2020

LES CAHIERS DES RENCONTRES FRANÇOIS RABELAIS

GASTRONOMIES POUR TOUS ?

iehca
INSTITUT EUROPÉEN
D'HISTOIRE ET DES CULTURES
DE L'ALIMENTATION

www.iehca.eu

Prévues initialement les 27 et 28 novembre 2020 sous la présidence du chef cuisinier Thierry Marx, faute de crise sanitaire, les Rencontres François Rabelais se sont déroulées sous forme distancielle, en différentes dates entre janvier et mai 2021.

Les Rencontres François Rabelais sont un événement labellisé “Manifestation de culture humaniste” dans le cadre du Plan National de Formation du Ministère de l’Éducation nationale.

Direction de rédaction : Francis Chevrier, directeur de l’Institut européen d’histoire et des cultures de l’alimentation, et Kilien Stengel, coordinateur des Rencontres François Rabelais

A contribué à ce numéro Laurent Geneix, journaliste

Toute reproduction ou représentation intégrale ou partielle, par quelque procédé que ce soit, des pages ou images publiées dans la présente publication, faite sans l’autorisation écrite de l’éditeur est illicite et constitue une contrefaçon (loi du 11 mars 1957, art.40 & 41 et code pénal art.425).

SOMMAIRE

Édito ..... page 5

La gastronomie pour tous ? Entretien avec Thierry Marx ..... pages 6 > 9

La gastronomie, qu’est-ce que c’est ? ..... pages 10 > 12

Bien manger pour tous et à quel prix ? ..... pages 13 > 15

Gastronomie pour publics fragiles ..... pages 16 > 18

Gastronomie et politiques publiques ..... pages 19 > 21

La philanthropie alimentaire d’hier à aujourd’hui : charité ? Education au goût ? Gastronomie ? ..... pages 22 > 25

La gastronomie peut-elle s’envisager pour les moins de 3 ans ? ..... pages 26 > 28

Bien manger et e-commerce ..... pages 29 > 31

ÉDITO

Depuis 16 ans, les Rencontres Rabelais s'emploient à inviter les universitaires, chefs, journalistes, professionnels de l'alimentation, pour créer un lieu de réflexions et d'échanges sur les pratiques alimentaires et culinaires.
Les rencontres François Rabelais, véritable université ouverte, porte cette année sur le souci de bien manger, avec pour titre « Gastronomie pour tous ? ».
De l'enfant de moins de trois ans aux personnes âgées, de l'hôpital à l'épicerie solidaire, tous les types de consommateurs et tous les lieux de consommation, seront observés, lors de ces deux journées, par les angles de la diversité à l'uniformité, comme de l'individualisation à l'universalité.
Le « bien manger » et le « bien boire » sont-ils réservés à une élite culturelle et financière ou peuvent-il aussi être mis à la portée du plus grand nombre et en particulier des publics dits « éloignés » ou « empêchés » ? Les euphémismes sont nombreux pour qualifier les publics éloignés d'un accès à la culture alimentaire ou à l'alimentation tout simplement, que ce soit pour des raisons physiques, psychologiques, économiques ou sociales.
Pour débattre de l'alimentation de qualité et de la connaissance alimentaire, en faveur des publics spécifiques, précaires ou en difficulté, deux journées ne suffiront pas et nous nous emploierons à faire évoluer ces réflexions au-delà de cette programmation.
Les Rencontres François Rabelais tirent, cette année encore, les fondements de ses débats tantôt dans l'histoire ou l'économie, tantôt dans des discours politiques, moraux ou philosophiques, afin de démontrer les divers facteurs qui influencent la représentation du « bien manger ».
La recherche d'une bonne alimentation, saine et durable, favorise les échanges, et peut finalement représenter une forme d'évolution du contexte alimentaire et de la société en général.

Philippe Vendrix
Président de l'université de Tours

LA GASTRONOMIE POUR TOUS ? ENTRETIEN AVEC THIERRY MARX

Interview animée par Éric ROUX, journaliste culinaire
Thierry MARX, Chef Exécutif & Directeur de la Restauration au Mandarin Oriental

Un échange pour découvrir comment Thierry Marx définit sa conception et sa pratique de la gastronomie, à qui il s'adresse en cuisinant et surtout comment il tente de rendre accessible sa pratique de la cuisine au plus grand nombre, en particulier au travers des formations qu'il a mises en place.

Éric ROUX : Gastronomie pour tous, ces termes ne sont-ils pas antinomiques ? La gastronomie, c'est réservé à certains restaurants, une certaine clientèle, ce n'est pas pour tous ?

Thierry MARX : La gastronomie, c'est pour tous. Mais avant que la gastronomie soit pour tous, il faut que l'instruction soit pour tous. Et on atteindra une gastronomie pour tous quand on pourra instruire un peu mieux sur ce qu'est la gastronomie. Comment je fais découvrir à un enfant l'envie de bien manger ? Comment je lui fais découvrir des produits ? Aujourd'hui, dans beaucoup de familles, ce n'est pas fait. Et il y a des personnes qui achètent encore des prix. Il y a des personnes qui se comportent encore en consommateurs et pas en mangeurs.

Éric ROUX : Mais parce qu'ils sont obligés, parfois.

Thierry MARX : On est bien d'accord. Donc ce qui m'intéresse aujourd'hui, c'est l'instruction. Faire monter le niveau d'instruction de ces personnes pour qu'elles puissent monter socialement et atteindre une alimentation correcte. Parce que la gastronomie, manger, c'est quoi ? C'est plaisir, bien-être et santé. Alors pour le cuisinier que je suis, je me limite à plaisir et bien-être, mais cette période de la Covid nous fait prendre acte qu'on a réclamé des masques et des vaccins, mais qu'on n'a pas parlé d'alimentation. Pourtant lors de ce premier confinement, on refait la cuisine. Donc on va considérer à un moment donné qu'on ne peut pas déléguer le repas à une industrie. Il faut comprendre et savoir ce que nous avons dans nos assiettes, parce que cela a du sens sur notre bien-être et sur notre santé. Donc je pense qu'il faut instruire beaucoup, si on veut une gastronomie pour tous.

Éric ROUX : Il faut acquérir des connaissances ?

Thierry MARX : Depuis la monarchie on essaye de trouver des ingrédients pas chers pour les pauvres. Quand les pauvres ont le ventre plein, ils ne se révoltent pas. Il faut arrêter avec ce discours du low cost et aider à cette montée en compétences, instruire, pour que le niveau social puisse monter, pour qu'on puisse comprendre. Brillat-Savarin a dit : « L'homme se nourrit, seul l'homme d'esprit sait manger. » Quand il dit l'homme d'esprit, il veut dire un homme lettré et instruit. Donc il faut permettre à un maximum de personnes de pouvoir s'instruire pour mieux comprendre ce qu'est l'acte de se restaurer.

Éric ROUX : Est-ce que ce n'est pas une vision un peu binaire ? Je me suis souvent rendu compte que le choix de l'approvisionnement alimentaire et donc de la cuisine est plus complexe qu'il en a l'air. Dans la même semaine, une même famille peut par exemple passer de ces supermarchés d'origine allemande où le prix est le plus bas possible à un petit producteur d'asperges qui vend sur le parking de l'usine. Il y a dans ce cas-là une connaissance de l'asperge qui était ramassée de la veille, qui se cassait bien, qui était juteuse, qui était belle, mais il y a aussi une nécessité d'aller chercher un prix abordable pour un budget qui permettait de nourrir tous les jours la famille.

Thierry MARX : Bien sûr. C'est une complexité absolue entre différentes extractions sociales qui regardent la gastronomie, la cuisine, le fait de se nourrir autrement, et en fonction d'un budget. Et encore une fois, je reviens sur le sens de l'instruction. Comment j'apprends à reconnaître les produits qui vont être bons pour mon écosystème ? Et j'ai longtemps collaboré avec un livre sur les Restos du cœur, et je me souviens du travail qu'on faisait sur des personnes qui étaient en très grande précarité. Le fait de leur apprendre modestement à utiliser les produits dont elles étaient bénéficiaires, de redonner un sens de cuisine, finalement, redonnait un sens au fait de se restaurer qui était différent. Donc oui, l'accessibilité est extrêmement importante. Il faut aider à accéder à cette connaissance, parce que ça a des conséquences sur la santé. Et on l'a bien vu sur les conséquences de la Covid que des populations très en précarité au niveau de la santé et de l'alimentation ont été très impactées par le phénomène Covid.

Éric ROUX : Il est extrêmement compliqué de valoriser le produit brut. C'est-à-dire que souvent, il est socialement plus valorisant de prendre un plat sous vide estampillé parfois d'un chef, ou d'une marque connue, que d'acheter un kilo de poireaux qu'on va transformer en bouillon de poireau ou en poireaux vinaigrette et qui peut, là, permettre de faire de la gastronomie. C'est très compliqué, cette opposition-là.

Thierry MARX : Complètement. On est peut-être à la fin de cette surconsommation, en tout cas il faudrait arriver à la fin de cette surconsommation pour arriver à des croissances en confiance, des consommations en conscience. Cela doit commencer à l'école. Vous avez énormément de cours. Vous avez un cours d'arithmétique, vous avez un cours de français, vous avez un cours de géographie, vous avez un cours d'histoire. Et puis in fine, vous apprenez à vous nourrir. Vous êtes le mangeur de demain. Une mauvaise alimentation a un impact social extrêmement fort sur la santé. Donc c'est ça qui m'anime aujourd'hui dans la transmission : c'est évidemment de transmettre la passion que j'ai pour la cuisine et la gastronomie, mais aussi de permettre aux plus modestes de s'instruire. Parce que je crois vraiment au rôle fort de l'école sur notre modèle alimentaire.

Éric ROUX : Qui sont les bons prescripteurs pour aborder ce fait social total que peut être la cuisine ? Ce sont les cuisiniers ? Les enseignants ? C'est une association rêvée entre tous ceux qui ont affaire avec la jeunesse, donc avec les parents aussi ?

Thierry MARX : Je pense que c'est un tronc commun d'alliances entre l'éducation, l'éducation à la parentalité, peut-être, pourquoi pas ? Le cuisinier a un rôle, certes, mais le boucher en a un, le poissonnier en a un. D'où vient le produit ? Comment il a été cultivé ? Quelle est la main qui l'a transformé ? Pourquoi on l'a transformé comme ça ? Quelle émotion ça donne ? Quel lien social ça donne ? Pourquoi dans la cuisine je peux comprendre l'autre ? Pourquoi il ne mange pas de viande ? Dans l'alimentation, il y a tout ce courant social extrêmement tentaculaire qui permet d'être au plus près de l'autre, et en même temps de mieux connaître l'autre pour vivre avec. Et ça, c'est quelque chose qui aujourd'hui, dans ce lien social qu'est la gastronomie, est essentiel si on veut mesurer quelque chose qui est le plus important pour moi : l'impact social et l'impact environnemental de nos actions.

Éric ROUX : Loin de l'éducation aux arts ménagers des années 60 réservés aux femmes, il faudrait donc un enseignement mixte et plus fun ?

Thierry MARX : Je suis pour qu'il y ait des cours sur l'alimentation et sur la cuisine dès l'école primaire, comme je suis pour le retour des cours d'éducation au travail manuel. Je pense que l'école est là pour rassembler. Et elle peut rassembler au niveau de la main, du geste, de la reconnaissance métier ; elle ne doit pas ostraciser le monde de l'artisanat par rapport au monde universitaire. L'idée que nous avons eue à Cuisine Mode d'emploi(s), ça a été de dire : « On va faire pour apprendre et puis on écrira à la main, on fera nos cahiers de recettes, nos fiches recettes, etc. ». S'approprier les choses est extrêmement important. Donc je crois dur comme fer à la réintroduction du geste à l'école, et pas simplement de programmes comme ça, déroulés. Dans un cours de cuisine, il y a énormément de choses que vous pouvez apprendre dès la petite enfance. Dans le jeu que nous amenons dans nos écoles autour du bien manger, autour de l'alimentation, je raconte l'histoire de l'agriculture. Je raconte l'histoire des sols. On raconte tout ça, avec des gens plus compétents que moi pour le faire. Et c'est là où la table, la gastronomie, reste un moteur fort de connaissances et d'instruction.

Éric ROUX : Vous avez cité Cuisine Mode d'emploi(s), racontez-nous.

Thierry MARX : Cuisine Mode d'emploi(s), c'est une histoire qui a une dizaine d'années. C'était aux Restos du Cœur, je trouvais utile de faire un cours de cuisine, parce que bien souvent des bénéficiaires, quand ils avaient des produits frais, avaient beaucoup de mal à transformer ces produits frais. Puis à un moment donné, je me suis dit : c'est bien de répondre à l'urgence alimentaire, mais à un moment donné, pour sortir de la précarité, il faut un projet. Et je trouvais que les métiers de la gastronomie pouvaient aider des personnes à retrouver un projet métier. Et aujourd'hui, nos écoles, c'est 92 % de retour à l'emploi pour des personnes qui étaient éloignées de l'emploi. Donc on voit que la gastronomie peut être aussi un moteur, je dirais, d'épanouissement professionnel extrêmement fort.

Éric ROUX : L'enseignement tel que vous le connaissiez ne remplissait pas sa fonction ?

