUJOURD'HUI [...] de L'INTER-CONNAISSANCE entre des mondes qui ne connaissent pas toujours pour recréer ce lien » (J. Le Gall)

TABLE RONDE 1 : LES ESSENTIELS

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES

12



Table ronde 2

Sensibiliser les jeunes au plus près de leur quotidien

Nos territoires en débat sur :

Quels jeunes dans quel environnement ?
Quels messages ? Comment les co-construire et les relayer ?
Quels acteurs relais ?
Comment et pourquoi créer un effet de masse ?

Echanges avec :

Charlène Nicolay : Ingénieur agronome – Cabinet Tero / **Violène Salem** : Chef de projet - agriculture - *Communauté de Communes du Grésivaudan (38)* / **Malthieu Morand** : Chargé de mission Education au territoire et à l'environnement - *Parc Naturel Régional des Baronnies Provençales (26)* / **Nathalie Gregoris** : Responsable pédagogique Association ANIS Etoile (Agriculture, Nutrition, Interculturel, Solidarité) – *Pont du Château (63)* / **Mégali Fenoul** : Chargée de mission jeunesse, citoyenneté et territoires - *Département de l'Ardeche (07)* / **Marie Sardoz** : Chargée de mission santé et coordination – *Union Régionale pour l'Habitat Jeunes - Région Auvergne-Rhône-Alpes*

LE 26 JUIN 2018 À LYON

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES

13



Violène Salem, Charène Nicolay, Marie Sandoz, Matthieu Morard, Nathalie Grégoris, Magali Fenouil
(Comme si) Vous y étiez : les essentiels

- BIEN CONNAÎTRE SON ENVIRONNEMENT, SA CIBLE ET SES BESOINS avant de concevoir des projets
- CO-CONSTRUIRE des messages INNOVANTS avec les jeunes
- IMPLIQUER LES JEUNES DANS LES PRISES DE DÉCISIONS POLITIQUES et la mise en œuvre d'actions, comme c'est le cas au travers de Conseil Municipaux des Jeunes à Pont-du-Château ou via les États Généraux de la Jeunesse du projet AJR (Ardèche Jeunesse Innovation Ruralité)
- ALTERNER LES APPROCHES PÉDAGOGIQUES pour parler d'un sujet sur l'alimentation pour mieux toucher les publics
« Dans l'apprentissage, il y a besoin de s'adresser à L'INTELLIGENCE DU CERVEAU ET À L'INTELLIGENCE DU CORPS : le goût, les odeurs, les sensations... C'est quelque chose de très important et qui marque » (M. Morard) ; et même à l'intelligence émotionnelle !

TABLE RONDE 2 : LES ESSENTIELS

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES

14



(Comme si) Vous y étiez : les essentiels

- Des clés pour TRAVAILLER À L'ÉCHELLE D'UN « GRAND TERRITOIRE » :
 - RASSEMBLER l'ensemble des acteurs concernés lors d'une journée d'échanges
 - TRAVAILLER AVEC SES RELAIS sur son propre territoire, s'appuyer sur le local comme gage de réussite
 - ESSAIMER ET ACCOMPAGNER certains territoires sur des actions précises dont ils n'auraient pas pu bénéficier
- CIBLER LES PERSONNES AVEC QUI L'ON PEUT TRAVAILLER TOUT DE SUITE, savoir saisir les OPPORTUNITÉS et ne pas forcément attendre que tous les acteurs qui pourraient être concernés par la thématique se sentent prêts et disponibles pour mener des actions sur l'alimentation
- « Il est important de CONSTRUIRE DES PROJETS SUR UNE OU PLUSIEURS ANNÉES pour que les enfants puissent s'investir sur le long terme mais aussi pour mobiliser et rendre autonomes les adultes qui les encadrent » M. Morard ;
- « La notion du temps est importante quand on travaille avec les jeunes : IL FAUT FAIRE PERDURER LES PROJETS POUR PLUS DE RÉSULTATS ! » N. Grégoris
- « Les ateliers cuisine et les jardins mis en place au sein de certains foyers sont des LIEUX PROPICES AUX ÉCHANGES et permettent de REDONNER DU SENS À L'ALIMENTATION, au-delà de rendre les jeunes autonomes dans leur choix alimentaires » (M. Sandoz)

TABLE RONDE 2 : LES ESSENTIELS



Table ronde 3

Accompagner le changement et mieux communiquer sur nos territoires

Des outils au service des territoires :

L'accompagnement au changement : pourquoi, comment ?
Quels messages innovants sur l'alimentation
Mieux toucher les jeunes, quels outils ?

Echanges avec :

Blandine Cersier : Docteure en psychologie sociale - **Psykolab** / **Benoît René** : Animateur de réseau - **Graine Auvergne-Rhône-Alpes** /
Céline Revel : Enseignante en Sciences de la Vie et de la Terre – Participe au projet Marguerite / **Vincent Verzat** : youtubeur (vidéo)
Léo Calzetta : Coordinateur du Centre Régional d'Information et de Prévention du Sida - **Instance Régionale d'Éducation et de
Promotion Santé**

LE 26 JUIN 2018 À LYON



Blandine Cersier, Benoît René, Céline Revel, Léo Calzetta
(Comme si) Vous y étiez : les essentiels

- Il est important de **S'ADAPTER À SA CIBLE** si l'on souhaite communiquer efficacement auprès d'elle. Les **RÉSEAUX SOCIAUX**, les **VIDÉOS** ainsi que les **INFLUENCEURS ET YOUTUBEURS** sont de précieuses ressources pour sensibiliser les jeunes à l'alimentation
- Il est important de travailler sur les **COMPORTEMENTS** et les **ATTITUDES**
- « On est **TOUS ACTEURS** de notre apprentissage »

TABLE RONDE 3 : LES ESSENTIELS

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES

17



Blandine Cerisier

(Comme si) Vous y étiez : les essentiels

- « La **PERSUASION** ne veut pas forcément dire **ENGAGEMENT** »
- Pour **ENGAGER** les individus, il convient de s'intéresser à leurs **REPRÉSENTATIONS SOCIALES**, à la **MÉMOIRE COLLECTIVE**, à **L'ENVIRONNEMENT** dans lequel ils évoluent ainsi qu'à l'ensemble des **EXPÉRIENCES** qu'ils ont s'agissant de l'engagement visé.
- Pour **AGIR SUR LES PRATIQUES ALIMENTAIRES**, il s'avère nécessaire de s'interroger sur la **DISTANCE ENTRE LES INDIVIDUS CIBLES ET L'OBJET « ALIMENTATION »**. La manière de communiquer sur le sujet sera donc différente suivant la proximité que ces dernières ont avec cet objet.

TABLE RONDE 3 : LES ESSENTIELS

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES

18



Benoît René

(Comme si) Vous y étiez : les essentiels

- Il existe de nombreuses **THÉORIES POUR APPRÉHENDER L'ACCOMPAGNEMENT AU CHANGEMENT**, beaucoup viennent des sciences sociales et de la psychologie sociale. Le GRAINE a produit des outils pour aider les acteurs à s'approprier les théories d'accompagnement du changement et développer l'écocitoyenneté : <http://draaf.auvergne-rhone-alpes.agriculture.gouv.fr/Ecocitoyennete-des-adultes>
- Il n'y a pas un mais **DES ACCOMPAGNEMENTS** qui prennent **DIFFÉRENTES FORMES** (sensibilisation, communication, éducation...). De même, on peut viser **DIFFÉRENTS TYPES DE CHANGEMENTS** : changement de comportement, de représentation, de culture, de société...
- **LE CHANGEMENT SE SITUE À DES NIVEAUX DIFFÉRENTS** : au niveau individuel, au niveau du groupe ou de réseaux. D'où l'importance d'une **DÉMARCHE DE SOCIALISATION** pour impulser le passage à l'acte de manière collective.

TABLE RONDE 3 : LES ESSENTIELS

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES

19



Céline Revel

(Comme si) Vous y êtes : les essentiels

- Ne pas tomber dans la prescription mais **ÉVEILLER LA CURIOSITÉ** des élèves et les inciter à découvrir leur territoire.
- Au travers du projet Marguerite (<http://draaf.auvergne-rhone-alpes.agriculture.gouv.fr/Projet-Sens/Agn-le-congres-des>), les professeurs ont pu apprendre à **MIEUX CONNAÎTRE LEURS ÉLÈVES ET LE TERRITOIRE SUR LEQUEL ILS VIVENT**. Pour cela, une phase de sensibilisation des accompagnants a été nécessaire.
- L'**ENJEU DU PROJET MARGUERITE** n'est pas tant la finalité (mise en place de jardins potagers, d'ateliers cuisine...) mais bien **TOUT LE CHEMINEMENT QUI Y ABOUTIT** permettant **L'INTERCONNAISSANCE ET LA CRÉATION DE LIENS SOCIAUX**.
- « Plus on **MULTIPLIE LES APPROCHES, LES REGARDS**, plus on **MULTIPLIE LA RICHESSE DES ÉCHANGES** »

TABLE RONDE 3 : LES ESSENTIELS

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES

20



Léo Calzetta

(Comme si) Vous y êtes : les essentiels

- Les clés **POUR CONSTRUIRE UN MESSAGE** qui prenne en compte les attentes du public : zoom sur le concept de l'« **INSIGHT consumer** » : **ARTICULATION ENTRE L'IDÉE EN ELLE-MÊME** (l'individu va faire un souhait), **LA MOTIVATION** (pour quelles raisons il aimerait faire ce changement, en quoi cette nouvelle habitude est intéressante pour lui?) **ET LA TENSION OU LE FREIN** (qu'est-ce qui pourrait empêcher l'individu à adopter tel ou tel autre comportement ?)

« Par exemple, en utilisant l'insight consumer, on pourrait arriver à ce genre de réflexion : *'J'AIMERAIS manger des fruits et des légumes CAR cela est bon pour ma santé MAIS, je n'ai pas le temps de cuisiner'* »
- Les leviers pour **INCITER UN CHANGEMENT DE COMPORTEMENT** :
 - Avoir un **DISCOURS CLAIR**, cohérent, entenable et compréhensible par un public jeune
 - **FAIRE APPEL À DES VALEURS CHÈRES AUX JEUNES** : la loyauté, la fidélité, l'authenticité, la confiance, le sentiment d'appartenance...
- « **LE STORY TELLING** » ou « **CONTE DE FAITS** » peut être une clé pour mieux communiquer auprès des jeunes : cela fait écho à la vision du monde de la cible choisie, à ses émotions et ses valeurs

TABLE RONDE 3 : LES ESSENTIELS

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES

21



Blandine Cerisier

(Comme si) Vous y étiez : les essentiels

- Un NUDGE (« coup de pouce » en anglais) est un OUTIL D'ACCOMPAGNEMENT AU CHANGEMENT. Il permet d'INCITER UN COMPORTEMENT DIT « VERTUEUX », de proposer une solution plus « responsable », « éthique » tout en LAISSANT LE CHOIX à l'individu d'adopter ou non ce comportement
- Le NUDGE à lui tout seul ne suffit pas pour inciter durablement un changement de pratique, il doit s'inscrire dans une DÉMARCHÉ PLUS GLOBALE d'accompagnement au changement
- LES EFFETS DE GROUPE sur le changement : le groupe peut être un LEVIER ou au contraire il peut avoir un EFFET PERVERS et renforcer les phénomènes de résistance au changement. Comment faire pour éviter que le groupe ne soit un frein au changement ? Au démarrage du projet, PENSER À LA MULTIPLICITÉ DES ENTRÉES DU SUJET (portes artistique, scientifique...)
- Éthique et nudge, QUID DE LA MANIPULATION ? On peut se prémunir de la manipulation grâce à la CO-CONSTRUCTION D'UN NUDGE (implication des acteurs éducatifs, de l'éducation populaire et nationale, des collectifs, des réseaux associatifs du territoire, des équipes de recherche... et bien sûr de l'individu cible)
- « LA POLITIQUE LOCALE est un réel LEVIER pour l'accompagnement au changement, ces CHANGEMENTS doivent se porter INDIVIDUELLEMENT, COLLECTIVEMENT ET EN SOCIÉTÉ »

TABLE RONDE 3 - LES ESSENTIELS

42

LE NUDGE ALIMENTAIRE EN RESTAURATION COLLECTIVE



« GreenPlate »

« Nudging storks »

* <http://www.communicationinterne.net/de-semaine-nudging/>

/ * <http://www.nudgefrance.org/the-2017-nudge-challenge-greenpeace-gagnants/>

LE 26 JUIN 2018 À LYON PRÉSENTATION INTERVENANT

ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES. ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES



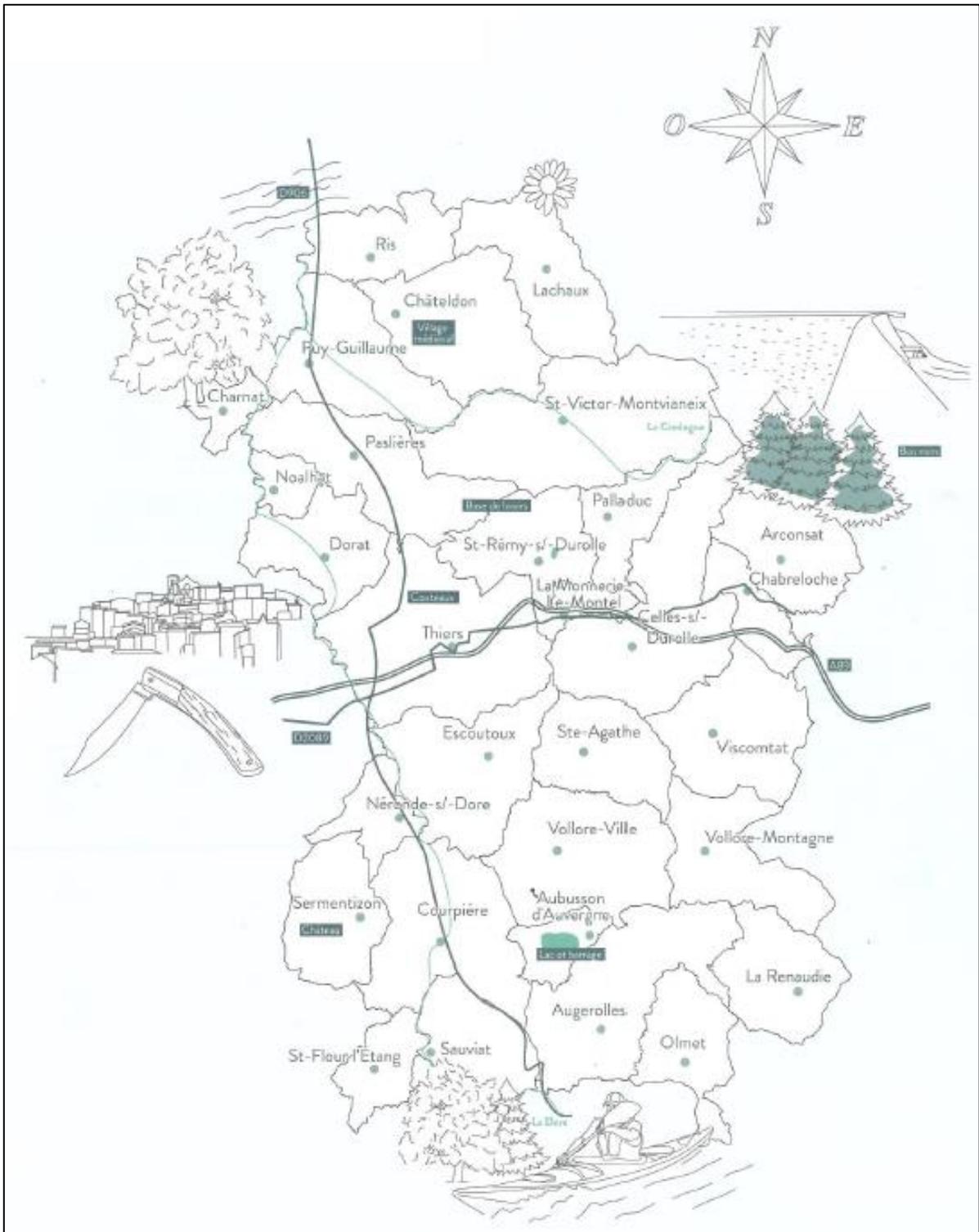
Pour plus d'informations sur la journée du 26 juin (programme du forum participatif, photos, illustrations, vidéos, retours des participants), rendez-vous sur le site de la DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes en cliquant [ici](#)

A bientôt,

Le Pôle Politique Publique de l'Alimentation

LE 26 JUIN 2018 À LYON

Annexe B : CARTE DE LA COMMUNAUTE DE COMMUNES THIERS DORE ET MONTAGNE



Annexe C : Tableau récapitulatif des entretiens exploratoires réalisés (acteurs terrain et expert)

N°	Personne interviewée	Annexe correspondante	Date	Passation	Enregistrement
1	Mme N : Membre du cabinet TERO, Valence (26)	F	27/03/2018	Par téléphone	Audio + prise de notes
2	Mme C : Docteure en psychologie sociale, Lyon (69)	G	09/04/2018	Par téléphone	Prise de notes
3	Mme B : Animatrice culinaire, éducatrice au goût et participante du projet AFCC, Angoulême (16)	H	13/04/2018	Par téléphone	Audio + prise de notes
4	Mme L : Maître de conférences, enseignante chercheur en action collective, politique publique et gouvernance, VetAgro Sup, Lempdes (63)	I	13/03/2018	Par téléphone	Audio + prise de notes
5	Mr M : Chargé de mission éducation au territoire et à l'environnement, PNR des Baronnies Provençales (26)	J	18/04/2018	Par téléphone	Prise de notes
6	Mme S : Formatrice et éducatrice à l'environnement à l'association Le Mat, membre du Collectif pétale (07)	K	19/04/2018	Par téléphone	Audio + prise de notes
7	Mme G : Maître de conférences en gestion appliquée à l'exploitation agricole, VetAgro Sup, Lempdes (63)	L	24/04/2018	Par téléphone	Audio + prise de notes
8	Mr B : Formateur auprès des agents de restauration des collèges, Conseil Départemental du Puy-de-Dôme, Lempdes (63)	M	27/04/2018	En face-à-face	Prise de notes
9	Mme Na : Chef de service réception, diététique et actions éducatives, Colomiers (31)	N	02/05/2018	Par téléphone	Prise de notes
10	Mme M : Animatrice à l'Espace Jeunes, Thiers (63)	O	01/06/2018	En face-à-face	Prise de notes

Guide d'entretien (acteurs terrain)

Objectifs des entretiens :

- Quelles actions d'éducation à l'alimentation durable auprès de la jeunesse sont entreprises sur le territoire ? Et de quelle manière ? (quels acteurs impliqués ? Quelles actions engagées ? Quel public visé ? Quel territoire ? Quelle temporalité ? Quels résultats ? Quels partenaires ? ...)
- Quelles ressources utilisées pour sensibiliser les jeunes à une alimentation durable ? (méthodes innovantes ? Accompagnement au changement?)
- Quels sont les autres acteurs engagés sur cette même thématique ? (réseau)
- Quelles compétences choisies (collectivités) ?

A l'issue de la collecte de données :

- Identification des actions et ressources existantes sur les territoires du Grand-Clermont/Parc Livradois Forez
- Cartographie et typologie de ces actions :
 - ❖ Acteurs
 - ❖ Cadre d'intervention
 - ❖ Champ thématique
 - ❖ Cible
 - ❖ Quartier
 - ❖ Localisation
- Ressources de méthodes innovantes en terme d'accompagnement au changement des comportements des jeunes face à l'alimentation
- Identification d'acteurs relais potentiels (personnel de restauration scolaire, associations, bibliothèques, centres de loisirs, marchés, animateurs sportifs...)
- Préconisations/orientations : comment associer certains de ces acteurs relais et les impliquer dans la diffusion de messages encourageant à l'alimentation durable auprès de la jeunesse

Thèmes	Sous thèmes	Questions	Relances
Présentation	Présentation de la structure	Pourriez-vous présenter votre structure en quelques mots ?	Organisation, équipe, objectifs/buts, compétences (collectivités)
		Quels sont les partenaires/organismes ou institutions avec lesquels vous êtes amené à travailler ?	Mise en réseau ? Quels appuis/soutiens ? Quelle visibilité ?
		Avec quel public êtes-vous le plus amené à travailler ?	Est-ce toujours le même ? Compétences particulières requises ?
Sensibilisation à l'alimentation durable	Etat des lieux sur le territoire	Si je vous dis "éducation à l'alimentation durable" à quoi cela vous fait-il penser ?	Quel(s) est/sont le(s) champ(s) thématique(s) sous le(s)quel(s) vous travaillez le sujet ?
		Pour vous, qu'est-ce que représente l'éducation alimentaire de manière générale ?	Quelle définition ? Quels publics ? Quels moyens ? Quels enjeux ?
		Quel intérêt portez-vous à ce sujet ?	
		Sur votre territoire, comment cela se traduit-il ?	Quelles actions engagées ? Auprès de quel public ? Dans quel cadre ? A quelle échelle? (échelle d'une collectivité, d'une commune, d'une ville...) Quels acteurs impliqués ? Quels résultats observés vs attendus ? Quels moyens mis en œuvre pour faire pérenniser les actions engagées ?

Thèmes	Sous thèmes	Questions	Relances
Sensibilisation à l'alimentation durable	Etat des lieux sur le territoire	D'après vous, est-ce possible de faire travailler différents acteurs œuvrant dans le domaine de la sensibilisation à une alimentation durable ?	<u>Si oui</u> , de quelle manière ? Quel type de collaboration ? Quelle importance/utilité/nécessité ? Pour quelles raisons ? Que signifie pour vous « travailler ensemble » ? A quels acteurs ou partenariats pensez-vous ? <u>Si non</u> , pour quelles raisons ? Quels freins ?
		Pensez-vous à des personnes/acteurs/situations qui pourraient relayer des messages de sensibilisation à une alimentation durable auprès des jeunes ?	<u>Si oui</u> , lesquels ? <u>Si non</u> , pour quelles raisons ?
		Dans quelle mesure pensez-vous que cela pourrait servir à l'éducation alimentaire de la jeunesse ?	
Méthodes innovantes en matière d'accompagnement au changement	Ressources	Si je vous dis « accompagnement au changement » à quoi cela vous fait-il penser ?	Méthodes, acteurs impliqués, cadre d'intervention, objectifs (pourquoi changer)...
		Est-ce actuellement une de vos préoccupations dans le travail que vous menez concernant la sensibilisation à une alimentation durable ?	<u>Si oui</u> , comment cela se traduit-il dans les actions entreprises ? (acteurs impliqués, moyens mis en œuvre, cible, cadre d'intervention, diffusion...) <u>Si non</u> , pour quelles raisons ?
		Comment votre structure s'approprie/pourrait s'emparer de cette thématique en ce qui concerne les pratiques alimentaires des jeunes ?	
		Pensez-vous à des dispositifs « innovants » en matière d'accompagnement au changement et qui pourraient être ré-investis sur la thématique de l'alimentation de la jeunesse ?	
Autre		Souhaitez-vous apporter quelque chose d'autre ?	

Guide d'entretien (experts)

Objectifs des entretiens :

- L'accompagnement au changement :
 - ❖ Quelle nécessité ? Quelle légitimité ?
 - ❖ Par quels moyens ? Par qui (acteurs relais) ?
 - ❖ Quelle temporalité (court-moyen-long terme) ?
 - ❖ Comment ancrer de nouvelles habitudes dans le quotidien ? Par quels procédés/dispositifs ?
 - ❖ Quel suivi ? Quelle évaluation ?
 - ❖ Des exemples de projets d'accompagnement au changement ?
- Méthodes innovantes en terme d'accompagnement au changement des jeunes
 - ❖ Quelles sont les ressources dont les acteurs terrain peuvent s'emparer ?
 - ❖ En quoi ces méthodes/dispositifs sont innovants ? Quel intérêt ?

A l'issue de la collecte de données :

- Meilleure connaissance de l'état de l'art sur la thématique de l'accompagnement au changement en général
- Des exemples de projets ayant traité la question et pouvant être présentés à titre d'exemple aux collectivités lors du colloque le 26 juin 2018 et auprès des territoires du Grand Clermont/Parc Naturel Régional (PNR) Livradois-Forez et Grésivaudan
- Préconisations auprès des territoires du Grand Clermont/PNR
 - ❖ Dispositifs qui pourraient être déployés pour faire pérenniser les actions de sensibilisation à l'alimentation envers les jeunes déjà entreprises sur le territoire
 - ❖ Identification de personnes relais qui pourraient être mobilisées/associées/impliquées dans la diffusion de messages de sensibilisation à l'alimentation durable de la jeunesse
 - ❖ Intérêt de faire travailler plusieurs acteurs aussi différents soient-ils (cadre d'intervention, champ thématique, public visé, structure...) sur une même thématique dans l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes

Thèmes	Sous thèmes	Questions	Relances
Présentation	Présentation de la structure	Pourriez-vous présenter votre structure en quelques mots ?	Organisation, équipe, objectifs/buts
		Quels sont vos axes de travail/de recherche en quelques mots ?	Thématique de travail actuelle ? Publication/documentation ?
		Travaillez-vous en réseau ? Avec d'autres acteurs/institutions/associations/structures diverses ?	<u>Si oui</u> , lequel(les) ? Qu'est-ce que cela vous apporte ?
Accompagnement au changement	Quelle représentation ?	Si je vous dis "accompagnement au changement" à quoi cela vous fait-il penser ?	Mots clés ? Impressions ? Auteurs/chercheurs ? Publications ? Ouvrages ? Cadre d'intervention ? Outils/dispositifs/méthodes d'intervention ? Quels cadres théoriques ?
		Pour vous, qu'est-ce que représente l'accompagnement au changement de manière générale ?	Quelle définition ? Quels acteurs ? Quelle temporalité ? Quels moyens ? Quels enjeux ?
		Quelles sont selon vous les conditions nécessaires pour mener des actions d'accompagnement au changement durable ? (fenêtre d'opportunité, environnement, travail en réseau...)	Avez-vous à votre connaissance des exemples de projets ou d'actions menés qui rassemblent ces conditions ?
		Selon vous, comment est-il possible d'ancrer, de manière générale, de nouvelles habitudes dans le quotidien ?	Quels sont les freins et les leviers d'action ? Quels outils d'action ? Quelle démarche adopter ? Quelle communication ? Quel moyen de sensibilisation ?
		Quels sont selon vous les facteurs clés de succès d'actions pérennes dans le temps ?	
		Par quels moyens évaluer ce genre d'action ? (en amont et en aval)	Quel dispositif ? Quels outils ?
		Pensez-vous à des exemples de projets d'accompagnement au changement ?	Si oui, lesquels ? Sur quel territoire ? Quelle démarche ? Quel protocole ? Sur quelle thématique ? Auprès de quel public ? Quelle temporalité ? Quels résultats ?

Thèmes	Sous thèmes	Questions	Relances
Méthodes innovantes en matière d'accompagnement au changement	Ressources	D'après votre expérience/et ou votre connaissance du sujet, pensez-vous à des personnes/acteurs/situations qui pourraient relayer des messages de sensibilisation à une alimentation durable auprès des jeunes ?	<u>Si oui</u> , lesquels ? Dans quel contexte ?... <u>Si non</u> , pour quelles raisons ?
		Dans quelle mesure pensez-vous que cela pourrait servir à l'éducation alimentaire de la jeunesse ?	
		Quels sont, à votre connaissance, les outils et ressources auxquels peuvent recourir les acteurs de l'éducation alimentaire (acteurs terrains, collectivités...) pour accompagner au changement des pratiques alimentaires ?	Exemple de projets Ressources (matérielles, moyens humains), outils/méthodes innovantes (nudges), cadre d'intervention Moyen de diffusion des messages (canaux de diffusion, personnes relais)
		A ce jour, et d'après votre connaissance du sujet, comment les acteurs de l'éducation alimentaire de la jeunesse (acteurs terrain, collectivités...) peuvent s'emparer de cette question ?	
		Souhaitez-vous apporter quelque chose d'autre ?	

Entretien téléphonique réalisé le 27/03/2018 avec Mme N, membre du cabinet TERO

Etudiante – Interviewé

Est-ce que d'abord tu pourrais présenter la structure, il me semble que c'est le cabinet TERO, mais est-ce que tu pourrais présenter la structure en quelques mots, ton travail...

Oui. Alors, effectivement j'ai plusieurs casquettes. Le cabinet TERO est un bureau d'étude coopératif, un statut SCIC, qui travaille, en France en tout cas, sur les questions d'agroécologie, la reterritorialisation... et dans ce cadre-là on répond à des marchés publics, qui sont des appels d'offre de collectivités, de structures, qui veulent travailler sur les cultures, les questions alimentaires et souvent sur des projets alimentaires territoriaux.

D'accord.

Et en parallèle de ça, moi j'ai une activité qui s'appelle Mangeurs en transition, qui est vraiment centrée sur la question du changement de comportement alimentaire.

D'accord.

Mangeurs en transition est une activité qui fait de la vulgarisation scientifique sur le changement de comportement alimentaire.

D'accord.

Et l'idée du coup c'est de faciliter le changement de comportement dans l'alimentation des personnes qui se posent déjà des questions sur la manière dont elles mangent. Donc ce n'est pas une activité de sensibilisation, d'information, de com'. C'est plutôt l'idée d'amener un éclairage scientifique de disciplines très diverses et on va dire principalement de psychologie sociale sur ces histoires de changement de comportement de l'alimentation. Sachant que mon parcours c'est que je suis ingénieure agronome spécialisée en développement agricole et rural, donc tout ce qui est la partie vraiment agricole-production, les modes de production, les questions que les gens peuvent se poser sur le bio, le commerce équitable, les différents labels... c'est quelque chose que je maîtrise relativement bien. Donc voilà, après je me suis formée ces dernières années plutôt sur les questions de nutrition, de santé publique et de psychologie.

D'accord. Et alors, pour la vulgarisation scientifique, tu t'appuies sur quelle documentation, ou quel genre de recherches, d'informations tout simplement ?

Tu veux dire, les sources d'information ?

Oui, voilà.

Alors ça dépend des disciplines, parce que je trouve pas les mêmes choses aux mêmes endroits. Heu... bah par exemple tout ce qui est épidémiologie nutritionnelle ça va être sur des bases de données comme Pubmed, tu sais y'a des grosses bases de données qui permettent d'avoir une vision un peu d'ensemble sur certains résultats de recherche sur certains domaines médicaux notamment. Alors ensuite, sur ce qui est psychosocio, je suis en lien avec l'Université Lyon 2 et puis je fais des recherches par moi-même, et puis actuellement je me forme à l'Université de Clermont. Donc là ça va être plutôt des recherches ponctuelles sur des sujets et puis sinon j'accumule un certain nombre de biblio depuis 4 ans. Voilà. Mais c'est vrai que je suis toujours... c'est pour ça que ta formation m'intéresse, c'est que je suis toujours à l'affût de structures qui peuvent produire de la connaissance scientifique sur le thème du changement de comportement alimentaire.

D'accord. Du coup, je suppose que tu travailles en réseau, ou que tu travailles avec d'autres acteurs ou d'autres structures, ou du moins que sur ces questions-là d'accompagnement au changement tu ne travailles pas toute seule, si ?

Non mais mon parti pris c'est d'aller au plus près des mangeurs. Donc la manière dont je m'y suis prise pour monter des ateliers ou des ateliers débats des choses comme ça, c'est d'aller voir des restaurateurs ou des épiceries qui sont déjà dans des démarches... on va dire alternatives, donc on va dire des épiceries bio, des restaurants qui mettent du local, ou qui font attention à la saison, qui sont déjà bio ou végétariens ou que sais-je... donc des structures touchent les mangeurs dans leur quotidien. Ca c'est quand je fais des démarches pour créer ou animer des ateliers, des conférences... enfin des soirées débats. Après on est venu me demander de participer à des conférences donc après c'est effectivement des réseaux alternatifs comme le réseau régional bio qui organise des conférences lors du salon Prim'vert à Lyon, qui est un salon d'alternatives écologiques. Où je fais des conférences ? ... Dans des écoles d'ingénieur, une MJC qui faisait des choses pour les habitants du quartier, enfin

voilà... il y a aussi des structures plus ou moins proches du public, mais qui elles-mêmes organisent des animations mais qui sont venues me demander des animations.

D'accord. Et du coup tu intervies sur quel territoire ?

C'est surtout sur le bassin Valencinois, après je suis allée faire des choses à Lyon et à Grenoble.

D'accord. Et donc du coup, quel type d'atelier est-ce que tu proposes ? Est-ce que ce sont des ateliers où les gens peuvent faire des choses type atelier cuisine ?

Je propose pas de combinaison avec la cuisine parce que je n'ai pas la compétence. Ça a été une idée, j'aurais souhaité le monter mais ça n'a pas encore pu se faire... c'est plutôt des supports... Moi j'amène de la connaissance et je fais beaucoup parler les gens de leur vécu de mangeurs et ça peut être des sujets sur les protéines végétales, le gluten, ou des choses très générales sur le changement d'alimentation... et en fait les gens... il y a deux choses. Les gens, dans mon expérience, ont beaucoup besoin de parler, de parler de leur expérience, et deux, on des questions qui partent dans tout les sens et tu ne peux pas juste heu... enfin ça c'est mon constat, mais tu peux pas juste amener des connaissances sur... j'en sais rien, le gluten, ou juste sur les aspects nutrition quoi. Parce que les gens ils se posent des questions socio-économiques, psychologiques, politiques... ça fusent de tous les niveaux et sur plein de sujets différents. Donc voilà, moi mon expérience c'est que j'amène des contenus théoriques sur un sujet, c'est ça qui attire, type « la viande », « est-ce qu'on va manger des insectes demain ? » et après, dans la discussion, ça peut partir sur plein de sujets différents, et à plein de niveaux... ça recourt à des disciplines très différentes les unes des autres.

D'accord. Et c'est des ateliers pour combien de personnes ? Parce que du coup, enfin voilà, s'il y a beaucoup de monde c'est d'autant plus difficile d'écouter ou que tout le monde puisse s'exprimer. Donc je suppose qu'il y a un nombre de places limité pour ces interventions ?

Mouai... enfin j'avais pas forcément limité car je m'attendais pas à avoir énormément de monde en démarrant... minimum il y a eu 5 personnes et maximum 25 sur des formats atelier vraiment.

D'accord

Et après, sur des formats conférence ça peut être 200 personnes par exemple.

Oui, voilà. Donc ensuite au niveau de l'accompagnement au changement en tant que tel, juste si je dis « accompagnement au changement » à quoi est-ce que cela te fait penser ? Quels sont les mots clés, des outils, des dispositifs, des méthodes d'intervention, une impression générale ?

Accompagnement au changement en général ? Non, j'vais prendre accompagnement au changement de pratiques alimentaires, moi ça me fait penser aux termes coach, coaching, ça m'a fait penser à des métiers ou des fonctions qui suivent une personne individuellement dans une optique... peut-être même thérapeutique... et du coup ça me fait penser à des gens qui sont dans cette posture-là. Moi c'est pas du tout ce que je fais, je suis pas dans une posture thérapeutique mais ça me fait penser à ça. Donc je vois des gens autour de moi qui montent des activités un peu comme ça, de conseils individuels, de réapprentissage de la cuisine et du « mieux manger » pour les gens, qui font à la fois des cours de cuisine et des accompagnement type coaching de vie, et puis aussi à des structures... comment ça s'appelle déjà... Naturhouse, des trucs de diététique où ils te filent des machins pour maigrir (rires) T'as bien compris ?

Oui, oui, je vois.

Ça m'a fait aussi penser à ça aussi parce que finalement il n'y a pas une offre très structurée autour de ça et les diététiciennes ou les diététiciens sont en pôle mission mais finalement, l'offre elle est plus attirante quand elle propose autre chose que simplement un programme diététique. Donc j'pense qu'il y a des structures qui sont en train de prendre cette place-là. Et moi étant dans la Drôme je vois des gens en individuel qui s'installent j'te dis avec un mix santé-sport-alimentation-cuisine qui peut être intéressant. Après accompagnement au changement plus généralement ça me fait penser à des changements dans les organisations, management d'entreprise... mais là c'est un autre sujet.

D'accord. Qu'est-ce que représente l'accompagnement au changement au niveau des acteurs, de la temporalité des enjeux, de l'éthique (au niveau de la posture de décideur)... ?

Ta question est tellement large... au niveau éthique, une diététicienne à son compte, elle va voir arriver des personnes qui sont en surpoids et qui veulent perdre du poids, elle va leur construire un plan, ... enfin tu connais bien le métier, donc je vais pas te l'apprendre, elle va pas poser la question éthique ou philosophique de savoir est-ce que c'est justifié que cette personne ressente une pression ou une inadéquation par rapport à son apparence physique. Est-ce qu'il n'y a pas des normes sociales qui mettent la pression et qui jouent le jeu de normes sociales contraignantes et qui lui font des proportions d'heures à manger le matin, et puis de perdre du poids parce qu'il se

trouve trop gros, mais ça c'est pas éthique non plus, enfin tu peux aller loin sur ça... Et je suis d'accord avec toi, si tu es celui qui dit « il faut faire comme ça » et que tu accompagnes, t'as une double responsabilité qui peut-être confusante mais les gens qui viennent, ... enfin moi en l'occurrence c'est pas de la sensibilisation et du militantisme ou du prosélytisme pour un régime ou un autre... et bah du coup je vois des gens qui se posent déjà des questions et j'essaie tant bien que mal d'apporter des réponses objectivées à leurs questions. Alors moi je suis pas complètement sur l'accompagnement au changement mais c'était ma posture et je pense que ça s'applique aux gens qui font de la cuisine et de la naturopathie par exemple, j'pense à une dame qui fait les deux et qui ré-apprend aux gens à cuisiner pour avoir un régime compatible avec... enfin là aussi tu peux questionner la pertinence scientifique de la naturopathie, le fait que les gens aient besoin de changer leur alimentation, mais la question elle dépasse très largement la personne qui fait de l'accompagnement. Finalement c'est pas lui qui va harceler son client pour lui dire « quand est-ce que tu viens consulter pour changer ton alimentation ? ». Les gens ont accès à une masse d'informations, sont sensibilisés ou questionnés par d'autres choses autour d'eux et viennent voir quelqu'un pour les aider à aller dans une direction et après l'accompagnement comme le coaching c'est aller avec la personne dans la direction où elle elle veut... Mais y'a des gens aussi... j'pense au médecin Jean-Michel Leseerre qui a écrit pas mal de bouquins sur l'alimentation, lui il dit souvent « oui mais pourquoi changer ? Les gens veulent changer leur alimentation mais pourquoi changer ? Tout va bien dtendez-vous, arrêtez de vouloir changer ! » Et en fait ce discours-là il n'est plus audible aujourd'hui parce qu'il y a eu trop de... scandales alimentaires, c'est pas forcément des choses justifiées qui font peur aux gens, mais entre les études épidémiologiques il y a une angoisse et une anxiété du mangeur (là aussi je t'apprend rien), et aujourd'hui dire « à quoi bon changer tout va bien, continuez à manger les trucs qu'on vous propose dans les supermarchés et qui vous rendent obèses » ça marche pas, en tout cas pour moi c'est pas entenable ! Entre « changer pour changer, il faut changer à tout prix » non, en tout cas c'est pas mon discours, et j'essaie de dire aux gens de se détendre, de surtout pas culpabiliser, mais pour autant, cette dynamique de se réapproprier son alimentation, de savoir ce qu'on mange, de recuisiner des aliments frais par exemple, donc tout ce qui va vers ça, moi j'ai aucune hésitation éthique à dire aux gens « oui, il faut trouver des astuces au quotidien et des raisons objectives d'y aller soi-même et de convaincre les autres autour de soi d'aller dans ce sens-là ; par ce qu'ils sont bénéfiques pour la santé, et ils ont plein d'autres avantages ».