Thierry MARX : Si, l'enseignement remplissait plutôt bien sa fonction. Ce qui me gênait, c'est qu'autant de personnes sortent souvent de l'école sans diplôme et sans projet. Et ce qui fait relever la tête d'un individu, c'est un projet. Dans nos écoles, les sessions d'enseignement sont extrêmement courtes. Et ensuite, quand vous arrivez dans une maison, la montée en compétences se fait en situation opérationnelle.

Éric ROUX : Comment évolue l'offre des produits industriels, notamment en ville ?

Thierry MARX : Les hypermarchés commencent à maigrir largement. Dans l'hypermarché des années 70-80, en gros il y avait 72.000 produits, aujourd'hui réduits comme une peau de chagrin, pour réintroduire les centres-villes. Et c'est là où il y a un risque de voir une réintroduction aussi d'un style de restauration qui est un style franchisé et très uniformisé, et très industrialisé. Donc ça veut dire que l'artisan doit faire la différence, et que pour qu'il fasse la différence, encore une fois, et j'insiste, sur l'instruction, la formation. Que ce soit un produit de restauration, que ce soit un produit agricole ou un produit de consommation courante, comment je reconnais un bon produit ?

Éric ROUX : Et pas forcément cher ?

Thierry MARX : Le prix n'est pas la valeur. Le prix, c'est une négociation entre deux parties. La valeur, elle est ailleurs. Dans le sourcing du produit, dans la qualité, dans l'impact social et dans l'impact environnemental du produit. Donc la négociation, ce n'est pas le sujet. Le

suite page suivante

prix, ce n'est pas le sujet. C'est un bon produit, ça a un impact social, ça a un impact environnemental et en plus je me régale. N'oublions pas que la cuisine, c'est donner de la mémoire à de l'éphémère. C'est ça, la cuisine. Donc l'instant bonheur que vous allez faire vivre à un mangeur, à quelqu'un qui va avoir choisi votre enseigne, c'est important. Quand on parle de franchises, on parle d'une industrie, qui fait faire ailleurs. Vous ne voyez pas la main qui vous nourrit, on ne vous montre que la partie glamour : on ne vous montre que le moment où on rentre la pizza dans le four, qui vous laisse croire que cette pizza est bonne. La technique des industriels c'est de dire « On est gentils, on veut aider les pauvres. » Mais je dirais presque que c'est un poison, de dire ça. C'est méprisant, car parce qu'on viendrait d'une extraction sociale modeste, on devrait être mal nourri, avoir un cancer plus vite et mourir plus tôt. C'est scandaleux. Moi je préfère le discours qui consiste à faire monter en compétences pour avoir les moyens de se nourrir. Je reviens à ma case départ : ça partira de l'école. Je connais ce que je mange, je comprends ce que je mange, je comprends pourquoi je le mange, et là, il y a un mouvement politique qui va s'enchaîner durablement.

Éric ROUX : Comment recrute l'enseignement de l'hôtellerie-restauration ? Il y a pas mal de cas d'élèves à qui il manque parfois des bases comme savoir bien lire... Est-ce que ce n'est pas un vrai souci, ça ?

Thierry MARX : On est tous confrontés à ça en ce moment, à des jeunes gens qui n'ont parfois pas le minimum de français lu, écrit et parlé convenablement, et ne maîtrisent pas les quatre grandes opérations. Aujourd'hui, la fracture peut se faire à 10-12 ans quand, à l'entrée au collège, on n'a pas terminé l'apprentissage de ce qu'on aurait dû apprendre en primaire. Donc effectivement, les maîtres d'apprentissage, les professeurs en CFA ont en charge un double enseignement qui n'est plus simplement de transmettre la passion métier, mais être aussi dans l'obligation d'accompagner à la culture générale. Et ça, l'élève le comprend très souvent, mais ça lui fait perdre du temps dans l'enseignement métier. Mais bon moi la question que je me pose surtout c'est « Est-ce qu'il est passionné ? » Dès qu'un gamin me dit : « Je vais avoir un CAP de cuisinier. » Je dis : « On s'en fout, du CAP. C'est un morceau de papier. Cela ne veut pas dire employabilité. Pourquoi tu veux être cuisinier ? » S'il me répond « J'aimerais être un cuisinier connu, j'aimerais faire de la télé, j'aimerais faire comme Cyril Lignac. » Très bien, ça c'est un projet. « Là, on va s'entendre, parce que je vais te transmettre de la passion.» Et ça, c'est formidable. Même si la télé n'est pas la cuisine, peu importe le rôle modèle qui va être choisi par ce jeune homme où cette jeune fille, l'essentiel c'est l'envie et la passion. Cela peut aussi être « Moi j'aurai mon bistrot plus tard et j'irai m'installer sur les bords de la Loire». Tout ça, c'est une vision très fantasmée du métier, du chef qui devient restaurateur, mais c'est ce qui m'intéresse. Le diplôme est une anecdote, là-dedans. Donc quand on arrive à leur transmettre cette passion, ou quand ils ont cette passion qu'il faut animer en permanence, ils vont aller chercher de la compétence, y compris de la compétence en culture générale, dont ils vont avoir de toute façon besoin pour continuer à s'épanouir.

Éric ROUX : La cuisine qui se fait au jour le jour dans les familles invente plus que ce que l'on veut bien croire. Est-ce que c'est quelque chose qui est important à observer ?

Thierry MARX : Oui, quand des gens nous racontent les plats de leur enfance, vous allez avoir des réactions du type : « Ah non, mais moi, le gratin dauphinois de ma mère, elle y mettait ça en plus. » Et c'est ce twist-là qui fait qu'encore une fois, cela donne de la mémoire à de l'éphémère et qu'on va garder ce lien social fort de la famille, de ce foyer qui nourrit, qui rassure, et qui fait que la cuisine du quotidien peut être une cuisine extrêmement attractive. Je pense à des enfants qui disent au papa ou à la maman : « Mais si, on aime bien quand tu fais ça. Ouais, c'est pas top, ta charlotte elle ne tient pas bien, elle s'écroule un peu, mais elle est bonne. » Voilà, et puis on oublie toujours un paramètre extrêmement fort, c'est l'amour qu'il y a là-dedans. C'est le jeu de textures et de température du produit, un cake qui sort trop chaud, le fameux gâteau au yaourt mal pesé, qui n'est pas cuit à cœur. Mais tout ça, ça a un goût, ça a le goût et la saveur de l'amour, d'être ensemble, de se rassembler, de faire lien, de faire peuple, même, par moment sur un plat. Je vais vous donner une anecdote qui est effarante : Je suis végétarien et mon papa, dans sa gamelle de chantier, très souvent faisait coquillettes et corned-beef. Eh bien quand je passe dans une épicerie où on trouve encore ce style de produit, j'achète une boîte de Corned-beef. Ça n'a rien de gastronomique, mais c'est un tel souvenir de mon papa que c'est extrêmement fort. De la coquillette qu'il y avait, voire même de la mauvaise sauce tomate qu'on faisait avec de l'eau et du concentré de tomates, et un peu de gruyère par-dessus. Ce n'est ni bon ni mauvais. C'est simplement du souvenir.

Éric ROUX : Que pensez-vous de la nouvelle mode des bistrots ?

Thierry MARX : Ce que j'aimais dans la gastronomie de bistrot et dans la gastronomie de brasserie, c'est que vous étiez au coude à coude avec l'ouvrier charpentier et le notaire de province. C'est ça qui animait et qui faisait qu'une gastronomie, à ce moment-là, faisait peuple. Ça sentait l'ouvrier et l'ouvrier qualifié qui allait devenir contremaître. C'est ça, les vrais bistrots. Ce que je n'aime pas c'est ce bistrot chic ou une bistronomie hors de prix qui est devenue finalement quelque chose d'inaccessible pour beaucoup. Les petits bistrots tenus par des couples deviennent rares malheureusement notamment à cause du prix du foncier qui est absurde, notamment dans les grandes villes. On a tué ce genre de petit commerce. Le petit bistrot qui vivait avec un plat du jour du midi, avec un quart de vin bien choisi, une entrée-un plat ou un plat-un dessert, aujourd'hui il est mort à cause du prix des loyers.

Éric ROUX : Donc vous ne conseilleriez pas un à jeune ou un jeune couple qui veut s'installer d'aller dans cette direction-là ?

Thierry MARX : Si, à condition d'avoir un très petit loyer. Je réclame souvent aux maires des grandes villes : « Arrêtez avec les grandes foncières qui arrivent et qui nous paupérisent d'entrée de jeu avec des loyers trop élevés. »

Éric ROUX : La libération du foncier à proximité des villes pour avoir des légumes, de l'arboriculture ou même des animaux qui soient proches de la ville pour nourrir la ville, mais aussi la gestion du foncier pour occuper des restaurants, ça, ce n'est pas de l'ordre du citoyen : c'est bien le politique qui va dire : « On va dans cette direction-là. Ce terrain-là, on ne va pas construire, on va installer trois gars ou trois filles qui vont produire des légumes et des fruits. » Vous rencontrez les politiques ?

Thierry MARX : Oui. Ils prennent conscience des erreurs qui ont été commises dans le passé. Mais aujourd'hui, on voit beaucoup dans les villes des grandes foncières qui possèdent des quartiers complets, et qui imposent des loyers qui sont stratosphériques. Les politiques sont des gérants du patrimoine. Si on devait les comparer à nos immeubles, ce sont des syndics. Donc ils sont là pour gérer le patrimoine et le faire fructifier pour l'intérêt général. Si les villes veulent défendre l'idée d'une gastronomie qualitative dans tous secteurs d'activités, que ce soit du bistrot à la petite cantine très sympa, jusqu'à un restaurant signature, et bien il faut qu'elles fassent en sorte que le foncier ne paupérise pas d'entrée de jeu l'artisan. Sinon, les grandes chaînes ça ne leur pose pas de problème de venir et de payer un loyer exorbitant, parce qu'elles ont un flux clients qui leur permet ça. La responsabilité environnementale aujourd'hui, elle est essentielle, donc elle est dans les mains du citoyen avec nos actions d'achats et nos actions de votes, et elle est dans les mains des politiques quand ils sont élus. C'est bien de défendre les cantines scolaires bio, c'est bien aussi d'aider à cette transition à l'environnement pour les agriculteurs de proximité, les aider à redévelopper du parcellaire, du végétal, et de militer peut-être pour un peu plus de carottes-bœuf et un peu moins de bœuf-carottes.

Éric ROUX : Comment vous percevez Alain Ducasse ?

Thierry MARX : C'est un formateur, et surtout, c'est un des plus grands défenseurs de l'économie de la qualité. Et avec des hommes comme ça, on peut tordre le cou au low cost. Le low cost n'a jamais aidé les gens modestes, jamais. Au contraire, le low cost a appauvri l'agriculture française, l'artisanat français et l'industrie française. Donc il faut arrêter avec la théorie du low cost, il faut défendre l'idée de l'économie de la qualité. Les esprits chagrins vous disent du low cost que : « c'est pour ceux qui n'ont pas les moyens. » Non, moi je préfère aider les gens à avoir les moyens, à monter en compétences et en connaissances, et à s'instruire, pour avoir une vie sociale. Et avoir les moyens. Les gens réinvestiront dans ce qui les épanouit, et pas dans ce qui les contraint. Et mal manger, ne pas avoir l'opportunité de pouvoir choisir ce qu'on mange, et n'avoir que ce réflexe d'acheter un prix, c'est dramatique. Il faut qu'on milite tous pour faire beaucoup plus de mangeurs et beaucoup moins de consommateurs.

Éric ROUX : La question de la gastronomie pour tous, c'est aussi la gastronomie pour tous les types de cuisiniers professionnels...

Thierry MARX : Je pense que nous avons une responsabilité, nous les anciens, à montrer qu'on peut transmettre ce métier en toute sérénité, qu'effectivement on prend conscience qu'on travaille quand les autres se reposent, mais qu'à côté de ça on peut aussi avoir une vie sociale agréable. Je pense que les gens qui se désintéressent d'un métier, c'est parce que tout simplement, ils n'étaient pas faits pour ce métier. Et puis clarifions les choses, quand vous êtes dans une maison dans laquelle vous n'êtes pas heureux parce que soit on ne vous reconnaît pas, soit on ne met pas en valeur vos compétences ou votre montée en compétences, quittez cette maison, il y en a 170.000 en France où on est capable de vous accueillir. Il faut aller choisir aussi une restauration qui nous rend heureux. Il y a l'ultra-haute gastronomie, peut-être, où on a une recherche extrêmement signature d'une cuisine, et puis j'ai des amis qui ont des bistrots et qui vivent une vie heureuse, et où les apprentis et les commis vivent une vie heureuse, avec une cuisine quelquefois, je dirais, moins signature, moins spiritualisée, et en même temps qui procure autant de bonheur à nos convives. Je pense qu'il faut aussi choisir le créneau de restauration dans lequel on veut exercer son métier. Je pense également que la rémunération doit être plus élevée très tôt. On a aussi considérablement réduit le temps de travail dans nos maisons. Ce qui nous a imposé d'avoir peut-être des cartes beaucoup plus intelligentes. Les cinq entrées, cinq poissons, cinq viandes, cinq desserts, il y en a un quart qui partait à la poubelle et il fallait une brigade de 20 personnes. Aujourd'hui, on s'est rapproché de cartes beaucoup plus souples, beaucoup plus en cuisine du marché et plus efficace, et surtout de permettre à nos collaborateurs d'avoir une vraie vie à côté de leur métier. Tout ça est en train de se réguler. Et encore une fois, c'est la jeune génération qui est en train de réguler ça. Pourquoi ? Parce que cette jeune génération, aujourd'hui, elle nous envoie un message très fort qui est : « Je ne veux pas avoir un rapport sacrificiel au travail. » Donc certains cuisiniers et jeunes chefs aujourd'hui disent : « Eh bien, on va ouvrir 4 jours par semaine et on fermera 3 jours. » On voit un nouveau modèle d'entreprise de restauration qui est totalement différent de ce qu'on a connu.

Pour accéder à la vidéo, scannez ce code !

LA GASTRONOMIE, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Voici une question préalable à toute discussion sur le sujet… à moins que ce soient les discussions sur le sujet qui conduisent à une proposition de définition. Mais y a-t-il une seule définition, une seule gastronomie ? Et cette définition est-elle définitive et figée dans le temps ?

Modération

Jean-Jacques BOUTAUD, professeur émérite en sciences de l'information de la communication, université de Bourgogne

Intervenants

Thierry MARX, Chef Exécutif & Directeur de la Restauration au Mandarin Oriental, Paris
Dominique PATUREL, INRAE, Montpellier
Pierre SANNER, directeur de la Mission française du patrimoine et des cultures alimentaires, Paris
Pascal TARANTO, professeur de philosophie, à l'université d'Aix-Marseille

Un peu d'étymologie et d'histoire

Les origines du terme et ses connotations ne le rendent pas très séduisant. Signifiant en grec « Les lois de l'estomac », « gastronomie » fait penser au gastéropode et à la gastro-entérite : en terme d'images, on est loin du désir et du plaisir ! Mais, évoquant bien plus qu'alimentation ou cuisine, le terme de « gastronomie » s'est imposé malgré tout. L'alimentation renverrait plutôt au besoin physique primaire de se nourrir et ses aspects plutôt techniques et la cuisine est considérée comme une synthèse, comme le résultat visible en quelque sorte d'un ensemble plus vaste, complexe et plus abstrait : la gastronomie.

Au départ la gastronomie relève de l'aristocratie, avec au XVIII[e] l'avènement des cuisiniers, qui, quelques décennies plus tard vont quitter leurs maîtres pour ouvrir les premiers restaurants. On assiste dès lors à un rapport bourgeois à la nourriture : acheter un service cher et visible, pour se différencier des autres et montrer sa « supériorité ». Un phénomène qui a changé par la suite avec des restaurants populaires, de qualité et avec des prix abordables. Encore aujourd'hui, on peut percevoir la gastronomie comme un système de valeurs, même si elle peut être moins élitiste et surtout refléter l'affirmation de styles, même chez des personnes modestes qui vont privilégier des repas au restaurant plutôt que d'autres dépenses de loisir.

La gastronomie : une culture partagée par tous

Longtemps cantonné aux grands cuisiniers, à la « haute cuisine », le terme de gastronomie s'est peu à peu démocratisé et étendu, pour décrire aussi le simple quidam qui se fait une omelette, le petit restaurant routier et les produits eux-mêmes, sans lesquels il n'y a pas de cuisine.

Même si la gastronomie demeure marquée socialement et peut donner l'impression, non plus d'être réservée à une élite, mais d'écarter les classes les plus pauvres, n'ayant pas accès à de bons produits voire être tributaires de l'aide alimentaire souvent composée de produits industriels déjà transformés, on entend de nombreux témoignages de personnes aux revenus très modestes qui arrivent à cuisiner un peu et ainsi, en apportant un peu de joie et d'envie dans l'assiette au quotidien, faire partie de ce qu'on appelle la gastronomie.

En effet, le gastronome est celui qui, quand il mange quelque chose de bon, a conscience qu'il est en train de manger quelque chose de bon, voire qu'il l'exprime et met tout en œuvre pour que cela se reproduise. On passe alors d'une « dynamique du besoin à une dynamique du désir ».

Une mise en scène et une expérience

L'alimentation repose sur un constat simple : c'est une expérience concrète qui consiste à absorber quelque chose, expérience que l'on peut partager et dans laquelle on peut se reconnaître ensemble.

La métaphore théâtrale est souvent utilisée. La gastronomie se serait construite dans un « théâtre un peu conceptuel ». La cuisine serait une sorte de pièce de théâtre, une finalité, et la gastronomie serait tout ce qui est nécessaire pour en arriver là : « La carotte que vous avez achetée, la viande que vous avez ajoutée, d'où elle vient et comment l'animal a été élevé et quel lien social apporte le plat dans l'environnement où vous le servez. »

Des acteurs aussi, qui dialoguent : ces gens qui s'assoient, mangent, partagent, écoutent, discutent, débattent, ne sont pas d'accord mais finissent par être d'accord sur l'essentiel, c'est-à-dire sur ce repas partagé et apprécié. Pierre Sanner rappelle au passage que l'une des spécificités du repas gastronomique à la française qu'il a contribué à faire classer au Patrimoine Immatériel de l'Humanité par l'Unesco, c'est le fait de parler gastronomie en mangeant, soit en commentant ce que l'on mange soit en parlant d'autres plats et d'autres repas ou plats, passés ou futurs.

Le fait de poster des images de ses plats sur Instagram, qu'ils soient faits maison ou dans un restaurant relève d'une mise en avant de l'expérience gastronomique. On n'est plus seulement dans l'appréciation d'un plat, d'une atmosphère, d'un moment, mais dans la représentation, l'affirmation d'un style, d'une culture du bon goût et de la recherche d'excellence dans un domaine particulier.

La recherche de l'excellence

Pascal Taranto définit la gastronomie comme «la recherche de l'excellence qui se mange ». Au-delà de l'excellence elle-même - qui peut se définir comme la recherche du meilleur pour chacun quels que soit ses moyens sur le moment (et non comme un concept nécessairement élitiste et marqué socialement) - le terme de « recherche » apparaît comme un élément essentiel de la gastronomie, car il dénote une « dynamique intellectuelle par rapport à ce que l'on mange ». La gastronomie est en effet une expérience, tant dans la simple dégustation (si on n'est pas l'auteur du plat) que dans la conception et la réalisation des plats, mais aussi dans l'autre acception du terme, c'est-à-dire que l'on « essaie » quelque chose, qui ne donnera pas forcément le résultat escompté.

On passe alors d'une « dynamique du besoin à une dynamique du désir »

L'éducation au goût joue un rôle clé dans cette distinction : quand on a été mis en contact avec le « meilleur », on sait ensuite le reconnaître et le rechercher, qu'on soit passif ou actif dans l'acte gastronomique. L'individu se construit dans ce rapport intime au goût, mais aussi dans une intersubjectivité car c'est une activité qui rassemble, au quotidien.

Historiquement, cette recherche de l'excellence existe depuis très longtemps : il semble naturel de vouloir manger le produit le meilleur dans un lieu donné à un moment donné, parce que c'est « ce qu'il faut manger » dans ces circonstances.

Une petite planète

C'est l'une des images employées par Thierry Marx, notamment en raison de son mouvement. Elle est aussi décrite comme un écosystème car son « fonctionnement » repose sur de multiples aspects indissociables, de l'agriculture à l'assiette, en passant par la recherche des produits, l'élaboration des plats, le dressage, la commensalité, le discours, les recettes, les cuisiniers (qu'ils soient amateurs ou professionnels). Plusieurs éléments culturels, historiques et patrimoniaux la composent, différentes filières et savoir-faire également.

Comme dans cette planète cohabitent les grands chefs et le simple cuisinier du soir avec sa petite omelette, il peut sembler inopportun d'établir une opposition entre ces deux univers. Ce n'est pas parce que la plupart des gens ne peuvent pas se payer un étoilé (ou alors par choix, une fois dans sa vie après avoir mis de l'argent de côté à dessein) qu'il faut nécessairement cantonner la gastronomie à un luxe de riche. Il paraît cependant nécessaire de s'engager pour faire bouger les choses et notamment faire en sorte de ne plus laisser l'aide alimentaire se cantonner à imposer aux plus pauvres les pires produits de l'industrie agroalimentaire, ni les repas dans les EHPADs et les hôpitaux être de mauvaise qualité. La gastronomie doit pouvoir être partout, sous ses différentes acceptions.

Des moments partagés

Même si elle peut tout à fait s'envisager dans la solitude et qu'elle relève en partie de l'intime, la gastronomie demeure avant tout une «histoire de vie», quelque chose qui «donne envie à des gens en vie», pour reprendre la formule de Thierry Marx. «Etre ensemble» à travers la préparation et/ou le partage d'un repas, vivre des instants de bonheur autour d'un plat : voilà un élément clé de la gastronomie. Aspect essentiel qui est malmené depuis le printemps 2020 par les nombreuses restrictions liées à la gestion du Covid : périodes avec des restaurants fermés, rassemblements familiaux et amicaux restreints... Un seul bon côté à cette situation : coincés à la maison et privés du travail de chefs, de nombreux citoyens ont (re)découverts les joies de cuisiner, seul ou en famille. La gastronomie, élément culturel majeur qui permet de « faire peuple » pourra contribuer à la reconstruction de notre société et devra se rebâtir de manière plus «redistributive».

« Enchanter l'assiette » va inévitablement générer un moment de communion entre des convives. Cet enchantement se construit en amont et constitue une « pratique sociale coutumière » pour reprendre les termes du classement Unesco du repas gastronomique des Français, mais il est aussi associé à des moments plus rares, des célébrations (mariage, baptême, anniversaire, diplôme, crémaillère...). Dans un tout autre registre, la gastronomie a prouvé qu'elle pouvait apaiser les esprits et recréer du lien dans des milieux inattendus comme les prisons. La solidarité et le partage autour de certains repas, ou la participation à des ateliers cuisine, prennent alors une autre dimension car ils sont des moyens de distraction et de reconstruction précieux.

Il est intéressant de remarquer d'ailleurs que ce n'est pas toujours lors de ces événements que la gastronomie sera la plus appréciée : certains plats méritent d'être savourés chauds, juste après avoir été cuisinés, et peut-être dans un environnement calme, à une heure

suite page suivante

différente, selon les sensibilités du « gastronome ».

Quoi qu'il en soit, le repas peut toujours être un moment festif, même lorsqu'on s'installe tout seul devant un verre de vin et un plat de pâtes qu'on vient de se concocter pour une soirée télé. Ce supplément d'âme ou d'amour qu'on (se) donne à préparer un repas quel qu'il soit, participe de ce qu'on appelle « gastronomie ».

Une affaire de transmission et d'éducation

Comme tout patrimoine immatériel, la gastronomie ne peut se passer d'être transmise en permanence, que ce soit en famille de manière informelle, ou plus ou moins rituelle, ou dans le cadre scolaire, dans des ateliers cuisine ou à travers des écoles professionnelles et des stages.

La gastronomie ce serait « se placer soi-même dans une forme de tradition culinaire qui peut être celle de son pays ou celle de sa famille ».

L'éducation, qu'elle soit à visée professionnelle ou simplement dans le but d'une simple pratique à la maison est absolument essentielle car non seulement ce goût pour la bonne cuisine n'est pas inné, mais il est de plus menacé par les différentes stratégies mises en place par l'industrie agroalimentaire.

Savoir cuisiner est un bagage essentiel pour tous, car cela permet de ne pas être tributaire de plats préparés industriels, ni de repas plus ou moins dispendieux au restaurant, et car c'est l'accès le plus simple à la gastronomie au sens large. Savoir mettre des mots sur des sensations gustatives est aussi quelque chose d'important. Sans les mots pour le dire, la gastronomie n'a pas le même goût.

Attention néanmoins aux dérives d'une éducation au forceps et pas forcément bienveillante, voire violente, qui consiste à dire de manière parfois condescendante aux apprenants qu'ils ne savent pas cuisiner et qu'on va leur apprendre aussi à acheter à manger. « Transmettre, ce n'est pas mettre quelqu'un en conformité ». Le parcours de chacun dans l'univers de la gastronomie est individuel et unique.

Un impact environnemental et social

Puisque la gastronomie c'est la vie, elle ne peut s'affranchir de problématiques environnementales comme par exemple la préservation de sols « vivants » qui seuls permettent d'obtenir des produits agricoles de qualité.

Le social fait partie intégrante de la gastronomie : un bon plat est un plat qui a été élaboré dans de bonnes conditions pour les différents acteurs de cette élaboration, de l'éleveur au serveur.

En définitive, la gastronomie sera éco-responsable et socio-responsable, ou ne sera pas. Le militantisme contre l'industrie agroalimentaire et ses plats trop salés, trop sucrés, trop gras et bourrés d'additif est tout à fait compatible avec militantisme écologique et social.

L'influence des médias sur la perception de la gastronomie

La récente hypermédiatisation de la gastronomie donne à voir certains de ses aspects plus que d'autres. Les chefs sont souvent sur le devant de la scène et présentés comme des stars (ce qui renvoie à la place souvent trop importante des chefs dans la perception de la gastronomie), mais aussi les recettes avec une recherche d'excellence qui peut parfois reposer sur une compétition entre cuisiniers. Ce double élitisme relève-t-il encore de « l'esprit » de la gastronomie ?

La spectacularisation des pratiques culinaires nécessite un degré supplémentaire de mise en scène : on n'est plus seulement dans la mise en scène d'un plat, mais aussi de sa réalisation. On est dans la performance gastronomique, où rater son plat entraîne une « excommunication ». Doit-on le voir comme quelque chose de négatif ou comme un bon moyen d'accélérer et de démocratiser une forme d'éducation au goût, au bien manger, à la gastronomie dans son ensemble ?