D'accord. Du coup est-ce que tu as des moyens pour évaluer l'impact de tes ateliers, de tes interventions ou pas ?
Ouai c'est une bonne question. Pas du tout ! (rires) Pas du tout et je cherche pas du tout à le faire (rires). Effectivement, l'évaluation c'est un domaine très pointu, très particulier et l'évaluation sous les politiques publiques c'est sûr que c'est quelque chose d'important, pour ma part, dans mon action à moi, je voulais pas... comment dire... je le fais avant tout pour moi. A chaque fois que je fais un atelier ou une conférence sur un thème, ça m'oblige à prendre et à structurer des données, je le fais avant tout pour moi et je cherche pas forcément à avoir un impact colossal. Mais après je suis d'accord que cette myriade d'actions... c'est très questionnant, pour les actions grand public on ne sait pas du tout, c'est hyper difficile d'évaluer l'impact, en dehors d'indicateurs objectifs qui t'apprennent rien, genre le nombre de personnes qui... à moins de suivre sur le long terme et sur des cohortes de personnes leurs pratiques alimentaires neutres, comme une étude de cohorte ou à la limite des actions comme Famille à alimentation positive ou t'as un suivi quand même sur la durée, tu peux pas évaluer de manière objective les impacts que t'as eu. Après le fait est qu'une myriade de petites actions a un effet de masse puisqu'on voit bien qu'il y a des changements de comportements et de plus en plus de choses autour de ça et c'est pas par hasard. Et on peut pas attribuer, c'est hyper dur d'attribuer un impact à une action de sensibilisation, d'information. Et moi j'ai particulièrement pas essayé de le faire.

D'accord. Et d'après toi quelles sont les conditions qui sont nécessaires pour mener des actions d'accompagnement au changement durable (influence de l'environnement, le fait de travailler en réseau, des fenêtres d'opportunités...)?

Ouai. Alors t'as dit un truc très important t'as parlé d'environnement. Et on n'est pas sur l'environnement écologique, on est vraiment sur l'environnement « ce qu'il y a autour des mangeurs » et ça c'est quelque chose qui est sous-estimé depuis longtemps par les politiques publiques dans les domaines de la nutrition de mon point de vue, de la santé en tout cas. Effectivement, on a... quelque soit les efforts que tu fasses, que tu sois bien outillée intellectuellement et financièrement pour mieux manger, tu évolues dans un environnement qui te pousse à manger... mal, et en tout cas, dans un environnement qui est obésogène. Il y a des choses intéressantes là-dessus qui sont sorties récemment autour de IPES Food, je sais pas si tu connais, c'est une université de Louvain. Ils ont fait une étude, bon c'est en Belgique mais ça s'applique partout dans le monde occidental, pour montrer qu'effectivement la moyenne de ce qu'on a autour de nous en terme d'offre alimentaire, ce qu'il y a autour de nos yeux, ça nous pousse, si on mangeait cette moyenne, ça nous pousserait à être obèses. Tu peux résister que si tu as des moyens intellectuels et une connaissance... qui te permettent de lutter à ça, de lutter et d'aller chercher d'autres

options et/ou que tu as des moyens financiers pour te payer autre chose... Donc c'est ça qu'il faut changer, et effectivement, le côté environnement est délétère. Et si tu peux faire toutes les actions de sensibilisation que tu veux, si t'es dans un désert alimentaire comme tu peux en avoir aux Etats-Unis, même s'il y en a moins par chez nous, ou si t'as des pubs pour des fast-food tous les trois mètres, c'est difficile (rires) d'avoir un changement qui se maintienne. Ca c'est le premier truc. Et le deuxième, c'est pour ça que moi je m'intéresse à la psychologie sociale, c'est que même dans les actions en direction des mangeurs, elles sont quand même nécessaires, même s'il faut changer les deux, l'environnement et le comportement des mangeurs, mais quand on cherche à agir sur le comportement des mangeurs, beaucoup de politiques ne tiennent pas compte des biais cognitifs, des biais irrationnels qui se passent et qui nous font prendre des décisions et des comportements qui ne sont pas bons pour nous... et on est toujours sûr de l'information, de la sensibilisation passées par le cerveau des gens pour les convaincre de. Et pourtant on sait, et on sait depuis longtemps que c'est utile, il le faut pour consolider les convictions des gens et même pour produire de la connaissance, mais ce n'est pas comme ça que les gens changent de comportement. Tu vois ce que je veux dire ? On agit et on prend des décisions et on tend la main vers tel ou tel aliment à 80% pour des raisons qui sont non conscientes parce que c'est là devant nous à la hauteur de nos yeux, parce que c'est jaune fluo, parce que la copine avant nous l'a pris juste avant nous, parce que... sur la chaîne de la cantine, les pâtisseries sont avant les fruits, parce que... je sais pas quoi, il y a de la musique qui est très forte et que j'en sais rien on est stressé et du coup on va prendre un truc qui nous reconforte avec beaucoup de sucre dedans, j'en sais rien, voilà, mais il y a des tas d'éléments qui ne sont pas de l'ordre de la connaissance consciente d'une information nutritionnelle par exemple, qui vont faire qu'on va manger de telle et telle manière : parce qu'on est tout seul, parce qu'on est pressé, parce que y'a pas de frigo au bureau pour mettre son tuperware... donc y'a ça aussi qui à chaque fois me frappe c'est que on va chercher à informer, sensibiliser les gens et d'un côté oui, et d'un autre côté, c'est pas comme ça qu'ils vont changer leurs... en tout cas on pourrait avoir un effet plus massif de changement de comportements en tenant compte des biais cognitifs et des façons réelles dont les gens prennent des décisions ont des comportements et changent leur comportement. Et du coup, effectivement, ça rejoint ce que tu voulais amener, le côté travailler en réseau, c'est que... Ouai... travailler en réseau avec toutes les structures qui font de la sensibilisation à quelque sujet très vertueux que ce soit, c'est... c'est bien mais c'est pas... comment dire... les gens se lèvent pas le matin en disant « tiens, aujourd'hui je vais faire un détour par un structure qui va me sensibiliser à un truc auquel j'ai rien à faire aujourd'hui », les gens ils se disent « je vais faire un détour par le bar, ou l'épicerie ou... ». Donc en fait, le réseau oui, le partenariat oui, mais au plus près des réalités quotidiennes des mangeurs. Donc c'est que tu fais là de la deuxième partie de ton stage sur les structures relais qui touchent les jeunes sans forcément être des structures de sensibilisation, ça, ça me paraît hyper important (silence). Tu vois ce que je veux dire ?

Oui, oui. Je vois ! Du coup ça par exemple, le fait de travailler en réseau mais d'être au plus près des mangeurs, de s'intéresser à eux, de proposer des choses qui leur parlent et qui soient au plus près d'eux, si j'ai bien compris, c'est un facteur de clé de succès pour pérenniser ces actions d'accompagnement au changement dans le temps ?
Moi c'est ma conviction en tout cas.

D'accord. Et d'après toi, est-ce qu'il y aurait d'autres facteurs clés de succès, d'autres leviers dont on pourrait se saisir pour avoir un effet de masse ?

Ca c'est une bonne question... T'en as cité un tout à l'heure en parlant de ton stage. T'as dit que vous alliez essayé de faire un mixte de canaux, c'est-à-dire un jeune, un adolescent donné, il va voir notre message ou notre information à 5 endroits différents qu'il va pouvoir croiser dans sa semaine ou sa journée, à l'arrêt de bus, chez le médecin, au collège... Donc ça, cette multiplicité des canaux je trouve ça intéressant, après l'effet de masse, tu l'auras quand t'auras des contraintes sur l'offre alimentaire. Et ça ça relève pas forcément de ton travail à toi. Peut-être un truc intéressant c'est... les structures d'offres alimentaires qui sont relativement indépendantes, donc les petites épiceries ou celles qui sont plus autonomes, tu vas certainement rencontrer des gens de l'INRA à Clermont, y'a un nutritionniste qui s'appelle A*** F***, qui fait de la nutrition préventive, qui a écrit un bouquin grand public récemment sur... lui son dada c'est aliments hyper-transformés, c'est la corrélation, et d'ailleurs qui a été exposé récemment par la cohorte Nutrinet Santé, la corrélation entre les aliments ultra-transformés et toutes les pathologies longue durée, pathologies type diabète, obésité, cancer... qu'on peut observer dans la population. Et pour ça, il allait aller jusqu'à faire un diagnostic. Tu peux aller dans les rayons d'un supermarché, ou d'une épicerie, et faire une quantification de... un proportion de combien les rayons sont remplis avec des trucs ultra-transformés, des trucs transformés mais ça va, ou des trucs frais, bruts. Et ça du coup, ça pourrait effectivement être un levier sur l'offre, ce serait d'avoir quelque chose de... pas contraignant mais incitatif pour que les commerces du coin, enfin à l'échelle d'un territoire, soient intéressés à changer leur offre en direction d'un offre qui soit meilleure pour la santé.

D'accord.

Mais bon c'que je te dis là c'est compliqué. Agir sur l'offre ça veut dire heu... une législation qui interdit à L***, A***, et autres GMS d'avoir des produits mauvais pour les enfants à 90 % dans les rayons de céréales petit-déjeuner, tu vois ? Et ça, c'est compliqué à faire.

Oui... Effectivement, peut-être que sur des petites épiceries ou des commerces indépendants c'est plus facile à mettre en place.

Avoir le risque économique de ce risque là, c'est de trouver la bonne balance. Là faut bosser avec des gens de la CCI, mais de là les convaincre c'est pas simple. Et j'pense à un dernier truc, c'est l'exemplarité en terme de biais cognitif... Y'a souvent « faut pas faire ci, faut pas faire ça », bon évidemment, y'a des messages positifs ou indicatifs comme « manger 5 fruits et légumes par jour », mais c'est pas très efficace là aussi... mais l'exemplarité c'est-à-dire avoir un référent, quelqu'un que tu admires, que tu connais, vraiment une référence pour toi dans ton système, dans ton environnement, et qui adopte ce comportement-là et qui en fait la promotion, ça ça peut faire changer des choses vite. Et ça veut dire que c'est pas les mêmes modèles ou références pour tout le monde.

Bien sûr

Les mêmes pour les personnes âgées que pour un ado de 15 ans... voilà.

Du coup, est-ce que tu penses à des exemples de projet d'accompagnement au changement sur le territoire, sur ton territoire ou même ailleurs ? J'ai lu le comité de pilotage « La stratégie de promotion de l'achat de produits alimentaires auprès des consommateurs », mais ça c'est pas encore mis en place ?

Oui.

Mais est-ce qu'il y a d'autre chose ? Est-ce que tu souhaites en parler davantage ?

Des exemples concrets c'est ça ? De politiques publiques qui sont exemplaires, c'est ça ?

Oui, d'accompagnement au changement : auprès de quel public, sur quelle temporalité, si c'est des projets qui sont en cours ou si c'est des projets où il y a déjà des résultats où on peut voir certaines pratiques qui ont changé et qui pourraient servir d'exemple en fait.

Tu parlais d'exemplarité, et bien des exemples de projets qui pourraient inciter des territoires à faire de même et qui prouveraient que c'est pas farfelu de travailler sur ces questions-là, que ça peut porter ses fruits... Mais bon... ça va toujours dans le même sens. C'est l'idée de travailler sur les biais cognitifs. Aux États-Unis, ils ont des systèmes de restauration scolaire pour les enfants où les personnes qui ont pas beaucoup de revenus, ont accès à la cantine gratuite si tu veux, et ça permet d'assurer pour des gens vraiment pauvres que les enfants aient au moins un repas équilibré et sain par jour. Jusqu'à y'a peu, le système était le suivant : il fallait que la famille fasse la démarche d'inscrire l'enfant pour qu'il ait la cantine gratuite. Y'a un des... pères des nudges et des systèmes d'intervention type nudge, je sais pas si tu connais, le gars qui a co-écrit le bouquin sur les nudges, qui intervenait auprès du gouvernement à l'époque et qui a dit « un des trucs les plus puissants, c'est l'option par défaut ». On sait très bien que la majorité des gens vont rester sur le statut par défaut. Toi quand t'as un téléphone tout neuf, tu vas pas commencer par changer tous les réglages, tu vas les laisser la majorité des réglages par défaut. De la même manière, quand tu remplis un formulaire en ligne, tu vas laisser la plupart des cases pré-cochées par défaut, sauf si es vraiment t'es très très très motivée pour changer un truc. Et ce truc du par défaut c'est hyper important et ça change tout et ce qu'il a dit c'est que par rapport aux familles, il faut que ce soit « les enfants sont inscrits » et si les parents ne veulent pas, il faut que l'administration récupère des données sociales et de revenus pour dire « tel enfant a le droit à la cantine gratuite », donc par défaut, cet enfant a le droit de manger à la cantine gratuitement et il en est informé, sauf si les parents veulent changer et décocher la case, et ils doivent faire une démarche pour désinscrire l'enfant. Et en fait en faisant ça, des dizaines de milliers d'enfants qui n'avaient pas accès à ça et qui mangeaient pas forcément bien, et qui d'un seul coup quasiment se sont mis à avoir accès à un repas équilibré par jour. Donc ça c'est assez spectaculaire car ça concerne beaucoup beaucoup d'individus et et que ça change la vie de beaucoup de gens. C'est très facile... enfin... tu vois, ça a pris du temps d'ingénierie mais c'est assez light à mettre en œuvre, mais c'est très spectaculaire. Après si je re-réfléchis à l'échelle d'une collectivité française, j'ai pas d'exemple de truc aussi énorme... faut que je cogite un petit peu pour avoir un exemple de motivation pour une collectivité locale c'est ça, pour montrer qu'à petite échelle on peut faire des choses aussi ?

Oui, voilà, par exemple.

Ouai... Bah tu vois ce qu'on avait fait dans le Grésivaudan, comme tu dis, pour l'instant c'est pas mis en œuvre. D'ailleurs je crois qu'ils ont candidaté au PNA cette année... Pour l'instant voilà, on a fait ce travail en essayant de réfléchir au plus près mais c'est vrai que pour l'instant ça a pu être mis en œuvre. Je vais réfléchir à ta question pour essayer de trouver quelque chose qui soit accessible en terme de projet (rires) et je te redirai ça.

D'accord, merci. Tout à l'heure tu parlais des nudges, est-ce que tu considères que ça peut être un outil ou une ressource qui peut participer à la diffusion de messages d'éducation alimentaire ? Est-ce qu'il y aurait d'autres outils ou d'autres méthodologies qui pourraient faire pérenniser ces actions-là ?

Bah oui, pour moi clairement les nudges ça fait partie... Ca diffuse pas des messages les nudges, ça permet de changer directement les comportements. Les gens font une rationalisation a posteriori en disant « bah oui j'avais décidé que », t'avais décidé rien du tout ! T'a été incité à le faire et tu l'as fait, et puis après tu t'es dit que c'était bien pour toi. Donc ça effectivement, c'est un des leviers possibles, mais y'en a d'autres... fin en terme d'action publique y'en a d'autres. D'une manière générale, je trouve que la psychologie sociale c'est un outil de compréhension, enfin d'observation de ce qu'il se passe et de compréhension qui te permet d'agir de manière pertinente après, voilà, ça c'est un peu mon dada mais Elisabeth le sait (rires). C'est un peu mon truc... après tu me poses beaucoup la question de la pérennisation... c'est pas évident... je sais pas répondre sur la pérennisation en fait, c'est vrai que je me suis beaucoup intéressée au processus de changement initial, fin du moins... pas vraiment initial parce que quand tu commences à tirer un fil sur l'alimentation après tu t'arrêtes plus vraiment...

Oui...

Mais sur la pérennisation, à part de re-re-parler du contexte et de l'environnement, je...

Et au niveau de la psychologie sociale, tu disais qu'il y avait beaucoup de choses, enfin que ça permettait d'observer et d'ensuite être au plus proche des gens, est-ce que tu aurais des idées de travaux ou d'auteurs qui ont travaillé sur cette question et sur lesquels je pourrai me pencher ou qui pourraient être intéressants de lire ?

Bah je pourrai te faire passer des choses par mail ?

Oui, merci. Et au niveau des acteurs relais, ça concerne plutôt la deuxième partie du stage mais est-ce que toi tu penses à certaines personnes, ou certaines structures ou certaines situations qui pourraient servir de relai dans l'accompagnement au changement des pratiques ?

Tu me donner la tranche d'âge à laquelle tu t'intéresses ?

Alors elle est assez large, la jeunesse, on a pris 6-25 pour avoir les enfants, les ado et les jeunes adultes.

D'accord... Y'a un truc, je repense à la sociologie de l'alimentation... je vais répondre un peu à côté et je reviens à ta question (rires). Y'a un truc qui est bien connu, c'est le moment de changement de vie, je vais te le dire comme ça. Les étapes de changement de vie sont des étapes propices aux changements d'alimentation. Donc là sur ta tranche d'âge, y'a notamment dans la tranche haute des changements de vie de type installation en couple ou même départ de chez les parents pour aller en coloc, ou dans des internats ou la fac ou voilà... donc ça c'est des moments un peu cruciaux, donc il peut y avoir là des lieux ou des complexes structures-personnes-lieux qui peuvent être intéressantes. J'pense au moment de l'accueil à l'université, ou tu vois... Nous on s'était intéressés sur le Grésivaudan, comme t'as vu, aux jeunes parents...

... Oui...

... Et on s'était aussi posé la question des nouveaux arrivants sur le territoire. Donc en fait, il y a des moments où les gens sont accueillis, dans des livrets, ils rencontrent forcément quelqu'un. Et donc se poser cette question-là à l'arrivée à l'université, ou dans des lieux d'hébergement, des CROUS, des trucs comme ça... ou de restauration des étudiants, ça peut être intéressant. En fait, même l'arrivée au lycée, l'arrivée au collège, tu vois, pourquoi pas hein ? Et dire « bah voilà, vous arrivez dans un nouvel établissement, c'est un nouveau rythme et on vous donne aussi des recommandations... on vous propose et vous avez tout un environnement pour bien manger et ça se passe comme-ci, comme-ça. Et ça peut être propice... ces moments d'arrivée... Bah après c'est toujours pareil, c'est les gens que les jeunes vont fréquenter souvent et pour lesquels ils vont avoir du respect pour leur parole ou de l'admiration. Ca peut être des structures éducatives ou d'animation ou tout ce qui est péri-scolaire : les clubs de sport, pour moi c'est très important parce qu'il y a pas de pression, d'autorité de type école et en même temps y'a une vraie écoute des enfants, enfin il me semble, des jeunes, vis-à-vis des gens qui sont dans l'encadrement de ces structures-là. Donc bah aussi bien loisirs, sport, nous on avait été voir sur les familles avec les enfants, les centres de loisirs aussi où on était... voilà, pour l'instant je m'arrête là.

D'accord. Et bien pour l'instant ça fait déjà beaucoup d'informations. J'en ai terminé avec mes questions, est-ce que tu souhaites apporter quelque chose d'autre sur l'accompagnement des pratiques alimentaires de manière générale ou un point qui te paraît essentiel à prendre en compte et qu'on n'aurait pas évoqué ?

Bon, là comme ça j'ai pas de gros bloc qui manque, du moins pas qui vienne à l'esprit... Je me disais que les réseaux locaux, du type A*E*, je sais pas si t'en as entendu parler au niveau de Clermont...

Oui, oui ! D'accord. Et puis A F* j'pense que qu'il peut être intéressant à interviewer... oui, voilà j'pense pas qu'il y ait énormément de trous dans notre discussion.*

Entretien téléphonique réalisé le 09/04/2018 avec Mme C, docteure en psychologie sociale, membre de Psykolab

Présentation de la structure

Psykolab est un cabinet de psychologues sociaux qui existe depuis 2015 et qui est localisé à Lyon. Leur mission est d'accompagner au changement sur différentes thématiques (environnement, alimentation durable). Leur méthode : à partir de la psychologie sociale, étudient les pratiques existantes, les représentations des individus pour avoir un meilleur impact sur la population cible.

Psykolab ne vise ni la persuasion, ni la soumission à l'autorité mais recherche l'engagement des usagers pour un changement pérenne des pratiques, quel que soit le domaine exploré.

Accompagnement au changement, en pratique

Il est nécessaire de partir des pratiques existantes, de faire dialoguer les différentes personnes concernées (entretiens individuels, ateliers discussion...) pour réaliser un diagnostic précis de la situation et proposer des actions au plus proche des individus. Le cabinet réalise également des focus group pour se faire rencontrer les individus.

Une fois le diagnostic établi, Psykolab accompagne les individus vers l'adoption d'un comportement « vertueux » (exemple : accompagnement des jeunes parents sur le thème de l'alimentation durable).

Psykolab a recours à trois dispositifs pour accompagner au changement : l'approche nudge, la recherche-action et la sensibilisation.

L'approche nudge

L'adoption d'un changement de comportement peut se faire par l'approche nudge (dispositif ludique et attractif). Plusieurs projets de nudges ont été expérimentés pour accompagner les mangeurs à privilégier une alimentation végétarienne plutôt que carnée. Dans ce genre de projet, l'alimentation souhaitée par le commanditaire est accentuée grâce aux nudges. Lorsque l'on a recours à ces outils il est indispensable de bien cibler la population souhaitée pour avoir un impact durable.

Le but du nudge est d'inciter un comportement vertueux sans l'imposer. L'individu doit toujours avoir un choix à faire, sinon la solution souhaitée par le commanditaire lui est imposée et ce n'est pas ce qui est recherché dans l'approche nudge.

Pour que le comportement amorcé par le nudge soit durable et pérenne, il est nécessaire d'accompagner la personne avec un apport de connaissances (en quoi son comportement est-il vertueux ? Qu'est-ce que cela change concrètement ? Pour elle et pour les autres ? ...). Le nudge s'inscrit dans un environnement spécifique qu'il faut prendre en compte lors de la construction du dispositif.

La recherche-action

Le but de ce dispositif est de mener une recherche pour comprendre une pratique ou une action en lien avec l'utilisateur dans le but de le rendre acteur de la recherche et de donner des préconisations qui soient réalisables, durables et qui correspondent à leurs représentations de la réalité (co-construction). Le fait de restituer les données collectées lors de la recherche permet aux usagers de se sentir plus impliqués dans le projet et de faciliter le changement de pratiques souhaité. Il est également important de faire prendre conscience aux usagers qu'ils ont un savoir, une expertise à faire valoir en ce qui concerne leurs pratiques. Ce type d'approche évite d'avoir trop de réticence face au changement.

Dans ce cadre-là, Psykolab a recours au focus-group ou à de l'observation.

La sensibilisation

Dans le cadre d'un projet de sensibilisation à la transition énergétique, le cabinet va s'adresser aux professionnels qui sont au contact des personnes à qui l'on souhaite inculquer de nouvelles habitudes. Le but est de fournir aux professionnels les clés nécessaires pour accompagner les usagers au changement et éviter des comportements de résistance au changement.

Pour cela, Psykolab indique aux professionnels qu'il y a différents types de profils d'individus (suivant leur niveau d'implication, de connaissances, d'attrait pour l'objet en question...) qu'il est nécessaire de prendre en compte dans la manière de communiquer (il sera nécessaire de déployer un moyen de communication différent pour chaque profil type).

Entretien téléphonique réalisé le 13/04/2018 avec Mme B ; animatrice culinaire, éducatrice au goût et participante du projet AFCC.

Je suis Joséphine SOULIER, étudiante en Master 2 de Sciences Sociales Appliquées à l'Alimentation et stagiaire à la DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes. Dans le cadre de mon stage je m'intéresse aux questions d'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes. Je vais vous poser quelques questions et pour commencer, est-ce que vous pourriez présenter votre structure, votre activité en quelques mots ?

Alors moi je suis animatrice culinaire et je suis aussi éducatrice au goût.

D'accord.

Alors donc, mon activité elle est multiple : elle est, entre guillemets, prévenir les publics aussi, parce que j'ai une cuisine privée, et donc ils peuvent s'inscrire via mon site internet pour des ateliers cuisine. Donc là, le but de ma cuisine, c'est revisiter la cuisine du quotidien et aussi éduquer les personnes au niveau des épices, au niveau des aromates... Il peut s'agir d'agir de personnes de 5 ans à... 75 ans. Ca c'est mon premier volet.

D'accord.

Après j'ai un deuxième volet où je travaille pour des associations, comme par exemple des associations pour des personnes âgées et des aides à domicile... donc là le but c'est... là ça s'appelle « sourire dans l'assiette », donc là, sur les aides à domicile, c'est, on va reparler hygiène, on va reparler aussi de « comment on peut redonner goût aux gens de manger », voilà, présentation... on parle aussi de « comment enrichir » parce que je suis accompagnée très souvent d'une diététicienne et elle donne des conseils justement sur comment enrichir les plats quand les personnes sont en dénutrition... Donc ça peut être évoqué lors des ateliers. Et puis avec les personnes âgées, ça s'appelle « sourire dans l'assiette », c'est pour leur redonner du sourire et qu'elles aient envie de manger la cuisine qu'elles n'ont pas fait elles-mêmes parce que parfois il y a du portage de repas à domicile quand elles cuisinent plus, ou leur donner de nouvelles idées. Après, je vais aussi beaucoup en détention. Donc là au niveau de la détention j'ai organisé un concours de cuisine, j'ai aussi, là on est sur un projet d'écriture d'un livre pour les détenus et je vais aussi faire des ateliers cuisine pour faire des repas partagés, ça arrive. Et sur Angoulême je suis plus sur servir de ce qu'ils savent faire pour améliorer leur quotidien culinaire.

D'accord.

De toute façon, même pour les repas partagés, je prends que des produits qu'ils peuvent consommer. Donc ça, c'est mon cahier des charges. Et à chaque fois on prépare et on partage les repas. Après on travaille aussi sur les collèges. Là sur un collège de Charentes Maritimes je viens d'avoir un contrat, donc là plus éducation au goût. Le but est de revaloriser un légume qui est négligé par les enfants au niveau de la restauration collective. Donc là ça va se passer en mai-juin, donc je vais faire un éveil sensoriel autour d'un légume. Alors les légumes qui sont proposés c'est courgette, chou-fleur, épinards, donc y'aura tout un côté sensoriel et un côté dégustation aussi comme je suis animatrice culinaire à la base donc voilà, on aura une petite dégustation pour justement re-valoriser le légume.

D'accord.

Voilà. Et puis après dans les quartiers de la ville d'Angoulême j'ai parfois des missions qui heu... comme j'ai un DU sur la nutrition et l'enfance et surtout sur l'obésité, on me demande de revisiter des plats et d'essayer de les... des plats, alors, souvent d'origine étrangère, et puis de les revisiter pour qu'ils soient allégés en graisses, en gras et que je puisse justement en reparler avec les gens, faire ça en terme de discussions, voilà. Et toujours, le souci est de cuisiner au centre et de partager le repas à la suite pour justement créer du lien.

D'accord.

Voilà ! J'ai été claire ?

Oui (rires) Oui merci.

Voilà, je pense que je n'ai rien oublié. Et puis après j'ai un gros projet, un très très gros projet dans le collège qui s'appelle « Initiation aux Arts de Faire Culinaires ». Ca ça a été un très très gros projet, et qui est en train de... on est en train de l'exporter sur Bordeaux.

Parce que ce projet AFCC il a duré pendant 3 ans, c'est ça ? Si j'ai bien compris...

Exactement ! Il a duré pendant 3 ans. Au départ, ce projet il était fait que pour les 5èmes, le but était d'essayer de changer les comportements alimentaires et d'améliorer le climat social dans le collège. Et c'est vrai que la cuisine c'est un bon élément à ce niveau-là, et c'est aussi une jolie porte d'entrée pour faire entrer les parents... donc ça ça a été le point de départ, et puis derrière s'est greffé plein de choses ! On s'est rendu compte qu'il fallait parler « aliment », donc c'est pour ça qu'on a fait de l'éducation au goût, on s'est rendu compte bien sûr, qu'en cuisine il fallait connaître de savoir d'où venaient les produits, très intéressant, donc on a fait la visite des marchés ou de centres... d'un centre ici, et puis il y a des méconnaissances de la restauration collective aussi, donc visite de la restauration collective, savoir d'où viennent les produits, toujours aller vers ce côté-là, on a cuisiné au sein-même de la restauration collective, apprendre à déguster et à parler le même langage, la dégustation ça a été aussi intéressant avec les enfants... Ce qui était important dans ce projet-là c'était le faire. C'est-à-dire que les enfants ONT préparé des choses, c'est-à-dire qu'on prépare et qu'on déguste, et qu'on déguste ensemble, voilà. C'est pas des choses qui ont été faites en amont et qu'on va déguster, sauf quand c'est la visite des lieux. Quand on fait une visite et qu'il y a une dégustation à la fin, là c'était pas les enfants qui produisaient. Et sinon tout le reste, ça a toujours été... ils fabriquent et on déguste ensemble, voilà. Et puis après y'a eu des ateliers cuisine qui ont été fait dans une cuisine pédagogique, et là, les enfants rapportaient le produit à la maison. Et ça ça permettait aussi de créer du lien entre le collège, les familles et les enfants, voilà. Et puis derrière, l'année suivante, on avait cette cohorte d'enfants et on a continué en 4ème, en 4ème, là ça a été plus les arts de la table. Ça a été le prof d'arts-plastique qui s'en est emparé, moi je suis intervenue en physique pour faire de la cuisine moléculaire, et puis aussi ils avaient amené dans un centre de formation qui s'appelle la FIFOP, c'était pour rencontrer le CAP de service, là c'était toutes les 4èmes et on a mangé au restaurant d'application. Donc ils ont vu aussi le restaurant à la française. Donc à la suite de cette cohorte... donc on continue toujours les 5èmes hein ! C'est-à-dire que la cohorte a continué : la 5ème a fait la 4ème, la 4ème a fait la 3ème et les nouveaux 5èmes... on a continué avec eux, voilà.

D'accord.

Donc après cette cohorte, on l'a continuée en 3ème, donc à on était plus sur l'orientation. Donc là sur l'orientation... c'était de la fourche à la fourchette... c'était la découverte des métiers, tous les métiers autour de l'alimentation, voir tout ce qu'il y avait autour. Et là ce sont des DP3 qui se sont occupées de faire un forum. Et puis au niveau de la restauration, les 3èmes avaient proposé au chef de cuisine un menu que la restauration collective a fait, a proposé à l'ensemble de la cité scolaire, c'est-à-dire 1500 élèves, voilà. C'était comme ça pour qu'ils comprennent aussi... ils avaient vu en 5ème comment se préparaient les repas, et ils avaient été étonnés par autant de produits frais, que c'était pas des boîtes qu'on ouvrait, et en 3ème, on leur a expliqué comment ça se passait, c'est pas le matin on se lève et on se demande ce qu'on va préparer. Voilà, donc y'a eu toutes les explications comme ça, et puis on s'est rendu compte aussi que les 6èmes... on s'était rendu compte qu'il y avait, dès la deuxième année, des choses en 6ème qui étaient déjà faites au sein même du collège, et on l'a intégré dans le projet.

D'accord.

Voilà, et puis d'autres matières après ce sont greffées et c'est devenu vraiment un projet d'établissement. C'est-à-dire que le prof de français, lui, a écrit un mémoire de pratiques culinaires, avec les élèves, il y a des choses comme ça qui ont été faites, voilà. Donc c'est devenu un projet de collège. Et c'est progressivement que c'est monté sur tout le collège, et ça a duré 3 ans, voilà.

Et du coup vous me disiez qu'aujourd'hui vous travaillez pour transposer ce projet à Bordeaux ?

Alors ce projet-là a été transposé dans un autre collège d'Angoulême en ZEP pendant ces fameux 3 ans, pour voir si c'était possible... c'est pour ça qu'on a écrit après un cahier pédagogique, et voir si ce cahier pédagogique était transposable ou pas, donc ça ça avait été fait, et là il y a un collège à Bordeaux qui veut monter ce même projet. Donc là j'ai été à 2 réunions et je vais aller écrire avec les enseignants la continuité de ce projet-là. Parce que maintenant le but, c'est que nous on a créé ce projet-là, on a créé un cahier pédagogique, y'a des choses justement qu'on va ré-écrire, y'a des choses qui sont tout à fait transmissibles et y'a des choses qu'il va falloir adapter.

Oui, il faut les adapter au public, à l'environnement, aux attentes...

Exactement. Et puis là c'est un très très gros collège, il y a 7 5èmes, y'a une classe unique de néo-arrivants, donc y'a des gens, y'a de la place... y'a plein de choses, y'a plein de cultures différentes... Le problème de l'absentéisme... parce qu'il faut savoir que dans le collège d'Angoulême l'absentéisme avait énormément affaibli le climat scolaire parce que les parents sont venus pour les portes ouvertes pour apporter des plats, pour les 6èmes

y'a eu des goûters d'organisés, des sorties... y'a des choses qui ont été allégées, y'a des fiches hygiène qui ont été mises en place pour que la nourriture puisse rentrer, des choses comme ça. Donc voilà, y'a plein de... y'a plein de choses qui ont été mis en place et qui justement tentent cette année au collège de Bordeaux pour essayer de faire avec sa propre problématique.

Oui, bien sûr. Et donc là, le projet sur Bordeaux, c'est prévu qu'il soit mis en place quand ?
Alors, le projet sur Bordeaux... il va être mis en place à l'automne.

D'accord.

Il va commencer d'être mis en place à l'automne. C'est-à-dire qu'en juin- juillet là, je vais intervenir, enfin c'est en prévision, c'est pas signé hein, mais c'est bien avancé, on a commencé de répondre à des appels à projet financier, c'est-à-dire qu'on est dans le bon axe, justement, une première réunion pour qu'on adapte réellement le projet à leur établissement et à leur problématique d'établissement. Donc pour ça je vais avoir une demi-journée avec les enseignants pour l'écriture de leur projet, de leur début de projet. Et on a demandé aussi le financement de deux ateliers cuisine, qui se feraient au niveau de la restauration collective. Le but normalement, si j'ai bien compris projet parce que ça peut évoluer, c'est pas figé, que la restauration collective permette de proposer les produits sur la chaîne. Ils ont aussi envie, là ça se fera sans moi, mais d'aller sur la visite des lieux d'achats. Donc ils ont le marché des Capucins qui est juste à côté, c'est un grand marché en fait, et puis il y a aussi... un supermarché et il y a des choses aussi qui sont très intéressantes justement quand j'ai rencontré les professeurs, c'est que ils font déjà des choses. Il font déjà des choses autour de l'alimentation et là le but, c'est d'aller un petit peu plus loin que de faire... on va dire qu'ils sont dans le virtuel, ils vont dire « bah voilà on va parler d'alimentation, des déchets... » que là, ma plus value ça va être d'apporter le faire.

D'accord.

C'est-à-dire qu'on va cuisiner, qu'on va visiter, je vais les amener à faire tout ça.

D'accord.

Parce que ce qui était très important dans ce projet-là, c'était le faire.

Oui bien sûr.

C'était réellement la nouveauté en fait. On se rend compte que dans les établissements autour de l'alimentation, il y a plein de choses de faites. L'air de rien, chaque professeur fait des petites choses autour de l'alimentation, chacun dans leur petit coin. Et le but de ce projet-là, et c'est le but de mon côté administratif, l'envie c'est de fédérer les équipes autour d'un thème. Et justement pourquoi pas, autour de l'alimentation. Par ce que ça permet aussi l'échange de cultures.

Et justement, pour fédérer ces différents acteurs, l'équipe pédagogique... mais je suppose que cette coopération elle s'étend sur les personnes que vous allez visiter sur les marchés ou aux professionnels de la restauration et des métiers de l'alimentation... Du coup je suppose que fédérer toutes ces personnes autour de l'alimentation ça ne doit pas être évident, quelles sont les conditions...

Alors ça paraît difficile comme ça mais le côté de fédérer ça arrive presque tout seul et naturellement. En fait, ça ne se fédère pas quand il n'y a pas connaissance.

Oui...