Dans tous les cas, le discours ne l'emportera jamais sur le concret, le résultat final, la synthèse de la gastronomie : la dégustation d'un bon plat.

Pour accéder à la vidéo, scannez ce code !

BIEN MANGER POUR TOUS ET À QUEL PRIX ?

Sans nécessairement employer le mot « gastronomie », bien manger renvoie souvent à un privilège qui serait réservé à une élite économique et sociale. Mais est-ce aussi simple ? Peut-on bien manger pour un prix abordable, ou pas ?

Modération

Thibaut DE SAINT-POL, sociologue, directeur de l'Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire

Intervenants

France CAILLAVET, économiste, directrice de recherche à l'INRAE – ALISS, Paris
Christophe HAY, chef cuisinier, la Maison d'à Côté, Montlivault
Geneviève PIERRE, professeure de géographie, université d'Orléans
Boris TAVERNIER, directeur, Association Vrac, Paris

Comment s'alimente-t-on quand on a des ressources limitées ?

D'après l'INSEE, l'alimentation à domicile représente 18% du budget des familles à bas revenu, contre 13 % chez les 20% les plus riches. Bien entendu, ce chiffre est à relativiser car en valeur absolue, les plus pauvres dépensent bien moins en alimentation que les plus aisés. Par ailleurs, la qualité nutritionnelle globale s'est nettement améliorée sur la période 1970-2010, mais l'inégalité sociale demeure importante sur ce point.

On estime à 10 millions les personnes qui aujourd'hui ne choisissent pas vraiment ce qu'elles mangent et consomment par défaut. Le principe de l'hypermarché qui donne envie avec des milliers de produits manufacturés est un frein évident à l'envie de cuisiner : vous entrez avec l'idée d'acheter juste des carottes, de la farine et des oignons et vous ressortez avec un caddie plein de produits tout prêts, dont vous n'aviez pas forcément besoin ni envie. Un caddie rempli au même endroit qui, de plus, oblitère d'un seul coup votre budget alimentaire du mois...

Pour respecter les apports nutritionnels préconisés, le coût minimal est estimé à 3,85 euros par jour, or les 10% des ménages les plus pauvres disposent d'un peu plus de 2 euros par jour, donc objectivement cette population n'a pas les moyens de « bien manger ». En gros, ils ont peu accès aux sources de calories et aux qualités nutritionnelles les plus élevées (viande, poisson, fruits et légumes), mais plutôt à l'autre bout du spectre nutritionnel : produits sucrés, salés, féculents, matières grasses, produits par ailleurs plus faciles à stocker et à transporter.

Les industriels ont réussi à créer des plats préparés à des prix parfois inférieurs à ce que l'on peut faire chez soi, rendant des millions de consommateurs dépendants de cette tentation de la facilité. Ainsi, sans parler du gain de temps (courses, préparation de certains ingrédients, confection de la recette, cuisson), si on n'a simplement pas l'habitude de cuisiner, aucun argument a priori ne nous pousse à le faire. Les compétences en cuisine n'ont pourtant rien à voir avec la classe sociale au départ : nombreux sont les enfants d'ouvriers ou d'employés modestes qui ont vu leur mère, leur grand-mère cuisiner des plats délicieux pendant toute leur enfance, avec les moyens du bord.

Un certain nombre de fast-foods proposent aussi des tarifs très attractifs, par rapport à des restaurants qui proposent des produits et recettes plus sains et plus qualitatifs sur le plan nutritionnel. Là encore, il y a une sélection par l'argent qui peut apparaître comme une forme d'inégalité alimentaire.

Plus gras, plus salés, plus sucrés, ces plats et les plats préparés achetés en grande surface sont néfastes pour la santé, par conséquent on peut dire que ces personnes, certes, ne souffrent pas de sous-nutrition, mais bien de malnutrition.

Le casse-tête de l'aide alimentaire

Même si des réflexions de fond sont en cours sur la qualité de la nourriture collectée et distribuée, beaucoup d'associations caritatives sont tributaires de la grande distribution et le profil type des dons comprend beaucoup d'aliments de mauvaise qualité nutritionnelle. Beaucoup de responsables associatifs hésitent à critiquer cette situation auprès de généreux donateurs, alors que la dignité des bénéficiaires pourrait pourtant aussi passer par l'obtention d'une alimentation de meilleure qualité et non de produits industriels bas de gamme. Cette assistance sous contrainte ne contribue pas à lever les tabous autour

suite page suivante

de l'aide alimentaire : se sentant déjà honteux d'être tributaires de l'aide, les bénéficiaires ne gagnent rien à recevoir le pire de ce que l'industrie alimentaire peut produire, et presque uniquement des produits transformés.

Au-delà de ces problématiques, l'aide alimentaire est une situation d'urgence qui ne devrait pas durer car elle n'est pas conçue pour, en tant que telle. Une politique pérenne basée sur un droit à l'alimentation, une sorte de « sécurité sociale de l'alimentation » devrait être étudiée et instaurée pour redéfinir cette assistance et sortir de la notion de charité. Et être orientée vers des produits de qualité pour favoriser au passage les petits producteurs, dont beaucoup sont aussi en difficulté financière. Ce cercle vertueux pourrait générer une « justice alimentaire » institutionnalisée, aujourd'hui inexistante, mais qu'un organisme comme le Comité interministériel de la Lutte contre la Précarité Alimentaire pourrait peut-être faire naître un jour.

Même si beaucoup de producteurs de fruits et légumes pourraient quant à eux donner du surplus ou des produits non vendables pour différentes raisons, non seulement la gestion, le stockage et la distribution de produits frais sont complexes, mais de plus, beaucoup de personnes en situation difficile ont perdu l'envie de cuisiner, voire n'ont de toute manière pas les conditions matérielles pour le faire. Organiser des cours de cuisines, notamment en fin de marché, permet par exemple d'ouvrir des portes, aujourd'hui fermées pour beaucoup.

La lutte contre le gaspillage alimentaire : la possibilité d'un pont entre les classes sociales

Il est intéressant de constater que de plus en plus de personnes qui ont des moyens financiers corrects s'intéressent à la récupération de produits « non vendables » afin de limiter le gaspillage alimentaire et s'engagent plus ou moins dans des démarches éco-responsables qui permettent également de moins dépenser pour (bien) se nourrir.

Les opérations type «disco soupes » et cours de cuisine improvisés à la fin de marchés en plein air se multiplient dans certaines villes et sont souvent l'occasion de brassages entre différents profils et pour certains, de manger gratuitement sans que personne ne s'en aperçoive ou n'en fasse cas. Une « soupe populaire » au sens premier du terme, où bien manger et cuisiner riment avec inclusion sociale.

Coût global pour la société

Le coût imputable de la malnutrition à l'échelle du pays est tel qu'injecter des budgets conséquents dans le développement de cours de cuisine à grande échelle dans des quartiers ou des villages pourrait revenir bien moins cher à la société. Entre le traitement des maladies, les jours de travail perdus, les hospitalisations, le coût des maladies partiellement ou totalement liées au fait de mal manger pendant des années, est absolument colossal.

Vu collectivement, le prix du « mal manger » serait au final bien plus élevé que celui du bien manger.

Redonner l'envie de cuisiner et de bien manger

Les ateliers cuisine de toute sorte et à tout âge (à commencer par les scolaires) sont une porte d'entrée intéressante, qui touche toutes les tranches d'âges et toutes les catégories sociales et peuvent être proposés dans des structures associatives ou éducatives, ou de manière plus informelles et spontanées.

Vu collectivement, le prix du « mal manger » serait au final bien plus élevé que celui du bien manger.

Cuisiner c'est redécouvrir qu'on peut faire de bons plats, variés et séduisants avec parfois des produits très basiques et peu chers. La créativité s'apprend et ne coûte pas d'argent : juste du temps.

Tout d'abord, les cours, ateliers et concours de cuisine créent du lien entre les personnes. Le côté collectif peut motiver : cuisiner tout seul dans son coin, surtout si on a déjà plein de choses à gérer à la maison et qu'il y a du bruit et des sollicitations autour, n'est pas toujours quelque chose d'aisé.

Ensuite, l'achat commun d'ingrédients peut permettre de réduire les coûts. Ces « cuisines collectives » (il y en a 1500 au Québec), même modestes, permettent de créer des sortes de mini centrales d'achat et de rendre certains produits frais de qualité plus accessibles. Enfin, le jardinage demeure une piste très intéressante, puisqu'avec des sachets de graines valant quelques euros, on peut se nourrir sur plusieurs semaines... Mais là aussi, il faut prendre en compte le fait que cela nécessite quelques compétences, un équipement... et l'accès à un jardin.

La notion de plaisir est essentielle dans la notion de « bien manger » et ce plaisir peut d'abord passer par le fait de faire pousser ses propres produits, puis de manipuler des produits frais, de les transformer soi-même et de réaliser des plats complets pour sa famille et ses proches, en étant en solo dans sa cuisine ou dans une bonne ambiance avec des voisins.

Bien manger, c'est aussi une question de temps et de priorité

Même si à valeur calorique égale, cela coûte aussi cher qu'acheter certains plats préparés industriels, le bénéfice pour le bien-être psychologique et physique de cuisiner soi-même est tel qu'il est intéressant de reconsidérer ses priorités.

Cela passe principalement par une remise en question de son emploi du temps quotidien. Même si certaines personnes (on pense notamment aux familles monoparentales avec plusieurs enfants en bas âge, mais de manière plus générale, les classes les moins aisées sont aussi souvent celles qui manquent le plus de temps) n'ont pas le temps de cuisiner longuement au quotidien, le week-end ou les congés peuvent être des moments privilégiés où on peut le faire, en famille si possible, car c'est une activité de loisir comme une autre, pendant laquelle le père comme la fratrie peuvent rétablir l'équilibre des tâches domestiques car habituellement gérée à 75% par la mère... mais généralement plus productive que passer trois heures sur un écran par exemple.

Dans une moindre mesure, le glanage - une pratique en voie d'extinction - dans la nature ou parfois en périphérie des villes au bord des routes peut apporter un complément gratuit de bonne nourriture saine (pommes, châtaignes, mûres, champignons, prunes...) mais nécessite aussi du temps et la proximité de telles « productions ».

Enfin, le budget du numérique dans les familles modestes est de plus en plus important. La sensation du goût, l'envie de bien s'alimenter pourraient faire qu'on rogne sur ce budget en se payant un bon petit restaurant de temps en temps et en achetant des produits un peu meilleurs au quotidien.

Cette gestion du temps, cette disponibilité et ce désir de cuisiner peuvent évidemment être enseignés ou à tout le moins on peut y sensibiliser les enfants dès le plus jeune âge - d'autant plus que dans ce domaine les enfants deviennent souvent prescripteurs pour leurs parents; c'est pourquoi la cantine scolaire est un lieu stratégique et les ateliers cuisine à l'école et au collège sont une activité qui peut générer de futurs «cuisiniers familiaux», une habitude en perte de vitesse depuis plusieurs décennies même si elle semble revenir un peu, car elle génère dans les familles des moments de convivialité uniques et précieux.

Pour accéder à la vidéo, scannez ce code !

GASTRONOMIE POUR PUBLICS FRAGILES

Qu'on soit hospitalisé pour quelques jours, quelques semaines ou qu'on vive en permanence dans un établissement pour des raisons de handicap lourd ou parce qu'on est âgé et dépendant, l'alimentation est un lien essentiel avec le monde extérieur et/ou avec sa vie d'avant, et peut générer un bien-être nécessaire pour mieux supporter tous les inconvénients de sa situation. Encore faut-il qu'elle soit perçue et gérée comme telle, ce qui, malheureusement, est loin d'être le cas.

Modération

Christophe LAVELLE, chercheur en biophysique, CNRS, Muséum National d'Histoire Naturelle, Paris

Intervenants

Éric COMMELIN, maître de conférences associé, université Lyon 3
Jean-Pierre CORBEAU, professeur émérite de sociologie de l'Alimentation, université de Tours
Monique FERRY, gériatre et nutritionniste, Inserm, université Paris 13

Le principe de la double-peine

Dans « fragile » on entend « dans une situation de dépendance, voire de mal être ». Les établissements spécialisés dans les handicaps, les EHPAD et les hôpitaux sont concernés par cette problématique, même si dans l'absolu les enjeux et les difficultés rencontrées peuvent être différents entre ces structures.
Lorsqu'en plus de cette situation compliquée, on se voit servir des repas de piètre qualité, peu appétissants, non choisis, à des heures décalées, dans un environnement bruyant et à côté de personnes avec lesquelles jamais on ne mangerait dans la vie « normale », on peut se sentir « puni ». Quand, à l'accablement de la blessure, de la douleur, de la maladie, du handicap et/ou de la solitude liée à la vieillesse, s'ajoute la dépossession de ses choix et de ses préférences alimentaires, on peut ressentir une forme de maltraitance.

Ce qui peut potentiellement et devrait être un rare et précieux moment de réconfort trois fois par jour s'avère souvent un moment de souffrance supplémentaire.

Dénutrition et gaspillage alimentaire

Voici une autre sorte de double-peine, la première concernant le patient ou le résident, la seconde l'environnement. La dénutrition est une spirale infernale qui concerne des dizaines de milliers de patients et de personnes âgés et le manque d'adaptation des structures à une alimentation plus respectueuse, que ce soit en quantité comme en qualité (aspect, goût, choix, horaires, environnement), entraîne un gâchis alimentaire énorme, sans doute proportionnellement bien plus important que dans le reste de la société. Si on prend la peine ne serait-ce que de demander aux personnes ce qu'elles veulent manger, on aurait beaucoup moins de gaspillage.
La dénutrition est un phénomène complexe qui a souvent plusieurs causes conjuguées, à la fois physiologiques (le goût et l'odorat jouant un rôle clé), mais aussi psychologiques et culturelles. Les repas en milieu médicalisés sont bien souvent exclusivement considérés d'une part comme la simple satisfaction d'un besoin primaire et d'autre part presque comme un acte médical. Très rarement comme un synonyme de plaisir, de distraction et de socialisation.
Alors que la dénutrition fait beaucoup plus de dégâts que les problèmes de sécurité alimentaire, les pouvoirs publics ne semblent être obsédés que par cette dernière. La priorité pour eux n'est pas de bien nourrir les patients, mais de ne pas les empoisonner.

Le choix au cœur de la problématique

Qu'on aille dans un restaurant traditionnel, dans un self ou qu'on soit à son domicile, l'alimentation repose avant tout sur un choix, aussi limité soit-il. Chez soi, on compose ses menus, on fait ses courses en choisissant tel ou tel produit plutôt que tel autre, on mange à sa faim, quand on veut, on saute un repas si on ne ressent pas l'envie de manger, on peut laisser un aliment qu'on avait posé sur la table mais qu'on préfère finalement se garder pour plus tard.

En situation de fragilité, on n'est plus vraiment en mesure de gérer ces éléments, ou à tout le moins, les personnes qui s'occupent de nous, pour diverses raisons (économiques et organisationnelles principalement) le laissent-elles entendre en nous imposant tout ce qui entoure la prise des repas : avec qui, où, à quelle heure, à quel rythme, quelle quantité, quels plats.

Un chiffre qui ne trompe pas sur ce décalage entre les besoins d'un patient ou d'une personne âgée dépendante : 25 % de la nourriture qui circule dans ces établissements proviendrait d'aliments introduits par ces personnes. Donc choisis par eux ou choisis par des proches en visite, puis consommés plus ou moins en catimini, à des heures, des quantités et des rythmes choisis. Cette « clandestinité » ne trompe pas : le patient lutte contre sa standardisation et pour son individualité, pour garder un petit bout de liberté dans un environnement un peu répressif où tout est décidé pour lui, y compris la liberté de pouvoir dire «je ne mange pas ça. »

Présentation, apparence et texture

Si on se concentre sur les plats eux-mêmes, on voit que différents éléments entrent en compte. L'uniformisation de certains plats peut être en total décalage avec les besoins de la personne. Ainsi pourquoi donner du mixé à une personne qui n'a pas de problèmes de mastication ? Pourquoi systématiser la viande hachée par facilité alors qu'une bonne viande tendre ferait parfaitement l'affaire ?
La perte d'appétit est un classique chez les personnes en situation de fragilité, c'est pourquoi l'apparence des plats et la texture des aliments peuvent avoir une grande importance, un peu comme chez les enfants.
Il est cependant à noter que chez les personnes âgées, la baisse de la vue doit aussi être prise en compte et là, bien entendu, la présentation va jouer un rôle moindre. La peur de fausses routes ou des risques de dysphagies peuvent aussi jouer dans la dénutrition.
En outre, l'usage trop important de mixer peut entraîner à long terme un déclin cognitif, tous les aliments se ressemblant plus ou moins et ne ressemblant plus du tout à l'aspect qu'ils avaient dans la vie d'avant, ni aux matières premières qui les composent.
Enfin, la quantité peut être un facteur déterminant : si j'ai trop d'aliments devant moi et que j'ai un petit appétit et un petit moral, je peux être découragé et ainsi ne pas manger du tout. La fragilité psychologique peut aussi être un facteur essentiel.

Changements d'alimentation selon l'âge, la maladie et les traitements

Au-delà de la recherche d'une continuité avec l'alimentation que le patient avait à son domicile, on doit aussi prendre en compte le fait qu'un certain nombre de maladies et de traitements modifient le goût de manière sensible.
Par ailleurs, pour les EHPADs, certains changements physiologiques dus à l'âge peuvent influer sur les goûts et les préférences alimentaires. A titre d'exemples, la mastication peut poser beaucoup de problèmes chez certains patients, et de manière plus globale, les femmes changent parfois de préférences alimentaires après la ménopause.

Pertes de rituels et de repères

Se voir poser, dès 11h30, un plateau où tous les plats sont présents en même temps, avec des produits mixés, sans l'éventuel petit verre de vin rituel (l'alcool étant le plus souvent de facto considéré comme «mauvais pour la santé») qui peut signaler pour certains le début du repas, peut constituer une violente attaque de nos habitudes culturelles et alimentaires, avec des impacts physiologiques («je n'ai jamais mangé de ma vie à 11h30, donc je n'ai pas faim, donc je ne touche pas à mon plateau») et psychologiques, la succession des plats faisant partie intégrante du repas à la française («je commence par quoi ?», «mon plat chaud va être froid», «je n'ai pas envie de manger mon entrée avec mon dessert sous le nez, ni mon dessert avec les détritus des plats précédents...»).

Les établissements spécialisés dans les handicaps, les EHPAD et les hôpitaux sont concernés par cette problématique

Si manger avec des personnes que l'on n'a pas choisies peut s'avérer être problématique, manger seul peut également être un problème pour celles et ceux qui n'en ont jamais eu l'habitude. Ce point devrait relever d'un choix de la personne alors que dans un cas comme dans l'autre, c'est bien souvent imposé par l'organisation de l'établissement.
La traçabilité des aliments disparaît aussi du jour au lendemain. Je ne peux plus désormais dire « je prends mes pommes chez untel » ou « ce jambon vient de tel charcutier » : cet itinéraire de l'aliment, chargé affectivement, s'efface.
La privation de l'accès à la cuisine est aussi une perte de repères considérable : pendant sa vie « normale » on passe des heures chaque jour dans sa cuisine, or d'un seul coup ce lieu disparaît totalement de nos vies et ce qu'on en aperçoit dans les établissements de soins derrière une porte fermée ce sont souvent des gens habillés en blanc avec des charlottes... Pas très appétissant, voire inquiétant !

De plus en plus de personnes souhaitant rester chez elles le plus longtemps possible, certains rituels peuvent bien entendu plus facilement perdurer. A condition toutefois que les structures spécialisées dans le portage de repas à domicile sachent aussi prendre en compte les souhaits de chacun, dans la limite du raisonnable, que ce soit dans le choix des menus, leur présentation, mais aussi la manière dont ils sont livrés (on a beaucoup d'exemples de livraisons laissées devant la porte, sans aucun contact humain). Le portage des repas à domicile doit pouvoir générer un moment d'échange, voire de complicité, de convivialité, avec parfois des aspects ludiques.

La personnalisation : une option réaliste ?

Techniquement, il paraît compliqué de répondre

suite page suivante

aux besoins individuels de chaque patient sur le plan alimentaire. On peut pourtant imaginer que c'est une question de priorité : puisqu'on arrive à traiter chaque patient individuellement sur le plan médical, il suffit de partir du principe simple que l'alimentation est un soin pour qu'elle entre dans cette personnalisation. A commencer par une surveillance des prises de repas : si le plateau du déjeuner n'a pas été touché, mais celui du dîner presque terminé, il faut le prendre en compte, chercher à comprendre et agir en conséquence pour améliorer les choses le lendemain.
Prendre un patient dans sa globalité, ce serait avoir une démarche clinique pour intégrer ses habitudes, ses goûts, ses dégoûts et ses préférences alimentaires (le régime alimentaire, mais pas seulement donc), sans forcément y répondre en totalité, mais au moins en cherchant à tendre vers eux.
La définition de profils alimentaires permet par exemple de constituer des groupes avec des points communs, ce qui permettrait de réaliser des menus plus adaptés et de servir par exemple à des horaires différents, les horaires des équipes pouvant provenir de l'analyse de ces profils plutôt que de commencer par faire les plannings des personnels...

Des animations autour de l'alimentation

Sans forcément faire intervenir des chefs étoilés dans les établissements, le fait de proposer des animations autour des repas, de leur préparation, de leur conception, de leur présentation, du service, va apporter une autre dimension et mobiliser le goût en (re)créant un lien social plus ou moins fort, entre les convives, avec le personnel, des proches ou des personnes extérieures.
Ateliers cuisine certes (surtout parce qu'ils peuvent dégager de bonnes odeurs dans les couloirs, mieux que les produits d'entretien !), mais pas seulement : partage d'un repas avec des enfants sur place ou dans l'établissement scolaire. L'alimentation doit absolument rester au maximum une pratique sociale, qu'elle qu'en soit la forme.
On entend parfois que l'éducation alimentaire se fait à tous les âges de la vie et de manière continue, elle doit donc pouvoir entrer dans ces établissements d'une part, mais aussi faire partie de la formation des aidants et des personnels. Notamment pour apprendre à sortir des différentes normes imposées, sans enfreindre la loi ; la normalisation n'étant jamais bonne pour l'individu, a fortiori lorsqu'il n'est pas au sommet de sa forme.

Pour accéder à la vidéo, scannez ce code !

GASTRONOMIE ET POLITIQUES PUBLIQUES

Sans forcément parler de chefs étoilés, la gastronomie définie comme « bien manger au quotidien » concerne tous les citoyens et fait ainsi de facto partie intégrante de la chose publique. L'alimentation, souvent laissée entre les mains du privé et notamment de l'industrie agroalimentaire, pourrait-elle prendre une place plus importante dans les différents échelons de la représentation, de l'Union Européenne à la commune, en passant par les états, les régions et les départements ?

Modération

Marie-Laure AUGRY, journaliste

Intervenants

Claude GRUFFAT, député européen, Blois
Isabelle HANNEQUART, maître de conférences en droit public, université de Tours
José SERRANO, ingénieur agronome et professeur en aménagement et urbanisme à Polytech'Tours

Conclusion

« Alimentation de qualité pour tous : leurres et bonheurs des politiques publiques » par **Christelle de CRÉMIERS**, vice-présidente déléguée au tourisme, aux terroirs et à l'alimentation, Conseil régional Centre Val-de-Loire.

Quel rôle jouent les puissances publiques dans le développement de la « gastronomie pour tous » ?

Des actions existent à différents niveaux pour aller vers plus de qualité, de solidarité, de respect de l'environnement. Ces actions peuvent entrer dans des cadres juridiques très précis. L'Union Européenne joue plusieurs rôles dans ce qui se retrouve dans nos assiettes et elle a développé un modèle de sécurité alimentaire pour nous protéger.
Malheureusement, les différentes compétences sont dispersées et l'alimentation n'est pas une compétence à part entière, l'agriculture domine et c'est une compétence intégralement gérée par l'Union Européenne. Malgré tout, dans une résolution de 2014, les états membres sont invités par le parlement à mettre en place des politiques culturelles et éducatives allant vers le développement et la diffusion du patrimoine gastronomique européen et la promotion d'habitudes alimentaires orientées vers la santé des consommateurs. Cette résolution concerne une gastronomie universelle et accessible à tous.
Le préambule de cette résolution est encourageant dans le sens où il intègre les notions de patrimoine matériel (indications géographiques, appellations et labels de qualité des produits, modes de production) et de patrimoine immatériel (habitudes, cultures alimentaires, recettes).

Une régionalisation des problématiques alimentaires

La plupart des aides européennes descendent de l'UE vers le ministère de l'agriculture, sans passer par les collectivités territoriales et ce sera encore plus le cas dans deux ans quand les régions perdront leur autorité de gestion. A contrario, les états devraient avoir plus de compétences que l'UE, donc d'une certaine manière, on relocalise (un peu) les compétences.
La Région Centre Val de Loire est la seule à avoir une Délégation alimentation dédiée, quand les autres se limitent le plus souvent à une vice-présidence à l'agriculture et aux circuits courts par exemple.
Cela permet notamment de reprendre une marge de manœuvre en étant plus près des consommateurs et en leur donnant la parole. Cela conduit aussi à la mise en place d'une marque régionale qui va bien au-delà du simple « produit en Centre Val de Loire » mais oblige à la provenance régionale de tous les ingrédients de base, à l'absence d'additifs de synthèse et aux bonnes pratiques environnementales (diminution de l'empreinte écologique par exemple).
La politique régionale accompagne par ailleurs les citoyens pour changer de manière de s'approvisionner et de consommer.
Certaines politiques publiques peuvent s'opposer : ainsi un conseil régional n'a pas le droit de dire qu'il valorise des produits avec zéro additif de synthèse, donc il doit le faire... sans le dire ! Les compétences et la marge de manœuvre des régions restent assez faibles et dans deux ans elles le seront encore plus.

Déclaration universelle du droit à l'alimentation

Par ailleurs émerge l'idée d'un Droit à l'Alimentation, pour lequel une déclaration universelle a été

suite page suivante

rédigée. Ce droit inaliénable et universel qui renvoie au principe de dignité et au droit des peuples à « disposer d'eux-mêmes » serait transversal à tous les autres : économiques, sociaux, culturels, civils et politiques. Même si dans la déclaration universelle des Droits de l'Homme de 1948 la notion de niveau de vie fait référence à l'alimentation, celle-ci devrait être davantage mise en avant à travers cette nouvelle déclaration, qui pourrait notamment servir de grille de référence pour les personnes qui conçoivent les politiques publiques en matière d'alimentation.