Quand il y a une méconnaissance des choses. Moi sur les expériences que j'ai faites au niveau de la restauration, avec les deux collègues que j'ai vu sur Angoulême, le problème c'est que les gens ne se connaissent pas. Ils évoluent les uns à côté des autres, mais ils ne se connaissent pas. C'est-à-dire que le chef de cuisine par exemple, ne connaît pas les enfants, les enfants ne connaissent pas le chef de cuisine, même s'ils se voient tous les jours. Et quelque part, que le chef montre aux enfants d'où viennent les produits, qu'il y a une réserve, qu'ils transforment, qu'ils fassent des choses, qu'il fait des choses qui sont réfléchies, que le chef se rend compte que les enfants sont respectueux des choses, qu'ils ont plaisir à regarder ce qu'ils vont manger, et qu'ils sont respectueux aussi de ça sur la chaîne, ça assainit énormément les relations. Et du coup y'a plus de confiance qui s'établit au niveau de la restauration. Et là, il y a même ... il y a une anecdote, et moi j'adore cette anecdote-là, parce qu'elle est très révélatrice. Le projet sur Marguerite de Valois est arrêté, et le nouveau chef d'établissement n'a pas voulu continuer et donc du coup il s'est arrêté. C'est la restauration collective qui aujourd'hui demande au chef d'établissement de reprendre le module « restauration collective ». Parce que de nouveau, le climat est tendu au

niveau du passage à la chaîne, de nouveau ça ne passe pas bien avec les collégiens... Donc du coup, c'est même la restauration qui demande que ce pôle-là soit remis. Et moi quand j'ai rencontré le personnel pour le projet d'Aquitaine, ils sont très gentils hein, ils sont ravis, ils ont envie de bien faire, mais ils sont énormément sur la défensive. J'ai pas encore rencontré les élèves hein, mais ils sont sur la défensive sur plein de choses, ils parlent de produits, de recettes... cette communication-là, peut-être que je me trompe, mais elle n'est pas faite avec les enfants. Elle n'est pas faite avec les enfants, et je trouve que c'est dommage. Et donc du coup, le projet est fait pour ça aussi, que les gens se côtoient. Voilà. Et il est important et très bénéfique. Il assainit vraiment les relations entre les personnes. Voilà.

D'accord. Donc si je résume, vous me dites si j'ai bien compris vos propos, du coup c'est primordial d'impliquer les enfants, les collégiens en tout cas, dans ce projet-là, de les rendre acteurs de ce projet-là pour qu'ensuite ils puissent... enfin je veux dire qu'il y a certes l'équipe enseignante, l'équipe de la restauration qui ont un rôle à jouer mais les enfants ont aussi leur propre rôle à jouer.

A totalement ! L'importance c'est qu'ils soient impliqués dans les tâches à faire, comme ça ils s'approprient les choses. Ils ne sont pas simplement spectateurs, ils sont acteurs.

Et est-ce que du coup le fait d'être acteur du changement, le fait d'impliquer les enfants dans ce projet-là, ça peut être une garantie du changement de comportement à long terme, selon vous ?

Alors justement, c'est l'étude que fait Emilie Orliange sur la cohorte des enfants qu'on a suivie pendant trois ans, et justement, quand on voit leur comportement au bout de trois ans... c'est-à-dire qu'ils sont beaucoup plus conscients pour goûter les choses. C'est-à-dire qu'on a réellement dépassé le « j'aime » ou « j'aime pas ». Quand on fait les classes du goût, l'éducation sensorielle, le but est justement de faire dépasser le « j'aime » ou « j'aime pas » aux enfants. C'est-à-dire qu'ils vont beaucoup plus facilement vers l'inconnu ou vers les produits. Quand on voit les publicités, le marketing... ils vont un peu à décrypter les choses. Donc là on s'est rendu compte que oui ça avait eu un impact. Et puis aussi, ils sont aussi acteurs à la maison. C'est-à-dire que quelque part, au niveau de leur alimentation à la maison, ils cuisinent à la maison. Parce que les parents étaient aussi contents qu'en fait la prise de risque avait été prise avec moi, que ce soit avec moi ou quelqu'un d'autre hein, mais elle était faite. Donc du coup eux, ils étaient aussi acteurs à la maison. Et puis les parents sont aussi venus dans l'établissement pour autre chose que pour rencontrer l'administration ou les professeurs. Ils sont venus aussi pour des moments conviviaux. Y'a eu des choses de faites. Voilà.

Alors, c'est super parce qu'en fait j'avais préparé plusieurs questions, mais au fil de l'échange je me suis rendue compte qu'il y avait beaucoup de choses auxquelles vous avez répondues, donc je reprends juste mes questions pour voir les quelques points qu'il reste à voir... Je vais quand même vous poser cette question même si ça a été plusieurs fois abordé mais pour vous, l'accompagnement au changement, à quoi ça vous fait penser en terme de méthodes, de cadres d'intervention, d'objectifs, que ce soit par rapport au projet AFCC ou que ce soit par rapport à votre propre activité ?

Bah là je comprends pas trop la question... je comprends pas ce que vous voulez...

Et bien l'accompagnement au changement, à quoi ça vous fait penser en terme de méthodes (comment est-ce qu'on peut accompagner au changement ? Dans quel cadre on accompagne au changement ? Dans quels objectifs ?...)

Alors d'accord. Alors... j'interviens aussi dans « Plaisir à la cantine » sur le module « goût et sensorialité », et c'est avec les chefs de cuisine du secteur. Et en fait, toute l'éducation au goût, tout ce qui est « prendre le temps » que ce soit avec des petits ou avec des grands, prendre le temps de se poser, et de discuter autour d'un aliment, et mettre des mots dessus, et d'éveiller tous nos sens, en fait prendre ce temps- là implique le changement. C'est-à-dire que par exemple, si on fait de la cuisine, mais on prend pas le temps d'échanger dessus pour moi ça va pas faire du changement. Pour moi, il y a tout un ensemble de choses qui... c'est pas une tâche particulière qui va faire du changement, c'est un ensemble de tâches qui vont permettre de faire, de réinvestir en permanence des choses pour pouvoir faire le changement. C'est-à-dire que par le biais de l'éducation au goût, quand on travaille sur la sensorialité autour de l'aliment, que derrière, donc que ce soit un aliment inconnu ou... on peut faire a sous forme de jeux ou... et bien derrière on va cuisiner, on va se resservir de ces choses-là, on va les faire plusieurs fois, après derrière, c'est justement cette répétition de choses qui fait que ça va produire ce changement-là. C'est pas une action précise qui va faire le changement. C'est en fait une multitude. Moi par exemple, là sur le projet de revalorisation d'un légume que je vais faire sur la Charentes Maritimes, j'insiste sur le fait que, je vais dire... après ils le f'ront ou ils le f'ront pas, j'suis pas là pour vérifier, que les chefs de cuisine reproduisent quelque chose avec cet aliment. Reproposent des choses pour pas qu'on soit... si on fait une action en tant que telle ça ne sert à rien.

Si on fait une action qui se pérennise dans le temps, où on peut mettre en œuvre cette chose-là, la réponse sera correcte. Il faut maintenir une certaine pérennisation des choses. C'est-à-dire que... et bien regardez, la restauration collective qui a arrêté, et bien voilà, de nouveau, des tensions sont là, donc ça veut dire qu'à un moment donné, si vous souhaitez changer les choses, les actions elles sont pas, c'est pas un moment précis ça va fonctionner pour que ça se pérennise. Il faut continuer à le faire, il faut continuer à éveiller sensoriellement les enfants, à leur proposer des choses, à discuter avec eux, que ce soit même enfants, adultes ou une personne quelconque, qu'on arrivera à pérenniser. C'est par la répétition des choses et le ré-investissement de toute façon des savoirs que ça peut se faire. Si y'a pas pérennisation, de toute forme que ce soit, ça passera à un moment donné aux oubliettes pour certains, pour un grand nombre. Pour certains oui ça va marquer par ce qu'ils sont intéressés et qu'ils s'éveilleront eux-mêmes. Mais si on veut faire quelque chose de masse, faut le répéter. Ça répond là ?

Oui oui, ça répond tout à fait. Et sur l'effet de masse, le besoin d'être confronté... enfin c'est pas le bon mot mais... D'être amenés à toujours se poser des questions...

Oui...

Quand on dit « confrontés » ça peut faire penser que ça se fait dans la douleur, et le but justement c'est que ce soit pas dans la douleur.

Bien sûr.

C'est qu'on soit amené à toujours se poser la question, voilà. J'ai donné comme exemple au chef de cuisine de Bordeaux qui veut bien faire les choses, c'est anecdotique, mais des carottes avec de l'ananas... lui il sait, même moi j'ai trouvé que c'était intéressant de travailler sur la texture mais je lui ai expliqué : l'enfant il va se demander « mais qu'est-ce que c'est que ce truc dans les carottes ? ». Après, s'il a l'habitude que vous fassiez des choses, que vous les portez à connaissance, il va se dire « ah bah tiens, finalement, il m'a mis quoi aujourd'hui ? Tiens, je vais goûter ! ». Voilà, il y a une confiance qui s'est installée et il a une relation qui fait qu'on a envie d'aller vers. Voilà. C'est ce que j'essaie d'expliquer aux différents acteurs.

Oui, dans ce que je retiens c'est qu'il y a besoin de confiance, d'établir une relation de confiance entre les acteurs, besoin qu'ils se connaissent pour qu'il y ait une certaine fédération, coopération entre eux et du coup être aussi dans la pérennisation des actions pour créer cet effet de masse et ces changements auprès des jeunes.

Voilà, tout à fait.

D'accord.

Et puis ce qui est important pour l'enfant, c'est le faire. Si vous faites pas faire les gens, ils font pas. Parce qu'on est dans une société de consommation, où c'est flash. Voilà. Et si on fait pas faire, ça s'arrête.

D'accord.

Parce qu'on voit très bien, l'action très très ponctuelle c'est pas...

C'est pas suffisant pour faire impliquer les jeunes ?

Oui. Exactement !

Bon et bien j'en ai terminé avec mes questions. Est-ce que vous souhaitez rajouter quelque chose d'autre par rapport à ces questions-là ?

... Je crois que je vous ai tout dit (rires)

Entretien téléphonique réalisé le 13/04/2018 avec Mme L, Maître de conférence, enseignante chercheur en action collective, politique publique et gouvernance, VetAgro Sup

Présentation

Formation de géographe : s'intéresse à la notion de territoire (quelle représentation, quelle définition...), à comment s'établissent les relations et liens entre la sphère publique et privée.

Sensibilisation à l'alimentation

Aujourd'hui quand on parle d'éducation alimentaire, beaucoup font l'hypothèse qu'il faut investir sur les enfants/adolescents/jeunes car ce sont les acteurs de demain. Ils sont souvent considérés comme pouvant influencer leurs parents, d'où l'importance de l'éducation alimentaire de la jeunesse. Cependant, des avis émergent quant à l'aspect manipulation de l'éducation alimentaire (utiliser les enfants pour changer les comportements des parents).

Intérêt pour cette controverse : d'où émergent ces arguments ? De quelle manière s'inscrivent-ils dans les politiques publiques ? Qui sont les acteurs de cette controverse ? Quel impact sur le long-terme ? Quel lien entre le territoire et les politiques ?

Questionnement sur la pérennisation de l'éducation alimentaire de la jeunesse

Quel contexte institutionnel pourrait favoriser la pérennisation de ces actions ? De quelles portes d'entrée peuvent se saisir les acteurs de l'éducation alimentaire ? Les acteurs de l'éducation au développement durable se sont par exemple emparés des TAP (Temps d'Activité Périscolaire) pour aborder cette thématique, qu'en est-il dans les communes/villes où les TAP n'ont pas été reconduits ?

Un des problèmes que l'on remarque dans le domaine de l'éducation alimentaire de la jeunesse est la fragmentation, à la fois des acteurs et des et des discours :

- Nécessité d'une coordination entre les acteurs (institutions, associations, collectivités, auto-entrepreneurs...), sur les territoires et entre les territoires
- Nécessité de travailler en transversalité, de mettre en lien ces différents acteurs et de créer des espaces de discussions pour ensuite pouvoir agir. Il est important de donner aux jeunes des messages qui aient du sens. Pour cela, il faut décloisonner les discours et permettre aux acteurs de saisir le panel des approches possibles lorsqu'on parle d'éducation alimentaire

Besoin de penser le changement dans le temps, c'est un processus ! La gouvernance renvoie en fait à la coordination d'acteurs, susceptible de changer au fil du temps. Les logiques d'interaction qui en découlent bénéficient aux acteurs en terme d'apprentissage.

Entretien téléphonique réalisé le 18/04/2018 avec Mr M, chargé de mission Education au territoire et à l'environnement sur le territoire du PNR des Baronnies Provençales.

Présentation

Mr M coordonne les programmes pédagogiques « jeunes » et anime le réseau éducatif sur le parc. Il a une conception transversale du territoire : dimensions sociales, historiques, culturelles.... Et travaille en collaboration avec plusieurs services du Parc (agriculture, environnement...).

Mission/Actions du parc en matière de sensibilisation à l'alimentation

Depuis 2013-2014 : plusieurs appels à projets ont eu lieu dans le but de favoriser l'éducation au développement durable. Actuellement, le Parc travaille avec 60 classes de primaire, qui sont de plus en plus nombreuses à solliciter le PNR, mais également avec les centres de loisirs, les centres de vacances sur le territoire, quelques collèges et villes-portes.

Le Parc travaille avec un réseau d'intervenants qui interviennent auprès des jeunes et également avec un réseau de fermes pouvant accueillir les publics sur les exploitations et intervenir en classe également.

Quelle est la démarche pédagogique d'éducation à l'environnement ?

- Rendre le public acteur
- Privilégier le côté actif dans les apprentissages
- Encourager l'ancrage des projets sur le territoire
- Inciter à construire un projet sur plusieurs années
 - Le Parc s'est rendu compte que le fait de faire passer des messages par le corps (en sollicitant les publics et en les rendant actif dans les apprentissages), ceux-ci étaient plus facilement intégrés
 - Lorsque le PNR choisit de travailler sur une thématique, les intervenants ont recours à différents types d'approches (sur le même modèle que le tourisme expérientiel) pour mieux toucher les publics. Leur souhait est aussi de faire des apprentissages de réelles expériences

Exemple de projets portés par le Parc : les projets jardins

- L'objectif est de rendre les enfants : le fait de les impliquer dans les diverses tâches de jardinage les encourage à plus autonomes
- Ces activités sont menées en lien avec les projets scolaires pour qu'ils puissent être considérés comme de véritables projets d'établissement et s'ancrer sur le long terme
- Les instituteurs peuvent bénéficier de formations dispensées par les agriculteurs et professionnels de l'environnement adhérents du Parc sur la manière d'aménager un carré potager par exemple
- L'objectif est ensuite de rendre les instituteurs autonomes dans la gestion et l'animation de telles activités
- D'après des études, les messages trop descendants ne « passent plus », besoin de plus de transversalité et de pédagogie dans la manière de les diffuser

Il est rare que le Parc finance seulement une ou deux interventions auprès des publics scolaires, il préfère au contraire financer 5-6 séances d'éducation à l'environnement ; cela pour impliquer l'enseignant sur le long terme et inscrire ces séances de sensibilisation dans un projet d'établissement.

Le Parc propose des formations (autour du jardinage, « comment aménager un jardin en lasagne par exemple) pour les enseignants, qui sont demandeurs. Le PNR des Baronnies travaille en étroite relation avec l'Education Nationale.

Les sorties organisées pour les collèges, se font sur la journée. Exemple d'une journée type organisée pour une classe de 6^{ème} :

- Visite de ferme et atelier de production/transformation
- Randonnée : comment l'alimentation, l'élevage, façonnent les paysages ? Explication sur l'évolution du paysage et lien hommes/paysage

La pérennisation des actions de sensibilisation à l'alimentation menées par le Parc et les effets bénéfiques qui en découlent dépendent de la pérennité des financements accordés.

Entretien téléphonique réalisé le 19/04/2018 avec Mme S, Formatrice et éducatrice à l'environnement à l'association Le Mat, membre du Collectif pétale

Donc peut-être pour resituer les choses, on s'était déjà rencontrée l'année dernière parce que j'étais en stage à la DRAAF, j'étais sur l'éducation alimentaire de la jeunesse, sur repérer les acteurs qui font de l'éducation alimentaire de la jeunesse sur l'ensemble de la région. Et donc là cette année je fais mon Master 2 en Sciences Sociales Appliquées à l'Alimentation, et donc je fais mon stage de fin d'étude à la DRAAF, donc je suis là depuis début mars jusqu'à fin août et du coup la thématique c'est l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes. Dans le cadre de mon mémoire de fin d'études je m'interroge sur comment est-ce qu'on peut faire pérenniser les actions d'éducation alimentaire qui sont engagées sur le territoire. C'est-à-dire que souvent... par rapport à l'enquête que j'ai faite l'année dernière, ces actions sont majoritairement menées dans les milieux scolaires ou sur des temps périscolaires et du coup, comment est-ce qu'on peut faire pérenniser ces actions, par quels moyens on peut amener les jeunes à être davantage face à ces messages-là que les collectivités veulent faire passer, et comment on peut par là leur permettre de s'approprier ces messages et devenir acteurs de leur alimentation sur le territoire. Donc du coup c'est pour ça qu'on va aborder ces thématiques-là lors du colloque. L'idée c'est de se faire rencontrer aussi les acteurs terrain et les collectivités), et c'est aussi montrer que l'alimentation est un thème transversal et que c'est important aussi d'associer les jeunes aux projets qu'on mène sur l'alimentation, de les rendre acteurs aussi parce qu'on fait l'hypothèse aussi que si on rend les jeunes acteurs, ils pourront déjà être des relais entre eux sur certains messages. Et puis lors du colloque on souhaite aussi aborder la question de l'accompagnement au changement : qu'est-ce que c'est, quels dispositifs, quelles méthodes... voilà, il y a des choses innovantes qui se font, qui commencent à émerger, du coup présenter des outils et permettre des échanges et continuer à impulser cette dynamique d'accompagner au changement, l'importance de travailler collectivement sur ces questions. Donc moi je vous contactais par rapport à plusieurs choses. D'abord par rapport au projet AJIR, j'en ai vaguement entendu parler, je me suis renseignée sur internet et du coup je trouvais ça intéressant de co-construire avec les jeunes du coup je voulais en savoir un peu plus sur ce projet, où ça en était... Et également sur comment est-ce qu'on peut fédérer tout ou partie des acteurs, c'est-à-dire que sur un territoire donné, il y a différentes personnes, différents acteurs (associations, collectivités ou indépendants) qui travaillent de près ou de loin sur l'alimentation et comment est-ce qu'on fait pour fédérer tout ou partie de ces acteurs, les associer à un projet commun, ou comment ils peuvent s'approprier un projet en lien avec l'alimentation même s'ils n'ont pas la même approche de l'alimentation. Il y en a qui vont être plus sur une approche santé, d'autres sur une approche sociale ou environnement mais comment est-ce que tout le monde peut finalement trouver sa place dans un projet sur l'alimentation parce que justement l'alimentation c'est quelque chose de très transversal et que aussi le fait de fédérer des acteurs qui ont des approches différentes, on fait le pari et on pense que ça peut avoir un plus grand effet de masse... le fait de travailler collectivement, d'être à plusieurs, on a plus de moyens, plus de créativité... comment est-ce qu'on peut allier tous ces acteurs autour d'une même question.

Ok. Et bien tu as déjà bien bossé ! Dans le sens où il y a pas mal de champs qui sont bien couverts par les questions, même s'il y en a beaucoup (ce qui est normal quand on fait un travail de recherche), je trouve qu'elles sont bien posées.

Donc est-ce que tu pourrais te représenter en quelques mots ?

Donc moi en quelques mots je suis salariée de l'Association Le Mat, j'ai bossé pas mal sur le site du Vielodon sur la gestion de la structure d'hébergement aussi bien en programme pédagogique que la gestion d'accueil d'hébergement, de repas... pendant un certain temps et maintenant j'ai passé le relais. Et maintenant je suis sur l'animation du collectif pétale 07, en fait en étant salariée de l'association Le Mat, je suis amenée à animer le Collectif pétale 07 qui est notre collectif d'éducation à l'environnement départemental.

D'accord.

Voilà, donc ça c'est une partie de mon poste. Il y a une autre partie de mon poste qui en fonds geps donc aussi sur développer l'éducation à l'environnement des structures de loisirs et d'accueils de mineurs, ça c'est dans le cadre de la relation avec Jeunesse et Sport. Et j'ai une autre partie où je suis missionnée sur la communauté de communes des Gorges de l'Ardèche justement pour les aider à développer leurs projets d'éducation à l'environnement. Donc ça fait trois champs différents qui sont l'accompagnement des acteurs, le développement de projet et la formation

des acteurs pour développer ces projets mais avec trois commanditaires différents. Voilà. Et dans le cas de l'animation de Pétale, effectivement, c'est ça qui fait le lien principal en ce moment à AJIR, puisque dans le cadre du collectif Pétale il y a une convention avec le département de l'Ardèche et le département de l'Ardèche est le chef de file du projet AJIR, et dans ce cadre-là, on a une fiche action d'éducation à l'environnement. Et c'est tout simplement l'animation de Pétale qui vient au service du projet AJIR. C'est pas des trucs qui se rajoutent c'est plutôt des trucs qui s'orientent vers des politiques communes. Parce qu'on a l'impression que ça fait beaucoup mais en fait ça fait comme les pièces d'un puzzle, c'est en lien. Ca te suffit pour le cadre ?

Oui oui (rires). Du coup, si j'entends bien, le public avec lequel tu es le plus amenée à travailler c'est quand même les jeunes, ou du moins tu œuvres et travailles pour les jeunes même si ce n'est pas forcément avec eux concrètement que tu travailles ?

Oui, alors j'ai gardé des situations de face-à-face pédagogiques comme je dis, parce que j'ai besoin d'articuler le travail d'animation de réseau avec le travail concret du terrain, c'est important pour moi. Ca peut être avec des enfants, des jeunes, mais le plus possible je les oriente de telle sorte que leurs encadrants, la situation de face-à-face pédagogique avec enfants ou jeunes, elle serve de situation pédagogique pour l'encadrant. Parce qu'en fait ça va être un des points clés quand tu parles de la question des changements de pratiques et des habitudes alimentaires en direction des jeunes, le problème c'est qu'il faut que les adultes bougent. Moi c'est mon constat aujourd'hui. Alors c'est pas tous les jeunes, mais on a des jeunes qui ont l'envie, la volonté de changement mais en face on a plutôt des adultes soit qui sont pas prêts à ça, soit qui sont pas outillés, soit qui savent pas faire parce que leurs propres pratiques alimentaires ne sont pas celles-là. Donc du coup moi de plus en plus j'ai des formations de transmission aux adultes, aux encadrants, ça peut être enseignants, animateurs, ça peut être éducateurs, mais j'ai aussi, quand j'interviens auprès d'un public jeune ou enfant, j'interviens avec ce regard, l'intervenant qui est présent avec moi sait que ça lui sert de transmission pour qu'il s'en ressente derrière, qu'il se pose des questions pour lui-même, au-delà de mon intervention.

Et du coup c'est quel genre d'intervention ? Ces face-à-face pédagogiques ça peut être sur quelles thématiques ou quel format est-ce que ça prend, pour donner un exemple ?

Ouai, alors moi c'est vrai que j'ai beaucoup le lien jardin-cuisine, coins nature-ateliers cuisine, petit élevage-alimentation-cuisine, tu vois, ce volet-là. Je pars souvent de l'aspect production, j pense qu'il y a un lien à faire avec la production, et notamment, je travaille pas mal avec les agriculteurs qui font de l'accueil à la ferme.

D'accord.

Tu vois, hier j'étais à la formation des agriculteurs qui font de l'accueil à la ferme dans l'Aude, avec le réseau CIVAM. Je fais ça aussi dans l'Hérault, dans le Gard, dans la Drôme et en Ardèche, c'est accompagner les agriculteurs dans leurs pratiques d'accueil à la ferme, donc comment ils vont rendre leur ferme éducative, comment ils ont conscience de ce que l'alimentation, comme tu le disais tout à l'heure, c'est un volet transversal, qui peut toucher tout le monde, et eux ils sont, j'allais dire, sur le premier maillon de la chaîne puisqu'ils sont les producteurs, et souvent ils ont envie d'aller vers la dégustation, ils ont envie d'aller vers justement l'atelier cuisine au sens « petite fabrication » et en fait ils savent pas ce qu'ils peuvent faire avec un public, en matière d'hygiène, en matière d'organisation, en matière de réglementation... Donc voilà, moi je forme beaucoup là-dessus parce que ma structure elle a quand même développé ces compétences-là. C'est-à-dire que peut-être au niveau historique, le Vielodon, ce qui moi m'a beaucoup formé c'est qu'on a une ferme en élevage caprin avec des plantes aromatiques et atelier de transformation, et en fait ce tutorat d'école servait beaucoup de support pédagogique à l'éducation à l'environnement. Donc pratiquement tous nos ateliers, que ce soit faire du fromage, du pain, heu... du sirop d'aromatique... tous nos ateliers mettaient en scène l'alimentation. Et donc on a forcément dû bosser, au moment où ça s'est crispé sur l'alimentation, genre « mais ah vous avez plus le droit », « mais l'hygiène »... bah en fait, au lieu de freiner, on a bossé cette question-là pour devenir bon sur les questions d'hygiène. Et donc on s'est formé, bon c'est aussi un concours de circonstances, c'est aussi parce qu'on a eu l'occasion d'avoir une prof de lycée hôtelier qui nous a accompagnés, on a le gars des services vétérinaires qui a bien souhaité nous conseiller, y'a Jeunesse et Sport aussi... justement, y'a des gens qui ont compris l'enjeu de faire au moins ta thématique, y'a des gens, des institutions, mais j'veux dire, c'est pas des institutions mais bien des individus au sein de ces institutions-là qui ont compris l'enjeu d'éduquer autour de l'alimentation, et qu'ont compris aussi qu'ils avaient pas en face des gens qui se foutaient des questions d'hygiène, et qui étaient prêts à faire n'importe quoi. Ils avaient plutôt en face d'eux des gens qui disaient « ok, on est d'accord sur le fait que l'enjeu est important », et ben c'est aussi comment on fait pour prendre en compte cette exigence d'hygiène, que heu... on a beau être animateur, on n'a pas envie de rendre les gens malades. Donc on est d'accord avec votre exigence institutionnelle qui est de ne pas rendre les gens malades, ça on peut pas être contre, par contre, on voudrait aussi faire reconnaître l'intérêt de l'éducation

à l'alimentation par la pratique, par le faire et tout ça, et construire justement des pratiques qui vont me permettre de maîtriser les risques, pour pouvoir faire ça en toute tranquillité, et pour vous institutions, et pour nous praticiens, j'allais dire, de l'éducation à l'environnement. Tu vois ? Voilà, donc ça ça a été une chance et ça nous a construit de la compétence là-dessus, et aujourd'hui c'est beaucoup celles-là qu'on diffuse. On diffuse non pas les... c'est pas juste « t'as le droit ou t'as pas le droit » mais on diffuse déjà l'intérêt d'éduquer à l'alimentation, de permettre d'expérimenter, de vivre des choses... et on diffuse surtout, l'importance, du coup, de construire une pratique qui prenne en compte tout ça, aussi bien l'intérêt éducatif que le côté hygiène... cette pratique elle est exigeante parce que c'est un cumul de métier. On a aussi bien le métier d'animateur, ou d'enseignant, que le métier de cuisinier, que le métier de personnel de service, responsable de nettoyage et d'hygiène et tout ça, et c'est ça qu'est compliqué. On veut dans un même atelier cumuler tous ces métiers-là et donc il faut accepter que ceux qui font ça bah... En tout cas voilà, moi je pars beaucoup de la production, avant de parler de changer sa pratique alimentaire, en fait c'est ce qu'on va manger bah ça vient d'où, ça a quel sens, ça pose quelles questions... sans forcément dire « le bio c'est bien, le pas bio c'est pas bien », mais plutôt ça pose quelles questions ? C'est quelque chose qui est de saison, qui vient pas de l'autre bout de la planète, et en terme de questionnements pour que les gens se disent « de quoi j'ai envie ». C'est pas moi qui dit « il faut manger ça et ça », c'est effectivement réapprendre à se poser des questions sur son alimentation, réapprendre à prendre aussi plus de pouvoir sur son alimentation. Et ça, ça passe quand même par la production et après il y a quand même un phénomène de société qui est y'a beaucoup de gens qui ont envie de faire soi-même, on veut faire son pain, on veut faire ses légumes... donc c'est plutôt bien une société qui a été un petit peu dépossédée de la maîtrise des choses qui à nouveau a envie de faire mais qui ne sait pas faire comme il n'y a plus de transmission avec les anciens, et j'ai un peu le sentiment qu'on est certains comme ça à être des passeurs parce qu'on a réappris des savoir-faire anciens ou modernes, d'ailleurs, les deux, et en fait on les fait passer à ceux qui sont aujourd'hui avec cette envie de re-maîtriser. Voilà, je sais pas faire une pizza, j'aimerais réapprendre à faire une pizza. Voilà, des choses basiques hein que les gens savaient faire mais c'est vrai qu'on les a dépossédés avec beaucoup de bouffe toute faite hein. Voilà, par exemple on voit bien qu'il y a des entreprises qui organisent des cours de cuisine pour leur personnel, c'est hallucinant quand même !

Ah ça je savais pas !

Ah oui oui ! T'as des grandes entreprises... j'ai une copine qui fait des choses un peu comme moi sur Paris, et donc ils interviennent dans des cours de cuisine pour les entreprises, alors c'est sur un temps de l'entreprise mais qui est pour le développement du salarié, ils ont aussi des cours de jardinage sur les toits d'immeuble, donc par exemple sur Paris t'as l'association Veniverdi... je sais plus si c'est avec Orange ou EDF j'en sais rien, mais ils ont chaque semaine, pour le personnel de l'entreprise, des cadres, n'importe quel personnel, et bien va au cours de jardinage sur l'immeuble.

D'accord.

Parce que ça fait partie d'une proposition de l'entreprise pour le bien être du salarié. C'est pour ça que... Moi je vais aborder le sujet en te disant que y'a un problème, c'est que les adultes qui accompagnent ou encadrent les jeunes qui sont eux-mêmes en difficulté sur leurs pratiques alimentaires. Du coup, quid de l'accompagnement de ces jeunes, qui ont envie de redonner du sens à leur alimentation, alors pas tous hein ! Certains sont dans un système de consommation classique, mais certains ont envie de redonner du sens, par contre, ils n'ont pas en face d'eux des adultes en capacité de faire quoi. Et donc il faut aussi s'occuper des adultes ! Avec des adultes qui des fois ont pris conscience de l'importance de ça, c'est-à-dire que maintenant avec toute la communication sur la santé et l'alimentation, sur le gaspillage alimentaire et tout, moi j'peux pas dire que dans l'éducatif en tout cas, que ce soit animateurs, enseignants ou éducateurs, qu'il ait des gens qui soient contre la prise en compte de tout ça. Intellectuellement, les gens sont plutôt ok avec ça, par contre, ils disent « Marie, apprends nous à faire car on sait pas faire ».

Oui, c'est plus au niveau de la pédagogie ou comment suivre ces jeunes ou comment répondre à leurs attentes... C'est plus sur la forme que le fond ?

Ouai alors la pédagogie est en fait la mise en musique de ce que tu vis. Et le problème c'est que ces adultes-là, ils reconnaissent que leur quotidien c'est pas ça !

Ah oui... manque de crédibilité entre ce qu'ils vont faire passer et... ?

Ouai... et légitimité parce qu'ils disent « bah ouai, moi je sens bien l'importance par exemple d'animer un atelier cuisine avec les jeunes, mais moi à la maison j'achète des trucs tout fait, et je me fais livrer des pizzas et c'est ça mon mode alimentaire. Et je sais que c'est pas bien, mais je suis déjà en train de changer ma propre pratique, et j'arrive pas à être dans la transmission de ce changement-là parce que je suis moi-même en changement. C'est

compliqué ! Je les vois, certains adultes je dirais, parfois même en souffrance. J'ai eu la même chose tu vois, on est beaucoup sur l'éducation dehors, aller camper, cuisinier dehors, bivouaquer... Je commence à avoir des adultes, notamment jeunes parents, qui me disent « mais Marie, tu peux pas nous faire un weekend camping pour nous réapprendre à camper, qu'on puisse emmener nos gamin camper », tu vois ? C'est à la fois chouette d'entendre ça, on se dit « ok, la prise de conscience est là » et à la fois ça permet de mesurer à quel point y'a eu coupure quoi, y'a des manques, y'a des lacunes... Après, moi je suis pas contre qu'on dramatise tout ça, je suis plutôt pour qu'on s'empare de ce sujet-là, mais pas s'en emparer avec que l'aspect « on va éduquer les enfants ou les jeunes », bien s'en emparer avec « il faut éduquer tout le monde sur ces questions-là » ! Au niveau institutionnel c'est pareil ! Quand tu disais « mettre tout le monde autour de la table », et ben justement, c'est arriver à mettre tout le monde autour de la table sur cette préoccupation d'inverser la roue, puisqu'on n'a pas pris un chemin qui est pertinent, mais d'inverser ensemble la roue, sans culpabiliser celui qui est à la ramasse sur ses propres pratiques !

Oui, bien sûr !

C'est pas pour qu'on dramatise autour de ça, mais pour qu'on s'empare plutôt de ce sujet-là, mais pas s'en emparer que avec l'aspect « on va éduquer les enfants ou les jeunes », bien s'en emparer avec heu... il faut éduquer tout le monde sur ces questions-là ! Au niveau institutionnel, c'est pareil. Quand tu parlais de mettre tout le monde autour de la table, et bien justement, c'est arriver à mettre tout le monde autour de la table, sur cette préoccupation d'inverser la roue, puisqu'on n'a pas pris un chemin ensemble pertinent, mais inverser la roue sans culpabiliser celui qui est à la ramasse sur ses propres pratiques.

Oui, bien sûr !

Mais c'est ça qui est sans doute le plus dur dans « mettre les acteurs autour de la table », parce que moi je vois des gens des fois qui réagissent de manière effectivement tendue parce que je pense, ça les remet en question personnellement. Ils sont autour de la table professionnellement, pour travailler sur ces questions-là, mais ils sont pas dupes que leurs propres pratiques elles ont du chemin à faire. Donc il faut arriver à partager le parcours, le chemin, et pas le résultat. Pas se dire « ah lala moi je suis encore tout à m'acheter à Leclerc, et tout fait », c'est pas grave... T'as pris conscience et tu vas commencer à bosser, ça se fait pas en un jour quoi.

Du coup, par rapport à ce que tu dis, que certaines personnes ça les remet en question, qu'elles se rendent compte qu'il y a un décalage entre leurs pratiques et leur souhait d'accompagner les jeunes dans le changement de leurs pratiques alimentaires, ça peut être un frein, mais finalement d'après ce que tu viens de dire, ces personnes-là, pourront pour autant participer à des projets communs avec d'autres personnes, qui elles sont ok sur toute la ligne. C'est bien ça ?

Bon déjà il y a personne qui est ok sur toute la ligne (rires) parce que c'est difficile de tout prendre en compte dans son quotidien, si on veut être dans des cohérences environnementales et développement durable, et après oui, tout à fait ! C'est pas parce que ces personnes ont ce chemin là à parcourir qu'elles ne peuvent pas bosser tout de suite avec les autres sur ces questions-là. C'est simplement que c'est plus difficile parce que justement ça vient toucher son quotidien où tu as conscience qu'il faudrait qu'il bouge pour rester en cohérence avec ta pratique professionnelle mais bah tu peux pas tout changer dans ta vie quoi. Il faut que ça prenne le temps. Donc faut que t'accepte que oui, tu vas être en transmission et en accompagnement des jeunes sur quelque chose, et en même temps toi tu vas être en train de bouger dans ton quotidien. Donc c'est plus une histoire de... d'éthique personnelle. Et après c'est des gens qui du coup, quand ils vont transmettre à des jeunes ou accompagner des jeunes, ils ont pas le savoir-faire, donc c'est pour moi, c'est l'urgence de donner des moyens et des compétences à ces gens-là pour qu'ils soient plus à l'aise. Puisque la compétence et la maîtrise de retravailler avec des produits frais par exemple, ou savoir où s'approvisionner... et bah en fait ils l'ont pas ! Celui qui l'a, il est plus à l'aise pour transmettre, parce qu'il parle de ce qu'il vit.

Bien sûr !

Celui qui l'a pas, il faut vite vite lui donner de la matière pour qu'il puisse être à l'aise, pour qu'il puisse partager autour de la table avec les autres, pour qu'il puisse réfléchir avec les autres... Après, il est intéressant dans les réflexions entre adultes et professionnels parce qu'il est proche de la réalité de certains jeunes, si on peut dire... Par exemple on dit qu'il faut acheter plus de choses de saison mais dans le quotidien des gens, où est-ce qu'il le trouve ? Donc ça va être aussi des bons témoins. Donc ça peut être intéressant. Du coup ça peut être une manière... tout à l'heure je m'étais notée quand tu disais « mettre les gens autour de la table », je m'étais notée qu'il faut valoriser le potentiel de chacun.

Oui !

Donc par exemple chez ces gens-là, ça serait de valoriser « bah tant mieux, ta pratique elle est loin de tout ça, bah tant mieux. Dis-nous du coup ce qui te bloque, ce qui coince », tu vois ? Ca peut être une manière de faire. Ou ceux qui sont très axés santé, « bah ok, dis-nous les arguments côté santé », valoriser ce que chacun a dans un bout de réflexion autour de l'alimentation. C'est dire « chacun a un petit bout de l'histoire ». C'est complexe l'alimentation si on veut lui donner du sens et de la cohérence, mais chacun de nous, on a un petit bout de ce sens et de cette cohérence.

Oui, tout à fait. Et comme ça, ça permet d'éviter d'entraîner de la culpabilisation envers certaines personnes, certains se sentent un peu mis à l'écart parce que un peu moins au clair sur certains points...

C'est ça !

Et puis, c'est aussi ça travailler collectivement : comment travailler ensemble même si on n'a pas les mêmes approches, les mêmes registres... Pour nous l'alimentation ne veut pas forcément dire la même chose, mais on a tous quelque chose à apporter et justement, c'est ça qui fait la richesse et la force du projet ou de ce pourquoi on est rassemblée... ou du moins c'est l'hypothèse que l'on fait.

Disons que il faut chercher à se mettre d'accord sur le chemin et sur les étapes que l'on veut atteindre. Et moi ce que je dis souvent, il faut que les premières étapes, elles soient pas des trop grosses marches, ça sert à rien, et que très vite, dès qu'on en a atteint une, on soit aussi dans la valorisation de l'œuvre collective, la fierté, « bah voilà, on a réussi cette étape-là, et c'est chouette parce que y'a un an par exemple on avait rien fait là-dessus et là maintenant, C'est bon... », ça peut être parce que simplement t'a réussi à faire que toute ta cantine elle s'approvisionne à la boulangerie du coin... Tu vois, même si c'est un détail, c'est pour ça souvent que ça coince... certaines personnes quand elles entendent « 20 % de bio à la cantine » ou 30 %, parce que ça fait un peu ridicule, mais en fait si c'est des étapes et des objectifs qu'on a réussi à atteindre et que c'est pour ensuite passer à une autre, c'est pas grave. Ca peut être des petites étapes mais si derrière, tout le monde unit ses forces et puis avance et ben voilà, c'est étape après étape quoi. On peut pas faire un changement de pratiques alimentaires du jour au lendemain hein. Après c'est vrai qu'il y a aussi les gens un peu extrémistes de l'alimentation, qui viennent percuter là-dedans. Justement, y'a des gens du changement alimentaire radical et complexe, que ce soit les végétariens, les vegan... C'est pas une critique de ces gens-là hein, mais disons que les gens qui vont avoir ces approches-là ou religieuses, défendent justement, pour certains, pas tous, une posture très radicale. Et c'est là où ils aident pas. Sur le fond, « manger moins de viande », tout le monde est d'accord, mais la manière dont s'est amené avec une posture très extrémiste, ça permet pas aux gens qui sont actuellement avec de la viande à chaque repas de recevoir cette information. C'est justement là où la marche est trop haute.