La solidarité est une notion importante qui va dans le sens d'une politique publique globale : le partage des sols, la préservation des sols cultivables et l'aide à leur exploitation sont parfois inexistants dans certains pays du monde, ou menacés dans d'autres. L'artificialisation des sols pose ce problème de partage et de solidarité nationale : la réduction incessante des terres arables va à l'encontre d'une aspiration à la souveraineté alimentaire.
Une politique publique qui limiterait drastiquement cette artificialisation des sols et préserverait le foncier agricole serait indirectement une politique alimentaire.

Un changement de modèle agricole nécessaire

Le plus gros des aides européennes sont depuis plusieurs décennies fléchées vers l'agriculture intensive et des grands producteurs qui ne peuvent pas vraiment mener à une alimentation qualitative. La Politique Agricole Commune (PAC) est à l'origine basée sur une problématique d'après-guerre : construire une industrie de masse pour viser une autonomie alimentaire solide, pour nourrir tout le monde après des années de tickets de rationnement. Il faudrait passer d'une « politique agricole commune » à une « politique alimentaire commune ».Et mécaniquement cela voudrait dire rediriger les aides vers les territoires (et non vers les états, via les ministères de l'agriculture), mieux à même de redistribuer vers les petits producteurs locaux et vers plus de transformations sur les lieux de productions, car plus proches et mieux informés.

Alors que le monde a changé, que ce soit sur le plan économique, social et surtout environnemental, ce modèle est resté quasiment identique et a même conduit à des situations surprenantes, finalement contraires à cette notion de souveraineté alimentaire sur les matières premières. Ainsi, on importe 70% des farines à destination des boulangers, avec plein d'intermédiaires au passage, notamment parce qu'une consommation de viande et de produits laitiers excessive conduit à une domination de l'alimentation animale dans l'utilisation des terres.
Ce mode de fonctionnement semble être un frein pour aller vers une « gastronomie du quotidien », qui commence par un accès facilité à des produits agricoles de qualité. Comment obtenir du lait de qualité si on fait produire 100.000 litres (sic) à une vache sur un an au lieu de 4.500 ? Comment obtenir des céréales de qualité si on est à 120 quintaux à l'hectare au lieu de 60 ?

Des filières courtes et locales

Le retour à une autonomie alimentaire sur les principales matières premières avec des produits tracés et de qualité passe par le développement de filières locales, la réappropriation des semences et la limitation des intermédiaires.
En s'industrialisant, l'agriculture s'est tournée vers la recherche permanente du bas coût, or « le prix le plus bas n'est pas le prix juste ». Ce bas coût a vu les produits transformés gras, sucrés et salés prendre une place très importante, générant des problèmes de santé publique (par exemple 25 % de personnes en surpoids en France, plus de 60% aux Etats-Unis).

« le prix le plus bas n'est pas le prix juste ».

Le développement massif des produits de terroir de qualité est une option très concrète, à valoriser, donc à soutenir par des aides publiques qui doivent intégrer le fait que la rentabilité est moindre qu'avec des produits transformés industriellement. Les modèles extensifs avec moins de vaches à l'hectare (pour plus d'herbe à manger) signifient en outre moins d'importation de soja (une matière première imposée et nécessairement importée) pour les nourrir, donc moins de dépendance internationale et moins de pollution et des paysages préservés.

Un soutien de l'agrobiologie très variable

Même s'il est en hausse constante en France depuis plusieurs années, le soutien des pouvoirs publics envers le bio n'a emmené celui-ci qu'à environ 10% de la surface agricole du territoire national, ce qui est mieux que certains de nos voisins, mais demeure très loin par exemple des 25% de l'Autriche.
Le foncier agricole et la facilitation de son accès par les pouvoirs publics à des petits producteurs est un enjeu fondamental, géré de manière très disparate sur le territoire national français.
La protection de l'environnement prend des aspects multiples : qualité de l'air, qualité de l'eau, fertilité des sols. Les entreprises qui s'engagent sur ces protections créent moins de richesse financière que les autres, mais ne doivent pas être traitées comme celles qui ne s'y engagent pas : les aides publiques doivent être plus importantes pour elles, et ne pas être basées sur la rentabilité.

Un changement d'habitudes et de régimes alimentaires

Pour diminuer l'empreinte carbone globale de l'agriculture et avoir des produits de meilleure qualité à grande échelle, il faut notamment consommer moins de viande et moins de produits laitiers, ce qui est possible sans déséquilibre nutritionnel car on peut compenser avec certaines protéines végétales.

L'alimentation, parfois qualifiée comme « le signe le plus évident de notre rapport au monde », s'accompagne aussi de devoirs pour chacun, dans la mesure de ses possibilités. Elle pourrait aussi être enseignée à l'école.

Dans certaines collectivités, on commence à changer de pratiques, par exemple en concevant les menus à partir de ce qui est disponible sur le territoire à un moment donné.

Vers plus d'égalité

Les inégalités sociales génèrent souvent des inégalités alimentaires : elles concernaient autrefois la quantité, elles concernent désormais la qualité. Les maladies liées à une mauvaise alimentation touchent davantage les classes défavorisées, même si peu d'études le montrent.

La Loi Egalim stipule notamment qu'en 2022, il faudra 50 % de produits durables dans les cantines scolaires et 20 % de bio. Ceci constitue un accès égalitaire à une alimentation de qualité car il concerne tous les enfants qui mangent à la cantine. Mais pour atteindre cet objectif, il faut avoir une politique d'aide aux petits producteurs plus forte, car pour l'instant ceux-ci ne peuvent pas suivre. Il manque énormément de paysans bio de proximité : pour répondre à la demande croissante, il faudra en « installer » 60.000 en France.

Vers plus d'égalité

Les inégalités sociales génèrent souvent des inégalités alimentaires : elles concernaient autrefois la quantité, elles concernent désormais la qualité. Les maladies liées à une mauvaise alimentation touchent davantage les classes défavorisées, même si peu d'études le montrent.

La Loi Egalim stipule notamment qu'en 2022, il faudra 50 % de produits durables dans les cantines scolaires et 20 % de bio. Ceci constitue un accès égalitaire à une alimentation de qualité car il concerne tous les enfants qui mangent à la cantine. Mais pour atteindre cet objectif, il faut avoir une politique d'aide aux petits producteurs plus forte, car pour l'instant ceux-ci ne peuvent pas suivre. Il manque énormément de paysans bio de proximité : pour répondre à la demande croissante, il faudra en « installer » 60.000 en France.

Pour accéder à la vidéo, scannez ce code !

LA PHILANTHROPIE ALIMENTAIRE D'HIER À AUJOURD'HUI : CHARITÉ ? EDUCATION AU GOÛT ? GASTRONOMIE ?

Ce que l'on résume souvent aujourd'hui par « aide alimentaire » a connu une évolution au fil des siècles et peut aussi varier d'un lieu à l'autre, d'une culture à l'autre. Quelles formes prend-elle et quels changements de société ont eu et ont une influence sur ce principe de solidarité qui consiste à permettre de manger aux plus démunis ? Que véhicule-t-elle et quelle est sa place dans notre culture alimentaire ?

Modération

Pascal ORY, professeur émérite d'histoire contemporaine, université Paris 1 Panthéon Sorbonne, membre de l'Académie française

Intervenants

Bénédicte BONZI, anthropologue, École des Hautes Etudes en Sciences Sociales, Paris
Vanessa KRYCEVE, fondatrice association Le Recho, Paris
Bruno LAURIOUX, professeur d'histoire médiévale, université de Tours, président de l'IEHCA
Jean-Pierre LE CROM, directeur de recherche, CNRS ,université de Nantes
Kilien STENGEL, chercheur en communication, IEHCA-université de Tours

Une origine principalement religieuse

Le terme de « philanthropie alimentaire » n'a pas été utilisé à toutes les époques, mais il permet de rassembler les différents types d'actions, qu'elles soient militantes ou qu'elles reposent sur des intérêts particuliers, qu'elles aient été menées à l'Antiquité ou en 2021.
Dans la religion catholique, la charité en général et le fait de faire des dons de nourriture aux pauvres en particulier, entre dans un processus qui permet à ceux qui le pratique d'accéder plus facilement au Paradis. Ce sont les « bonnes œuvres » ou « bonnes actions », qui prennent un caractère moral car elles sont avant un tout un devoir du fidèle. Même si leur proportion a beaucoup diminué au fil des siècles, les bonnes œuvres d'origine religieuse subsistent encore aujourd'hui.
L'église s'est arrogée pour mission de nourrir les pauvres, de l'Antiquité au début du Moyen-âge. De manière générale, il s'agit de dons indirects puisque c'est une partie de la dîme qui les finance, et non les fidèles directement, même si l'un n'empêche évidemment pas l'autre.
Pendant quelque temps en Occident, la pauvreté a été sacralisée et considérée comme une valeur, car liée à l'image du Christ ; des ordres de mendiants voient même le jour. Cette image va peu à peu disparaître et va même, dès l'apparition des institutions, s'inverser, beaucoup de citoyens percevant les pauvres comme potentiellement dangereux.

L'apparition d'institutions religieuses, puis publiques

Au Moyen-âge, la charité va s'organiser par le biais de fondations épiscopales, mais aussi royales ou privées, et vont se développer des endroits où l'on accueille celles et ceux qui sont dans la nécessité. Cette organisation à grande échelle est sans doute née de la grande crise économique du XIVe siècle qui a vu le nombre de nécessiteux exploser.
Dans ces « hospices » (dont l'étymologie renvoie à celle de l'hospitalité), la nourriture était généralement de bonne qualité comme peuvent en attester certains menus de l'Hôtel Dieu de Paris. L'hospitalité passe par l'assiette, un concept à prendre au sens large et qui subsiste encore aujourd'hui. Dans certaines cultures, on laisse encore aujourd'hui une place à sa table, pour accueillir éventuellement dignement l'inconnu qui pourrait venir frapper à la porte.
Au XVII[e] siècle, l'apparition des hôpitaux généraux qui vont rapidement accueillir des milliers de personnes (en 1663 on trouve le chiffre de 6000), va entraîner un changement radical : l'enfermement de ces personnes, des catégories parfois très différentes qui vont se retrouver sédentarisées et rassemblées autour de ce seul point commun.
L'Etat va dès le XVIIe peu à peu prendre en mains l'aide alimentaire qui ne sera plus seulement l'apanage de l'église ou de riches philanthropes. On peut dire que dès lors, on va passer de la charité à l'assistance et d'une démarche essentiellement religieuse à une démarche plus laïque. Néanmoins l'église - et notamment les protestants au XIXe siècle - continue à jouer encore un moment un rôle considérable. Le prosélytisme religieux ou politique va parfois avoir une place importante dans l'aide alimentaire, ce qui évidemment éloigne celle-ci d'une philanthropie désintéressée.

Le « secours national » naît lors de la Première Guerre Mondiale et va devenir pendant la Seconde une immense organisation qui représente jusqu'à 13.000 salariés, 40.000 bénévoles, avec quasiment un représentant dans chaque commune française. Cette structure va subventionner de nombreuses cantines, les « popotes », qui vont correspondre à une époque particulière, le régime de Vichy, pendant laquelle les gens mangent de moins en moins chez eux. On assiste alors à une véritable collectivisation de l'aide alimentaire.

De la distribution de repas à la distribution de bons

Dans les années 30 en France, on commence à développer les bons alimentaires souvent par catégories (pain, viande, produits laitiers), distribués dans des bureaux de bienfaisance mis en place par les pouvoirs publics dans de nombreuses villes. On a vu aussi l'émergence de restaurants municipaux qui visaient autant les ouvriers que les personnes très pauvres, avec une idée de mixité sociale. Le principe n'a pas vraiment pris car les ouvriers étaient très minoritaires.
Quelques initiatives privées voient aussi le iour. comme des restaurants « à bon marché » gérés par des entreprises locales, où leurs ouvriers et leur famille pouvaient manger. L'antialcoolisme et une forme de contrôle social un peu moraliste pouvaient se cacher derrière une apparente philanthropie « gratuite ».
Peu à peu, différents types d'associations vont voir le jour. Certaines vont organiser des événements comme des bals pour récolter de l'argent. Elles font au départ beaucoup appel aux dons privés. Aujourd'hui, la plupart fonctionnent avec des subventions publiques, même si certaines reçoivent toujours une part importante de dons de particuliers.

Les étudiants, le personnel soignant dans le cadre récent du Covid, sont aussi de nouveaux publics

Une évolution des publics concernés

Les bénéficiaires des différents types d'aide alimentaire n'ont pas toujours été les mêmes et les donateurs ne les ont pas toujours « gérés » de la même manière.
Au Moyen-âge, ils sont référencés dans une « matricule » et ainsi reconnus « officiellement » comme pauvres à nourrir, préfigurant les aides sociales que l'on connaît aujourd'hui. Cependant au final aujourd'hui, beaucoup de dispositifs ne demandent pas de justificatifs aux bénéficiaires.
Leur nombre va beaucoup varier selon les contextes économiques. Ainsi aux XII[e] et XII[e] siècles, les indigents seront très nombreux car il y a une crise majeure.
Jusqu'à ce que le système des retraites apparaisse et fonctionne bien, les personnes âgées ont constitué une partie importante des bénéficiaires des aides alimentaires sous toutes leurs formes, et notamment les repas car beaucoup ne peuvent plus se faire à manger tout seuls. Celles et ceux qui le peuvent encore vont plutôt recevoir des colis alimentaires, une tradition qui perdure un peu aujourd'hui.
Dès lors que le système des retraites a été mis en place, la part des jeunes adultes et des mamans isolées dans les différents dispositifs d'aide alimentaire est devenue de plus en plus importante. On date ce basculement au début des années 1990. Dans les années 2000, la part des 18-23 ans devient très importante.
Aujourd'hui les migrants constituent une nouvelle catégorie. Un certain nombre d'entre eux étant de confession musulmane, il est par exemple nécessaire d'adapter un minimum le régime alimentaire afin que cette aide ait un sens et une utilité.
Les étudiants, le personnel soignant dans le cadre récent du Covid, sont aussi de nouveaux publics ciblés par des événements éphémères ou des structures plus durables, mobiles ou sédentarisées.