Justement là on est sur « comment communiquer ? » et « à qui communiquer ? », à la manière d'amener les messages et bien faire attention...

Bah, c'est pas que sur « bien communiquer », parce que ces gens-là tu peux les avoir autour de la table sur un projet alimentaire. Et donc du coup, s'ils sont autour de la table sur un projet alimentaire, quand on va essayer de faire que collectivement, tout le monde se mette d'accord sur une petite étape, ils peuvent bloquer en disant « non non, c'est pas ça qu'il faut faire ! Il faut plus de viande, plus de... voilà ». Et donc effectivement, ils vont demander une plus grosse étape. Donc il faut que eux ils comprennent que les gens font du... j'allais dire du à moitié, comme je disais du 20 % bio et pas du 100 %, bah c'est parce qu'il y a pas bio en proximité pour faire du 100 %. Bah là, c'est pareil. Pourquoi pas plus de viande du tout ? Parce que si tu passes du jour au lendemain à plus de viande du tout alors qu'il y a plein de jeunes qui sont dans cette référence-là, de la viande à chaque repas, et bien tu vas loupier l'échelle, donc tu as faire l'inverse, tu vois ? Mais on peut avoir autour de la table des gens qui demandent plus.

Donc après c'est comment en arrive à concilier les gens et les amener à faire des compromis ?

Oui, et puis comment dire... « sur le fond, tu as raison, mais la population n'est pas prête et puis en plus... » Bon dire « tu as raison » c'est discutable, parce que si tu fais rentrer les paramètres santé par exemple sur le fait d'être végétarien ou vegan, bah y'a débat. Y'a ceux qui disent « bah oui, être végétariens, c'est un facteur de santé », ou « être vegan c'est un facteur de santé », et ceux qui disent « bah non, c'est un facteur de risque, de carence... » Et moi, j'ai envie de dire que tout le monde a raison. Celui qui a pris l'habitude d'avoir une alimentation progressivement végétarienne, il est pas en danger, celui qui passe du jour au lendemain d'une alimentation classique à une alimentation végétarienne, il va peut-être avoir des carences qu'il ne va pas savoir gérer, voilà. Donc en fait, c'est difficile parce que tu peux pas dire « toi t'as raison, toi, t'as tort », tout le monde a raison, ça dépend dans quel contexte il se situe. Et donc là, ça repose vraiment sur l'ouverture d'esprit de ces différentes personnes porteuses d'une préoccupation. Je vais pas parler d'approche, je vais parler d'un type de préoccupation.

Ceux qui vont être préoccupés de la viande, ceux qui vont être préoccupés de la santé, ceux qui vont être préoccupés du social... Chacun arrive avec sa préoccupation, est-ce que chacun arrive à mettre ça comme une force et pas comme une règle ?

Oui, d'accord. Tout à l'heure tu disais que l'accompagnement au changement, ça ne se faisait pas du jour au lendemain, du coup comment est-ce que toi tu vois l'accompagnement au changement ? Est-ce que c'est un processus ? Au niveau de la temporalité, au niveau de l'évaluation des changements de comportements, comment est-ce que ça se passe ?

(Réfléchit) Je vais te parler des disfonctionnements que j'ai eu, ça va peut-être te traduire des méthodes possibles. J'ai vu des situations par exemple où on souhaite accompagner au changement là où il y a aucune volonté de changement. Donc peut-être que d'abord il faut voir comment est-ce qu'on crée de la volonté, tu vois ? En gros, c'est dans le projet : il faut que les jeunes ils changent leurs pratiques alimentaires. Bah oui, mais y'a aucune volonté, donc si déjà t'as pas un peu créé d'enthousiasme, de volonté ou d'envie, ou de curiosité au moins, bah tu vas être en lutte, donc c'est pas la peine, c'est pas comme ça qu'il faut s'y prendre. C'est de la volonté et de la curiosité d'abord. Après j'ai vu des démarches d'accompagnement au changement, quel qu'il soit hein, où on va accompagner les gens pour qu'ils changent, mais on n'a pas fait bouger les adultes, tu vois ? Et le changement, il se fait pas chez les adultes, ça les jeunes ils sont cash la dessus. Ils te disent « oui on nous demande de trier les déchets, mais dans la salle des profs, personne ne trie ». Donc là si tu veux, quand t'as ça qui t'arrive dans la tête, tu peux que leur dire « bah vous avez raison ». Et donc toutes ces situations où on demande à l'enfant ou au jeune de bouger, de faire des efforts, d'être en cohérence et où le moindre regard qu'il pose sur le monde adulte qui l'entoure et bah en fait lui, il a pas bougé d'un iota, et bien je trouve qu'on est grave là ! Là franchement, c'est « faites ce que je dis, faites pas ce que je fais », et on sait très bien qu'au niveau éducatif, c'est pas bon du tout ! Voilà, donc ça c'est le côté « est-ce qu'on montre l'exemple ? ». C'est pour ça que moi je te dis que j'essaye de causer avec les adultes et notamment, souvent, les accompagnements au changement, ils se présentent sur un petit sujet, alors que les questions sur l'environnement et le développement durable, c'est complexe. Pas au sens où c'est compliqué, mais c'est complexe. Et il faut qu'on accepte de travailler avec la complexité parce qu'en fait, tout est lié. Si tu te préoccupes de la qualité alimentaire pour manger, pourquoi tu te préoccupes pas d'avoir des produits d'entretien biodégradables parce que finalement t'as des produits sains dans ton assiette mais t'as lavé ta vaisselle avec un truc qui te laisse des particules, des machins... tu vois ? Tout de suite ça t'emmène... dès que tu touches un petit bout de l'histoire, ça t'emmène vers autre chose. Or, j'ai vu des pratiques d'adultes en éducation qui s'occupent d'un bout de l'histoire et qui eux font pas le lien avec tout le reste alors que les jeunes et les enfants le font, tu vois ? Et alors, des fois ils le disent pas, mais eux ils l'ont très bien vu ! Eux ils font le lien parce que c'est la génération EEDD, tu vois ? (rires) et qu'en a soupé de ces transmissions j'allais dire cloisonnées, on vous apprend à trier les déchets, on vous apprend à pas gaspiller l'eau... mais on vous met pas tout ça en cohérence. Et en fait, sans qu'on leur ait appris, eux ils font le lien avec tout ça. Alors pas tous hein, mais par contre les adultes ils font pas le lien. Je vois qu'ils sont très contents d'avancer sur un sujet très fortement, mais l'autre à côté... Tu vois, par exemple on a mis en place des petits coins nature avec des jardins pédagogiques proches des écoles, des centres de loisirs, mis à disposition par la Commune et par contre tu vas avoir l'employé municipal qui va venir avec du désherbant autour du jardin pédagogique. Donc du te dis « mais là y'a quelque chose qui va pas, il a pas compris ce qu'on fait là... ». Tu vois ce que je veux dire ? Et ces incohérences-là, il faut vraiment que les adultes ils apprennent à les lire, et peut-être dans ce qu'on avait pensé faire au niveau des changements de pratiques on fait un peu moins mais un peu plus en cohérence avec les autres sujets autour, tu vois ?

Oui d'accord.

Heu voilà... et après, l'autre critère d'accompagnement au changement, c'est que moi je crois qu'aujourd'hui on n'a jamais eu autant de prise de conscience de l'intérêt de bouger les pratiques alimentaires, pour toutes les raisons que tu as dites : des raisons de santé, sociales, d'environnement... La prise de conscience elle est là mais on est démuni dans la mise en œuvre, et notamment parce qu'on n'a pas des moments où on formalise un choix politique au sens large du terme, pas parti politique, politique au sens ensemble : institutions, élus, associations, indépendants... Effectivement, le projet alimentaire de territoire, il doit pouvoir se faire de manière concertée, c'est-à-dire que si ensemble on se dit « ok, j'avance là-dessus », on construit un véritable échange de changement de pratique, parce qu'il est cohérent, il est pensé ensemble et donc il cherche la cohérence pour tout le monde, et le sens pour tout le monde. Donc après effectivement, on se sert les coudes ensemble. Et ça, j'ai encore l'impression que... soit on a le monde associatif qui y va de manière militante, citoyenne, soit on a l'injonction institutionnelle, mais c'est pas encore... y'a pas encore de situations que c'est ensemble que ça décide d'y aller. Et je crois que c'est un facteur limitant pour avoir des choses... Alors si à l'échelle micro, je crois qu'avec des exemples tu en as

quelques uns, mais comment on va faire pour avoir des échelles qui généralisent ? Puisque là il s'agit pour le coup que différents acteurs reconnaissent des complémentarités entre eux et ne soient pas à savoir qui attire la couverture à lui, qui était là le premier, qui va avoir la valorisation de ça... On s'en fiche, on est en train de changer le monde quoi, et ça doit nous suffire comme valorisation et comme enjeu, tu vois ? Mais ça c'est culturel, c'est pas lié à l'alimentation. Tu le vois bien, soit il y a des initiatives sociales et citoyennes soit y'a des initiatives politiques et techniques, tu vois ? Alors pour le coup c'est un peu ça qu'on essaie de faire dans AJIR. C'est un peu les enjeux du programme AJIR. C'est Jean-Louis Laville, il a écrit un livre sur l'économie sociale et solidaire, qui disait qu'on avait jamais eu un milieu associatif, au sens large, aussi foisonnant en France, mais par contre, il a jamais été aussi peu visible, parce qu'effectivement, il arrive pas à s'affirmer comme partenaire des collectivités, des politiques publiques pour construire ensemble. Or l'enjeu il est vraiment là. Le milieu associatif il se vit toujours en dessous du monde de l'entreprise parce que on n'est pas dans le monde économique... Et donc en fait, le monde associatif il est dévalorisé parce qu'on le compare trop au monde de l'entreprise alors qu'en fait on aurait pu le valoriser dans ce qu'il apporte d'autre que le financier. Il apporte du lien social, il apporte de l'éducatif, et du coup il dit que comme on donne pas cette valeur-là à l'associatif, il prend pas vraiment sa place de partenaire auprès de l'institution, les collectivités... Et que l'enjeu il serait de redevenir partenaire des institutions, de la collectivité ou alors des fois la collectivité elle se décharge vers l'association (les gens qui dorment dans la rue...). Tu vois y'a des fois où c'est vraiment l'association qui prend le relais de collectivité qui n'arrivent pas à s'occuper de ces questions-là. Donc il était là-dessus, et du coup il poussait à reconstruire avec les politiques publiques en lien avec... qu'on communique les acteurs.

Du coup tu as commencé de parler du programme AJIR, du coup est-ce qu'on pourrait peut-être partir là-dessus maintenant ?

Ouai, alors du coup le programme AJIR c'est un Programme Initiative Avenir, un PIA. C'est celui qu'on a en Ardèche sur la jeunesse, parce qu'on a d'autres PIA sur d'autres thématiques. Ce qu'il y a de particulier c'est qu'il est à l'échelle de tout le département.

Et d'habitude, ces PIA sont impulsés par qui ? C'est une demande politique ?

Alors c'est l'État et c'est les financements de l'Agence Régionale des Rénovations Urbaines.

D'accord.

Et en général les PIA sont beaucoup plus localisés, ils sont pas à l'échelle d'un département. Et notamment il sont beaucoup plus localisés en milieu urbain. Donc nous, on a le Département en chef de file et une dizaine d'acteurs en Ardèche qui ont déposé un appel à projet et ils ont obtenu ce PIA à l'échelle départementale pour un projet jeunesse. L'enjeu d'un PIA certes c'est de mettre en place des actions dans le cadre d'un projet, mais avant tout, c'est un projet d'expérimenter de changer les politiques publiques, de faire bouger les politiques publiques. Donc de changer la manière de travailler sur un territoire. Il y a ce double objectif : un projet jeunesse avec une phase 1 d'expérimentation où tu vérifies ce que tu as mis sur le papier, est-ce que c'est pertinent (ça dure 1 an ou 2, nous c'était 1 an 1/2) et puis le reste, les 3 ans 1/2, nous c'était 5 ans, et bien c'est la mise en œuvre de ta phase 2 qui tient compte de tes remarques de la phase 1. Donc un des enjeux c'est la mise en œuvre de ce projet de changer la manière de travailler des acteurs, donc de construire les politiques publiques.

D'accord.

Du coup on se retrouve dans le groupe d'acteurs opérationnels de tout ça, effectivement avec des acteurs très variés dont des collectivités, des institutions, des associations et des chercheurs puisque c'est suivi par un programme de recherche de l'université de Grenoble et qui fait tout le travail de suivi et l'évaluation de ce programme. Donc au départ c'est un ensemble de fiches-action qui font partie du projet, et qui ont chacune leur dominante, que ce soit pour les médias, la parentalité... et parmi ce programme-là, il y a une fiche-action sur l'éducation à l'environnement que nous on suit au niveau du collectif pétale 07, on est porteur de cette fiche action. Voilà. Et donc du coup, chacun au départ s'est attrapé sa fiche-action, et la mise en cohérence lors d'un comité de pilotage et un comité technique et le lien entre ces fiches actions se construit peu à peu, et sur tous les arbitrages, les décisions, les évolutions... Là on vient de terminer la phase 1 et la phase 2 et justement on se retrouve à faire l'articulation (qu'est-ce qui a fonctionné en phase 1 ? Qu'est-ce qu'on continue, qu'est-ce qu'on reprend... ?). ce travail collectif est intéressant car il permet de croiser les types d'acteurs et aussi les types géographiques puisqu'on est à l'échelle départementale et tu sais on est un peu comme la Drôme, on est souvent Nord et Sud, tu vois ?

Il y a des clivages ?

... Donc là ça nous permet de se croiser plus. Et puis l'autre chose que ça permet, c'est que dans les acteurs jeunesse, on voit bien entre ceux qui bossent sur le multimédia, ceux qui bossent sur la formation, ceux qui bossent sur la parentalité, ceux qui bossent sur l'éducation à l'environnement, ceux qui bossent sur la mobilité... c'est aussi des mondes qui sont pas étanches mais qui ne se connectent pas forcément. Donc là, avec l'axe transversal, hop, on s'occupe de nos jeunes ardéchois et donc c'est du 13-30 ans au début. C'est important car ce n'est pas que des jeunes mineurs, ça concerne aussi les jeunes adultes et les jeunes adultes professionnels, et certains qui sont des animateurs jeunesse. Donc on s'occupe de toute une génération 13-30 ans à l'échelle d'un département et en gros on apprend à faire ensemble quelle que soit notre porte d'entrée. Voilà. Et ça c'est assez innovant. Et on a la légitimité d'un programme pour expérimenter, et éventuellement de se louper et d'analyser pourquoi on se loupe. Voilà. Donc ça c'est original, c'est pas toujours facile. Mais on est vraiment dans ce que tu disais tout à l'heure : autour de la table avec des acteurs différents mis ensemble, qui ont quand même un cheminement qui est posé dans le cadre de ce projet, mais qu'ils doivent sans arrêt adapter, articuler, faire connaître ce que chacun fait dans son coin, le partager... Si j'en reviens à l'alimentation, c'est clair que ça touche un peu plus notre fiche action « éducation à l'environnement », mais pas que puisque quand il y a eu les Etats Généraux de la Jeunesse, c'est intéressant de remarquer que à ce moment-là, quand on a donné la parole aux jeunes (donc c'était de savoir ce qu'ils voulaient changer, faire évoluer...) et il se trouve que c'est quand même un sujet important dans les thématiques des jeunes, la question de l'alimentation, et notamment via la question du gaspillage alimentaire. C'est-à-dire qu'ils sont scotchés de la quantité de bouffe qui est gaspillée, ils sont extrêmement touchés par ça, en tout cas c'est ce qu'ils ont fait remonter, dans leurs collèges et leurs lycées, et ça, ils ont envie que ça change. Et surtout, les Etats Généraux de la Jeunesse, ça a permis de croiser des territoires différents et en fait, en comparant les collèges et les lycées, ils se sont aperçus que certains travaillaient dessus et d'autres pas. Donc ils demandent et que ça avance là-dessus, et qu'ils soient écoutés. Et si ce sont des directives nationales, pourquoi est-ce que tous les établissements ne font pas les mêmes choses ? Donc c'est chouette de voir que non seulement ces jeunes s'intéressent à l'alimentation, et qu'ils veulent aussi comprendre pourquoi parfois ça déconne. Et ce qui déconne c'est que les décisions politiques nationales ou académiques et leur mise en œuvre ne coïncident pas... et là c'est le circuit adulte qui n'est pas opérationnel, sur le gaspillage je parle... parce qu'il faut que l'ensemble des adultes soient dans l'accompagnement de ça. Alors souvent, les adultes vont dire « les jeunes gaspillent », mais on sait faire en sorte, dans les collèges et les lycées, qu'il y ait moins de gaspillage. Pour le coup, il y a un processus d'organisation matérielle, pratico-pratique, et d'accompagnement, et de suivi et de vigilance des adultes (parce que c'est le moment où ils vident leurs assiettes)... Maintenant, il y a des expériences en France qui permettent de dire comment faire pour arrêter le gaspillage alimentaire dans les collèges. Donc puisqu'on sait dire, pourquoi ça ne se fait pas partout ? Et ça c'est un peu l'interpellation des jeunes. Par exemple, y'a des jeunes qui ont dans leur collège une Commission pour l'alimentation dans laquelle ils peuvent donner leur avis alors que d'autres non... Après y'a la qualité de l'alimentation qui est sortie : y'a des endroits où ils mangent bien, des endroits où ils mangent pas bien, des endroits où les régimes particuliers sont pris en compte, des endroits où ils sont pas pris en compte... Voilà. Du coup ils comparaient ça et ils disaient « mais maintenant on devrait avoir le droit d'avoir des choix alimentaires plus différents (sans parler de la question religieuse), mais si j'ai pas envie de bouffer de la viande à chaque repas, je dois pouvoir le faire » Or, y'a des endroits où c'est pas forcément possible. Or ça c'est des pratiques simples d'accompagnement des cuisines, sans faire de menu particulier déjà, quand tu fais pas de la viande en sauce avec tous les légumes dedans, tu permets à celui qui ne mange pas de viande de pouvoir manger des légumes. Ça c'est de l'accompagnement des professionnels, qui demande un peu plus de prise en compte. Et moi, sur la table au niveau des adultes, moi je dis « faites attention parce qu'on a beaucoup de jeunes étudiants qui font un internat, or quand tu fais un internat la semaine, il faut savoir que tu prends pratiquement 2/3 de tes repas à ton internat. Donc en fait, ton alimentation est complètement impactée par ton milieu scolaire. Donc si on veut changer les pratiques, il faut quand même qu'on s'occupe de changer justement les pratiques dans le milieu scolaire.

Oui d'accord. On voit vraiment que l'accompagnement au changement s'inscrit dans un environnement beaucoup plus global. D'où la nécessité de prendre en compte le jeune, son cadre de vie, le milieu scolaire, les adultes qu'il côtoie... Et ne pas dire que l'accompagnement au changement ne concerne que le jeune.

Et pas dire non plus que le jeune est en résistance par rapport à ça. Parce qu'il l'est pas forcément. Beaucoup de jeunes ont envie de mieux manger, du moins c'est ce que je constate. Bien sûr qu'ils ont les réflexes... un coca qui leur passe sous les yeux, ils vont en avoir envie, c'est aussi des attirances. Mais manger bon, frais, des choses qui ont du goût, qui sont bien présentées... ils sont globalement pas contre. Par contre ils peuvent pas faire le grand écart entre le repas à la maison et le repas au collège. On est obligé de s'occuper de la marche, de la petite marche à faire. Le milieu familial il peut être tellement varié qu'il faut bien que le collège travaille à la fois sur la qualité

de l'alimentation mais ne perde pas le lien... d'où vient le jeune. Donc comment je compose ? Une fois y'a une association de parents d'élèves qui s'est plaint auprès de la cantine car il y avait trop de légumes. Le souci des parents d'élèves c'est que... les habitudes alimentaires n'étant pas forcément de manger des légumes à la maison, les gamins ne mangeaient pas le midi et les parents ils voulaient que leur gamin il mange, sinon il peut pas tenir. Donc tout est à prendre en compte, il faut pas seulement avancer sur la qualité mais aussi sur tout le chemin à faire pour que tout le monde s'y retrouve. En tout cas, ce qui était nette aux Etats Généraux c'est qu'ils voulaient travailler là-dessus et qu'ils voulaient trouver leur place et que, justement, dans les collèges et les lycées... et un peu partout, si on travaille avec eux, ils vont nous aider à prendre le bon rythme pour conduire ce changement-là. Mais il faut que les adultes soient prêts à changer leurs pratiques. Et ça commence par les cuisiniers, il faut réinventer la relation entre le créateur du repas et le consommateur. Il faut réinventer la relation entre l'agriculteur et le consommateur, donc avec les sorties à la ferme... Puisqu'il y a de pertes de lien et de la valorisation des choses, le sens, le goût... il faut redécloisonner.

Oui, d'accord, c'est ce que je pensais. Il y a vraiment besoin de recréer du lien entre ces différents...

Et refaire vivre des petits plaisirs : la fraise que tu cueilles elle a pas le même goût que celle que tu as dans ton assiette. Mais on n'a pas tous les adultes et les jeunes qui réclament ça parce qu'il y a des gens qui ont ce vécu là et donc ils ont besoin de recréer ces liens car ça leur manque, mais y'a des gens qui n'ont jamais eu ce vécu-là dont forcément ça ne leur manque pas, t'as pas envie d'un truc que tu connais pas... ou alors t'as un petit peu de curiosité personnelle, mais ça c'est autre chose. C'est vraiment sur le lien de l'alimentation à l'environnement, au jardin, au vivant qu'il faut travailler. Et c'est sur le lien au vivant que ça freine le plus dans les établissements scolaires... Donc là il y a un gros boulot à faire pour accompagner ça... cette question du vivant animal et végétal elle est quand même plus contraignante à travailler... Et dans le « comment on fait pour travailler ensemble », ce qui me paraît important c'est que les gens se connaissent et puissent échanger et partager ensemble [...] Pour travailler ensemble sur un même projet avec des acteurs différents, la clé c'est d'avoir le moins de renoncement possible et le plus de consentement possible ! C'est-à-dire qu'on y trouve du sens chacun, peut-être pas avec la même intensité mais on s'y retrouve, certains peut-être plus que d'autres. Je cherche pas forcément l'équité mais il faut qu'au moins tout le monde se sente légitime dans ce genre de projet. Et sur l'aspect « mettre les gens autour de la table », j'aimerais ajouter quelque chose... L'association Le Mat est très imprégnée de l'économie sociale et solidaire et de plus en plus, les structures de l'EEDD ont été très enfermées dans les sujets eau, énergie, déchets et tout ça, alors qu'en fait, à la base c'est beaucoup des gens qui travaillent en réseau, et ce travail en réseau, en tant qu'animateur EEDD, on met en avant nos connaissances sur ces questions d'environnement, et on met rarement notre capacité à travailler en équipe, notre capacité à travailler à distance, à coopérer... et quand ça fait un petit moment que tu es dans ce thème de l'EEDD et dans ces réseaux, tu te rends pas compte, mais tu as des habitudes de travail de concertation, de co-construction... J'dirais que j'ai construit ça sans faire exprès. Petit-à-petit, ça me semble évident d'écouter l'autre, son problème, de dire où j'en suis... et je me dis que ça, c'est pas l'école qui me l'a appris, c'est vraiment ce terrain-là. Et je trouve qu'on le revendique pas assez. Et c'est vraiment un savoir-faire que je vois de plus en plus dans ces réseaux-là mais qu'on ne sait pas mettre en avant. Et par rapport au changement de pratiques, ce que j'ai remarqué, c'est que les collèges, les centres de loisirs, les maisons de retraite où il se passe quelque chose, où les choses évoluent, que ce soit au niveau de l'alimentation ou non, par rapport au changement de pratiques, c'est au moins quand il y a un trio qui se serre les coudes. Sur l'alimentation, je dirai que c'est un trio où il y a quelqu'un qui est plutôt aux commandes, à l'intendance, à l'économie, quelqu'un qui est plutôt à la cuisine, à la réalisation des repas (en général, le chef cuistot), et quelqu'un qui est plutôt sur l'éducatif. Quand ce trio-là est réuni, quand il y a cette diversité-là autour du trio, avec des clés de changement différentes (l'économie, la pratique et l'éducatif), et ben en fait les choses se mettent en place. Si tu as un trio de trois enseignants, il est bloqué sur les questions alimentaires : il a pas les rennes de l'économie ni ceux de la préparation des repas, et tu n'as pas de complexité avec le chef cuisinier ou l'intendant, dont t'arriveras pas à faire bouger les choses. Souvent c'est plus important d'en avoir que trois mais diversifié, plutôt que d'en avoir beaucoup mais d'un seul domaine. De même que si la cuisine veut changer les choses mais qu'il n'y a pas d'appui auprès des pédago, la cuisine va changer et quand ça va arriver en salle, y'aura aucun enseignant pour accompagner. Donc moi je crois beaucoup à cette victoire d'un noyau dur, d'un trio diversifié dans ses portes d'entrée autour du sujet alimentaire.

Effectivement, ça montre bien qu'il est nécessaire de travailler à plusieurs et avec des approches différentes mais complémentaires sur l'alimentation. Et le fait que différents acteurs qui travaillent sur la sensibilisation des jeunes à l'environnement et/ou à l'alimentation et/ou qui sont simplement au contact des jeunes me disent ça, ça montre bien que c'est une réalité et c'est encourageant.

Et après, ce trio-là, il va réussir à créer quelque chose, le problème c'est que c'est très personnalisé. Et du coup, il suffit qu'il y en ait un qui change de poste, hop ça va déstabiliser le trio. Donc après la phase expérimentale qui montre que c'est pertinent d'avancer sur des pratiques... il faut sécuriser par la politique publique ou le choix politique au sein de l'établissement pour que ça rentre dans les pratiques de l'établissement. Et moi j'ai vu beaucoup de projets se faire comme ça avec des trio et ça tient 2 ans, 3 ans... et après ça repart à zéro parce qu'on n'a pas sécurisé d'un point de vue politique de l'établissement. Donc il faut que ça rentre dans le projet d'établissement, il faut que ça soit légitimer au sein de l'établissement, quel qu'il soit, et il faut pas laisser la phase expérimentale s'épuiser parce que c'est l'argent et l'énergie des gens qu'on gaspille sinon, et ça je suis pas d'accord. Les décisions politiques doivent permettre la mise en œuvre.

Est-ce que tu as d'autres remarques ou points que tu aimerais aborder ? De mon côté je reconnais que cet échange a été très riche et j'en ressors avec pas mal d'informations.

Super !

Merci beaucoup ce temps et ces échanges.

Bah écoute, tant mieux. Fais en bon usage et au plaisir de te recroiser... En tout cas c'est un bon sujet ! (rires)

Entretien téléphonique réalisé le 24/04/2018 avec Mme G, Maître de conférence en gestion appliquée à l'exploitation agricole, VetAgro Sup

Alors du coup moi je suis diététicienne de formation, et je fais un master de sciences sociales appliquées à l'alimentation... D'accord...

Donc l'année dernière en Master 1, j'ai déjà fait un stage à la DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes sur l'éducation alimentaire de la jeunesse et là, l'objectif c'était d'identifier les différentes structures et acteurs qui font de l'éducation alimentaire de la jeunesse. Du coup ça a permis de voir une grande diversité au niveau des acteurs, au niveau des portes d'entrée... enfin des manières d'aborder l'éducation alimentaire, une diversité au niveau des publics (même si c'était appliqué à la jeunesse, y'en a qui était plutôt sur les enfants, d'autres plutôt sur les collégiens), une diversité au niveau des cadres d'intervention... Donc du coup j'ai réalisé une brochure qui répertorie un peu tout ça, et puis il y avait quand même une demande sur le terrain, de la part des acteurs, une demande de se rencontrer et de savoir ce qui se faisait ailleurs, et de créer du lien. De se rencontrer entre eux, c'est ça ?

De se rencontrer entre eux, oui, oui. Et du coup c'est pour ça que cette année, je reviens en stage à la DRAAF et que ma mission c'est l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires de la jeunesse. D'accord.

Du coup par rapport à cette mission, je travaille sur deux projets en même temps. L'organisation d'un colloque sur ce thème-là... ... Que vous m'avez fait suivre c'est ça ?

Oui oui. D'accord.

Donc là l'objectif c'est de se faire rencontrer et les acteurs terrain, et les collectivités, et de faire prendre conscience également que l'alimentation est une thématique transversale, et qu'accompagner vers le changement c'est... si on est plusieurs acteurs différents, à travailler l'alimentation de manière différente, c'est plutôt une richesse pour accompagner vers le changement. D'accord.

Et du coup voilà, il y a l'organisation de cette journée, et sur le territoire Auvergne-Rhône-Alpes on a deux territoires pilote, la communauté de communes Thiers Dore et Montagne dans le 63 et le territoire du Grésivaudan en Isère où là, on va mener une recherche-action, donc bon mon stage se termine en août donc la mission ne sera pas terminée quand je vais partir, mais l'objectif d'ici là c'est au moins d'avoir identifié les acteurs qui font de la sensibilisation auprès des jeunes, que ce soit sur l'alimentation, sur l'environnement, sur la citoyenneté... et de voir comment ces acteurs-là peuvent s'emparer de la question de l'accompagnement au changement vers les pratiques alimentaires, et de repérer quels peuvent être les acteurs relais qui sur le territoire peuvent également participer à la diffusion de ces messages-là. D'accord.

Donc l'hypothèse c'est que les acteurs d'éducation alimentaire sont souvent menés dans un cadre scolaire, et c'est assez ponctuel, et du coup l'hypothèse c'est que si les jeunes, en particulier les collégiens, je m'intéresse plus aux collégiens dans le cadre de la recherche-action, si les collégiens ont l'occasion d'entendre ces messages dans leur vie de tous les jours, par des acteurs différents, et que ce ne soit pas forcément sous forme descendante, du coup on fait l'hypothèse que ce sera plus facile pour eux d'intégrer ses messages-là et l'intérêt c'est aussi de les accompagner vers une autonomie, qu'ils se sentent autonomes dans leurs choix alimentaires et qu'ils deviennent acteurs sur leur territoire, de leur alimentation. Voilà un petit peu le cadre de mon stage. D'accord. Ok.

*Donc du coup moi j'avai été en contact avec S*** donc on avait un peu discuté de ces questions de l'accompagnement vers le changement mais finalement elle me confiait que ce n'était pas vraiment sa thématique de travail... D'accord...*

Du coup elle m'a redirigée vers vous et votre collègue. Après c'est vrai que... même si j'ai des entretiens avec des personnes qui ne sont pas vraiment experte sur l'accompagnement vers le changement en terme d'alimentation, ce n'est pas grave car ça me permet d'élargir ma vision. Parce que finalement l'accompagnement au changement ça peut s'appliquer à n'importe quelle thématique, ce qui fonctionne sur telle thématique peut tout aussi bien s'appliquer sur une autre... Donner des idées pour une autre.

Oui c'est ça.

Ouai. Ok

(problème technique : le téléphone a coupé)

Donc du coup j'étais en train de vous expliquer heu...

... Le contexte du stage et que c'était pas grave si on n'était pas expert de l'alimentation (rires)

Voilà, c'est ça ! Et vous alliez dire quelque chose mais ça a coupé.

Oui j'allais dire que même par rapport à l'accompagnement vers le changement, je voulais repréciser...

Oui ?

Pourquoi S*** a réorienté vers moi, parce que je ne me sens pas non plus experte de l'accompagnement vers le changement (rires) mais en fait je co-anime avec une collègue un collectif de recherche qui s'appelle « avec/pour accompagner vers le changement », donc on n'est quand même pas très loin, mais l'idée c'est qu'on est dans une UMR, donc l'UMR Territoire, où on s'est constitué un petit groupe de chercheurs qui en fait se posait des questions sur « faire de la recherche autrement » c'est-à-dire... pour le dire plus simplement, pas en tant que chercheur qui observe depuis l'extérieur des dynamiques sur les territoires, mais en revendiquant qu'on peut être aussi partie prenante de l'action, et que ça change des choses sur l'action et sur la manière de produire des connaissances.

D'accord.

Voilà, du coup on s'appelle « accompagner vers le changement » parce qu'on est tous plus ou moins impliqués dans des démarches d'action, soit en tant qu'enseignant chercheur par exemple, on considère que faire de l'enseignement c'est une manière d'agir aussi, soit en tant que chercheur consultant ou... y'a tout un tas de raisons, mais en gros on est des personnes qui s'intéressent à l'accompagnement concret du changement en ayant une casquette de chercheur.

D'accord.

Donc du coup c'est des thématiques qui nous parlent mais on a une entrée dans ce qu'on fait qui est très « place de la recherche ». On n'est pas directement... comment dire... des experts d'un point de vue technique, pragmatique sur « comment faire pour mettre en place une démarche d'accompagnement du changement ». Nous ça sera plus « comment faire pour, en tant que chercheur, mettre en place une démarche collective, participative » par exemple. Mais ça peut être donner quelques pistes en terme de lecture...

Oui !

... ou de réflexion.

Oui voilà.

D'ailleurs c'est rigolo car quand vous m'avez appelée, j'étais en train de lire un mail sur un guide méthodologique pour l'accompagnement de la transition agro-écologique. Donc les thématiques ne sont pas vraiment les mêmes mais ce qui m'a un peu interpellée en vous entendant parler, sur les acteurs qui aimeraient se rencontrer entre eux, sur le fait qu'il y a pas mal d'actions qui se font mais pas de manière concertée, si il y a un souhait de réfléchir à « comment faire du lien, mieux se connaître », je pense que ce mail que je suis en train de lire peut vous apporter... c'est très pragmatique, des outils méthodo sur « comment mettre en place une démarche collective » sur un sujet donné.

D'accord.

Donc je venais juste de commencer de le lire (rires) mais ça avait l'air assez intéressant. Par exemple, ils ont écrit pas mal d'articles par exemple « comment concevoir des recherches participatives » mais je pense que c'est assez facilement transposable à « démarche collective ». Après je sais pas du tout si ça peut vous parler ou pas, mais en tout cas je peux vous faire suivre tout ça, si ça vous inspire, tant mieux (rires) sinon tant pis (rires). Alors du coup pendant la coupure j'ai réfléchi à en quoi je pouvais vous apporter des trucs, je sais par exemple dans notre collectif on a une collègue... nous on est pas mal des agronomes, des géographes...

Oui j'allais vous demander quels profils... Parce que du coup vous êtes combien de chercheurs membres de ce collectif ?

On est une dizaine.

D'accord.

C'est compliqué à compter parce qu'on n'a pas vraiment des équipes... En gros, dans l'UMR on est une centaine de personnes, et ces 100 personnes peuvent s'inscrire à un ou plusieurs collectifs et participer plus ou moins librement, et à nos animations.

D'accord

Donc inscrits à notre liste de diffusion on doit être 20-25, mais qui viennent régulièrement, une grosse dizaine je dirai.

D'accord.

Et je pensais à une collègue qui a plus un profil psychologie, sciences de l'éducation, et je sais qu'on avait déjà eu des discussions sur bah justement l'accompagnement au changement, où elle avait pas mal de références, du moins plus que nous, sous l'angle psycho sur bah en gros, « est-ce que l'accompagnement au changement passe avant tout par le changement des représentations ou plutôt par l'action... » alors moi je suis pas du tout experte là-dessus... Si c'est des points qui vous intéressent, je peux vous aiguiller vers elle.

Ah oui, je veux bien oui.

Donc je pourrai lui faire un mail en vous mettant en copie, c'est peut-être le plus simple.

Oui, merci. Je note quand même son nom... Et du coup, vous me disiez que ce groupe que vous co-animez... vous ne voulez pas rester dans « observer de l'extérieur » mais vraiment être des parties prenantes, mais est-ce que du coup il y a des projets concrets sur lesquels vous intervenez ? Ou comment est-ce que ça se passe du coup ?

EN fait, dans le groupe on n'a pas encore... ça va peut-être venir mais pour le moment on n'a pas vraiment de projet collectif sur lequel on travaille mais par contre c'est plus les chercheurs qui viennent dans ce groupe-là pour mettre en échange les projets qu'ils ont individuellement.

Ah d'accord.

Et du coup il faudrait plus que je réfléchisse individu par individu... Je suis en train de me dire que ma co-animatrice, qui s'appelle M***, elle a fait partie du projet dont je vous parlais sur l'accompagnement à la transition agro-écologique.

D'accord.

Donc je peux lui demander si ce que j'étais en train de lire est diffusable (rires) je pense que ça sera le cas. Si c'est le cas, je vous l'envoie, et si vous avez des questions ou envie d'approfondir là-dessus, je pense que le mieux c'est de voir avec elle.

D'accord.

Donc ça c'est pareil, je peux vous mettre en lien sans difficulté (réfléchis). Ouai... on est pas mal sur des questions d'agro-écologie. Mais qui font de l'accompagnement dans le changement de pratiques agricoles... après on est pas mal à se poser des questions sur des modules d'enseignement. Par exemple ma collègue M*** qui n'est pas encore rentrée de vacances et moi-même, on a fait un module de formation ingénieur agronome sur « comment accompagner des projets d'installation agricole » et en fait on participe dans le collectif avec, on met en débat un peu ce qu'on fait pour réfléchir sur « comment améliorer nos pratiques ». Mais je pense tout de suite à tatabox, c'est le nom du projet auquel a participé ma collègue M***, C***... ça je peux vous envoyer 2-3 trucs et peut-être un article qu'on a fait y'a longtemps, il est un peu périmé (rires) mais bon... sur « comment se donner des repères méthodo pour mener des démarches participatives » si c'est un aspect que vous voulez creuser.

Oui ! J'ai eu déjà plusieurs articles et plusieurs choses sur à la fois l'accompagnement au changement et le fait de travailler collectivement ou le fait de... voilà, tout ce qui va être sociologie des organisations, des acteurs différents ou comment faire travailler les gens ensemble quand ils ne se connaissent pas... Parce que bon, d'abord c'est important de permettre qu'ils se rencontrent... mais voilà, comment est-ce qu'on arrive à aider des acteurs autour d'une table qui sont tous différents ? Comment est-ce que chacun peut s'emparer d'une même thématique sachant que tous sont concernés mais en fait c'est juste qu'ils n'ont pas l'habitude de travailler ensemble ? Donc oui, tout ce qui est démarche participative, démarche collective, c'est intéressant, en tout cas moi ça m'intéresse, surtout qu'après je réfléchis aussi sur comment pérenniser ces actions d'éducation alimentaire et comment faire participer le plus grand nombre à la sensibilisation de l'alimentation des jeunes... En tout cas moi mon hypothèse c'est que plus on est nombreux à diffuser ces messages, à participer à ces actions-là, plus il y a de chance de créer un effet de masse...

Oui ! ...

Et du coup d'avoir aussi des impacts positifs tout en laissant le choix aux individus, mais au moins qu'ils soient informés et qu'ils aient la possibilité d'être acteurs et pas juste d'écouter, mais de participer, réagir...

Et ça ça peut nécessiter effectivement un peu de coordination ou au moins d'interconnaissance entre les acteurs qui interviennent pour éventuellement repérer des canaux de communication, d'autres cibles ou...

Oui, c'est ça !

En tout cas moi dans ce que je comprends de votre sujet j'entends ça quoi : diversité d'acteurs, coordination, des choses à voir ensemble et là-dessus je pourrai re-réfléchir... je prendrai le temps parce que là comme ça ça ne me vient pas mais les trucs de coordination d'acteurs j'ai déjà dû encadrer des stages avec des objectifs similaires et si j'en retrouve où il y a des choses qui me paraissent intéressantes je vous enverrai aussi.

D'accord. Après j'avais d'autres questions mais bon ça va peut-être être un peu biaiser comme je me suis beaucoup avancé dans les explications de mon stage... Des questions sur votre conception, votre représentation de l'accompagnement au changement, à quoi est-ce que ça fait référence ou comment vous concevez cette thématique...

D'accord.

Donc si je vous dis par exemple « accompagnement au changement », à quoi ça vous fait penser ? Comme ça, des mots clefs, des impressions, une méthode d'intervention... enfin voilà, quelles sont les choses qui vous viennent à l'esprit...

Alors ce qui me vient tout de suite c'est qu'il peut y avoir un peu un paradoxe dans cette expression (rires). Nous ce qu'on a pas mal travaillé un peu dans notre collectif au départ, c'était l'idée d'accompagnement. L'accompagnement seul, pas forcément avec l'idée d'accompagnement au changement. Et je sais pas si vous avez un peu creusé ça, mais on trouve pas mal de choses, notamment de Maila Paul, je sais pas si vous connaissez ?

Alors non, ce nom-là ne me dit pas grand-chose.

D'accord. Et en fait, ça nous on le voit un peu sa conception comme les canaux de l'accompagnement et ça a pas mal été utilisé aussi pour l'accompagnement de personne à personne : une personne qui accompagne une autre personne.

D'accord.

Donc par exemple typiquement, accompagnement à la création d'entreprise, on a pas mal travaillé. Où l'idée est très orientée par « ne pas faire à la place de l'autre », « aider la personne », en gros, faciliter là où elle a envie d'aller, d'être pas du tout expert, descriptif... fin voilà, c'est vraiment des démarches qui aident la personne à trouver en elle où elle a envie d'aller et comment elle peut y aller. En soit on est tous intéressé par cette approche. Et après, ce qu'on voit assez souvent, c'est l'accompagnement... dans cette approche-là en fait, l'accompagnement ça doit être quelque chose de complémentaire et de très libre. Sauf que, de plus en plus, quand on voit « accompagnement », c'est un peu... comment dire... quelque chose qui est prescrit par une institution ou une politique ou par... typiquement, la transition agroécologique, ça pose un peu une sorte de paradoxe dans un sens, si on veut vraiment accompagner les agriculteurs dans leurs pratiques, l'idée se serait de les laisser libres et de les laisser aller là où ils ont envie, mais on a des injonctions politiques, institutionnelles qui poussent à aller vers une certaine forme d'agriculture. Et du coup souvent, le boulot de l'accompagnateur est de composer entre travailler avec l'individu et pour l'individu, et en même temps en composant avec ces injonctions. Et je pense que par rapport à votre sujet, on peut avoir un peu de ça. Quand vous dites « bah le but c'est de laisser libre, de rien imposer aux gens » mais dans un sens, il y a un peu ce mot d'ordre qui est « il faut changer » quoi (rires). Et du coup... le mot accompagnement... on voit de plus en plus que c'est un piège. Il a beaucoup de succès parce que justement il est assez mou. C'est pas « on impose le changement » mais faut quand même se méfier de la manière dont on l'utilise quoi. Parce que parfois ça peut cacher autre chose de beaucoup plus directif (rires). Ne serait-ce que « accompagnement au changement », est-ce que le changement est obligatoire ? Voilà, moi ce qui me vient tout de suite avec cette expression, c'est un paradoxe entre la liberté individuelle et les contraintes collectives (rires) voire des injonctions un peu.

C'est un peu là ce que vous dites des questions éthiques ? Finalement, en quoi est-ce qu'on devrait dire aux individus... enfin, qui est légitime pour dire « il faut changer ça », « il faut aller là » ?

Ouai, enfin éthique ou bien, ça permet de prendre mieux conscience de ce qu'on est en train de faire quoi. Nous quand on a commencé notre collectif on était peut être un peu naïfs et partisans de « on va essayer de laisser les gens retrouver leur liberté individuelle », après quand on regarde un peu plus sur les détails, en fait qui accompagne et comment on accompagne ? On n'accompagne pas par le biais de structures d'accompagnement qui elles-mêmes ont un positionnement politique, donc c'est un peu plus complexe... c'est pas que c'est des questions éthiques, c'est que c'est aussi de la prise de conscience de socialement qu'est-ce qui est en train de se tramer quoi. Après, ça nous empêche pas forcément de dormir qu'il y ait des institutions avec des lignes directrices et qui voudraient faire aller vers une direction donnée quoi. Au contraire des fois ça peut être très intéressant mais voilà, c'est juste de la prise de conscience de ce qui est en train de se jouer quoi.

D'accord. Ensuite, d'après-vous, quelles sont les conditions qui sont nécessaires pour mener des actions d'accompagnement vers le changement durable ? Comment faire pour que ce qui est souhaité ou ce vers quoi on aimerait amener les gens soit durable, que ça puisse s'inscrire dans le temps... dans la mesure où c'est quelque chose qui est souhaité par les populations ou qui va leur être bénéfique ?

Ouai... je reviens un peu à ce paradoxe-là. Si le changement qu'on souhaiterait impulser rencontre une motivation des populations, y'a pas de problème (rires) et je pense qu'il peut y avoir des leviers d'action collectif... l'idée se serait plus de stimuler une prise de conscience collective, lancer des petites actions qui permettent de mettre un pied vers des manières de faire qui soient un peu autre, qui fasse référence, pour les personnes qui ont participé, qui permettent un peu de diffuser ça... Ouai, enfin d'un point de vue concret j'ai pas beaucoup d'idée mais la clé elle me paraît là, résoudre ce paradoxe-là. Faire en sorte que soit le changement qu'on souhaite, vu d'en haut, correspond à ce qui est souhaité vu d'en bas, et si ce n'est pas le cas, essayer de voir comment on peut travailler d'en bas pour réfléchir à un projet fédérateur et qui convienne à tout le monde, innover par rapport à la commande initiale quoi. C'est là que toutes les recherches qu'on a autour des démarches participatives peuvent avoir leur sens quoi.

Est-ce que vous avez des exemples justement par exemple d'action, pas forcément dans l'alimentation, mais d'un changement qui était souhaité d'en haut mais qui ne correspondait pas aux attentes des personnes et où du coup on s'est plus intéressé aux attentes des personnes et essayé de faire naître de là un projet qui puisse aller dans le sens de...

Heu c'est jamais aussi caricatural que ça (rires)

Oui, je suppose (rires)

Mais par exemple, mes travaux de thèse, alors moi j'avais travaillé sur les conversions à l'agriculture bio d'éleveurs laitiers.

D'accord.

Et en fait, à la base, c'était la laiterie qui collectait le lait, qui souhaitait augmenter sa collecte de lait bio. On avait pas mal d'éleveurs qui étaient en agriculture conventionnelle, et la laiterie impose un peu à tout le monde ces conversions en agriculture bio. Donc là c'était un peu un changement imposé d'en haut, en caricaturant aussi (rires).

Oui, oui, bien sûr (rires).

Y'avait forcément 2-3 éleveurs qui étaient porteurs aussi. Et du coup moi j'ai travaillé à une méthode d'accompagnement des éleveurs dans le changement de pratiques pour la conversion à l'agriculture bio. Et vraiment, ce qui était important pour moi, c'était de les faire réfléchir à où ils en étaient dans leur système, vers où ils avaient envie d'aller et pour ça, un levier pour les accompagner là-dedans, c'était d'utiliser le collectif, de les réunir entre eux, et de leur faire modéliser, de façon participative, c'est quoi le fonctionnement d'un système d'élevage. Et après, mon pari c'était que ça leur ferait, ça leur apporterait de nouvelles idées, ça leur permettrait de s'ancrer vers là où ils avaient envie d'aller, et en tout cas... enfin ce qui était important pour moi, c'était de repartir des gens là où ils en étaient dans leur dynamique vers le bas, c'était vraiment des démarches entre éleveurs plutôt que de se dire « on va voir comment on peut sensibiliser le maximum de personnes à passer à l'agriculture bio ». C'était vraiment repartir du projet de chaque agriculteur et de leur donner des conditions pour réfléchir autrement sur l'évolution de leur système. Donc ça c'est plus une réflexion méthodo sur comment toucher gens. Au-delà de la sensibilisation, il y a peut-être aussi de comment se faire tout simplement poser des questions sur comment ils mangent, quelles sont leurs pratiques d'élevage actuellement...

D'accord. Et donc, si je comprends bien, à la fois la démarche collective et le fait d'amener les personnes à se poser des questions, à réfléchir la thématique sur laquelle on souhaite accompagner vers le changement, ce serait un facteur clé de succès d'actions pérennes dans le temps ?

Ouai... facteur clé, j'en sais rien mais ça me paraît pouvoir faciliter (rires). Et voilà, le numéro un, ce serait amener les gens à se poser des questions à partir de leur vécu, de leurs envies, le collectif peut être un facteur qui aide cette réflexion-là, après ça c'est très orienté « changement de représentations » et ma collègue C*** dont je vous parlais, je suis sûre qu'elle dirait « bah il faut amener les gens à avoir un tout petit projet, à s'engager dans l'action autrement et ça peut être plus efficace que de faire changer les représentations ». Mais ça je développe pas trop car c'est son entrée à elle (rires) mais je sais qu'il y a ça aussi qui me paraît intéressant.

D'accord. Et par quels moyens est-ce que c'est possible d'évaluer ce genre d'action ? A la fois en amont et en aval ? Par exemple vous, dans votre travail de thèse, comment est-ce que vous avez évalué ce changement, à la fois au niveau des représentations et des pratiques au niveau des producteurs de lait ?

Heu... pas très bien (rires). Ça faisait partie de ce que j'avais mis dans les perspectives (rires). Très concrètement, j'avais fait des entretiens avec les participants, à la fin donc voilà, j'ai pas grand-chose de très innovant ou d'hyper calé (rires). Après c'est pareil, j'ai un collègue du collectif qui parle beaucoup d'évaluation, qui s'appelle S***, donc lui aussi, si ça vous intéresse il pourrait peut-être avoir des choses à dire sur les questions d'évaluation des démarches participatives.

D'accord.

Enfin, des démarches d'accompagnement (rires). Donc c'est pareil, je pourrai vous envoyer un mail en vous mettant des coordonnées...

Ah c'est gentil, merci.

Mais évaluation en tout cas moi je dirai pas grand-chose car personnellement c'est pas trop trop mon truc. J'ai pas eu trop l'occasion et puis... comment dire... c'est pas trop dans mon état d'esprit (rires). C'est très bien, hein, je suis pas contre l'évaluation, mais c'est pas un truc qui me convient trop dans le sens où il y a souvent une dimension assez normative derrière la notion d'évaluation. Moi j'aime beaucoup... laisser les choses se faire, se donner du temps... et parfois c'est un peu des visions qui sont un peu heu... qui vont pas complètement dans le sens de tout vouloir évaluer en permanence quoi, même si c'est important, et je dis pas l'intérêt de tout ce qui peut se faire sur l'évaluation mais à titre personnel c'est pas mon truc en gros (rires).

D'accord (rires). Est-ce que... donc là plus par rapport à mon travail de recherche-action-expérimentation, plus par rapport au fait de repérer des acteurs relais ou des personnes qui reconnues et légitimes par les collégiens, parce que moi je me suis concentrée plutôt sur les collégiens pour avoir une cible plus précise, est-ce que vous pensez à des personnes, des structures ou des situations relais qui pourraient juste diffuser ou participer au relais de messages de sensibilisation à l'alimentation, sans dire à ces personnes de faire de ces situations des actions d'éducation alimentaire, mais juste être des relais ?

(silence) Là je suis loin de la thématique pour avoir des idées. Je sais pas, les copains, la famille (rires).

Ouai, les pairs, l'entourage ?

Ouai (silence) J'ai un p'tit qui est encore à la crèche donc c'est pas évident (rires)

(Rires) Oui, le collègue c'est pas pour tout de suite (rires)

Je sais pas trop encore comment ça fonctionne concrètement (rires)

Y'a pas de problème. Comme vous me disiez que vous étiez pas trop trop sur ce terrain-là, y'a pas de soucis.

Ouai, voilà. En transposant les travaux que j'ai fait, je dirai les pairs.

Ouai, d'accord. Et je pense à une question... j'aurai dû la poser plus tôt mais pour vous, c'est quoi un acteur relai ? Comment est-ce que vous définiriez ça ?

Je n'ai pas forcément cette expression moi-même...

Est-ce que vous avez une expression autre ou est-ce que vous avez d'autres termes pour parler de la même chose à peu près ? Ou est-ce que c'est une notion que vous n'utilisez pas forcément ou qui ne vous parle pas... ?

De ce que vous m'en dites, c'est l'idée d'avoir des personnes qui pourraient faire un peu un intermédiaire entre le public qu'on cible et les commanditaires entre guillemets, c'est ça l'idée ?

Heu... oui, c'est des personnes qui, en tout cas au niveau très très concret, c'est des personnes qui sont reconnues par les collégiens, qui sont légitimes dans le sens où ils sont connus, ils font partie de l'entourage des collégiens, entourage proche ou institutionnel, et qui du coup, même si leur métier de base c'est pas de faire de la sensibilisation, et que c'est pas de parler de l'alimentation, et bien vu que ce sont des personnes qui font partie de l'entourage des jeunes, c'est des personnes clés qui peuvent diffuser des messages, e lien avec l'alimentation, et qui seront écoutés par ces jeunes et qui pourront.. fin voilà, les jeunes les fréquentent dans leur quotidien et du coup ça permettrait aux jeunes et aux collégiens d'écouter et de faire face à ces messages sur l'alimentation tout au long de leur quotidien, et pas seulement de manière ponctuelle en classe, mais pour les aider aussi à devenir acteurs sur leur territoire de leur alimentation.

Je comprends... avec mes travaux de recherche, j'ai du mal à transposer tout de suite, par contre, je sais qu'à l'INRA y'a un travail sur ce qu'ils appellent « l'intermédiation ». Je connais pas trop mais je me demande s'il peut pas y avoir des choses proches avec ce que vous dites. Alors là je sais qu'il y a un site internet autour de l'intermédiation, là aussi je pourrai vous envoyer le lien si je le retrouve. Parce que si ça y ressemble, ils ont pas mal conceptualisé autour de la notion de l'alimentation.

D'accord. Du coup, une dernière petite question, d'après vous, quels être les outils ou des ressources innovantes dont pourraient se servir les personnes, alors soit les personnes qui travaillent sur la sensibilisation des jeunes, soit justement ces acteurs relais, pour accompagner vers le changement. Des méthodes innovantes, des moyens de diffusion... on parle beaucoup des nudges aujourd'hui mais peut-être est-ce que vous pensez à d'autres dispositifs qui marchent.

(Silence) Le catalogue d'outils que j'étais en train de lire avant que vous appeliez... après c'est pas forcément très innovant quoi... C'est des démarches de concertation, de facilitation participatives pas très 21^{ème} siècle quoi (rires). J'imagine qu'il y a des questions autour des réseaux sociaux ou comment sensibiliser par ce biais-là quoi, après j'ai pas spécialement d'avis quoi.

Donc voilà. C'était ces questions-là que je souhaitais vous poser par rapport à ma thématique de mémoire de recherche et par rapport à mon sujet de stage. Donc voilà, si vous avez d'autres choses à rajouter, auxquelles vous pensez, qui pourraient nourrir ma réflexion et des points sur lesquels j'ai pas insisté ou que je n'ai pas abordés, ou si pour vous on a fait le tour de la question...

Bah pour l'instant y'a rien qui me vient... Je vais vous faire un mail avec les noms des collègues et puis si j'ai des choses qui me viennent, je vous les envoie.

Moi en tout cas il y a quelques points sur lesquels (les conditions nécessaires, les démarches participatives), ce que je retiens aussi c'est le mot « accompagnement » sur lequel il faut faire attention. Et c'est quelque chose que je n'avais pas du tout en tête...

Ca par contre je pourrai faire passer un article dans ce cas.

En tout cas je vous remercie beaucoup pour cet échange, pour ce que vous m'avez apporté.

Entretien réalisé le 27/04/2018 avec Mr B, formateur auprès des agents de restauration des collèges, Conseil Départemental du Puy-de-Dôme

Présentation

Mr B participe grandement à la mise en place de selfs collaboratifs dans les établissements qui le souhaitent (demande en hausse sur le département).

Historique

- Début 2007, le laboratoire s'est engagé dans une démarche d'évaluation du gaspillage alimentaire
- 2011-2012 : travail sur l'équilibre alimentaire
- 2013 : rédaction de la charte « Alimentation et Plaisir » avec la collaboration de plusieurs chefs étoilés de la région ex-Auvergne

L'approvisionnement en restauration scolaire sur le Puy-de-Dôme

- Au niveau des approvisionnements de produits locaux, il y a peu de difficultés pour les produits laitiers et les viandes (l'élevage est une activité agricole très présente sur le territoire auvergnat)
- Les gestionnaires des restaurants scolaires peuvent également se tourner vers Agrilocal 63 (plateforme de mise en relation entre acheteurs du Puy-de-Dôme et fournisseurs de produits locaux), les produits répertoriés et proposés ne sont pas forcément issus de l'agriculture biologique
- Une autre plateforme sur le département du Puy-de-Dôme propose des produits issus de l'agriculture biologique mais seulement 70% sont locaux

Les produits issus de l'agriculture biologique sont plus facilement intégrés sur l'année que s'ils sont mis au menu une fois dans l'année.

Un établissement scolaire du Puy-de-Dôme a mis en place un repas sans viande par mois. Cette démarche a rencontré beaucoup de difficultés, notamment du fait que sur le département l'élevage (production de lait et de viande) est très important d'un point de vue culturel. Pour introduire les protéines végétales dans les menus, Mr B s'est inspiré d'une démarche déjà existante dans un établissement scolaire du Rhône (boulettes et galettes végétales). Aujourd'hui c'est un type de menu qui fonctionne plutôt bien.

Les selfs collaboratifs en restauration scolaire

Cette démarche a permis de faire prendre conscience au personnel de restauration qu'il était possible de mettre des buffets/bar à salades sur des linéaires si la disposition du restaurant scolaire ne permet pas de disposer ces stands de manière plus éclatée. Ce qui est le plus compliqué dans ce type de démarche, c'est la gestion des flux : les enfants ne restent pas assis tout le long du repas mais se déplacent plusieurs fois (pour aller se servir l'entrée, le plat chaud...). Le Conseil Départemental s'est d'ailleurs rendu compte que suite à la mise en place de selfs participatifs, le temps passé à table s'était stabilisé et avait légèrement augmenté dans certains établissements. Les agents de restauration ont vu leur poste changé et le contact qu'ils ont avec les élèves est moins descendant : ils veillent à ce qu'ils respectent les règles d'hygiène (se servir avec la pince pour le pain) et à ce qu'ils n'abusent pas sur les quantités qu'ils se servent. Il n'y a donc pas eu de suppression de postes mais plutôt une réorganisation de ces derniers qui a eu un impact positif sur la nature des relations entre les agents de restauration et les élèves.

Certains établissements scolaires proposent des soupes qui sont très appréciées des élèves (potimarron et butternut sont leur préférées). Lorsque la saison hiver est terminée, certains chefs proposent des gaspachos et soupes froides qui marchent bien également.

Les personnels de restauration suivent des formations pour préparer des terrines maison, des pâtisseries maison... Le métier de cuisiner est valorisé et la démarche de self collaboratif est un moyen de redonner au personnel de cuisine sa fonction principale : cuisiner !

Parfois, des repas à thème sont organisés : c'est l'occasion de donner un caractère plus festif et convivial au repas. L'équipe pédagogique ainsi que les cuisiniers sont investis et travaillent ensemble pour ces repas aient une dimension éducative (traduction des menus par exemple).

Au niveau de la présentation des fruits, le personnel de cantine s'est rendu compte que les collégiens en prenaient plus facilement s'ils étaient déjà découpés. D'après Mr B, c'est aux cuisines de s'adapter à cette nouvelle génération « snacking » pour faciliter la consommation de certains produits. D'après lui, la question que doivent se poser les cuisiniers est « comment reproduire les habitudes alimentaires des jeunes dans la restauration collective ? ». D'où l'importance de partir des représentations et des pratiques des jeunes pour amorcer un changement dans leurs pratiques alimentaires.

Un autre aspect qu'il est nécessaire de prendre en compte est la différence/le décalage de culture alimentaire entre la restauration collective (plats typiques de la cuisine française : blanquette de veau, bœuf bourguignon, pot-au-feu...) et la culture alimentaire des collégiens (génération snacking...). Pour eux, les plats « traditionnels » sont exotiques, dans le sens où ils ne font pas partie de leur répertoire alimentaire, tandis qu'ils sont plus familiers avec les plats épicés (en lien avec la fréquentation de certains fast-food et restauration rapide type kebab où les épices sont très présentes). A partir de cette constatation, le Conseil Départemental du Puy-de-Dôme a mis en place des formations « épices » pour les cuisiniers et ce pour adapter les plats servis aux goûts des enfants (et donc limiter le gaspillage alimentaire).

Suite à une observation dans un collège du département, le Conseil départemental s'est rendu compte que sur les 6 composantes proposées aux élèves sur la chaîne de restauration, seulement 4 étaient choisies. Le gaspillage alimentaire est aussi lié à la quantité servie et proposée en salle qui n'est pas adaptée à l'appétit des élèves. D'où la nécessité de proposer moins de produits. La diminution des quantités cuisinées engendre une réduction nette du gaspillage alimentaire et permet ensuite aux établissements de réinvestir l'argent économisé dans l'approvisionnement des produits (achats de produits locaux et/ou bio parfois un peu plus onéreux, choix des types de viandes : morceaux plus nobles qui sont plus appréciés des élèves, achat de matériel de cuisine...).

En parallèle du travail fait dans les cuisines pour diminuer le gaspillage alimentaire, il y a eu beaucoup de travail sur la communication sur la connaissance des agents de restauration et la provenance des produits entre autre. Cela a permis de rendre les équipes actrices du changement et de ne pas leur imposer de solution toute faite. Des visites des cuisines des établissements scolaires ont été organisées, événements qui ont été très appréciés par les élèves et qui ont eu un impact positif sur la relation élèves/personnel de restauration. Certains collèges sont allés plus loin : les agents de restauration sont intervenus en classe, ont organisé des ateliers cuisine, ont organisé des visites de leur lieu de travail lors des portes ouvertes de l'établissement (parents et élèves). D'après Mr B, le premier axe pour diminuer le gaspillage alimentaire est la communication : importance de faire connaissance entre les différents acteurs concernés (personnel, élèves, produits...), de créer du lien et d'améliorer les relations entre les acteurs (ne pas être sur de la culpabilisation ni de la stigmatisation!).

Les collégiens sont un public difficile (lié à l'âge), aussi il est plus que nécessaire de décloisonner et de faire de la transversalité pour que la lutte contre le gaspillage alimentaire soit pérenne dans le temps et pour favoriser le changement de comportement.

Le fait de rendre les enfants acteurs de leur choix alimentaires, tant sur le type de produit souhaité que sur la quantité servie, a permis de modifier certaines de leurs pratiques : leurs choix se portent plus facilement vers des légumes en plus de la portion de féculents par exemple. Les changements de comportements amorcés sur le temps du midi dans les collèges ont eu une incidence à leur domicile, auprès de leurs parents (socialisation inversée).

D'après Mr B, les aspects responsabilisation et éducation sont très importants lorsque l'on travaille sur la thématique de l'accompagnement au changement auprès des jeunes. Dans le cadre de la mise en place des selfs collaboratifs, il était primordial de ne pas être dans la culpabilisation et la stigmatisation, mais au contraire d'impliquer les acteurs concernés, les enfants et les agents de restauration, qui ont chacun leur part de responsabilité et leur rôle à jouer, et ce à des niveaux différents.

La mise en place de ce type de démarche n'a pas été simple car il a fallu faire travailler ensemble des acteurs qui ne se connaissaient pas forcément et n'avaient pas l'habitude d'être sur les mêmes projets (équipe pédagogique, équipe éducative et équipe de cuisine). Il a été nécessaire de faire prendre conscience aux AED (Assistants d'Education) qu'ils avaient un rôle éducatif sur le temps du repas (favoriser l'éveil au goût, limiter le gaspillage alimentaire, veiller au bon déroulement du repas : convivialité, partage...).

Entretien téléphonique réalisé le 02/05/2018 avec Mme Na, chef de service Réception, Diététique et Actions Educatives au sein de la ville de Colomiers.

Présentation du projet

Mme Na est responsable du projet « Donne des « sens »ations à ton assiette » mis en place en 2016 sur les établissements de la commune de Colomiers (site pilote). L'objectif était d'impliquer les agents de restauration ainsi que les animateurs à l'éveil du goût des enfants sur les temps des repas. Ces deux types d'acteurs ne dépendant pas de la même direction, il était essentiel de créer du lien entre eux pour que le projet soit pérenne dans le temps et qu'il porte ses fruits.

Les agents de restauration ainsi que les animateurs ont suivi une formation de 2 jours fin 2015 autour des sujets suivants :

- Qu'est-ce que l'éducation au goût ? Quels en sont les enjeux ? Qu'est-ce que l'équilibre alimentaire
- Quel comportement adopter sur le temps du repas ?
- Jeux de rôle/mise en situation

Une fois que les acteurs concernés par le projet ont eu terminé leur formation, entre 6 et 7 séances ont pu être proposées aux enfants sur la base du volontariat sur les temps ALAE ou les clubs/temps de loisirs.

Quels résultats ?

Bien que n'ayant peu de recul sur les résultats de cette expérience, on peut tout de même noter une amélioration dans les rapports entre les agents de restauration et les animateurs, ainsi qu'une revalorisation des liens entre les agents de restauration et les enfants. Cela contribuant à une meilleure diffusion des messages sur l'éveil sensoriel et l'éducation au goût. Au bout de la première année déjà, des enfants qui se montraient très réticents face à la nourriture étaient plus enclins à goûter de nouveaux aliments et manifestaient moins de difficultés sur les temps des repas.

Les enfants ont été très contents de ces animations et sont aujourd'hui considérés comme les ambassadeurs du goût sur la ville de Colomiers. Lorsque la cuisine centrale veut tester de nouvelles recettes ou qu'elle organise des repas à thème, ce sont eux qui goûtent les préparations qui sont ensuite modifiées et réajustées si le besoin s'en fait ressentir. Pour valoriser leur implication dans ce projet, les enfants se sont vus remettre un diplôme.

Les retours des parents d'élèves sont tout aussi positifs. Il est plus facile d'échanger avec eux lorsque les enfants participent aux animations du projet lors des ateliers du soir, mais certains parents ont reconnu que le comportement de leur enfant « difficile » avait changé quant à la manière d'appréhender le temps du repas.

Ce projet a permis de revaloriser le travail ainsi que le rôle des agents de restauration et des animateurs notamment en leur faisant prendre conscience que le temps du repas revêtait un caractère éducatif (éveil sensoriel, apprentissage du goût...). Pour que les effets de ce projet soient pérennes dans le temps, « Donne des « sens »ations à ton assiette » a été reconduit sur la période 2016-2017, grâce aux financements de l'ARS avec quelques modifications : pour les élèves de primaire, une visite du producteur de yaourts du restaurant scolaire a été organisée tandis que les élèves de maternelles ont pu assister à un spectacle autour du goût. Le but pour l'année 2018-2019 est d'impliquer d'avantage d'acteurs dans ce projet : producteurs, familles et éducateurs. Actuellement, le projet est porté par l'ANEJ.

Entretien réalisé le 01/06/2018 avec Mme M, animatrice à l'Espace Jeunes de Celle-sur-Durolle

Présentation

L'Espace Jeunes est une structure qui existe depuis environ 5 ans et qui dépend de la Communauté de Communes Thiers Dore et Montagne. Rapidement un espace web télé a été mis en place (accompagnement des jeunes sur les techniques de tournage et de montage). Au début, il n'y avait qu'une personne (le directeur) qui s'occupait de l'accueil des jeunes et de leur encadrement. Puis le directeur a souhaité qu'une seconde personne vienne l'épauler, si possible un profil féminin pour que les adolescentes fréquentant l'Espace Jeunes soient plus à l'aise pour discuter ou demander des conseils sur certains sujets. De ce fait, les animateurs ont une posture différente de celles des professeurs et le cadre dans lequel les activités pour les jeunes ont lieu n'est pas le même que celui de l'espace de loisirs. Ici, il y a cette volonté de la part des adultes qui s'occupent des jeunes d'établir une relation de confiance et de complicité avec les jeunes.

La structure travaille avec 2 collèges du secteur et les 2 lycées de Thiers. Le directeur intervient au collège de la Monnerie dans le cadre du club vidéo.

Mme M s'occupe des séances TAP au cours desquelles elle explique aux élèves de CM1 et CM2 comment fonctionne le monde de la vidéo, leur propose de leur faire tourner une petite vidéo de présentation.

Fonctionnement de la structure

Les jeunes s'inscrivent à l'année mais la structure ne propose pas de programme pré-établi. Les activités et les sujets de tournage varient en fonction de la demande des jeunes et de l'agenda des événements culturels au cours desquels ils peuvent être sollicités (fête de la musique, festivals...).

L'Espace accueille entre 15 et 18 jeunes de la 6ème au lycée le mercredi après-midi et une dizaine de jeunes le samedi. Pendant la semaine, les deux encadrants préparent leurs interventions. La parité est plus ou moins respectée.

Il faut savoir que la zone dans laquelle se situe l'Espace Jeunes est très rurale, tous les jeunes qui viennent se connaissent et c'est aussi une des raisons pour lesquelles ils aiment s'y retrouver et faire des choses ensemble. C'est aussi un espace de convivialité car le mercredi midi certains collégiens viennent prendre leur déjeuner à l'Espace.

Ici, l'accompagnement du jeune ne veut pas dire « faire à la place de » mais c'est au contraire montrer la technique, s'assurer que la personne a bien compris puis la laisser faire tout en restant disponible si elle a besoin d'aide. Cette démarche a été adoptée par les jeunes entre eux lorsqu'ils s'entraident mais également envers l'animatrice qui demande de l'aide aux jeunes sur certains points.

L'Espace Jeunes propose aux jeunes un mini séjour durant l'été (10 jours) pour faire découvrir le territoire. Après avoir choisi une commune, ils recherchent quelles sont les spécialités de cet endroit, quelle est l'histoire, les monuments historiques... et choisissent les personnes à interviewer et à filmer durant ces 10 jours. Ce sont également eux qui établissent les menus, font les courses et la cuisine. Ils se relaient à tour de rôle pour assurer les différentes tâches comme la cuisine, la vaisselle, le ménage... C'est une bonne occasion pour eux d'apprendre le sens des responsabilités.

Les activités vidéo

Les jeunes font eux-mêmes le tournage et le montage vidéo, ils sont responsables du matériel professionnel, ce qui leur apprend le sens des responsabilités.

Ce sont les plus grands qui forment les plus jeunes aux techniques de vidéo. Il y a cette volonté à l'Espace que les jeunes soient des relais entre eux des connaissances qui leur ont été apportées. Ce qui crée du lien entre eux.

Les jeunes (mode de vie, comportement)

Un point sur lequel il est nécessaire de veiller est le fait que les jeunes sont aujourd'hui noyés par beaucoup d'informations, il est donc primordial d'être efficace et pertinent dans la manière de concevoir et diffuser les messages.

Les adolescents qui rentrent au collège, et en particulier les filles, sont plus sensibles aux messages de santé et relatifs à la silhouette. Cette période de transition (au niveau scolaire et physiologique) peut être difficile à vivre pour elles, aussi il est important que les adultes qui font partie de leur quotidien veillent à leur bon état de santé.

Pour les adolescents, la diététique est synonyme de régime, d'absence de plaisir alimentaire... Ils savent que ce n'est pas forcément bon de manger trop de produits sucrés ou gras ou salés et tombent facilement dans la culpabilisation lorsqu'on leur fait une remarque sur l'alimentation. Néanmoins ils savent et peuvent se corriger d'eux-mêmes quant à l'équilibre alimentaire (décalage normes et pratiques).

L'association

En parallèle des activités vidéos, les jeunes ont créé leur propre association « Béta Junior Asso » dont ils s'occupent en intégralité (les deux encadrants de la structure sont là pour superviser et les aider dans les demandes de subventions par exemple). C'est l'occasion pour eux de mieux saisir la réalité de la vie, le sens des responsabilités et cela les encourage à croire en eux. Les jeunes sont très contents de cette association et en sont fiers !

Objet : Demande de rencontre – Projet de recherche/action « Accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes » – DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes

Bonjour,

Je suis Joséphine SOULIER, étudiante en Master Sciences Sociales Appliquées à l'Alimentation, et stagiaire à la Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Forêt Auvergne-Rhône-Alpes (site de Lyon). Dans le cadre de mon stage (mars-août 2018), je m'intéresse à la thématique de **l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires de la jeunesse** (les 11-15 ans constituent ma cible d'étude).

- Aussi, dans un premier temps, mon travail consiste à identifier et cartographier les actions et ressources existantes sur le territoire de la Communauté de Communes Thiers Dore et Montagne relevant de la sensibilisation des jeunes à l'alimentation durable (associations, structures d'accueil pour les jeunes, cadre d'intervention, champ thématique, cible, quartier urbain, rural, prioritaire...). Ceci dans l'objectif de susciter des discussions et propositions pour associer le maximum de ces acteurs au relai de la démarche PAT (Projet Alimentaire Territorial) engagée sur votre territoire : messages, outils mis à disposition, canaux de diffusion, démarches participatives ou associées...
L'objectif est de pouvoir fédérer les différents acteurs travaillant de près ou de loin sur l'éducation alimentaire de la jeunesse (institutions, associations, collectivités, animateurs, éducateurs, personnel de restauration scolaire, acteurs-relais...) afin de faire naître des projets communs, des partenariats et de créer un « effet de masse » permettant une diffusion plus importante des messages confortant cette démarche PAT.
- Dans un second temps, nous pensons que la sensibilisation pourrait également être relayée par nombre d'acteurs du territoire aujourd'hui peu ou pas impliqués mais intervenant auprès de la jeunesse à différents titres personnels de restauration scolaires, assistantes maternelles, associations, bibliothèques, centres de loisirs, marchés, animateurs sportifs... ; ces acteurs, investis à divers niveaux auprès des populations cibles, sont reconnus par elles, légitimes et représentent donc un support clé dans l'accompagnement au changement de nouvelles pratiques alimentaires.
Leur implication dans de tels projets est un réel gage de réussite dans la mesure où ces personnes peuvent diffuser, dans la durée, les messages que la collectivité souhaite délivrer sur l'alimentation (proximité, saison, santé etc.).
L'enjeu sera de déterminer comment en associer certains et les impliquer pour qu'ils relaient simplement des messages clés dans le cadre de leur propre activité (mise à disposition de matériel, outils de communication, formations...)

Aussi, j'aimerais savoir :

- S'il serait possible de vous rencontrer afin de mieux connaître le mode de vie des collégiens, les lieux qu'ils fréquentent, leurs attentes en matière d'alimentation (rencontre/échanges avec le personnel de la restauration scolaire, de l'équipe éducative et/ou pédagogique). Je suis bien consciente que vos agendas sont chargés en cette fin d'année, néanmoins cela m'aiderait beaucoup dans ce travail d'identification et de recensement que je mène sur votre territoire
- S'il serait possible de rencontrer quelques collégiens pour échanger sur leurs attentes en matière de communication sur l'alimentation, sur leur cadre de vie, les lieux qu'ils fréquentent en dehors du collège (et qui pourraient être des situations relais pour la diffusion de messages par exemple)
- Si vous pourriez m'indiquer les coordonnées de l'association des parents d'élèves ? Ils me seraient d'une aide précieuse dans ce travail.

Par avance merci.