Quelle nourriture pour les bénéficiaires de ces dons ?

La question se pose de savoir s'il faut un modèle alimentaire type pour les personnes dans le besoin. Il est important de penser la diversité des aides et donc peut-être de concevoir plusieurs modèles.
Certains médecins ont rédigé des recommandations dès le XVIIe siècle, par exemple pour les écoliers pauvres, qui, finalement, mangeaient à leur faim à la cantine scolaire, mais pas forcément à la maison. Bien plus tard, l'émergence des colonies de vacances reposera en partie sur des visées alimentaires très précises et très encadrées, pour « bien nourrir » les enfants, à tout le moins dans le sens nutritionnel de l'expression.
Dans ce cas, on peut parler de modèles nutritionnels très précis, pensés en amont.
Lorsque les paniers ou bons par catégories sont remplacés par des bons d'achat, le choix des aliments est enfin donné aux bénéficiaires. Le contenu des paniers reflète souvent l'évolution de la société de consommation : dans les années 1980 on a vu la multiplication de produits dans les supermarchés et donc aussi dans les paniers distribués, on passe de trois ou quatre références à une quinzaine.
La nourriture industrielle, souvent de mauvaise qualité, domine les dons réalisés par la grande distribution qui, depuis l'amendement Garraud de 2016 a l'obligation de limiter le gaspillage alimentaire en le distribuant aux associations. L'absence de choix est déjà une forme de « soumission », mais l'absence de choix plus la mauvaise qualité des produits constituent une importante atteinte à la dignité. Cependant, les échanges entre les bénévoles et les bénéficiaires peuvent atténuer ce sentiment. Un produit de mauvaise qualité distribué dans de bonnes conditions et avec bienveillance devient « bon pour la personne » car chargé de justice sociale, véhiculée par une forme de résistance qui peut se tisser entre distributeurs/donateurs et récipiendaires.
Aujourd'hui comme il n'existe pas une coordination

suite page suivante

LA PHILANTHROPIE ALIMENTAIRE D'HIER À AUJOURD'HUI : CHARITÉ ? EDUCATION AU GOÛT ? GASTRONOMIE ? *(suite)*

générale des différentes aides alimentaires, beaucoup de bénéficiaires doivent cumuler différents types d'aides, aller dans différents lieux, différentes associations.

L'influence des cadres légaux sur l'aide alimentaire

La première démarche politique qui a mené à un cadre législatif contraignant en France a été portée par Jacques Delors qui avait la volonté au niveau européen d'utiliser les surplus agricoles, initiative qu'on peut lier à une proposition de Coluche en 1986 de défiscaliser les dons à des associations d'aides aux personnes en difficulté. Démarche qui a conduit à une loi en 1988.
Par la suite, la « loi Garraud » de 2016 concernant la lutte contre le gaspillage alimentaire a eu certes beaucoup d'effets positifs, mais pose cependant certaines questions et font clairement apparaître qu'on n'est plus dans le don, mais dans un cadre contractuel très rigoureux, menant à une défiscalisation. Avant cette loi, la grande distribution dépensait beaucoup d'argent pour détruire ses invendus. Désormais, elle a juste à attendre que les associations viennent les récupérer pour les distribuer et en plus elle reçoit des aides sous forme de réductions fiscales. C'est donc une véritable économie qui repose sur la lutte contre le gaspillage alimentaire.
Ce lien entre écologie (lutte contre le gaspillage) et aide alimentaire est relativement récent. Il peut avoir un effet pervers dans le sens où il charge les structures d'aide d'une mission de développement durable, alors qu'à la base ce n'est pas leur vocation.
Par ailleurs, certaines normes d'hygiène alimentaire de plus en plus drastiques peuvent être un frein à une distribution simple, fluide et qui s'adapte aux types de dons comme aux publics visés. L'institutionnalisation a dans ce cas des effets négatifs ; lorsque l'aide alimentaire était plus informelle, si par exemple on récupérait beaucoup de produits d'un coup, on pouvait les congeler pour étaler la distribution sur plusieurs jours. Ce genre de processus « technique » est désormais interdit. Il semble important de remettre en question ces principes pour mieux s'adapter.

Les principaux types d'aide

Trois types d'aide se sont développées et subsistent encore de nos jours : la distribution de repas chauds dans la rue, adaptées à celles et ceux qui n'ont pas de domicile et donc pas de cuisine, la distribution de paniers avec des choses à réchauffer ou même à cuisiner et la distribution de bons à dépenser dans des commerces alimentaires.
Une nouvelle forme est apparue ces dernières années en Italie et on la trouve désormais dans de nombreux pays : il s'agit des repas « suspendus ». Une personne qui en a les moyens paie deux plats alors qu'elle n'en consomme qu'un et le second pourra être consommé dans ce restaurant par une personne dans le besoin. Cette forme de don nécessite un engagement important des restaurants concernés qui doivent notamment communiquer auprès des personnes précaires et les convaincre de venir dans leur établissement alors que certaines s'en excluent de facto.

Enfin, certains grands repas populaires sont organisés avec des personnes de toutes catégories sociales et tout le monde mange la même chose, mais en payant un prix à la hauteur de ses revenus. Ainsi, un convive qui a payé le repas 50 euros peut se retrouver assis à côté d'un autre qui a payé 50 centimes, sans que personne ne sache qui a payé combien.

Est-ce que faire le bien c'est forcément bien faire ?

« Charité », « aide », « assistance » ... Quel que soit le terme employé, il est difficile de ne pas stigmatiser ou « infériorisier » les bénéficiaires. L'aide alimentaire n'est pas du tout la même chose que le droit à l'alimentation (pour lequel beaucoup d'acteurs militent) : on reste une personne « aidée ». Certains chercheurs et observateurs ont défini la notion de « violences alimentaires » qui est, d'une part, une violence globale dans le fait qu'une catégorie de la population doive se battre tous les jours pour trouver quelque chose à manger, alors qu'elle vit dans un pays où la nourriture circule en abondance, voire est gaspillée, et d'autre part une violence physique qui peut parfois être observée sur des lieux de distribution. Les gens se sentent discriminés, stigmatisés, ils ont faim et froid, ils n'ont pas le choix des produits, de l'heure, du lieu où ils mangent... Vu sous cet angle, cela peut expliquer leur exaspération et les tensions parfois très importantes.

Par ailleurs, l'impact des aides peut prendre des formes inattendues : par exemple, ce n'est pas parce qu'on ne mange pas à sa faim qu'on maigrit forcément. Au contraire, de nombreux cas de surpoids sont repérés par les acteurs de l'aide alimentaire. En outre, cette malnutrition (produits de mauvaise qualité, consommés dans de mauvaises conditions, à des horaires irréguliers...) peut aussi entraîner des problèmes d'hypertension, mais aussi des marques psychologiques durables.

En outre, les injonctions de la société à bien manger pour être en bonne santé viennent ajouter à cette violence. Une personne qui ne choisit pas du tout ce qu'elle mange parce qu'elle prend ce qu'elle trouve et ce qu'on lui donne n'a quasiment aucun contrôle sur sa santé et son corps.

Le don véhicule une charge symbolique importante. Il n'est réellement bénéfique que si un retour est possible. Or « rendre » est souvent perçu - à raison - comme quelque chose d'impossible pour le bénéficiaire. Je fais la queue devant un camion, on me donne mon repas, je repars... Qu'ai-je à offrir à mon donateur ? Ce manque engendre un sentiment d'être dominé et soumis. Ainsi en donnant sans possibilité de retour, on crée sans le vouloir une forme de violence psychologique, dévastatrice à terme.

Vers un don plus « horizontal »

La solution à cette problématique réside dans les nouvelles formes d'aide qui émergent citées précédemment et qui placent le bénéficiaire dans une situation plus égalitaire avec son donateur : ateliers cuisine, soupes participatives, repas partagés...

Des actions dans les camps de migrants par exemple consiste à cuisiner ensemble, les bénéficiaires des aides peuvent proposer des recettes de leur pays, on leur fournit les ingrédients et le matériel et les bénévoles apprennent ces recettes. L'hospitalité est alors réciproque et le rapport de domination plus ou moins gommé.

Pour un public précaire, pouvoir échanger des savoir-faire, des souvenirs ou juste éplucher des pommes de terre en parlant cuisine avec les bénévoles ou des gens du quartier de tous horizons, redonne de l'horizontalité dans les rapports et donc un peu de dignité, à travers une forme d'inclusion sociale. Certaines associations vont encore plus loin en intégrant des possibilités d'insertion professionnelle à travers la cuisine.

Passer du simple don au « bien manger ensemble » serait une évolution qui ressemble d'une certaine manière à ce qui se pratiquait un peu à l'origine, lorsque le religieux ou le paysan invitait à sa table le pauvre de passage, le mettant le temps du partage d'un repas, au même niveau que lui.

Pour accéder à la vidéo, scannez ce code !

LA GASTRONOMIE PEUT-ELLE S'ENVISAGER POUR LES MOINS DE 3 ANS ?

Du ventre de la mère à l'arrivée à la « table des grands », le futur adulte traverse en peu de temps différentes phases capitales pendant lesquelles il faut l'ouvrir à un univers sensoriel qui l'accompagnera toute sa vie. De la simple nutrition à un éveil à la gastronomie, il n'y a qu'un pas qu'il paraît assez simple de franchir.

Intervenants

Régis HANKARD, professeur de pédiatrie, université de Tours
Pascale HERMOUET, diététicienne pédiatrique, Centre Hospitalier Universitaire, Poitiers
Régis MARCON, chef 3 étoiles Michelin, restaurant Régis & Jacques Marcon, Saint-Bonnet-le-Froid
Sophie NICKLAUS, directrice de recherche, INRAE, centre des sciences du goût et de l'alimentation, Dijon

Qu'entend-on par gastronomie ?

Il n'est bien entendu pas question d'emmener des enfants de 2 ans toutes les semaines dans des grands restaurants (où ils sont de toute façon malheureusement rarement les bienvenus), mais bien de former des petits gastronomes en les sensibilisant à l'acte de manger, en donnant aux repas une autre dimension que la satisfaction d'un simple besoin élémentaire. C'est ce qu'on appelle la gastronomie du quotidien.

On parle bien ici de « l'art de faire bonne chère », du plaisir de manger, d'en parler, de préparer, de rechercher les produits, de se retrouver autour d'une table avec des gens qu'on aime, que ce soit à la maison, dans un restaurant ou dans un fast-food. Le petit gastronome est d'abord un « gourmand avisé, fort d'une culture de table » comme le définit Sophie Niklaus. Le bagage culturel donné ainsi à l'enfant avant son entrée à l'école maternelle (qui peut pourquoi pas passer par un passage dans un bon restaurant de temps en temps) détermine beaucoup de choses par la suite.

La nutrition, premier souci des parents

Les parents veulent avant tout bien nourrir leur enfant. Et par bien nourrir on entend d'abord « faire en sorte que le nourrisson prenne du poids ». Les pédiatres disposent d'outils de mesure qui vont dans ce sens, le suivi des premiers mois et des premières années étant très précis. On va rechercher les repas les plus équilibrés possibles, avec tous les apports recommandés. Pour que l'enfant se développe bien, qu'il ait un bon développement psychomoteur.
Le pendant négatif de la gastronomie serait une mauvaise nourriture qui pourrait au pire empoisonner l'enfant, avec des produits pas frais ou contenant trop de pesticides ou produits chimiques, trop de sucre, trop de gras, trop de sel : cette dimension de santé est importante. Une gastronomie qui rendrait malade, à court terme comme à long terme, est inconcevable. Bien manger c'est d'abord faire du bien à son corps pour être en bonne santé.

La quantité doit aussi être prise en compte : un enfant qui ne mange pas est le plus souvent un enfant qui n'a pas faim, ce que les adultes soucieux ont parfois tendance à oublier. Une assiette trop remplie au départ peut aussi être source de découragement et être contraire aux codes de la gastronomie. Au contraire, avoir envie de se resservir parce qu'on s'est régalé en fait partie.

Le repas doit être un moment de partage et d'échange privilégié entre les membres d'une famille.

Avant la naissance, une mère bien informée fera sans doute plus d'effort sur son alimentation en pensant au fait que certaines saveurs passent dans le liquide amniotique. Il en sera de même pour les mères allaitantes.

Le lait maternel, tremplin vers la gastronomie

Même si la plupart des laits infantiles fournissent tous les apports nutritifs essentiels, ils ont un défaut majeur : leur goût ne varie jamais. Or, l'un des éléments constitutifs de la gastronomie c'est cette diversité organoleptique qui, dans un cercle gustatif vertueux, mène au désir de toujours plus de diversité. Le lait maternel pose les bases d'un vaste répertoire de goûts différents.