Bien cordialement,

Joséphine SOULIER Stagiaire Education alimentaire / PNA – Service Alimentation
Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Forêt Auvergne-Rhône-Alpes ;
Site de Lyon 165 Rue Garibaldi – BP 3202 – 69401 LYON Cedex 03 –
Tel : 04 78 63 13 64

Matériel nécessaire :

- Tableau ou paperboard
- Feutres ou marqueurs
- Dictaphone
- Portable
- Montre

Objectifs :

- Avoir une meilleure connaissance du mode de vie des collégiens
 - ❖ Les activités de loisirs/sportives/culturelles
 - ❖ Les lieux qu'ils fréquentent en dehors du collège (quoi, où, avec qui, à quelle fréquence...)
- Leur intérêt pour l'alimentation et ce qui les intéresse à ce sujet
 - ❖ Leur vision de l'alimentation en général
 - ❖ Au niveau de la restauration scolaire
 - ❖ Au domicile, dans le cadre domestique
 - ❖ Au niveau personnel (recherche d'indépendance, souhait de se démarquer des parents, de contourner les normes, de s'affirmer...)
- Leurs attentes en matière de communication :
 - ❖ Connaissance des messages sur l'alimentation
 - ❖ Avis sur la manière dont les messages sont passés
 - ❖ Qu'est-ce qui retient leur attention aujourd'hui dans les messages qui sont passés ?
 - ❖ Repérer d'éventuels pistes de travail pour communiquer autrement et plus efficacement sur l'alimentation auprès des jeunes

Présents :

- Séance au collège de Puy-Guillaume : une dizaine d'élèves représentant chacun des niveaux du collège (membres du foyer ou délégués de classe)
- Séance à l'Espace Jeunes de Celles-sur-Durolle : les jeunes adhérents qui ont l'habitude de participer aux activités proposées

Déroulé de la séance :

1 heure de prévue pour les échanges avec les collégiens :

- Introduction : 10 min
- Temps d'échanges : 40 min
- Conclusion : 10 min

Introduction à la discussion :

Bonjour, je suis Joséphine Soulier et je m'intéresse à l'alimentation des jeunes, en particulier des jeunes de votre âge. Les objectifs de cette discussion collective sont pour moi de mieux connaître votre mode de vie, ce que vous aimez faire en dehors du collège, quel est votre avis sur l'alimentation et quelles sont vos pratiques alimentaires en général. L'ensemble des propos restera confidentiel et anonyme. Il n'y a ni de bonnes ni de mauvaises réponses, ce qui m'intéresse c'est votre avis. Sentez-vous libres de me raconter ce qui vous semble important sur ce sujet, cela m'aidera beaucoup dans mon travail de recherche. Je vous demanderai seulement de vous respecter les uns les autres dans la prise de parole.

Pour commencer, je souhaiterais que nous fassions un rapide tour de table (votre prénom, votre âge, votre classe, et une activité que vous aimez faire en dehors du collège).

Grille de questions :

Thèmes	Objectifs	Questions	Relances
Mode de vie ~ 10 min	Avoir une meilleure connaissance des lieux fréquentés par les jeunes, de leurs activités sportives et culturelles	Pourriez-vous me dire quelles sont les activités que vous pratiquez en dehors du collège (loisirs, sport, culture...) ?	Dans quel cadre faites-vous cela ? Quand ? Avec qui ? A quelle fréquence ? Pourquoi ces activités-là en particulier ?
	Identifier les acteurs de sensibilisation avec qui ils sont en contact	Que représentent pour vous les personnes qui vous encadrent durant ces temps-là ?	Quelles différences ou points communs par rapport aux professeurs, à vos parents... ?
	Repérer des situations relais pour la diffusion de messages clés sur l'alimentation	Pensez-vous à d'autres lieux ou contextes ?	
Intérêt pour l'alimentation ~ 20 min	Avoir une meilleure connaissance sur la vision qu'ont les jeunes sur l'alimentation (restauration scolaire, cadre familial, propre consommation) Repérer les pratiques des jeunes sur l'alimentation dans différents contextes	Si je vous dis « alimentation », à quoi cela vous fait-il penser ?	Un produit, un métier, un lieu, un goût... ? A quels moments de la journée prenez-vous quelque chose à manger ? (alimentation informelle)
		Est-ce que c'est un sujet qui vous intéresse ?	Pourquoi ?
		Est-ce que c'est quelque chose qui vous fait plaisir ?	
		Si je vous dis « alimentation » et « collègue », à quoi cela vous fait-il penser ? Quelles sont vos pratiques ? Qu'est-ce que vous avez le droit de faire et quels sont les interdits ?	Au niveau des repas servis, du gaspillage, des menus, du personnel de cantine, des messages qui sont véhiculés ... ?
		Si je vous dit « alimentation » et « maison », À quoi cela vous fait-il penser ? Quelles sont vos pratiques ? Qu'est-ce que vous avez le droit de faire et quels sont les interdits ?	Qui fait les courses ? Où ? Qui prépare les repas ? Quand mangez-vous ? Avec qui ?
Où vous procurez-vous à manger ? Est-ce que vous achetez parfois des produits que pour vous ? (nomadisme)	Quel genre de produits ? Quelle satisfaction ? Quelle consommation ? Où ? Quand ? A quelles occasions ? Pour quelles raisons ?		

Communication ~ 10 min	Sonder les jeunes sur ce qu'ils pensent des messages véhiculés aujourd'hui sur l'alimentation	Aujourd'hui quels sont les messages ou informations que vous retenez par rapport à l'alimentation ?	Qui diffuse ces messages ? Où les avez-vous entendus ou vus ?
	Avoir une meilleure connaissance sur leurs attentes en matière de communication sur l'alimentation	Que pensez-vous de ces informations ? Est-ce que cela a changé quelque chose ? Comment réagissez-vous face à ces messages ?	Quelle est la pertinence de ces messages ? Les trouvez-vous adaptés ?
	Identifier d'éventuels influenceurs ou moyens pour créer un effet de masse parmi les jeunes	Qu'est-ce qui retient votre attention aujourd'hui ? Qu'est-ce qui fait que vous allez retenir telle information plutôt qu'une autre ?	
	Repérer les moyens de diffusion et de communication utilisés par les jeunes et qui peuvent créer un effet de masse	Si vous étiez la personne en charge de faire passer des informations sur l'alimentation, comment vous y prendriez-vous ?	Quel type de message ? Qu'est-ce que vous aimeriez dire ? Qu'est-ce qui vous paraîtrait important à communiquer ? Quels canaux de diffusion ?
Conclusion ~ 10 min	Souhaitez-vous ajouter quelque chose ? Merci pour votre participation !		

Matériel nécessaire :

- Tableau ou paperboard
- Feutres ou marqueurs
- Dictaphone
- Portable
- Montre

Objectifs :

- Avoir une meilleure connaissance du mode de vie des collégiens
 - ❖ Les activités de loisirs/sportives/culturelles
 - ❖ Les lieux qu'ils fréquentent en dehors du collège (quoi, où, avec qui, à quelle fréquence...)
- Connaître leur intérêt pour l'alimentation
 - ❖ Leur vision de l'alimentation en général
 - ❖ Au niveau de la restauration scolaire
 - ❖ Au domicile, dans le cadre domestique
 - ❖ Au niveau personnel (recherche d'indépendance, souhait de se démarquer des parents, de contourner les normes, de s'affirmer...)
- Connaître leurs attentes en matière de communication sur l'alimentation
 - ❖ Connaissance des messages sur l'alimentation
 - ❖ Avis sur la manière dont les messages sont passés
 - ❖ Qu'est-ce qui retient leur attention aujourd'hui dans les messages qui sont passés ?

Présents :

Un groupe d'adultes (équipe pédagogique, équipe de cuisine et équipe administratives) composé de l'infirmière scolaire, du CPE, d'enseignants de SVT, du chef de cuisine et d'un agent de restauration.

Déroulé de la séance :

1 heure de prévue pour les échanges avec le groupe :

- Introduction : 10 min
- Temps d'échanges : 40 min
- Conclusion : 10 min

Introduction à la discussion :

Bonjour, je suis Joséphine Soulier et je m'intéresse à l'alimentation des jeunes, en particulier des collégiens. Les objectifs de cette discussion collective sont pour moi de mieux connaître leur mode de vie, ce qu'ils aiment faire en dehors du collège, quel est leur avis sur l'alimentation et quels sont leurs pratiques alimentaires et le comportement face à l'alimentation en général. L'ensemble des propos restera confidentiel et anonyme. Il n'y a ni de bonnes ni de mauvaises réponses, ce qui m'intéresse c'est votre avis. Sentez-vous libres de me raconter ce qui vous semble important sur ce sujet, cela m'aidera beaucoup dans mon travail de recherche.

Pour commencer, je souhaiterais que nous fassions un rapide tour de table (votre prénom, votre fonction au sein de l'établissement et depuis combien de temps vous travaillez ici).

Grille de questions :

Thèmes	Objectifs	Questions	Relances
Présentation	Connaître les adultes interrogées (leur fonction et le rapport qu'ils ont avec les collégiens)	Nous allons faire un rapide tour de table pour se présenter. Pourriez-vous me dire quelle est votre fonction et depuis combien de temps vous travaillez dans la structure ?	
Mode de vie ~ 10 min	Avoir une meilleure connaissance des lieux fréquentés par les jeunes, de leurs activités sportives et culturelles Identifier les acteurs de sensibilisation avec qui ils sont en contact Repérer des situations relais pour la diffusion de messages clés sur l'alimentation	Pourriez-vous me dire, à votre connaissance, quelles sont les activités que les collégiens pratiquent en dehors du collège (loisirs, sport, culture...)?	Dans quel cadre font-ils cela ? Quand ? Avec qui ? A quelle fréquence ? Pourquoi ces activités-là en particulier d'après-vous ?
		Pensez-vous à d'autres lieux ou contextes ?	
		En tant qu'encadrants, adultes, personnes représentant une certaine forme d'autorité, comment vous sentez-vous perçus par les jeunes aujourd'hui ?	Quelles relations avec les jeunes : tension, obéissance, provocation... ? Y a-t-il des posture (équipe pédagogique, administrative, de cuisine) parmi vous qui vous semblent plus difficilement acceptables par les jeunes ? Ou au contraire, avez-vous l'impression d'être perçu de la même manière par les élèves ? Pour quelles raisons ? Remarquez-vous des différences de comportement de la part des collégiens suivant les adultes auxquels ils ont à faire ? Pourriez-vous me donner des exemples ?
Intérêt pour l'alimentation ~ 20 min	Avoir une meilleure connaissance sur la vision qu'ont les jeunes sur l'alimentation (restauration scolaire, cadre familial, propre consommation) Repérer les pratiques des jeunes sur l'alimentation dans différents contextes	Si je vous dit « alimentation et jeunes », à quoi cela vous fait-il penser ?	Un produit, un métier, un lieu, un goût, un comportement... ?
		Est-ce que c'est un sujet qui selon vous les intéresse ?	Pour quelles raisons ?
		Si je vous dit « alimentation des jeunes au collège », à quoi cela vous fait-il penser ? Quelles sont les pratiques que vous avez pu observer ?	Au niveau des repas servis, du gaspillage, des menus, des relations, des messages qui sont véhiculés ... ?
		Avez-vous l'occasion d'échanger sur l'alimentation avec les collégiens ?	Si oui : dans quel contexte ? De quoi parlez-vous ? Comment réagissent les jeunes ?

Thèmes	Objectifs	Questions	Relances
Communication ~ 10 min	<p>Sonder l'avis des adultes sur la manière dont les jeunes perçoivent et réagissent aux messages liés à l'alimentation</p> <p>Avoir une meilleure connaissance sur la manière de communiquer des et sur leurs attentes en matière de communication</p> <p>Identifier d'éventuels influenceurs ou moyens pour créer un effet de masse parmi les jeunes</p> <p>Repérer les moyens de diffusion et de communication utilisés par les jeunes et qui peuvent créer un effet de masse</p>	<p>Aujourd'hui quels sont les messages ou informations que les jeunes retiennent par rapport à l'alimentation ? Pourriez-vous me donner des exemples ?</p>	
		<p>Quelles sont leurs réactions quand ils évoquent ces messages ? Est-ce que vous avez pu observer des différences au niveau de leurs pratiques ?</p>	<p>Quel est votre avis sur la pertinence de ces messages ? Les trouvez-vous adaptés ?</p>
		<p>Qu'est-ce qui, selon vous, retient leur attention aujourd'hui ? Qu'est-ce qui fait que les jeunes vont retenir telle information plutôt qu'une autre ?</p>	
		<p>Quels sont les critères qui vous semblent importants à prendre en compte dans la diffusion de messages auprès des jeunes ? Quels sont les points de vigilance ?</p> <p>Quels sont les outils qui vous paraissent importants à mobiliser pour communiquer auprès d'eux ?</p>	<p>Quel type de message ? Qu'est-ce qui vous paraîtrait important à communiquer ?</p> <p>Quels canaux de diffusion ?</p>
Conclusion ~ 10 min	<p>Souhaitez-vous ajouter quelque chose ?</p> <p>Merci pour votre participation</p>		

Objectifs	Questions	Relances	E1	E2	E3	E4	E5	E6	E7
Prise de contact	Si je vous dis « alimentation » et « collège », à quoi cela vous fait-il penser ? Quelles sont vos pratiques ? Qu'est-ce que vous avez le droit de faire et quels sont les interdits ?		5ème Aime lire Sport : course	6ème Sport : foot Jeux vidéo	5ème Sport : foot et badminton Jeux vidéo	5ème Sport : vélo Jeux vidéo	5ème Sport : foot et vélo (avec ses amis)	4ème Sport : sports de combat (boxe thaïlandaise, boxe et thaï condo)	4ème Sport : gymnastique (club)
Avoir une meilleure connaissance des lieux fréquentés par les jeunes, de leurs activités sportives et culturelles	Pourriez-vous me dire quelles sont les activités que vous pratiquez en dehors du collège (loisirs, sport, culture...)?	Dans quel cadre faites-vous cela ? Quand ? Avec qui ? A quelle fréquence ? Pourquoi ces activités-là en particulier ?	Jouer à la console Lire Faire du sport / du foot → Soit au domicile, soit en club ou avec l'AS (Association Sportive) du collège						
Identifier les acteurs de sensibilisation avec qui ils sont en contact	Que représentent pour vous les personnes qui vous encadrent durant ces temps-là ?	Quelles différences ou points communs par rapport aux professeurs, à vos parents... ?	A l'AS, la personne qui encadre les jeunes est vu comme un coach, comme un entraîneur → Discussion : compétition						
Repérer des situations relais pour la diffusion de messages clés sur l'alimentation	Pensez-vous à d'autres lieux ou contextes ?		Construction de cabanes dans les bois entre copains Le city : « <i>c'est comme un parc fermé où tu peux...où on peut jouer au foot et au basket</i> »						
Avoir une meilleure connaissance sur la vision qu'ont les jeunes sur l'alimentation (restauration scolaire, cadre familial, propre consommation)	Si je vous dit « alimentation », à quoi cela vous fait-il penser ?	Un produit, un métier, un lieu, un goût... ?	Voir schéma « Brainstorming « Alimentation » Collège de Puy-Guillaume » (dernière page de la grille d'analyse)						
	A quels moments de la journée prenez vous quelque chose à manger ? (alimentation informelle)		« <i>Tout le temps</i> » ; « <i>Quand on a faim</i> » ; « <i>Le matin, le midi et le soir mais je prends toujours des trucs entre temps</i> » ; « <i>Un peu tout le temps, mais pas au collège</i> » ; « <i>Quand je suis chez moi je mange tout le temps</i> » ; « <i>Avec les parents, à part le goûter</i> » ; « <i>Surtout devant la console</i> » <u>Structure du repas</u> : matin, midi, goûter et soir <u>Prises alimentaires informelles</u> : devant les jeux vidéo, grignotage (garçons)						
	Est-ce que c'est un sujet qui vous intéresse ?	Pourquoi ?	<u>Fonction physiologique de l'alimentation</u> : « <i>On va pas se laisser crever de faim</i> », « <i>C'est le plus important</i> », « <i>C'est naturel</i> », « <i>On est obligé de manger</i> »						
	Est-ce que c'est quelque chose qui vous fait plaisir ?		L'alimentation est quelque chose qui leur fait plaisir : « <i>Ca dépend ce qu'on mange</i> » ; « <i>Tout le temps, ça me fait toujours plaisir</i> »						
	Repérer les pratiques des jeunes sur l'alimentation dans différents contextes	Si je vous dis « alimentation » et « collège », à quoi cela vous fait-il penser ? Quelles sont vos pratiques ? Qu'est-ce que vous avez le droit de faire et quels sont les interdits ?	Au niveau des repas servis, du gaspillage, des menus, du personnel de cantine, des messages qui sont véhiculés ... ?	<u>Problématique du self</u> : ne pas pouvoir se resservir, sortir de table en ayant encore faim « <i>Sur les menus, faudrait peut-être qu'ils en commandent un peu plus mais après ça ferait peut être plus de gachis mais ceux qui ont faim bah voilà...</i> »					

<p>Avoir une meilleure connaissance sur la vision qu'ont les jeunes sur l'alimentation (restauration scolaire, cadre familial, propre consommation)</p> <p>Repérer les pratiques des jeunes sur l'alimentation dans différents contextes</p>	<p>Si je vous dis « alimentation » et « maison », À quoi cela vous fait-il penser ? Quelles sont vos pratiques ? Qu'est-ce que vous avez le droit de faire et quels sont les interdits ?</p>	<p>Qui fait les courses ? Où ? Qui prépare les repas ? Quand mangez-vous ? Avec qui ?</p>	<p><u>Alimentation informelle</u> : la nuit, en cachette devant les jeux vidéo « <i>si mes parents voyaient tout ce que je mange... il me mettrait la raclée</i> », techniques mises en place pour que les parents ne s'aperçoivent pas qu'ils se servent dans les placards</p> <p><u>Interdits</u> : pas le droit de manger avant les repas, de grignoter, de manger des paquets de chips devant la console. Pourtant ces interdits ne sont pas respectés → Pourquoi l'interdiction ne fonctionne pas ? Trop directif, besoin de se sentir libre et de faire ce qui plaît, besoin d'autonomie... ?</p> <p><u>Préparation des repas</u> : certains aident à la cuisine, les deux parents cuisinent un peu, un élève fait la cuisine car il a envie de faire ce métier et donc s'y intéresse particulièrement</p> <p><u>Autre</u> : aide pour mettre la table, débarrasser (règles de vie mises en place au sein des foyers et respectées par les jeunes)</p>
	<p>Où vous procurez-vous à manger ? Est-ce que vous achetez parfois des produits que pour vous ? (nomadisme)</p>	<p>Quel genre de produits ? Quelle satisfaction ? Quelle consommation ? Où ? Quand ? A quelles occasions ? Pour quelles raisons ?</p>	<p>Accompagnent pour faire les courses et aident Vont parfois s'acheter des produits pour eux : « <i>au Spar des fois on y va le vendredi quand on finit plus tôt, pour manger</i> » (avec des copains)</p>
	<p>Est-ce que vous souhaitez ajouter quelque chose d'autre sur ce point ?</p>		<p><u>Santé</u> : lien sport/alimentation/santé « <i>souvent mes parents ils me disent faut pas que t'arrête le sport sinon tu vas grossir</i> » MAIS certains se rendent compte que cette réalité n'est pas forcément vraie « <i>moi j'ai arrêté le sport, fin j'en fais toujours mais j'ai pas grossi. Je fais toujours du sport mais moins qu'avant et j'ai pas pris de poids</i> »</p>
<p>Sonder les jeunes sur ce qu'ils pensent des messages véhiculés aujourd'hui sur l'alimentation</p> <p>Avoir une meilleure connaissances sur leurs attentes en matière de communication sur l'alimentation</p> <p>Identifier d'éventuels influenceurs ou moyens pour créer un effet de masse parmi les jeunes</p> <p>Repérer les moyens de diffusion et de communication utilisés par les jeunes et qui peuvent créer un effet de masse</p>	<p>Aujourd'hui quels sont les messages ou informations que vous reprenez par rapport à l'alimentation ?</p>	<p>Qui diffuse ces messages ? Où les avez-vous entendus ou vus ?</p>	<p><u>Messages retenus</u> : PNNS, « <i>Bien manger le matin, pour pas grignoter... sauf que j'ai tout le temps faim, et bien manger le midi pour ne pas grignoter, pareil, j'ai tout le temps faim, et survivre jusqu'à 4h et encore survivre jusqu'au soir</i> », « <i>Moi mon père il me dit qu'il faut manger moins le soir que le matin et le midi</i> »</p> <p><u>Sources</u> : programmes télé</p>
	<p>Que pensez-vous de ces informations ? Est-ce que cela a changé quelque chose ? Comment réagissez-vous face à ces messages ?</p>	<p>Quelle est la pertinence de ces messages ? Les trouvez-vous adaptés ?</p>	<p><u>Réaction</u> : « <i>On se demande si on le fait ou pas</i> » (ces messages remettent en question), « <i>Je pense que c'est vrai mais que tout le monde ne le fait pas</i> », « <i>C'est un peu pour ça qu'il y a des gens qui sont malades, qui sont obèses</i> »</p> <p><u>Changements</u> ? « <i>Non parce que quand j'étais petit ils m'ont habitué à faire ça donc après ça continue</i> »</p> <p><u>Pertinence des messages</u> : « <i>Pour les gens qui font pas attention à leur santé, qui sont à la mode « j'men fous de tout, j'mange ce que je veux », oui, mais pour les gens qui font attention un petit peu à manger des fruits, des légumes, ça peut aider quoi... mieux s'alimenter... mais c'est pas obligatoire non plus quoi</i> »</p>

<p>Sonder les jeunes sur ce qu'ils pensent des messages véhiculés aujourd'hui sur l'alimentation</p> <p>Avoir une meilleure connaissances sur leurs attentes en matière de communication sur l'alimentation</p> <p>Identifier d'éventuels influenceurs ou moyens pour créer un effet de masse parmi les jeunes</p> <p>Repérer les moyens de diffusion et de communication utilisés par les jeunes et qui peuvent créer un effet de masse</p>	<p>Qu'est-ce qui retient votre attention aujourd'hui ? Qu'est-ce qui fait que vous allez retenir telle information plutôt qu'une autre ?</p>		<p>Sujet du message : « Si on s'y intéresse on va plus y retenir, si on s'en fiche bah... on y retient pas »</p> <p>Mode de diffusion : « en cours par exemple si c'est un film, on va peut-être mieux retenir que si c'est écrire ou juste parler », support visuel, ludique</p>
	<p>Si vous étiez la personne en charge de faire passer des informations sur l'alimentation, comment vous y prendriez-vous ?</p>	<p>Quel type de message ? Qu'est-ce que vous aimeriez dire ? Qu'est-ce qui vous paraîtrait important à communiquer ? Quels canaux de diffusion ?</p>	<p>Sur internet : Youtube, Dailymotion, réseaux sociaux (snapchat, instagram, twitter) « à la télé on regarde de moins en moins la télé, on est de plus en plus sur youtube »</p> <p>Partenariat avec des jeux vidéo ? Partenariat avec le sport, des équipes de foot (sur les maillots)</p> <p>Formulation : « Faire passer un message qui soit le plus simple possible, qui soit pas compliqué à savoir »</p>
<p>Souhaitez-vous ajouter quelque chose ?</p>			



Schéma : Brainstorming « Alimentation » Collège de Puy-Guillaume

Présents :

7 élèves assistent à la séance : 1 élève de 6ème (1 garçon), 4 élèves de 5ème (dont 1 fille) et 2 élèves de 4ème (1 fille, 1 garçon).

Lieu :

Le focus group a lieu dans une salle de réunion au sein du collège. Avec l'aide du CPE, nous avons mis quelques sièges en arc de cercle pour que les élèves soient plus à l'aise pour discuter et que le format ressemble le plus possible à celui d'une discussion. Une table est à proximité des sièges et sert de support pour le dictaphone. Le CPE et l'infirmière assistent à la séance en tant qu'encadrants veillent au bon déroulement de la discussion. Je reste debout durant la discussion.

Durée :

La discussion collective a duré moins longtemps que prévu (30 minutes), notamment dû au fait que les jeunes étaient timides. J'ai rencontré quelques difficultés pour les faire parler tout en restant le plus neutre possible. La présence de responsables d'établissement lors de la discussion les a peut-être intimidés. De plus, l'alimentation étant une thématique très personnelle, l'aborder devant des adultes qu'ils connaissent peu ou pas a pu impacter leur aisance lors du focus.

Déroulé de la séance :

Le CPE et l'infirmière assistent au focus group et veillent au bon déroulé de la séance. Le CPE rappelle aux élèves pour quelles raisons ils sont présents :

« Nous accueillons Mme Soulier qui va vous parler des pratiques alimentaires des jeunes, dans le cadre d'un projet de recherche, elle est amenée à rencontrer des jeunes de votre âge pour parler de cette thématique, activité, sensibilité, attentes en matière d'alimentation, d'accord ? Donc c'est pour ça que vous êtes là aujourd'hui donc n'hésitez pas à dire, à intervenir, ça se fait d'une manière assez sympathique donc n'hésitez pas pour pouvoir aider Mme Soulier dans son projet de recherche. D'accord ? »

Il explique également pour quelles raisons la discussion va être enregistrée et rappelle que les propos qui seront tenus ne seront pas divulgués et ne seront utilisés que dans le cadre de mon travail d'analyse.

Les élèves sont quelques peu perturbés par ce qui se passe : les fenêtres de la salle donnent sur la cour du collège et des élèves se sont regroupés devant les fenêtres, curieux de savoir ce qui se déroule dans la salle de réunion. Le CPE et l'infirmière ferment alors les volets et les fenêtres pour éviter que les élèves présents ne soient trop perturbés. La discussion peut enfin démarrer.

Le mode de vie

Le sport (en club, à l'Association Sportive du Collège ou au domicile avec des amis) et les jeux vidéo (au domicile, seul ou entre amis) sont les deux activités qui reviennent le plus souvent chez les jeunes. Ils font également mention de « La city » comme ils l'appellent, « *c'est comme un parc fermé où tu peux...où on peut jouer au foot et au basket* » un lieu qu'ils fréquentent

avec leurs amis pour faire du sport.

L'intérêt pour l'alimentation

Les jeunes me disent être intéressés par l'alimentation car c'est quelque chose de vital, ils sont « obligés » de s'y intéresser s'ils veulent vivre : « *On va pas se laisser crever de faim* », « *C'est le plus important* », « *C'est naturel* », « *On est obligé de manger* ».

Néanmoins ils me confient que pour eux c'est important que l'alimentation leur fasse plaisir : que ce soit au niveau des produits ou au niveau du contexte dans lequel cela se passe. Le fait de manger en cachette par exemple et de trouver des techniques pour éviter que les parents se rendent compte que leurs enfants mangent dans leur dos, leur procure un sentiment de satisfaction, de liberté, d'autonomie.

Concernant l'approvisionnement, les interviewés me disent aller parfois s'acheter des choses dans un petit supermarché à côté du collège, entre amis : « *au Spar des fois on y va le vendredi quand on finit plus tôt, pour manger* ». Le jeune garçon qui me confie cela semble très fier de cette liberté qu'ils ont : acheter ce qu'ils veulent, quand ils n'ont pas cours et entre amis.

Plusieurs jeunes me font part des interdits qu'il existe chez eux concernant l'alimentation, ces règles imposées par les adultes ne sont pour autant pas tout le temps respectées. On peut donc se dire que si la communication institutionnelle est elle aussi descendante (comme à l'école et au domicile), il y a peu de chance pour que les messages engendrent des changements de comportement.

La communication

Les jeunes ont très bien en tête les messages du PNNS sans que cela ait changé quelque chose dans leur comportement « *Bien manger le matin, pour pas grignoter... sauf que j'ai tout le temps faim* »

Le sujet du message (doit être accrocheur, doit pouvoir susciter l'intérêt des collégiens), la formulation (aspect ludique) et la manière de diffuser (réseaux sociaux, youtube, dailymotion) celui-ci sont des éléments nécessaires à prendre en compte pour communiquer plus efficacement auprès des jeunes

Présents :

L'infirmière du collège, la gestionnaire, le CPE, la chef de cuisine et une agent polyvalente (restauration et service général).

Lieu :

La discussion collective a lieu dans la même salle que là où s'est déroulée la séance avec les élèves. Les adultes s'installent en arc de cercle, un format propice pour favoriser les échanges. Une table est à proximité des sièges et set de support pour le dictaphone. Durant la discussion, je suis assise en face et prends des notes.

Durée :

La discussion collective a duré moins longtemps que prévu (30 minutes). Une information essentielle à prendre en compte lors de ces échanges est le fait que le CPE et l'infirmière aient suivi le déroulé de la discussion avec les élèves juste avant, ce qui a nécessairement une influence sur leurs propos.

Déroulé de la séance :

Comme certaines personnes présentes ont en charge l'alimentation des élèves du collège, je tente d'être le plus claire possible sur ce que je recherche (non pas savoir s'il mange équilibré ou non, mais plutôt leur comportement, leur intérêt face à l'alimentation, des pistes pour éveiller leur curiosité à cette thématique...) pour écarter tout sentiment ou impression de jugement :

« Pour me présenter, je travaille sur l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes, sur la Communauté de Communes de Thiers Dore et Montagne, et principalement, je m'intéresse aux collégiens. Juste avant j'ai eu un petit temps de discussion avec eux sur connaître leur mode de vie, les lieux qu'ils fréquentent en dehors du collège, quel est leur intérêt par rapport à l'alimentation, quelles sont leurs pratiques alimentaires et l'aspect communication. Si aujourd'hui on veut faire passer des messages aux jeunes, comment bien s'y prendre, si on veut que ce soit efficace, quelles sont leurs attentes. Donc c'est pour ça que je voulais avoir un temps de discussion avec vous, pour avoir votre avis d'adultes sur à peu près les mêmes choses que les thèmes abordés avec les élèves, pour avoir quelque chose d'assez neutre ».

J'explique également pour quelles raisons la discussion va être enregistrée et rappelle que les propos qui seront tenus ne seront pas divulgués et ne seront utilisés que dans le cadre de mon travail d'analyse.

La discussion peut enfin démarrer.

Le mode de vie

En dehors du collège, les jeux vidéo et les activités sportives sont les principales activités que font les jeunes, d'après ce que me confient les adultes.

L'intérêt pour l'alimentation

De manière générale, il y a des produits/plats que les jeunes apprécient fortement. Ils ne semblent pas manifester beaucoup d'intérêt pour l'alimentation (ne participent pas à la cuisine, mettent la table mais parce qu'on les y oblige dans la plupart du temps). L'infirmière soulève le fait que si on les rendait plus acteurs (participation à la préparation du repas...), cela leur donnerait peut être plus envie de s'intéresser à l'alimentation (bienfaits, méthodes de production, lien avec l'environnement, métiers...).

L'alimentation est une thématique qui est abordée au sein du collège par plusieurs biais :

- Les collégiens qui le souhaitent peuvent faire partie d'une commission au travers de laquelle ils peuvent proposer des menus qui sont ensuite servis au collège. Ils sont accompagnés dans cette démarche pour que ce qui y est proposé respecte les notions de l'équilibre alimentaire mais la chef cuisinière et la gestionnaire allient aussi le côté plaisir et font preuve de souplesse
- Des menus à thème sont proposés au collège (sur le thème de la coupe du monde de football par exemple), ce sont des occasions où les dimensions plaisir et convivialité sont particulièrement mises en avant. Le personnel de cuisine est très impliqué et apprécie que ce type de démarche puisse se faire
- La provenance des produits, la mention « agriculture biologique » ainsi que la mention « fait maison » figurent sur la trame des menus qui est affichée dans le self et au collège, une manière de sensibiliser les jeunes à l'alimentation durable
- Pour les élèves de 6ème, une séance petit-déjeuner est organisée une fois dans l'année : l'objectif est de leur montrer les différentes formes de petit-déjeuner qui existe, de les sensibiliser aux produits plus naturels et moins sucrés (jus d'orange frais, céréales muesli...). Ces séances encadrées par l'infirmière de l'établissement sont appréciées des élèves et la thématique de l'équilibre alimentaire et du petit-déjeuner sont ensuite reprises par les professeurs de SVT du collège

La communication

Les réseaux sociaux sont fortement utilisés par les adolescents d'aujourd'hui et semblent être une piste intéressante pour diffuser de l'information au plus proche des jeunes.

Les messages trop prescriptifs et autoritaires sont certes entendus par les jeunes mais ne trouvent pas écho dans leurs pratiques (comme c'est le cas avec les messages du PNNS). Les personnes interrogées insistent sur le fait que pour être efficaces, les messages doivent être ludiques, qu'ils doivent être expliqués et qu'il est nécessaire de les répéter.

Associer les jeunes aux démarches de sensibilisation, s'intéresser à eux et la place du dialogue dans de tels projets semblent essentiels pour que les informations souhaitant leur être délivrées impactent leurs pratiques.

Pistes d'acteurs/situations relais

Quelques personnes du groupe « adultes » ont plutôt un rôle d'écoute et de conseils (infirmière, agent polyvalente), on pourrait imaginer que ces personnes puissent relayer des messages sur l'alimentation envers les jeunes ou du moins éveiller leur curiosité sur ce sujet sans que cela se

fasse dans un climat « descendant » et hiérarchique.

D'après les personnes du groupe, le fait d'impliquer les familles dans ce genre de démarche est nécessaire pour ce que les adolescents entendent et abordent dans le cadre scolaire ou extra-scolaire trouvent un écho dans leur quotidien. L'intervention de producteurs auprès des jeunes pour leur expliquer leur métier, leur méthode de travail... est un point qui intéresse le personnel du collège. Cela permettrait de faire un lien avec le territoire et l'agriculture de manière plus pratique et ludique.

Etablir des liens avec le milieu sportif semble également être une piste de situation relai (partenariats, sponsors)

Objectifs	Questions	Relances	J1	J2	J3
Prise de contact (en off)					
Avoir une meilleure connaissance des lieux fréquentés par les jeunes, de leurs activités sportives et culturelles	Pourriez-vous me dire quelles sont les activités que vous pratiquez en dehors de l'école (loisirs, sport, culture...)?	Dans quel cadre faites-vous cela ? Quand ? Avec qui ? A quelle fréquence ? Pourquoi ces activités-là en particulier ?	Vidéo : « à l'Espace Jeunes et chez moi » Sport : course, gymnastique (en club), musculation... « Je fais beaucoup de sport [...] en fait je fais tous les sports »	Sport Son Fait partie des Jeunes Sapeurs Pompiers	Vidéo Promenade : autour de chez lui
Identifier les acteurs de sensibilisation avec qui ils sont en contact	Que représentent pour vous les personnes qui vous encadrent durant ces temps-là ?	Quelles différences ou points communs par rapport aux professeurs, à vos parents... ?	Les personnes de l'Espace Jeunes où se retrouvent ces jeunes (le directeur et l'animatrice) sont plus considérés comme des amis que comme des professeurs Contexte convivial : « on va pas se vouvoyer et ils vont pas nous donner des leçons non plus » (J3)		
Repérer des situations relais pour la diffusion de messages clés sur l'alimentation	Pensez-vous à d'autres lieux ou contextes ?		Transports scolaires : affiches sur les arrêts de bus (surtout pour des pubs de fast food)		
Avoir une meilleure connaissance sur la vision qu'ont les jeunes sur l'alimentation (restauration scolaire, cadre familial, propre consommation) Repérer les pratiques des jeunes sur l'alimentation dans différents contextes	Si je vous dis « alimentation », à quoi cela vous fait-il penser ?	Un produit, un métier, un lieu, un goût... ?	Mots clés : Viande, sucre Culpabilisation de certains jeunes sur le fait qu'ils savent qu'ils ne « mangent pas très bien, pas très équilibré » (J3)		
	A quels moments de la journée prenez-vous quelque chose à manger ? (alimentation informelle)		Un peu tout le temps, pas vraiment d'horaire		
	Est-ce que c'est un sujet qui vous intéresse ?	Pourquoi ?	« J'irai pas que ça me passionne mais ça peut être intéressant oui » Aimerait consacrer plus de temps à la cuisine mais est « découragé » par le fait que faire à manger, cuisiner demande du temps : expérience du bœuf bourguignon « c'est intéressant à faire mais c'est juste très long »	« C'est meilleur d'y faire soit-même » « C'est ça qui manque des fois, c'est le temps »	« Faire des crêpes c'est sympa »
Est-ce que c'est quelque chose qui vous fait plaisir ?			Côté festif important	Côté festif important	« J'ai pas des très bons goûts culinaires » : aller manger chez d'autres personnes n'est pas facile car est difficile au niveau culinaire « par contre, quand on fait des crêpes ensemble, je suis content »

Avoir une meilleure connaissance sur la vision qu'ont les jeunes sur l'alimentation (restauration scolaire, cadre familial, propre consommation) Repérer les pratiques des jeunes sur l'alimentation dans différents contextes	Si je vous dis « alimentation » et « collège », à quoi cela vous fait-il penser ? Quelles sont vos pratiques ? Qu'est-ce que vous avez le droit de faire et quels sont les interdits ?	Au niveau des repas servis, du gaspillage, des menus, du personnel de cantine, des messages qui sont véhiculés ... ?	/
	Si je vous dis « alimentation » et « maison », À quoi cela vous fait-il penser ? Quelles sont vos pratiques ? Qu'est-ce que vous avez le droit de faire et quels sont les interdits ?	Qui fait les courses ? Où ? Qui prépare les repas ? Quand mangez-vous ? Avec qui ?	/
	Où vous procurez-vous à manger ? Est-ce que vous achetez parfois des produits que pour vous ? (nomadisme)	Quel genre de produits ? Quelle satisfaction ? Quelle consommation ? Où ? Quand ? A quelles occasions ? Pour quelles raisons ?	Achètent parfois « des trucs tout prêts » dans les supermarchés à proximité de chez eux (sucreries, sandwicheries, boissons...)
	Est-ce que vous souhaitez ajouter quelque chose d'autre sur ce point ?		/
Sonder les jeunes sur ce qu'ils pensent des messages véhiculés aujourd'hui sur l'alimentation Avoir une meilleure connaissance sur leurs attentes en matière de communication sur l'alimentation Identifier d'éventuels influenceurs ou moyens pour créer un effet de masse parmi les jeunes Repérer les moyens de diffusion et de communication utilisés par les jeunes et qui peuvent créer un effet de masse	Aujourd'hui quels sont les messages ou informations que vous retenez par rapport à l'alimentation ? Que pensez-vous de ces informations ? Est-ce que cela a changé quelque chose ? Comment réagissez-vous face à ces messages ? Qu'est-ce qui retient votre attention aujourd'hui ? Qu'est-ce qui fait que vous allez retenir telle information plutôt qu'une autre ?	Qui diffuse ces messages ? Où les avez-vous entendus ou vus ? Quelle est la pertinence de ces messages ? Les trouvez-vous adaptés ?	Messages du PNNS Publicités pour certains régimes « Comme elles sont connues, on n'y fait plus forcément attention » « Souvent on la comprend, on l'intègre mais on l'applique pas » (la pub) « On sait qu'il faut le faire mais moi personnellement je le fais pas quoi [...] J pense que c'est plus une question d'habitude dans la famille et d'habitude de manger équilibré que de voir des pubs et de se dire 'Tiens je vais me mettre à manger équilibré aujourd'hui' » Importance du visuel (exemple des pubs de certains fast foods)

<p>Sonder les jeunes sur ce qu'ils pensent des messages véhiculés aujourd'hui sur l'alimentation</p> <p>Avoir une meilleure connaissances sur leurs attentes en matière de communication sur l'alimentation</p> <p>Identifier d'éventuels influenceurs ou moyens pour créer un effet de masse parmi les jeunes</p> <p>Repérer les moyens de diffusion et de communication utilisés par les jeunes et qui peuvent créer un effet de masse</p>	<p>Si vous étiez la personne en charge de faire passer des informations sur l'alimentation, comment vous y prendriez-vous ?</p>	<p>Quel type de message ? Qu'est-ce que vous aimeriez dire ? Qu'est-ce qui vous paraîtrait important à communiquer ? Quels canaux de diffusion ?</p>	<p>Utilisation d'internet</p> <p>Poids d'influenceurs ou youtubeurs</p> <p>Besoin de laisser le choix aux consommateurs (venir ou pas manger dans tel fast food par exemple) et ne pas leur donner d'ordre (messages PNNS)</p> <p>Réseaux sociaux : avoir une page Facebook sur laquelle des informations pourraient être diffusées, proposer de s'abonner à cette page et la partager ensuite avec son entourage.</p> <p><u>Applications</u> : suivant le profil des personnes proposer des produits, des idées recettes... inciter les personnes à s'habituer à l'usage de nouvelles choses tout en privilégiant un certain équilibre alimentaire. Doit être facile à utiliser et doit laisser le choix à l'utilisateur</p>
<p>Souhaitez-vous ajouter quelque chose ?</p>			

Présents :

Seulement deux jeunes sont présents sur les 7-8 « prévus », un troisième nous rejoint en cours de discussion. La période choisie n'est pas la plus propice pour avoir des jeunes : certains révisent le brevet, d'autres sont déjà en vacances... Les trois personnes présentes sont un peu plus âgées que la cible que je me suis fixée mais je choisis de quand même faire cet atelier discussion avec eux me disant que les moyens de communication des collégiens et des lycées sont sensiblement les mêmes et qu'ils pourront sûrement m'apporter des éléments pour alimenter ma réflexion.

Lieu :

Cette seconde séance de discussion collective a lieu à l'Espace Jeunes de Celles-sur-Durolle, un lieu ouvert aux jeunes du territoire de Thiers Dore et Montagne (collégiens et lycéens). Ils viennent et repartent quand ils le souhaitent. Les activités qui leur sont proposées sont principalement autour de la vidéo (tournage, montage, réalisation d'interview, animation de la web télé...). C'est donc un lieu qu'ils connaissent, avec lequel ils sont familiers, un contexte plus favorable pour favoriser les échanges.

Les jeunes se sont installés sur des poufs et se sont mis à l'aise pour discuter (j'ai fait de même ce qui a permis d'atténuer ma position d'adulte et d'étrangère et d'être acceptée parmi eux). Ils ont formé un cercle, ce qui a rendu les échanges plus naturels et fluides. L'animatrice et le directeur de la structure sont également restés durant la discussion collective, ils ont parfois relancé les jeunes sur certains points.

Durée :

La discussion collective a duré un peu plus longtemps que la dernière fois (50 minutes). Compte-tenu que je n'avais pas vraiment d'horaires à respecter comme ce fut le cas au collège, nous avons pu passer plus de temps sur certains points.

Déroulé de la séance :

Une fois que les deux jeunes sont installés, je présente mon sujet d'étude et pourquoi je suis là. Je leur explique également que je vais enregistrer les échanges mais que cela restera confidentiel. J'insiste également sur le fait que ce sont eux qui ont les réponses à mes questions et qu'il n'y a donc pas de bonne ou de mauvaise réponse, qu'il n'y a aucun jugement de ma part et que c'est leur avis qui m'intéresse aujourd'hui.

« Après voilà, tout ce que je vais vous demander ou interroger, y' pas de bonnes ou de mauvaises réponses, je recherche vraiment votre avis... Les questions que je vous pose, moi je n'ai pas les réponses, c'est vous qui les avez. Aujourd'hui on se rend compte que les messages qui sont passés sur l'alimentation ont pas ou peu d'effet sur les jeunes. Et du coup moi je m'interroge... si les politiques publiques souhaitent inciter des nouvelles pratiques alimentaires chez les jeunes, de quelle manière il faudrait s'y prendre : quel type de message, quel type de communication, est-ce qu'aujourd'hui il y a des choses qui se font dans les collèges sur le gaspillage alimentaire ou pendant les cours de SVT par exemple, est-ce que c'est suffisant ou est-ce qu'il n'y aurait pas d'autres lieux, d'autres contextes dans la vie d'un jeune qui pourraient être des solutions pour diffuser des messages sur l'alimentation ?

Voilà ce sur quoi je travaille et du coup la meilleure façon pour moi façon d'avancer pour moi dans cette réflexion c'est d'aller vers des jeunes et de leur demander bah vous votre mode de vie c'est quoi, qu'est-ce que vous faites en dehors du collège, quels sont vos loisirs, quels sont les lieux que vous fréquentez, est-ce que l'alimentation ça vous intéresse, est-ce que ça vous fait vibrer quand on vous parle d'alimentation, est-ce qu'il y a des choses qui vous font plaisir, des choses qui vous agacent... ? Quels sont vos moyens de communication aujourd'hui : est-ce que c'est plutôt du digital, la télé, des affiches... ? Donc voilà ce qui m'intéresse c'est de voir comment est-ce qu'en partant de vos attentes, de vos représentations, de vos besoins, de vos envies, de vous en fait, comment on peut mieux communiquer et faire passer des messages sur l'alimentation qui soient compris, reçus et que vous ayez de partager ensuite avec votre entourage [...] Si on veut communiquer auprès de vous, vous êtes les meilleures personnes à qui je peux demander comment faire pour être pertinents dans ce qu'on veut vous communiquer »

Après quelques minutes d'échanges, un troisième jeune nous rejoint. Une des personnes lui explique mon sujet d'étude, je complète ses propos et m'assure qu'ils ont bien saisi que je ne vais pas leur demander ce qu'ils mangent ou comment ils mangent mais plutôt m'intéresser à leur quotidien, à leur avis sur les messages qui sont aujourd'hui délivrés sur l'alimentation et à leurs attentes et besoins en terme de communication si l'on souhaite leur faire passer un message aujourd'hui.

Le mode de vie

Parmi les personnes interrogées, certaines font du sport (J1 et J2), ils sont surtout très intéressés par la vidéo et se retrouvent souvent à l'Espace Jeunes. Cela fait 2 ans que l'Espace Jeunes organise un TDM tours (court séjour de 10 jours où les jeunes partent à la découverte d'une ville de leur territoire et font des tournages ensemble). J3 a proposé qu'il puisse être fait, sur le même principe, un TDM tours spécial alimentation.

Leur territoire de vie étant rural :

- Les transports scolaires semblent être une piste pour diffuser des messages sur l'alimentation (affiches aux abris-bus par exemple) : « plus d'affiches pour la bonne alimentation » (J2), « y'a toujours beaucoup de monde qui attend aux abris-bus » (J3).
- Les jeunes sont plus facilement au contact de l'alimentation (jardin, marchés, fermes...). Il semblerait intéressant de s'interroger sur la mise en œuvre de moyens pour les inciter à consommer local et les aider à s'approprier ces nouvelles pratiques alimentaires

Lors de certains événements festifs, la buvette de la structure où J1 fait du sport propose des produits locaux qui viennent d'un magasin de producteurs de la ville voisine. Ce peut être une idée de situation relai.

L'intérêt pour l'alimentation

Les jeunes reconnaissent que leur alimentation n'est pas équilibrée et certains aimeraient lui donner plus de sens, être plus curieux pour découvrir d'autres goûts...

Faire la cuisine est une activité qui pourrait les intéresser mais le fait de devoir y consacrer

beaucoup de temps les décourage. Le côté festif est convivial de l'alimentation est fortement apprécié chez les jeunes et dans ce cadre-là, ils vont plus facilement aider ou se mettre à la cuisine : pierrade, raclette, barbecue, crêpes...

Lors de ces échanges, on peut relever l'importance et l'influence de l'éducation parentale et des habitudes prises au sein du foyer sur les pratiques alimentaires des jeunes aujourd'hui : *« Faudrait juste que tout le monde ait ma mère [...], C'est juste elle qui nous freine un peu sur les Mac Do, les kebabs, tout ça... Après elle elle est pas contre non plus, elle aime pas ça, donc justement on n'y va pas tout le temps. Mais deux-trois fois par an, oui c'est souvent qu'on au MacDo, kebab, qu'on se fait plaisir. Mais après c'est vrai que depuis pas longtemps bah justement on va chercher des yaourts à une ferme on prend du lait en même temps, la viande qu'on mange on va la chercher « Au Bon Bœuf », on a fromager qui passe et tout, c'est pratiquement que du bio [...] C'est ma mère qui me dit « faut faire ci, ça, ça » » (J1).* Pour lui, c'est grâce à sa mère qu'il trouve du sens à son alimentation.

Pour J3, au contraire, ses parents tenant une auberge lorsqu'il était plus jeune, il n'a pas eu l'occasion de passer du temps à table avec ses parents ni d'être sensibilisé à la curiosité alimentaire. Aujourd'hui il considère qu'il a « des goûts alimentaires nuls » et reconnaît qu'il aimerait être moins difficile et apprécier autre chose que les produits au goût standard et uniforme.

La communication

Les jeunes connaissent les messages du PNNS mais les trouvent ridicules quelque part car pas efficaces mais pour autant ils leur sont encore répétés.

Le recours à internet leur semble être un bon moyen pour communiquer auprès des jeunes, et ce de différentes manières :

- L'importance d'un youtubeur ou influenceur : *« Si une personne assez connue sur internet auprès des jeunes fait une vidéo sur le sujet, ça sera toujours plus regardé et apprécié qu'une pub [...] Ca, ça aura plus de répercussion qu'une pub ! parce qu'une pub qui dure 15 secondes et que les gens ont juste envie de passer parce qu'ils ont envie de regarder leur vidéo et pas la pub, ça va être désagréable. Alors que si la personne vient regarder la vidéo en sachant que ça va être une vidéo là-dessus, forcément elle va plus s'intéresser je pense » (J3)*
- L'usage des réseaux sociaux avec la possibilité de s'abonner ou non à une page spécialement dédiée à l'alimentation
- Le problème du partage *« faut que ce soit partagé, mais pour que ça soit partagé, il faut que ça soit... si c'est pas les réseaux sociaux, il faut un contenu qui donne envie d'être partagé pour que ce soit partagé à des personnes qui s'y intéresseraient pas de base. Il faut que les personnes qui s'y intéressent, puissent facilement partager ça facilement à leurs proches ou leurs amis pour dire « vous voyez, ça vous intéresse pas mais vous pourriez quand même regarder parce que... ». Peut-être un message fort à faire passer par les réseaux sociaux et un lien ensuite vers une vidéo pour donner envie de regarder et de s'y intéresser » J3*

Au niveau de la forme du message, il apparaît qu'il est nécessaire qu'il ne soit prescriptif et descendant mais qu'il soit plus dans la proposition, dans de l'information et laisser le choix à l'individu de s'approprier le message ou non.

- ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES. ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES -



9h15 Accueil des participants - Faisons connaissance

10h Ouverture de la journée

Journée animée par le GRAINE Auvergne-Rhône-Alpes

Table ronde 1

Associer les jeunes pour pérenniser de nouveaux choix d'alimentation sur le territoire

Nos territoires en débat sur :

Comment travailler en transversalité entre services et acteurs ?
Quels territoires d'action pertinents ?
Faire ensemble mais comment ?
Des freins et des limites, comment les dépasser et s'adapter ?

Echanges avec :

Pierre Gayvallet : Service Education à l'Environnement et au Développement Durable - **Communauté de Communes Thiers Dore et Montagne (63)** / **Pierre Roze** : Vice-Président, en charge de l'éducation - **Communauté de Communes Thiers Dore et Montagne (63)** / **Julie Le Gall** : Maître de Conférence en Géographie - Ecole Normale Supérieure de Lyon (vidéo) / **Elisabeth Manzoni** : Chef du pôle Politique Publique de l'Alimentation - Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Forêt Auvergne-Rhône-Alpes / **Marie Simon** : Formatrice et éducatrice à l'environnement - Association Le Mat & Collectif pétale **Ardèche (07)** / **Joséphine Soulier** : DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes

LE 26 JUIN 2018 À LYON

JOURNÉE ORGANISÉE PAR LA DRAAF AUVERGNE-RHÔNE-ALPES

- ALIMENT'ACTION : PARI COLLECTIF SUR LES JEUNES. ANCRER DE NOUVEAUX SYSTÈMES ALIMENTAIRES SUR NOS TERRITOIRES -

Table ronde 2

Sensibiliser les jeunes au plus près de leur quotidien

Nos territoires en débat sur :

Quels jeunes dans quel environnement ?
Quels messages ? Comment les co-construire et les relayer ?
Quels acteurs relais ?
Comment et pourquoi créer un effet de masse ?

Echanges avec :

Charlène Nicolay : Ingénieur agronome - Cabinet Tero / **Violène Saïem** : Chef de projet agriculture - **Communauté de Communes Grésivaudan (38)** / **Matthieu Morand** : Chargé de mission Education au territoire et à l'environnement - **Parc Naturel Régional des Baronnies Provençales (26)** / **Nathalie Gregoris** : Responsable pédagogique - Association Anis (Agriculture, Nutrition, Interculturel, Solidarité) Etoile - **Pont du Château (63)** / **Mégali Fenouil** : Chargée de mission jeunesse, citoyenneté et territoires - **Département de l'Ardèche (07)** / **Marie Sandoz** : Chargée de mission santé et coordination - Union Régionale pour l'Habitat Jeunes - Région Auvergne-Rhône-Alpes

13h Buffet – Place aux bons produits régionaux et au fait-maison

14h - 15h15 Forum participatif

Présentation d'expériences, d'actions et d'outils pédagogiques

Table ronde 3

Accompagner le changement et mieux communiquer sur nos territoires

Des outils au service des territoires :

L'accompagnement au changement : pourquoi ? Comment ?
Quels messages innovants sur l'alimentation ?
Mieux toucher les jeunes, quels outils ?

Echanges avec :

Blandine Cerisier : Docteure en psychologie sociale – Psykolab / **Benoit René** : Animateur de réseau – Graine Auvergne-Rhône-Alpes / **Céline Revel** : Enseignante en Sciences de la Vie et de la Terre – Participante au projet Manguerie / **Vincent Verza** : Youtubeur (vidéo) / **Léo Calzetta** : Coordinateur du Centre Régional d'information et de Prévention du Sida - Instance Régionale d'Éducation et de Promotion Santé

16h45 Clôture de la journée

Retrouvez toutes les informations relatives à cette journée (retours, échanges, diaporama...) sur le site internet de la DRAAF : Accueil > ALIMENTATION > Programme national pour l'alimentation > Actions pour les jeunes

LE 26 JUIN 2018 À LYON

JOURNÉE ORGANISÉE PAR LA DRAAF AUVERGNE-RHÔNE-ALPES

Aliment'Action : pari collectif sur les jeunes. Ancrer de nouveaux systèmes alimentaires sur nos territoires					
Quoi	Quand	En débat...	Qui	Questions	Quels messages ?
Accueil	9h15-9h45		Organisateurs : DRAAF + Graine		Films Nourriture au jardin / Table de documentation
Brise-glace	9h45-10h		Graine		Faire connaissance
Introduction matinée	10h		DRAAF – 10 min		Pourquoi la DRAAF organise cette journée ? Dans quoi cela s'inscrit-il ? Quelles perspectives ?
Table ronde 1	10h10 – 10h55	Associer les jeunes pour pérenniser de nouveaux choix alimentaires sur nos territoires Nos territoires en débat sur : - Comment travailler en transversalité entre services et acteurs ? - Quels territoires d'actions pertinents ? - Faire ensemble mais comment ? - Des freins et des limites, comment les dépasser et s'adapter ?	Pierre Gayavallet : Responsable de La Catiche, service EEDD TDM + Pierre Roze : Vice Président TDM - 10 min	Choix de démarrer cette première table-ronde autour du retour d'expérience d'acteurs du territoire de Courpière : - Au-delà de l'exercice des compétences de la commune de Courpière, en quoi sensibiliser les jeunes est fondamental selon vous pour ancrer un autre modèle alimentaire sur votre territoire ? - Avez-vous observé des changements de comportements chez les jeunes, leur famille ? Dans quelles circonstances ? - Faut-il évaluer cette démarche progressivement à l'échelle de la nouvelle com com Thiers Dore Montagne ? - Si oui comment ?	Lien compétences de la Comcom et mise en place d'action de sensibilisation à l'alimentation durable et d'éducation alimentaire de la jeunesse + au-delà des compétences, pourquoi est-ce vital d'associer alimentation durable et sensibilisation des jeunes à l'alimentation ? L'alimentation = thème transversal qui peut être traité par plusieurs services d'une même collectivité Les actions d'éducation et de sensibilisation des jeunes sont efficaces et entraînent des changements de comportements ;
			Marie Simon : Collectif Pétales – Le Mat 07 - 10 min	Témoignage à partir du territoire de Sud Ardèche – Association Le Mat - Sur un territoire, pourquoi est-ce primordial de travailler en transversalité avec de multiples acteurs ? - Comment faire ensemble ? - Quels sont les paramètres à prendre en compte au préalable ? - Quelles sont les difficultés et freins que l'on est susceptible de rencontrer dans une telle démarche ? Comment les surmonter, les dépasser ?	Mixité des publics pour co-construire : acteurs économiques, institutionnels, enseignants/animateur (besoin de mise à disposition), association (rémunération?) Le trio gagnant : décideur financier, acteur de l'alimentation et éducateur → différentes clés d'entrée pour le changement. Importance d'avoir un noyau hétérogène
			Joséphine Soulier : DRAAF - 10 min	Joséphine synthétise les messages de Courpière et du Mat par des schémas récapitulatifs qui montrent : - L'alimentation : une thématique transversale, tout le monde s'en mêle ! - L'intervention de l'Etat et des collectivités sur la thématique alimentation : de multiples entrées qui se croisent - L'intervention de très nombreux acteurs en synergie sur le territoire sur ces entrées (des compétences métier) - Proposition d'approche méthodologique sur un territoire : inventorier à travers des dispositifs existants, associer au travers d'acteurs relais...	Importance de travailler collectivement : richesse d'informations, vision plus globale sur le sujet, plus d'occasions de toucher les jeunes Déculpabiliser les territoires qui ne parviennent pas à associer tous les acteurs qu'ils souhaiteraient
			Julie le Gall : ENS Lyon + Elisabeth MANZON : DRAAF – 3 min (vidéo)	Conclusions : Quelles échelles ?? La collaboration est incontournable à cause des compétences rattachées à un territoire - Qu'est-ce qu'un territoire ? Comment appréhender les limites d'un territoire donné ? - Qu'est-ce que la proximité ? Proximité et territoire, quels liens ? Quelle proximité sur quel territoire ?	L'échelle de travail pertinente sur le territoire ne correspond pas forcément aux limites administratives (dépend de l'action menée) Lien proximité et territoire
Echanges avec la salle	10h55-11h15		Tout le monde – 20 min		Tchat en direct questions pendant la table ronde
Table ronde 2	11h15-12h10	Sensibiliser les jeunes au plus près de leur quotidien Nos territoires en débat sur : - Quels jeunes dans quel environnement ? - Quels messages ? Les co-construire et les relayer - Quels acteurs relais ? - Comment et pourquoi créer un effet de masse ?	Charlène Nicolay : Cabinet TERO + Violène Salem : Comcom du Grésivaudan	Quelques repères sur les intervenants dans le cadre de cette table-ronde : * La com com du Grésivaudan a commandé une étude au cabinet TERO : l'enjeu est de mieux sensibiliser et communiquer auprès du grand public sur favoriser les achats de proximité sur le territoire. * Le PNR des Baronnies Provençales a mené de nombreuses actions de sensibilisation des jeunes sur des temps scolaires. Il s'attache à proposer de la formation de formateurs afin que les acteurs s'approprient et relaient à leur tour. * Amis étoiles peut faire un focus sur le conseil municipal des enfants dans la commune de Pont du Château avec des actions proposées par les enfants et relayées par eux auprès de leur entourage (10 ans) * Le département de l'Ardèche peut faire un focus sur le projet AJIR (lancé d'un Plan d'Investissement d'Avenir sur la jeunesse) → stratégie innovante dans la manière de mener l'action publique en direction de la jeunesse (replacé le jeune au centre des actions, le considère comme une véritable ressource pour le territoire et lui donne la possibilité d'être l'auteur de son parcours vie) * L'union régionale pour l'habitat des jeunes au Auvergne-Rhône-Alpes a mis en place des ateliers sur l'alimentation dans des foyers de jeunes travailleurs de la région Questions pour tous : - Par où commencer quand on veut sensibiliser les jeunes ? - Quels outils/moyens pour connaître leur environnement, mode de vie... ? - Quels messages pour les jeunes ? - Sur qui ou sur quelles situations s'appuyer pour les relayer ? - Comment repérer les opportunités ? (cf aller là où il y a du potentiel) - Quel est l'importance de l'effet de masse dans ce genre de démarche ?	Bien connaître son environnement avant de penser à des actions → Partir de l'existant Comment la collectivité peut proposer des actions à des acteurs relais pour conforter ses actions ? La démarche pédagogique adoptée par le Parc : rendre le public, en particulier les jeunes, acteurs dans les apprentissages → dans quel objectif ? L'alternance des approches pour parler d'un sujet sur l'alimentation pour mieux toucher les publics Comment associer les enfants à des décisions politiques ? Exemple avec le conseil municipal des jeunes Les jeunes : effet boule de neige avec les autres acteurs → boostent et poussent les décideurs à aller plus vite (échelle de temps différente) → Projet AJIR.
			Mathieu Morard : PNR Les Baronnies		Accompagner les jeunes vers l'autonomie, l'alimentation en fait partie
			Nathalie Grégoris : Amis Etoilés		
			Magali Fenouil : Département de l'Ardèche		
			Marie Sandoz : URAHU		

			Par tous	- Comment et pourquoi ?	Cibler les personnes avec qui l'on peut travailler tout se dit, savoir saisir les opportunités et ne pas forcément attendre que tous les acteurs qui pourraient être concernés par la thématique se sentent prêts et disponibles pour mener des actions sur l'alimentation
Echanges avec la salle	12h20-12h40		Tout le monde – 20 min		Tchat en direct questions pendant la table ronde
Cloûture matinée	12h40-12h50		10 min		Infos repas, infos 6/14, programme après-midi et prise de parole par le RIL
Buffer	13h-14h		1h		
Forum participatif	14h-15h15		Graine + DRAAF - 1h15		Porter à connaissance des outils/actions/dispositifs en matière de sensibilisation à l'alimentation des jeunes Favoriser les échanges entre les exposants et les participants
Table ronde 3	15h25 – 16h25	Accompagner le changement et mieux communiquer sur nos territoires Des outils au service des territoires : L'accompagnement au changement : pourquoi, comment ? Quels messages innovants sur l'alimentation ? Mieux toucher les jeunes, quels outils ?	Benoît René : Graine + Blandine Cerisier : Psykolab	<p>Apports théoriques mêlés à la pratique sur l'accompagnement au changement à partir du travail réalisé par le Graine sur « Ecocitoyenneté des adultes – Accompagner le changement, de la théorie à la pratique (et vice versa) ! » et des connaissances en psychosociologie par Psykolab :</p> <p>- Qu'est-ce que l'accompagnement au changement ? Quels en sont les enjeux ? - Concrètement, comment cela se prépare-t-il ? Par qui ? Pourquoi ? Comment ? Sur quelle durée ? Quels outils ?</p>	<p>Apports théoriques mêlés à la pratique sur l'accompagnement au changement</p> <p>Tout le monde est concerné par cette mission et peut y prendre part (aspect transversal et inter-disciplinaire)</p>
			Céline Revel : projet Marguerite + Léo Calzetta : Ireps + Vincent Verza : youtubeur - 4 min (vidéo)	<p>Echanges entre l'IREPS (comment mieux toucher les jeunes ? Comment créer un effet de masse ? Quels canaux de diffusion ?) et Céline Revel (projet Marguerite → projet pédagogique de sensibilisation critique des adolescents aux problématiques de l'agriculture et de l'alimentation durables pour capter les représentations que les ados ont de l'agriculture et de l'alimentation, faire évoluer leurs pratiques alimentaires et rendre les collégiens porteurs d'actions innovantes sur leurs territoires pour faire évoluer leur environnement alimentaire. Projet de réflexion sur la variété des formes, des pratiques des acteurs de la construction et de la transmission des savoirs et de l'échange) sur les points suivants :</p> <p>- Comment mieux toucher nos jeunes ? Comment faire pour que les jeunes soient réceptifs aux messages que l'on souhaite délivrer ? - Par quels moyens diffuser les messages sur l'alimentation, engendrer des changements de pratiques et créer un effet de masse ? - Comment mieux communiquer auprès des jeunes pour les accompagner dans la modification de leurs pratiques ? - Sur quels supports pouvons-nous nous appuyer aujourd'hui ?</p>	<p>Il est important de communiquer autrement pour mieux toucher les jeunes → partir de leurs représentations, de ce qu'ils savent sur l'alimentation, de leur mode de vie... afin de les rendre acteurs et de les impliquer dans les actions et dispositifs engagés</p> <p>En visant un effet de masse, on a plus de chances de faire évoluer les pratiques → effet « boule de neige » chez les jeunes</p> <p>Il est important de s'adapter à sa cible, notamment en ce qui concerne les moyens de diffusion et de relai de l'information. Si on souhaite que nos jeunes aient accès à l'information, qu'ils la comprennent et aient envie de la partager, il est nécessaire de connaître leurs moyens de communication privilégiés (réseaux sociaux, informations brèves et rapides, processus d'identification à des modèles, influenceurs et youtubeurs...) et de les utiliser en conséquence</p>
			Blandine Cerisier : Psykolab	<p>Psykolab travaille sur les questions de l'accompagnement au changement et accompagne les professionnels sur ces questions. Pour accompagner vers le changement de pratiques, a recours à 3 dispositifs : l'approche mudge / la recherche-action / la sensibilisation. Zoom sur l'approche mudge.</p> <p>- Qu'est-ce qu'un mudge ? Quelle proposition de définition ? - En quoi les muges peuvent être des outils d'accompagnement vers le changement ? - Présentation d'un dispositif mudge + résultats observés (si possible dans le domaine de l'alimentation) - Quelles sont les limites d'un tel dispositif ? A quoi faut-il prendre garde, quels sont les points de vigilance à avoir en tête lorsque l'on souhaite avoir recours à un dispositif mudge ?</p>	<p>Un mudge est un outil d'accompagnement au changement relevant d'une méthodologie → Besoin de bien connaître la cible en amont, de bien définir le message que l'on souhaite faire passer...</p> <p>Le mudge à lui-même ne suffit pas pour changer les pratiques → il reste un outil et une aide pour accompagner vers le changement. Il s'inscrit dans une démarche plus globale d'accompagnement vers le changement</p> <p>Il est nécessaire d'adapter et de faire évoluer le dispositif du mudge au cours du temps (évolution des pratiques, des attentes sociales, des prises de conscience chez le public cible...)</p> <p>Le mudge ne doit pas contraindre l'individu qui ne doit pas se sentir « obligé de ». Le mudge est là pour lui proposer une autre solution, plus « responsable, éthique... », mais l'individu étant acteur, c'est lui qui prend la décision finale</p>
Echanges avec la salle	16h25-16h45		Tout le monde – 25 min		
Conclusion de la journée	16h45-17h		DRAAF – 10 min		Synthèse de la journée + perspectives + point sur l'enquête en ligne post-colloque

FORUM PARTICIPATIF SE RENCONTRER, PARTAGER, ECHANGER, INNOVER



Le forum de partage (outil pédagogique, animation, action ou programme de formation ayant permis de sensibiliser les jeunes à l'alimentation) aura lieu après le buffet du midi et se tiendra sous le format 6-14.

6/14 ... késako ?

- Format : 6 minutes de présentation + 14 minutes d'échanges et questions) : les intervenants ont 6 minutes pour vous présenter leur actions/outil/expérience/pratique, vous pouvez ensuite échanger avec eux pendant 14 minutes
- Toutes les 20 minutes les participants tournent en même temps pour se rendre vers la présentation de leur choix
- Attention, vous ne pourrez voir que 3 présentations seulement pendant ce forum
- Vous pouvez dès à présent étudier le programme des stands proposés pour anticiper votre choix

LE 26 JUIN 2018 À LYON - DE 14H À 15H15



Stand 1 *Le Car Foud' Ardèche*

Qui ?

Ardèche le goût : Virgile Petin, animateur (04 75 20 28 08 ; vpetin@ardechelegout.fr)

Où ?

Stand 1 - Extérieur

Quoi ?

Le car Foud'Ardèche participe à l'éducation alimentaire des jeunes et valorise le patrimoine alimentaire ardéchois en présentant les savoir-faire des professionnels, les métiers de l'alimentaire, la diversité et la qualité des produits locaux en lien avec la saisonnalité et le territoire.

Le car permet de plonger au coeur des productions ardéchoises grâce à un parcours ludique et riche en émotions, à travers 3 ateliers :

- La place du marché : chasse aux merveilles de l'Ardèche pour découvrir les produits alimentaires emblématiques
- L'atelier des métiers : jeu interactif et collaboratif pour découvrir les savoir-faire et les métiers de la filière alimentaire ardéchoise
 - Le voyage virtuel : immersion dans les paysages ardéchois, au gré des saisons et des productions

Stand 2 *Expo AntiGaspi*

Qui ?

Association Récup et Gamelles : Prescilia Bellat, coordinatrice projets (07 82 33 30 92 ; prescilia@recupetgamelles.fr)

Où ?

Stand 2 – Extérieur

Quoi ?

L'Expo AntiGaspi est développée par l'association Récup et Gamelles grâce au soutien de la DRAAF Auvergne-Rhône-Alpes. Constituée de 8 panneaux, l'Expo reprend 8 thématiques relatives à la lutte contre le gaspillage alimentaire et la promotion d'une consommation plus responsable : les chiffres du gaspillage alimentaire, les dates de consommation, s'engager pour une alimentation de qualité et de saison, introduire une démarche Zéro Déchet... En complément de supports informatifs, cette Expo se veut ludique et interactive grâce à des jeux interrogeant le visiteur, grand ou petit : le Jeu du Frigo et du Placard pour savoir comment conserver au mieux ses aliments ; Comment remplacer sa tomate en hiver ? L'Expo AntiGaspi s'intègre ainsi dans la Récup Mobile, une remorque équipée de modules de cuisine amovibles pour réaliser des ateliers de cuisine et des animations grand public de manière autonome.

LE 26 JUIN 2018 À LYON - DE 14H À 15H15



Stand 3

Vélo cuisine « Raconte-moi ton assiette »

Qui ?

AGATHE CPIE : Cendrine Gottot, chargée de mission (04 79 85 39 32 ; cendrine.gottot@agate-territoires.fr)
& Fanny FLORET, chargée de mission éducation à l'environnement (04 79 85 39 87 ; fanny.floret@agate-cpie.org)

Où ?

Stand 3 – Rez-de-chaussée

Quoi ?

Le vélo cuisine dispose d'un vélo mixeur et d'une remorque. Il permet d'aborder divers sujets sur l'alimentation saine et durable (La santé dans mon assiette, Manger de saison, Bien manger pas cher...) via les supports thématiques qui l'accompagnent. Le vélo cuisine est itinérant et se déplace au cœur des quartiers et du département de la Savoie. Il est à la fois complémentaire pour vos ateliers et/ou activités cuisine, il est attrayant et modulable et favorise le changement de comportement.

Stand 4

Que mangerons-nous en 2050 ?

Qui ?

Lycée agricole des Sardières : Chrystèle Boivin, chargée d'animation et développement des territoires (06 89 13 69 08 ; chrystele.boivin@educagri.fr)
& Artisans du monde : Lucy Bray, chargée de mission éducation (04 74 21 24 40 ; adm.bourg@gmail.com)

Où ?

Stand 4 – Rez-de-chaussée

Quoi ?

Dans le cadre d'un projet associant des apprentis et à destination des élèves du lycée agricole des Sardières, nous avons élaboré en 2012-2013 un jeu de rôle sur l'alimentation avec Artisans du Monde. Ce jeu de rôle a été décliné depuis et est chaque année utilisé par le lycée des métiers Gabriel Voisin situé à Bourg-en-Bresse. Le thème général de ce jeu porte sur la notion de transition alimentaire. Il s'agit d'une invitation à plonger dans trois univers futuristes où l'alimentation prend des orientations

très tranchées :

- Aseptia où tout devient gélules
- Aarmoni où la cueillette a repris le pas sur l'agriculture
- Maxifood company où tout est transformé et à profusion

Les élèves des 3 mondes doivent confronter leurs visions, négocier et proposer un nouveau modèle pour 2050



LE 26 JUIN 2018 À LYON - DE 14H À 15H15



Stand 5 *Débat 2A*



Qui ?

AFOCG 01 : Joséphine Mazué, animatrice-formatrice (04 74 22 69 04 ; j.mazue.ain@interafocg.org)
& Caroline Cuer, service civique (04 74 22 69 04 ; cuer.afocg01@outlook.com)

Où ?

Stand 5 – Rez-de-chaussée

Quoi ?

Outil pour débattre de l'Agriculture et de l'Alimentation.

Anna et Léon, nos deux héros du jeu, déménagent à la campagne, les voilà voisins avec un couple d'agriculteurs. A travers cette rencontre, ils vont découvrir quels liens se cachent entre l'agriculture et l'alimentation. En classe, les élèves sont invités à se glisser dans la peau de petits aventuriers pour accompagner nos héros dans leurs découvertes. Des BD et des cartes d'activités viendront questionner les enfants : d'où viennent nos aliments de tous les jours, comment peut-on moins gaspiller, et si les abeilles disparaissaient que se passerait-il dans notre assiette ?

Stand 6

Du champ à l'assiette

Qui ?

CIVAM 26 : Laurence Penelon, animatrice de projets éducatifs (04 26 42 33 97 ; animation.civam26@gmail.com)

Où ?

Stand 6 – Rez-de chaussée, Salle presse

Quoi ?

Depuis 2012, notre association mène un programme d'actions éducatives (lien alimentation/agriculture) à destination de jeunes publics (5 -14 ans) décliné sur plusieurs territoires du département de la Drôme. Notre objectif global est de sensibiliser les enfants concrètement, grâce à l'expérimentation, aux enjeux liés à la consommation de produits frais, locaux et variés (goût, santé, impacts sociaux et environnementaux). Ce projet permet aussi aux agriculteurs de partager leurs savoir-faire entre eux et avec les jeunes, ainsi que la passion de leur métier. Nous proposons des activités au sein des établissements participants ainsi que des visites dans les fermes. Nous vous en présenterons plusieurs exemples.

LE 26 JUIN 2018 À LYON - DE 14H À 15H15



Stand 7

« Les pieds dans le plat » & « Les savoureux compagnons »

Qui ?

C5S : Philippe Galley, diététicien-nutritionniste (06 36 65 71 86 ; contact@c5s.fr)

Où ?

Stand 7 – Rez-de-chaussée

Quoi ?

« Les pieds dans le plat » est un réseau national de cuisiniers et diététiciens formateurs pour la restauration collective et sociale engagée en bio. Nous intervenons auprès des professionnels de la petite enfance, des écoles élémentaires, des collèges et des lycées pour améliorer la qualité des repas servis. Nous proposons également auprès des publics concernés des actions de prévention santé, des ateliers sensoriels et culinaires...

« Les savoureux compagnons », passionné d'alimentation au cœur de la transition écologique, éthique et sociétale. Faire ensemble dans le plaisir et la bienveillance. Ce collectif a pour but de collaborer, mutualiser les intelligences, compétences, matériels, idées. Nous intervenons dans des structures sociales sur des ateliers culinaires, des sensibilisations auprès des jeunes publics, des découvertes gustatives, des animations...

Stand 8

Mon petit légumady

Qui ?

INTERFEL : Stéphanie Fourrets, diététicienne (06 08 10 66 09 ; s.fourrets@interfel.com)

Où ?

Stand 8 – 1^{er} étage

Quoi ?

Interfel, en partenariat avec Unilet (Union Nationale Interprofessionnelle des Légumes Transformés), a imaginé un kit pédagogique pour faire découvrir les légumes sous toutes leurs formes aux enfants entre 6 et 11 ans. Les yeux bandés ou pas, on touche, on renifle, on s'amuse, en découvrant toutes ces nouvelles perceptions sensorielles qui permettent de reconnaître un légume frais, cuit ou transformé. Mon petit légumady est un outil parfaitement adapté aux animations en milieu scolaire ou de loisirs.

Mon petit légumady, c'est vraiment « ce que mon petit doigt m'a dit » dans un monde enchanté, coloré, et surtout à croquer !



LE 26 JUIN 2018 À LYON - DE 14H À 15H15

Q26 Quels seraient les différents temps que vous souhaiteriez avoir lors de cette journée ?

Réponses obtenues : 44 Question(s) ignorée(s) : 86

#	RÉPONSES	DATE
1	Ateliers/ Stand de projets	17/07/2018 15:08
2	RETOURS D'expériences, tables rondes...	03/05/2018 13:19
3	Témoignage d'expériences (thème précis)	29/04/2018 11:43
4	Un temps sur les actions existantes sur le territoire, comment elles ont été financées, évaluée. Identifier les répercussions.	16/04/2018 16:39
5	Présentation - exposé ?	10/04/2018 10:23
6	Présentation des actions de formation des enseignants, à l'éducation au goût	29/03/2018 16:38
7	retours d'expérience et présentation d'outils et partenaires	27/03/2018 15:32
8	rencontres directes/ateliers/mise en réseau	30/08/2017 20:29
9	Temps d'échange sur les pratiques, les problèmes rencontrés et les solutions trouvés.	31/07/2017 11:14
10	Présentation outils, échange de pratique, mise en réseau d'acteurs, essaimage d'actions possible	28/07/2017 11:30
11	Ateliers d'échanges	27/07/2017 15:42
12	Tables rondes pour l'échange entre participant. Eventuellement, une visite d'un site / projet proche du lieu de la journée, pour illustrer	13/07/2017 17:00
13	conference, echange sous forme d'ateliers	12/07/2017 16:25
14	Partage d'expérience, test d'outils	11/07/2017 13:58
15	Animation en situation	10/07/2017 11:52
16	Voir ci-dessus	07/07/2017 16:24
17	Expériences menées dans d'autres accueils de loisirs, apports sur la lutte contre le gaspillage alimentaire.	07/07/2017 16:12
18	tables-rondes, débat	07/07/2017 13:44
19	pas d'idées	07/07/2017 11:39
20	temps d'échanges avec des partenaires potentiels sur notre territoire (rhône)	03/07/2017 09:05
21	échanges + apports théoriques	30/06/2017 15:42
22	Nous pourrions imaginer présenter une première trame de l'outil de débat du projet Débat 2A	30/06/2017 15:22
23	échanges, ateliers, partage d'expérience,...	29/06/2017 18:09
24	Temps de présentation des structures principales, des types d'actions, puis échanges	29/06/2017 10:00
25	les problématiques actuelles en restauration scolaire et leurs leviers	28/06/2017 17:05
26	partage d'expérience, échange avec différent acteurs...	22/06/2017 16:05
27	un temps de présentation des différentes structures présentes et des types d'actions menées	22/06/2017 15:07
28	Ateliers	21/06/2017 14:41
29	Conseiller en nutrition et en animation péda	21/06/2017 13:22
30	ateliers d'échanges et de rencontre actifs et courts pr avoir le temps d'échanger un maximum, 1 tps de présentation des objectifs de la DRAAF sur ces thèmes et les moyens éventuels	21/06/2017 12:22
31	retour d'expériences, présentation action/ outil sur le terrain	20/06/2017 22:23
32	Rencontres thématiques - Débats	20/06/2017 17:53
33	préférence en matinée	20/06/2017 16:27
34	temps d'échange, temps de partage, temps de test d'outils	20/06/2017 16:26

Ensemble pour l'Education Alimentaire de la Jeunesse en Auvergne-Rhône-Alpes		
35	Temps d'échange sur les pratiques et les outils, rencontres d'éventuels partenaires (établissements scolaires, centres sociaux, municipalités...); apports théoriques sur la variété des publics et des besoins de la jeunesse.	20/06/2017 16:20
36	Partages d'expériences et présentation de dispositifs d'aide financiers	20/06/2017 10:08
37	présentation de notre structure et des actions qu'elle mène	17/06/2017 22:31
38	Echange de bonnes pratiques	16/06/2017 15:23
39	ateliers participatifs, découverte d'outils	15/06/2017 17:10
40	Echange de pratique, présentation de projets	15/06/2017 11:04
41	plénière + ateliers	14/06/2017 12:01
42	Apports de connaissances, partage expériences, forum des outils pédagogiques, atelier présentation d'actions	13/06/2017 18:19
43	partage d'expérience, rencontre de partenaires potentiels, création d'un réseau	13/06/2017 17:15
44	Forum, ateliers	13/06/2017 16:48

Annexe Y : Questionnaire de satisfaction de la journée du 26 juin 2018



Vos retours sur la journée du 26 juin
Aliment'Action : pari collectif sur les jeunes ! Ancrer de nouveaux systèmes alimentaires sur nos territoires

Vos impressions sur la journée

Bonjour à toutes et à tous,

Le Pôle Politique Publique de l'Alimentation Auvergne-Rhône-Alpes vous remercie pour l'intérêt que vous avez manifesté à la journée du 26 juin dernier sur "Alimentation, jeunes et territoires". Nous espérons que cette rencontre régionale vous a satisfaits et été enrichissante pour vous.

Nous vous remercions, par avance, de bien vouloir nous faire part de vos remarques et suggestions suite au colloque. Nous vous partagerons ces résultats lors de la mise en ligne sur le site de la DRAAF des retours, informations et documents relatifs à la journée du 26 juin (diaporama, vidéo "Transversalité-Gouvernances-Territoires"....).

A bientôt,

Le Pôle Politique Publique de l'Alimentation Auvergne-Rhône-Alpes.

**PROGRAMME NATIONAL
POUR L'ALIMENTATION**

**NOTRE MODELE
A DE L'AVENIR**

*** 1. Qu'avez-vous pensé du rythme de la journée (horaires, organisation des différents temps : accueil, tables rondes, buffet, 0/14) ?**

A revoir	Sans plus	Satisfaisant	Rien à dire
☆	☆	☆	☆

Un commentaire à nous laisser ?

*** 2. Qu'avez-vous pensé de l'animation de la journée ?**

A revoir	Sans plus	Satisfaisante	Rien à dire
☆	☆	☆	☆

Un commentaire à nous laisser ?

3. Vos attentes de la journée ont été satisfaites...

Quel est votre avis ?	
Besoin d'apports théoriques	<input type="text"/>
Partage d'expériences	<input type="text"/>
Rencontre de collectivités	<input type="text"/>
Rencontre de partenaires	<input type="text"/>
Rencontre d'autres acteurs	<input type="text"/>
Intérêt pour la thématique	<input type="text"/>

Vous souhaitez nous faire part d'une remarque ?

4. Avez-vous des besoins complémentaires à cette journée ? Si oui, lesquels ?

*** 5. Quelles sont les 3 idées clés que vous retenir de cette journée ?**

Idee clé 1

Idee clé 2

Idee clé 3

6. Des idées / souhaits / besoins / envies pour aller plus loin dans nos échanges régionaux ?
Faites nous en part ici !



Vos retours sur la journée du 26 juin
Aliment'Action : pari collectif sur les jeunes ! Ancrer de nouveaux systèmes alimentaires sur nos territoires

C'est terminé !

Nous vous remercions pour votre participation à ce sondage d'évaluation et vous souhaitons une bonne continuation dans vos projets.

Rendez-vous prochainement sur notre site pour consulter les retours du colloque "Aliment'Action : pari collectif sur les jeunes. Ancrer de nouveaux systèmes alimentaires sur nos territoires".

A très bientôt,

Le Pôle Politique Publique de l'Alimentation Auvergne-Rhône-Alpes

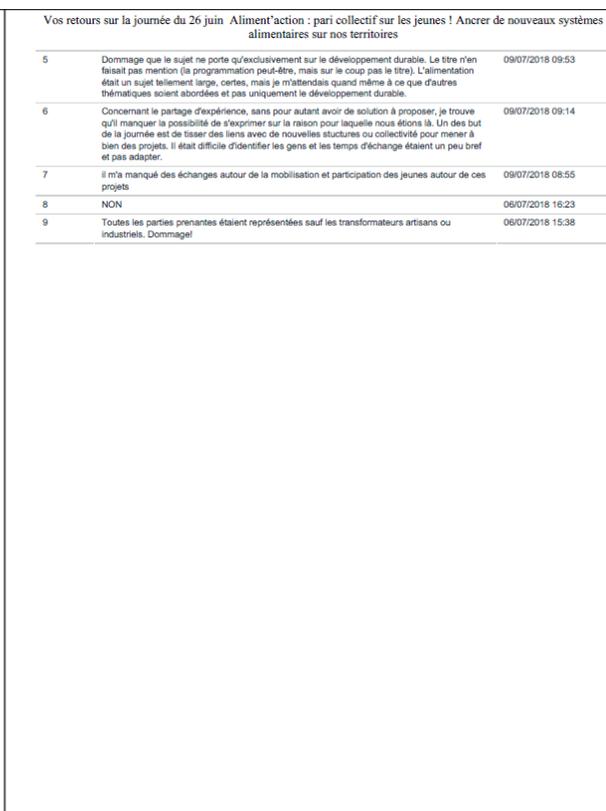
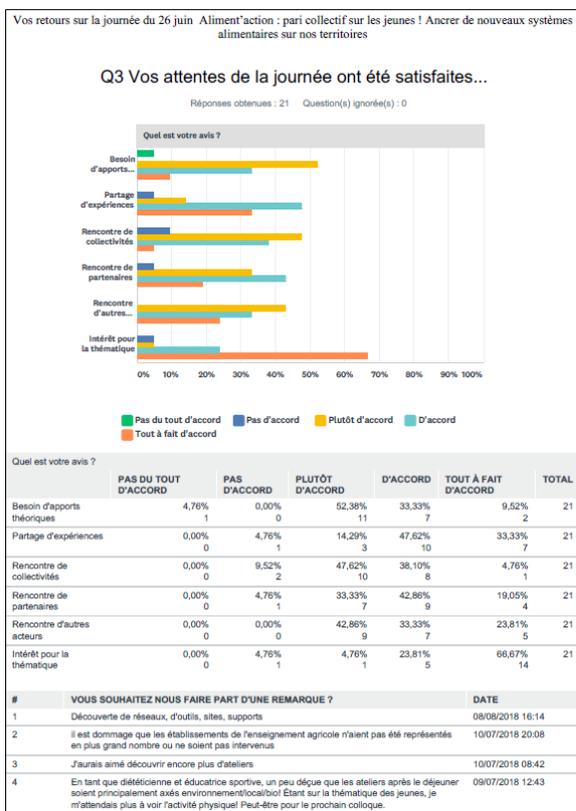
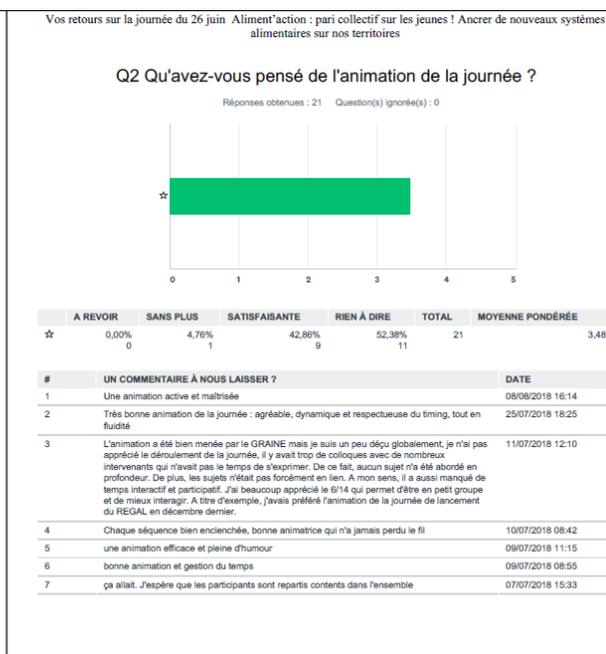
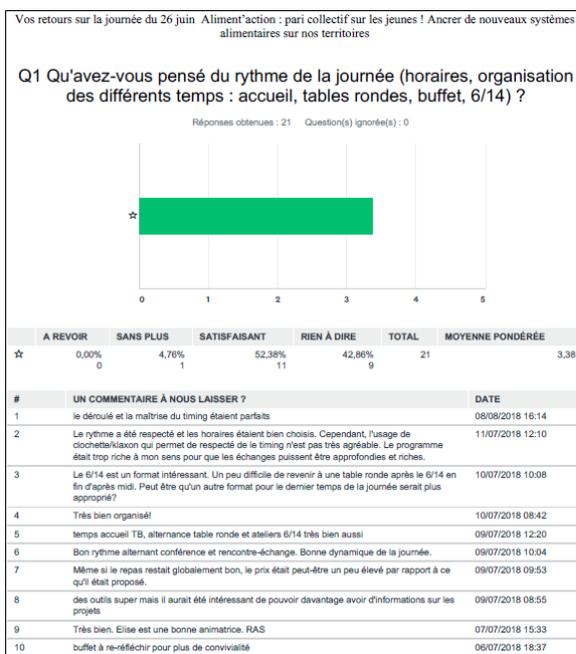
Besoin de plus d'infos ?
Voir avec Joséphine SOULIER
Mail : josephine.soulier@agriculture.gouv.fr
Tel : 04 78 63 13 64

D'ici là, si vous ne la connaissez pas encore, consultez la brochure « **Tout le monde s'en mêle** » ([c'est ici](#)) qui va s'enrichir en 2018 des témoignages de collectivités et territoires engagés sur cette thématique.
Apportez votre témoignage ou actualisez-le [en cliquant ici](#) !

**PROGRAMME NATIONAL
POUR L'ALIMENTATION**

**NOTRE MODELE
A DE L'AVENIR**

Annexe Z : Résultats du questionnaire de satisfaction de la journée du 26 juin 2018



Vos retours sur la journée du 26 juin Aliment'Action : pari collectif sur les jeunes ! Ancrer de nouveaux systèmes alimentaires sur nos territoires

Q4 Avez-vous des besoins complémentaires à cette journée ? Si oui, lesquels ?

Réponses obtenues : 10 Question(s) ignorée(s) : 11

#	RÉPONSES	DATE
1	des partages inter-régions	08/08/2018 16:14
2	Savoir quel est le soutien de la DRAAF sur ce type d'actions, outre le fait de les porter à connaissance ?	12/07/2018 18:23
3	Rencontrer les autres acteurs du territoire, partager nos expériences et réfléchir ensemble à comment améliorer nos pratiques plutôt sous forme participative et interactive.	11/07/2018 12:10
4	Parler d'autres axes liés à l'alimentation et pas que celui sur le développement durable (axe bio et local bien présent sur cette journée)	09/07/2018 09:53
5	Temps d'échanges avec toutes les personnes présentes pour parler des projets de chacun et chacune dans l'idée de créer des partenariats, trouver nos points communs ou complémentaires.	09/07/2018 09:14
6	plus d'informations sur le contenu des projets et leur mise en place	09/07/2018 08:55
7	Compte-rendu, actes ?	07/07/2018 15:33
8	la reprise de contact avec certains acteurs	06/07/2018 22:41
9	Pas de besoins complémentaires	06/07/2018 16:23
10	Plus de temps pour questions réponses	06/07/2018 15:38

Vos retours sur la journée du 26 juin Aliment'Action : pari collectif sur les jeunes ! Ancrer de nouveaux systèmes alimentaires sur nos territoires

Q5 Quelles sont les 3 idées clés que vous retenir de cette journée ?

Réponses obtenues : 21 Question(s) ignorée(s) : 0

CHOIX DE RÉPONSES	RÉPONSES	
Idee clé 1	100,00%	21
Idee clé 2	100,00%	21
Idee clé 3	100,00%	21

#	IDÉE CLÉ 1	DATE
1	de multiples initiatives en cours	08/08/2018 16:14
2	s'appuyer sur les acteurs pour relayer les messages	25/07/2018 18:25
3	partage d'expériences	12/07/2018 18:23
4	Rencontre de multiples acteurs du territoire	11/07/2018 12:10
5	idées d'outils et d'animations	10/07/2018 20:08
6	La pluralité des actions sur l'alimentation	10/07/2018 10:08
7	Le dialogue avec les ados doit passer par les moyens modernes du net	10/07/2018 08:42
8	Importance des acteurs locaux pour la mise en place des projets	09/07/2018 12:43
9	multiplicité des entrées pour sensibiliser les jeunes dans leurs environnements	09/07/2018 12:20
10	Changer son alimentation dépend de nombreux facteurs et prend du temps	09/07/2018 11:15
11	impliquer les jeunes dans leur alimentation	09/07/2018 10:31
12	Favoriser différentes approches (imaginaire, sensoriel, scientifique, rencontre physique...) en lien avec la pratique	09/07/2018 10:04
13	Échanges	09/07/2018 09:53
14	Changement de comportement	09/07/2018 09:14
15	importance de mobiliser les CC	09/07/2018 08:55
16	les choses avancent doucement, mais elles avancent...	07/07/2018 15:33
17	la diversité des angles d'approche de la thématique	06/07/2018 22:41
18	Pas de solutions toutes faites pour sensibiliser les jeunes	06/07/2018 18:37
19	co-construire avec les jeunes	06/07/2018 16:23
20	créativité	06/07/2018 16:13
21	Bien connaître sa cible avant de travailler une stratégie de communication	06/07/2018 15:38
#	IDÉE CLÉ 2	DATE
1	des outils et démarches existants à capitaliser	08/08/2018 16:14
2	persévérer	25/07/2018 18:25
3	découverte d'outils pédagogiques	12/07/2018 18:23
4	Associer les collectivités au projet alimentaire	11/07/2018 12:10
5	catalogue de partenaires	10/07/2018 20:08
6	Des rencontres intéressantes pour faire vivre notre projet	10/07/2018 10:08
7	Rendre les jeunes attachés à leur territoire pour changer leur comportement	10/07/2018 08:42
8	Travailler sur le long terme pour obtenir le soutien des politiques	09/07/2018 12:43
9	associer les acteurs de terrains (en contact tous les jours avec des jeunes) pour pérenniser les actions	09/07/2018 12:20
10	au lieu de la peur, du clivant et des consignes, mieux vaut utiliser le plaisir et l'expérience partagée	09/07/2018 11:15

Vos retours sur la journée du 26 juin Aliment'Action : pari collectif sur les jeunes ! Ancrer de nouveaux systèmes alimentaires sur nos territoires

11	volonté de l'Élu pour un projet alimentaire sur le territoire	09/07/2018 10:31
12	Découverte des "nudges"	09/07/2018 10:04
13	Rencontres	09/07/2018 09:53
14	il est possible pour un territoire de passer au bio et local	09/07/2018 09:14
15	Nudges	09/07/2018 08:55
16	les moyens financiers, notamment publics, ne sont pas toujours à la hauteur des ambitions... (ex : le tarif enfant pour accéder au foodcar ardéchois)	07/07/2018 15:33
17	Le paradoxe de devoir redoubler d'ingéniosité pour tenter d'assurer l'égalité d'accès à une alimentation de qualité, quand l'alimentation est a priori première et universelle.	06/07/2018 22:41
18	La co-construction est indispensable avec l'ensemble des acteurs	06/07/2018 18:37
19	importance de l'appropriation du territoire par les rencontres avec les acteurs du système alimentaire	06/07/2018 16:23
20	foisonnement	06/07/2018 16:13
21	Le nudge est très approprié mais ne peut pas tout	06/07/2018 15:38
#	IDÉE CLÉ 3	DATE
1	l'intérêt de telles rencontres pour favoriser les échanges	08/08/2018 16:14
2	faire simple	25/07/2018 18:25
3	complémentarité d'acteurs nécessaire sur des territoires locaux	12/07/2018 18:23
4	Intégrer les nudges	11/07/2018 12:10
5	organisation et animation de qualité	10/07/2018 20:08
6	Une pluralité d'acteurs de différents milieux, plus ou moins proches du terrain	10/07/2018 10:08
7	Créer du lien à ce territoire en faisant des immersions	10/07/2018 08:42
8	Un réseau de locaux à développer car plein de belles idées	09/07/2018 12:43
9	de nombreux retours d'expériences réussis et de bonnes idées pour sensibiliser les jeunes à une alimentation durable	09/07/2018 12:20
10	dommage qu'il soit si difficile de travailler avec l'éducation nationale sur ces sujets vitaux	09/07/2018 11:15
11	transmettre le plaisir de manger	09/07/2018 10:31
12	Autants d'apprentissages que de mondes (marguerite explicite et clair permettant de bien prendre conscience des différents milieux où toucher les jeunes)	09/07/2018 10:04
13	Partenariat	09/07/2018 09:53
14	besoin d'animation et de médiation sur les territoires.	09/07/2018 09:14
15	multipartenariat	09/07/2018 08:55
16	lyon, c'est loin...	07/07/2018 15:33
17	L'aller - vers ne manque-t-il pas de moyens?	06/07/2018 22:41
18	pleins de pistes d'entrée pour parler alimentation	06/07/2018 18:37
19	Pour associer les élus, il faut avoir une réussite à leur montrer	06/07/2018 16:23
20	innovation	06/07/2018 16:13
21	Il est urgent d'environ La transition alimentaire	06/07/2018 15:38

Vos retours sur la journée du 26 juin Aliment'Action : pari collectif sur les jeunes ! Ancrer de nouveaux systèmes alimentaires sur nos territoires

Q6 Des idées / souhaits / besoins / envies pour aller plus loin dans nos échanges régionaux ? Faites nous en part ici !

Réponses obtenues : 12 Question(s) ignorée(s) : 9

#	RÉPONSES	DATE
1	Faire connaître le recueil d'expériences et le faire vivre, le nourrir plus longtemps ; soutenir la mise en réseaux des acteurs de terrain et la mutualisation concrète entre ceux qui n'ont pas pu venir ; faciliter les journées d'échanges locales	12/07/2018 18:23
2	je l'ai évoqué en question 4	11/07/2018 12:10
3	avez vous les coordonnées des responsables d'ateliers afin de les solliciter pour intervenir sur nos structures	10/07/2018 08:42
4	Des actions locales santé + sport chez les jeunes +/ - moins jeunes	09/07/2018 12:43
5	Avertir l'ensemble des EPCI de ces colloques très enrichissants (peu d'EPCI drômois présents)	09/07/2018 12:20
6	Reproposer une journée dans 1 ou 2 ans !!	09/07/2018 10:04
7	En proposer peut-être 1 à 2 dans l'année ?? Mais en tout cas, essayer d'en faire au moins 1 par an ce qui permettrait de dynamiser le réseau et de maintenir des liens entre territoires qui n'ont pas forcément l'occasion de se croiser et d'échanger ensemble. + Communiquer peut-être davantage sur l'orientation précise du colloque (ici développement durable)	09/07/2018 09:53
8	de nombreuses expériences intéressantes mais pas assez développées (contenu, mise en place, freins, leviers...) c'est dommage	09/07/2018 08:55
9	oui, privilégier les gobelets réutilisables la prochaine fois (j'ai du en jeter 8 dans la journée)	07/07/2018 15:33
10	discuter avec les différents interlocuteurs du jour de la notion de "leader de voisinage", d'ambassadeur, du jardinage et du bien vivre alimentaires. Cela leur semble-t-il réaliste? Comment initierait-ils une démarche dans la perspective de former leur public à devenir des médiateurs de proximité sur ces sujets?	06/07/2018 22:41
11	avoir des documents sur les aspects plus "administratifs" : où ? comment ? les plans territoriaux ? quelles démarches....	06/07/2018 18:37
12	Pas de besoins spécifiques	06/07/2018 16:23

Table des matières

REMERCIEMENTS	6
SOMMAIRE	8
INTRODUCTION	10
PARTIE1. CONCEPTUALISATION ET APPORTS THEORIQUES	12
CHAPITRE 1. POUR UNE SOCIOLOGIE AU SERVICE DE L'ALIMENTATION	13
1. Présentation de concepts et définitions	13
1.1. ... Autour de l'alimentation	14
1.1.1. Le statut bio-culturel du mangeur	14
1.1.2. Quand la culture modèle l'alimentation	15
1.1.3. Modèle alimentaire, de quoi parle-t-on ?	15
1.1.4. Conclusion	16
1.2. ... Autour du mangeur	17
1.2.1. Les enjeux de la socialisation	17
1.2.2. Divers contextes d'apprentissages.....	17
Influence de l'éducation	17
Influence des pairs.....	18
1.2.3. Se construire en mangeant	19
Le triangle du manger.....	20
La feuille de papier	20
Conclusion	21
2. Jeunes et alimentation	21
2.1. Comment définir les « jeunes » ?	22
2.2. Le jeune face à la modernité alimentaire.....	23
2.2.1. Des discours alimentaires dissonants.....	23
2.2.2. ... Une forte individualisation de l'alimentation... ..	24
2.2.3. ... Et un contexte anxiogène	25
2.3. Comment les jeunes perçoivent et vivent l'alimentation ?	26
2.3.1. L'alimentation au carrefour de plusieurs enjeux	26
2.3.2. La culture alimentaire adolescente	27
A la recherche de nouveaux territoires alimentaires	27
Se détacher de l'éducation reçue... ..	27
Composer avec la multitude de discours portant sur l'alimentation.....	28
2.3.3. Le vrai du faux à propos des pratiques alimentaires.....	28
2.3.4. Différences genrées dans le rapport à l'alimentation	30
3. Conclusion	30

CHAPITRE 2. L'ALIMENTATION DU POINT DE VUE DES POLITIQUES PUBLIQUES	30
1. <i>La santé par l'alimentation : le rôle des politiques publiques</i>	31
1.1. La santé publique en France.....	31
1.2. L'individu face à sa santé.....	32
1.2.1. Une éducation POUR la santé : penser la santé de manière dynamique.....	32
1.2.2. Responsabilisation individuelle et société moderne.....	33
2. <i>L'alimentation au carrefour de différents programmes politiques</i>	34
2.1. Présentation du PNNS.....	34
2.1.1. Un rapide historique du programme	35
2.1.2. Quels messages ?	36
2.1.3. Que ressort-il du PNNS ?.....	37
2.2. Présentation du PNA.....	38
2.2.1. Un rapide historique du programme	38
2.2.2. Quelle mise en œuvre concrète ?	38
2.2.3. Que ressort-il du PNA ?.....	39
Le projet Marguerite à Lyon	39
Arts de Faire Culinaires au Collège (AFCC) à Angoulême.....	40
Nourritures du jardin au Grand Parc Miribel-Jonage.....	41
L'alimentation au sein de la politique du PNA.....	42
2.2.4. Conclusion.....	43
CHAPITRE 3. L'ACCOMPAGNEMENT AU CHANGEMENT DE LA THEORIE A LA PRATIQUE	44
1. <i>Accompagnement au changement, de quoi parle-t-on ?</i>	44
1.1. Changement, légitimité et éthique	44
1.1.1. Peut-on changer les comportements alimentaires ? (Lahlou, 2005)	45
Les paramètres technico-économiques.....	45
Les paramètres psychologiques.....	46
Les paramètres sociaux	47
Conclusion	47
1.1.2. Modifier son comportement : comment ça se passe ?.....	47
Le comportement planifié d'après Ajzen.....	48
La théorie du champ de forces de Lewin (1988).....	49
1.1.3. Limites au changement, comment les dépasser ?	50
Le groupe : à la fois frein et moteur du changement	50
La résistance au changement au niveau individuel	51
Démarche participative, un levier pour le changement	51
Conclusion	52
2. <i>De la persuasion à l'engagement, tout un processus !</i>	52
2.1. Persuasion et engagement, quelques repères de compréhension	52
2.1.1. Les limites de la persuasion	53
2.1.2. Tour d'horizon sur « l'engagement »	53
L'engagement en bref.....	53
La théorie de l'engagement.....	54

Comment inciter l'engagement ?	54
2.1.3. De la persuasion à l'engagement	55
Le modèle transthéorique (Prochaska et Di Clemente, 1982)	56
Le modèle de changement de comportement autorégulé (Bamberg, 2013)	57
Conclusion	59
3. <i>En route vers le changement !</i>	59
3.1. La communication engageante	60
3.2. L'éducation par les pairs	60
3.3. Les nudges	62
Les nudges en bref	62
Un outil intemporel ?	62
Conclusion	62
3.4. Conclusion	63

PARTIE 2. PROBLEMATISATION, HYPOTHESES ET METHODOLOGIE..... 64

CHAPITRE 1. PRESENTATION DE LA STRUCTURE D'ACCUEIL	65
1. <i>Travailler au sein de la DRAAF</i>	65
1.1. Les missions de la DRAAF	65
1.2. Le pôle Politique Publique de l'Alimentation	66
1.3. La commande et les attentes du stage	66
1.3.1. Une suite logique au travail de Master 1	66
1.3.2. Une politique en faveur des PAT	67
1.3.3. Les attentes du commanditaire	68
A partir d'observations...	68
... Mettre en place un projet de recherche-action...	69
... Et organiser un colloque régional	70
1.3.4. Conclusion	70
2. <i>Présentation du territoire d'étude</i>	70
2.1. Géographie et politique	70
2.1.1. Redécoupage territorial et nouvelles frontières administratives	70
2.1.2. Compétences et actions de TDM	71
2.2. Quelques caractéristiques clés de la population « jeunes » de TDM	72
Démographie	72
Etablissements scolaires de TDM	72
Transports scolaires	73
Politique jeunesse	73
Constats et besoins des jeunes	73
2.3. Une dynamique alimentaire déjà bien présente	74
2.4. Conclusion	75
CHAPITRE 2. PROBLEMATIQUE ET HYPOTHESES	75
1. <i>Problématisation de la commande</i>	76
1.1. Contextualisation	76

1.1.1.	Question de départ	76
1.1.2.	Resocialisation et socialisation inversée : quels enjeux ?	77
	Médiateur, prescripteur, messenger... quel rôle pour les enfants auprès de leur famille ?	77
	Evolution des modèles alimentaires ou « re-socialisation »	78
	Conclusion	79
1.2.	Annonce de la problématique	79
1.3.	Les termes clés à définir	80
1.3.1.	Qu'entend-on par « alimentation durable » ?	80
1.3.2.	De quel accompagnement parle-t-on ?	81
2.	<i>Annonce des hypothèses</i>	81
2.1.	Hypothèse 1	81
2.1.1.	Contextualisation	81
2.1.2.	Annonce de l'hypothèse	82
2.1.3.	Les termes clés à définir.....	82
	Qu'entend-on par « acteurs relais » ?	82
	Qu'entend-on par « effet de masse » ?	84
	Les influenceurs, quel impact auprès des jeunes ?.....	84
	Communiquer auprès des jeunes, de quelle manière ?	85
2.2.	Hypothèse 2	86
2.2.1.	Contextualisation	86
2.2.2.	Annonce de l'hypothèse	86
2.2.3.	Les termes clés à définir : travailler en transversalité, concept et enjeux	87
2.3.	Hypothèse 3	88
2.3.1.	Contextualisation	88
2.3.2.	Annonce de l'hypothèse	88
2.3.3.	Les termes clés à définir.....	89
	La notion d'empowerment, de quoi s'agit-il ?	89
	Co-construire avec les jeunes : comment et pourquoi ?	90
2.4.	Conclusion	90
3.	<i>Quelle méthodologie déployée ?</i>	91
1.	<i>Recours aux outils sociologiques qualitatifs</i>	91
1.1.	L'entretien individuel	91
1.1.1.	Eléments de définition	92
1.1.2.	Choix d'un tel outil.....	92
1.1.3.	L'entretien individuel en pratique.....	93
	Présentation de l'échantillon.....	93
	Préparation des entretiens	93
	Déroulé des entretiens	94
1.2.	La discussion collective	95
1.2.1.	Eléments de définition	95
1.2.2.	Choix d'un tel outil.....	96
1.2.3.	Discussion collective, en pratique... ..	97

Prise de contact avec les établissements scolaires.....	97
Retours des établissements scolaires et planification des entretiens collectifs.....	97
Préparation des séances.....	98
Déroulement des séances.....	99
2. « Alimentation, jeunes et territoires », une journée pour se rencontrer, partager, échanger et innover.....	101
2.1. Co-construction de la journée et préparation des échanges.....	101
2.1.1. La thématique.....	101
2.1.2. L'esprit de la journée.....	102
2.1.3. Les objectifs de la DRAAF.....	103
Faire du réseau.....	103
Diffuser des messages clés.....	103
2.1.4. Les besoins des acteurs terrain.....	104
2.2. Rétrospectives sur le colloque.....	107
2.2.1. ... Au niveau professionnel... ..	107
2.2.2. ... Et sur le plan personnel.....	107
2.3. Evaluation et retours de la journée.....	108
3. Conclusion.....	109
PARTIE 3. ANALYSE GLOBALE DE L'ETUDE ET PRECONISATIONS.....	110
CHAPITRE 1. RETOURS SUR LES HYPOTHESES.....	112
1. A propos de l'hypothèse 1.....	112
1.1. Validité de l'hypothèse : en théorie... ..	112
1.1.1. Des situations relais bénéfiques à une sensibilisation à l'alimentation durable envers les jeunes.....	112
L'importance des acteurs relais.....	112
Quels acteurs ou situations relais potentiels ?.....	114
1.1.2. Des situations propices pour communiquer auprès des jeunes.....	115
1.1.3. Conclusion.....	116
1.2. ... Et en pratique.....	116
1.2.1. Quels leviers ?.....	116
Le milieu scolaire.....	116
Les réseaux sociaux.....	117
Conclusion.....	119
1.2.2. Quels points de vigilance ?.....	119
Savoir et connaître avant de partager.....	119
Communiquer efficacement auprès des jeunes.....	120
La famille, un relais à ne pas oublier.....	122
Conclusion.....	123
1.3. Qu'en est-il de la première hypothèse ?.....	123
2. Retour sur l'hypothèse 2.....	124
2.1. Validité de l'hypothèse : en théorie... ..	124

2.1.1.	Travailler collectivement, qui est concerné ?.....	124
	Des acteurs différents.....	124
	... Aux approches complémentaires	125
	Conclusion	125
2.1.2.	Travailler collectivement, des pistes méthodologiques.....	126
	Se connaître et se connecter	126
	Echanger et partager	126
	Accompagner au changement de comportement.....	128
	Conclusion	128
2.1.3.	Travailler collectivement, quels bénéfices... ..	129
	... En termes d'actions pouvant être mises en place ?.....	129
	... Pour les acteurs eux-mêmes ?	130
2.1.4.	Conclusion.....	130
2.2.	... Et en pratique	131
2.2.1.	Quels leviers ?	131
	Partir de l'existant	131
	S'appuyer sur la dynamique du territoire.....	131
	Conclusion	132
2.2.2.	Quels points de vigilance ?.....	132
	Besoin d'un soutien politique.....	132
	Composer avec des avis divergents.....	133
	Savoir se saisir des opportunités	133
	Concevoir des projets sur une temporalité longue	134
	Conclusion	134
2.3.	Qu'en est-il de la seconde hypothèse ?.....	135
3.	<i>Retour sur l'hypothèse 3</i>	135
3.1.	Validité de l'hypothèse en théorie... ..	136
3.1.1.	Impliquer les jeunes... ..	136
	Des bénéfices sur l'aspect relationnel	136
	Des bénéfices au niveau motivationnel.....	136
3.1.2.	... Les accompagner vers de nouveaux engagements... ..	137
	En devenant acteurs	137
	En leur donnant la parole	137
3.1.3.	... Et leur permettre d'être relais à leur tour	137
3.1.4.	Conclusion.....	138
3.2.	... Et en pratique	138
3.2.1.	Quels leviers ?	138
	Partir des envies des jeunes	138
	Partir de leurs représentations.....	140
	Susciter la curiosité et l'envie	140
	Conclusion	141
3.2.2.	Quels points de vigilance ?.....	141

Co-construire avec les jeunes, quelle posture pour l'accompagnant ?	141
Co-construire, un garde-fou aux questions d'éthique	142
Co-construire pour éviter un sentiment de culpabilisation	143
Conclusion	143
3.3. Qu'en est-il de la troisième hypothèse ?.....	144
CHAPITRE 2. ELEMENTS DE REPONSE A LA PROBLEMATIQUE	144
1. <i>Retour sur la problématique</i>	145
1.1. Quels acteurs ?.....	145
1.2. Quelle(s) méthode(s) ? Quel(s) dispositif(s) ?	146
1.2.1. Miser sur l'aspect pluriel de l'alimentation.....	146
1.2.2. ... Sur l'interconnaissance.....	147
1.2.3. ... Sur une communication innovante.....	147
1.2.4. ... Et sur les jeunes !	148
1.3. Comment pérenniser l'accompagnement sur le long terme ?	148
1.4. Conclusion	150
2. <i>Quelques préconisations pour le commanditaire</i>	150
2.1. Perspectives du projet de recherche-action	150
2.1.1. Propositions d'accompagnement au changement.....	150
Les transports scolaires comme situations relais	150
Les réseaux sociaux et la vidéo comme dispositifs relais	151
2.1.2. L'accompagnement du Graine	152
2.1.3. La formation de formateurs.....	152
2.2. D'autres pistes de réflexion à explorer	153
2.2.1. Le projet d'établissement	153
2.2.2. Le nudge.....	154
Dans quel contexte ?	154
Quel type d'outil ?	155
3. <i>Conclusion</i>	155
CHAPITRE 3. RETOURS SUR L'ETUDE	156
1. <i>Les limites</i>	156
1.1. Sur le terrain.....	156
1.2. Lors de la rédaction	156
1.2.1. L'analyse des données	156
1.2.2. Le bon mot au bon endroit	156
2. <i>Les apports</i>	157
3. <i>Les points d'améliorations</i>	158
4. <i>Conclusion</i>	159
CONCLUSION	160
BIBLIOGRAPHIE	162
TABLE DES ABREVIATIONS	168

TABLE DES FIGURES	170
TABLE DES TABLEAUX	171
TABLES DES ANNEXES	172
TABLE DES MATIERES.....	264

Résumé

Les politiques publiques ont déployé de nombreux moyens pour sensibiliser les jeunes au lien alimentation-santé (notamment au travers du PNNS et du programme Manger Bouger) sans toutefois des résultats probants. Se pose alors la question : comment mieux toucher les jeunes ?

L'objectif poursuivi dans cette étude est l'accompagnement au changement des pratiques alimentaires des jeunes. Une approche transversale de l'alimentation, un décloisonnement au niveau des services et des méthodes de travail basées sur la coopération, l'échange et la collaboration semblent être de bons éléments de réflexion pour penser autrement la sensibilisation des jeunes à l'alimentation durable.

L'accompagnement au changement, la socialisation alimentaires des jeunes, la coopération entre acteurs ou encore la communication en matière de sensibilisation ainsi que la méthodologie de recherche déployée et l'analyse des données recueillies (entretiens, colloque régional ou projet de recherche-action) sont tout autant de points qui seront abordés dans ce mémoire.

Mots-clefs : accompagnement – changement – socialisation – adolescents – alimentation

Abstract

Public policies have deployed a lot of ways to raise awareness among youngsters about the link between food and health (especially through the PNNS and the program “Manger Bouger”) without any convincing results. That’s why we can ask to ourselves : how can we better call to mind teenagers ?

The purpose of this study is about the change’s accompanying of youngsters’ food behaviours. Speaking of food with a cross-disciplinary approach, breaking down the barriers between the different departments and working with methods based on cooperation, exchange and collaboration, seem to be good keys to think about this subject on a different way.

Change’s accompanying, teenagers’ food socialisation, cooperation between people or communication about awareness, the methodology of research adopted and also data collected (interviews, symposium or the project of research-action) are among the different points which will be broached in this thesis.

Key words : accompanying – change – socialisation – teenagers – food