Plus la mère varie son alimentation pendant l'allaitement, plus le nourrisson découvre de saveurs différentes et plus il aura des chances d'être curieux et ouvert au moment de la bien-nommée « diversification alimentaire ». En outre, les temps d'allaitement constituent des temps de partage, montrent le désir de donner de soi (de la maman/cuisinière), pour une relation unique : trois critères gastronomiques de poids.

Plus en amont, lors de la grossesse certains aliments qui ont des arômes particuliers (carottes, ail, fenouil...) franchissent la barrière placentaire et parfument le liquide amniotique. L'enfant gardera une trace mémorielle de ces expositions.

L'atmosphère du repas

Le repas doit être un moment de partage et d'échange privilégié entre les membres d'une famille. Toute tension doit en être bannie et notamment les tensions autour de la prise de nourriture : un enfant qui ne mange pas est souvent un enfant qui n'a pas faim, son estomac est beaucoup plus petit que le nôtre et le temps qu'il va passer à table sera aussi plus court car il n'a pas la même notion du temps qu'un adulte. C'est donc une sorte de gastronomie différenciée qu'il convient de pratiquer.

Les préparatifs du repas peuvent faire partie intégrante de celui-ci : un enfant qui est à mis à hauteur du plan de travail et qui voit le produit brut, puis sa transformation, sa découpe, son mélange à d'autres ingrédients, sa cuisson... est déjà un gastronome. Cette dimension sensorielle capitale participe de la gastronomie.

L'arrivée d'un enfant dans la maison peut modifier l'importance accordée aux repas par le reste de la famille (parents, fratrie) et aussi les habitudes alimentaires, créant ainsi une forme ascendante d'éducation qui pourra perdurer par la suite lorsque l'enfant reviendra de sa collectivité avec de nouvelles envies suite à de nouvelles découvertes.

Introduction aux codes de la gastronomie

La gastronomie est un peu comme une langue : plus on la commence tôt, plus on y est réceptif, plus tôt on la « maîtrise ». Et on ne maîtrise pas la langue du premier coup, d'où l'importance de revenir plusieurs fois à certains produits et certains plats avant de les apprécier (à condition d'avoir un cuisinier qui sait s'y prendre, aussi modeste soit-il !).

Sans aller trop vite et sans emmener le bébé dans un étoilé dès ses premiers pas, on peut appliquer certains codes dès le plus jeune âge. A commencer par un effort dans le dressage des plats (et dans de la vaisselle en bon état et jolie), et donner à voir, à sentir, à toucher, à comprendre, avant de donner à manger.

La gastronomie à la française c'est aussi manger tous en même temps, s'asseoir ensemble, prendre le temps, parler de ce que l'on mange et faire référence à de précédents ou de futurs repas : autant d'aspects que l'on peut partager avec les plus petits. Leur apprendre à dépasser le « j'aime/j'aime pas » permet en outre d'introduire du vocabulaire.

L'explication et la présentation du produit par exemple est assez simple à réaliser, encore faut-il y penser et prendre un peu de temps pour le faire. Raconter une petite histoire autour du produit permet de briser cette peur de l'inconnu qui est assez naturelle chez certains petits. Le passage par le maraîcher et l'épicerie sont des ouvertures vers la gastronomie à la portée des très jeunes enfants. De l'étal ou du jardin à l'assiette, en passant par le plan de travail : le produit appréhendé dans sa globalité a plus de chance d'être désiré que s'il est simplement posé dans l'assiette avec l'injonction de l'incorporer.

L'importance des structures collectives

Crèche, halte-garderie et école maternelle pour certains sont des lieux alternatifs à la table familiale qui jouent un rôle déterminant, notamment car la tension affective y est beaucoup moins forte qu'avec le père ou la mère. Le personnel encadrant a un rôle à jouer, vers le manger bon mais aussi le bien manger, le partage du repas à plusieurs, les manières de table, la bonne ambiance autour des repas.

Ces structures peuvent également proposer des ateliers cuisine ou simplement de découverte de produits, en ne privilégiant pas forcément le sucré comme cela est souvent le cas. Les plats salés et les légumes doivent pouvoir prendre toute leur place.

Placés sous le signe de la bienveillance et l'expérimentation, ces temps de découvertes et d'échanges peuvent également être l'occasion d'introduire la notion de quantité, de gaspillage alimentaire, de déchets.

La période idéale pour un maximum d'expériences gustatives

La diversification alimentaire démarre généralement à partir du 5e mois. La liste des aliments s'allonge de mois en mois et des parents bien informés et motivés pourront y puiser plutôt que se contenter de cuisiner les trois ou quatre mêmes produits qu'ils ont l'habitude de cuisiner depuis des années.

Trois quarts des enfants passent par une période dite de « néophobie » qui consiste à refuser tout ce qui est nouveau, pour différentes raisons mais souvent par volonté d'autonomie et pour tester un nouveau rapport à son environnement : la capacité de dire non à quelque chose. Cette période intervenant vers l'âge de 2 ans, on peut en conclure que la fenêtre de tir pour tenter l'introduction de mille et une saveurs se situerait entre 5 mois et 24 mois. Pour autant, par la suite, il ne faut pas s'arrêter au premier refus : il faut proposer de nombreuses fois avant d'abandonner ; un enfant peut tout à fait refuser un nouvel aliment sept

suite page suivante

LA GASTRONOMIE PEUT-ELLE S'ENVISAGER POUR LES MOINS DE 3 ANS ? *(suite)*

ou huit fois sur plusieurs mois, puis l'accepter à la 9e sans raison particulière. Il faut procéder par étapes, ne jamais forcer, y aller lentement mais sûrement, avec un subtile mélange de persévérance, de patience et de bienveillance.

Parmi ces expériences, on ne devrait pas interdire le toucher et même l'encourager car le toucher est un sens très important pour le jeune enfant qui peut se rassurer sur ce qu'il va ingérer, il peut appréhender la matière, la texture, la température de l'aliment.

Pendant cette précieuse période l'enfant va envoyer des signaux à l'adulte et construire une partie de son identité à travers cette expérience gastronomique qui dépasse nécessairement, qu'on le veuille ou non, le simple fait de répondre au besoin de s'alimenter. Il est démontré depuis longtemps que l'adolescent qui a ainsi été exposé à la gastronomie avant ses 3 ans, même s'il sera attiré par les sirènes de la malbouffe, reviendra un jour vers les bons petits plats bien cuisinés.

Pour accéder à la vidéo, scannez ce code !

BIEN MANGER ET E-COMMERCE

Comment concilier alimentation de qualité et plateformes digitales, qui remplacent parfois les canaux habituels d'approvisionnement dits « physiques », que ce soit pour les matières premières ou les plats cuisinés ?

Modérateur

Louis JEUDI, journaliste, Atabula

Intervenants

Lucie CHAMPION, chargée de mission, Boutique Manger Touraine
Henri ISAAC, maître de conférences, Université Paris-Dauphine
Sandrine LAVERGNE, formatrice et conceptrice de solutions innovantes, CFSA, Orléans
Dominique POSTEL, gérante, La Balade Gourmande, Tours

Comment le confinement a accéléré le développement du e-commerce

Dans plusieurs pays et notamment en France, le e-commerce alimentaire n'a pas été le plus rapide à bénéficier des différentes périodes de confinement. S'appuyant sur des superstructures existantes, l'explosion du e-commerce a d'abord concerné les produits habituels : vêtements, outils numériques, équipement de la maison, livres et autres produits culturels. Cette évolution a été encore plus importante dans des pays voisins, notamment l'Espagne et l'Italie. Evidemment, cela reste très en-deçà de la Chine où le e-commerce représente 25 % du commerce, ce qui est énorme.

Privés de sortie ou de certains « commerces non essentiels », des millions de consommateurs se sont tournés vers le e-commerce d'abord par la force des choses, puis y ont pris goût et, même une fois la plupart des restrictions levées, certains n'ont pas retrouvé le chemin des magasins. En ce qui concerne l'alimentaire beaucoup ont découvert le drive à l'occasion du confinement. Ils auraient peut-être mis des années à le découvrir et à l'adopter dans des circonstances normales.

Sortir des schémas traditionnels : s'alimenter sans sortir de chez soi

Les confinements ont généré de manière assez brutale et soudaine des changements de comportements chez de nombreux citoyens. Même si, avant mars 2020, certains avaient déjà l'habitude de commander leurs courses ou leurs repas chauds par internet, beaucoup s'inscrivaient encore dans le schéma dominant des courses centralisées au même endroit : l'hypermarché. Ce schéma présente deux avantages : un gain de temps car on achète tout ce dont on a besoin au même endroit, et un gain d'argent car les prix sont plus bas que chez les petits commerçants.

Commander à manger, que ce soit pour une livraison à domicile ou un retrait en drive, devient une activité quasiment essentielle alors qu'elle n'était jusque-là qu'une option. La grande distribution ayant déjà de nombreux outils de vente à distance, elle a été la première grande gagnante de cette explosion. Même si l'on manque de données précises, il apparaît que le frais, le bio et les circuits courts ont également bénéficié de cette situation. Soit en direct avec le client, soit via des plateformes comme Uber Eats et Deliveroo qui ont largement bénéficié des confinements, mais aussi Amazon même si ce dernier a du mal à adapter sa structure à l'alimentaire, ce qui permet de rappeler qu'il est compliqué de vendre des produits alimentaires en ligne.

Le prix de la livraison peut être un frein car le consommateur français part du principe qu'il n'y a pas de surcoût (la livraison gratuite à partir d'une certaine somme est une pratique courante), alors que dans certains pays étrangers, payer pour être livré chez soi est perçu comme un service supplémentaire, donc naturellement payant. Même le drive nécessite une main d'œuvre importante : au supermarché c'est vous qui allez chercher en rayon, vous qui passez en caisse, vous qui mettez en sacs et vous qui chargez la voiture.

Comme le consommateur moyen ne semblait pas avoir envie de mettre la main à la poche, ce n'est que depuis que les hypermarchés ont décidé d'absorber cette différence de coût que l'e-commerce alimentaire s'est vraiment développé en France.

Monde post-Covid : un nouveau regard sur l'alimentation

La situation sanitaire exceptionnelle que nous vivons depuis mars 2020 a imposé des semaines entières à

suite page suivante

BIEN MANGER ET E-COMMERCE *(suite)*

la maison (et donc forcément un peu à la cuisine), a remis l'alimentation au cœur de la vie de beaucoup de personnes (car liée au bien-être et à la santé) et a créé un enjeu inédit et fort autour du locavorisme et du circuit-court.

Ces nouvelles habitudes prises pendant les périodes de confinement semblent perdurer bien au-delà chez de nombreuses personnes. Même si l'e-commerce avait depuis longtemps le vent en poupe, le Covid et ses conséquences ont été un accélérateur extraordinaire pour ce secteur.

Les « dark kitchens » ou cuisines fermées se multiplient (parfois même créées par des sociétés de livraisons) et questionnent sur la notion même de restauration, car concevoir un plat qui sera exclusivement emballé puis transporté chez un particulier est sans aucune doute une nouvelle manière de cuisiner et de dresser les plats. Alors que l'e-commerce alimentaire concernait jusqu'alors surtout les aliments industriels et les fast-foods, une offre de qualité se développe. On l'a notamment observé lorsque les restaurants gastronomiques ont dû fermer leurs portes : beaucoup ont proposé des plats à emporter, à commander en ligne pour la plupart.

Les jeunes en milieu urbain consomment massivement des repas choisis et commandés en ligne, puis livrés à domicile. Il est sans doute encore trop tôt pour dire si la proportion de nourriture locale, saine et élaborée par rapport à une nourriture plus basique et à base d'ingrédients industriels, a été modifiée par ce changement d'habitudes.

Différents outils pour les produits de qualité

Bien entendu, ce sont les producteurs, les épiceries fines et les restaurateurs les plus visibles, les mieux équipés et les plus réactifs sur le web et les réseaux sociaux qui ont le mieux tiré leur épingle du jeu, que ce soit par le biais de leurs propres outils individuels ou par des plateformes collectives (donc des intermédiaires). Pour autant, certains ont vite réagi et se sont adaptés, transformant parfois en quelques semaines un simple site vitrine en un site marchand.

Avoir ses propres outils digitaux requiert cependant une exigence technique, un coût financier et temporel important, et nécessite des compétences particulières (un producteur ne devient pas commerçant, communicant et webmaster du jour au lendemain), mais il permet un accès direct aux consommateurs et donc une meilleure marge. Diffuser ses produits via un dispositif externe permet de rester concentré sur son cœur de métier, mais avec les désavantages de devoir compter sur un intermédiaire et de perdre un peu de marge.
Dans tous les cas, défendre les bons produits sur des outils digitaux est un défi important et nécessite une stratégie commerciale et une bonne maîtrise du SAV, d'une part car beaucoup d'adeptes du bien manger privilégient les canaux traditionnels, donc le contact physique (le marché, le petit artisan, le producteur directement à la ferme...), d'autre part car pour prendre des parts de marché aux grandes surfaces, il faut savoir attirer de nouveaux publics et répondre à leurs attentes.

Le bien manger est-il compatible avec l'e-commerce ?

Le bien manger se définit généralement par différents points : manger à sa faim, manger sainement sur le plan nutritif, manger « vertueusement » c'est-à-dire des produits respectueux de l'environnement et dont les producteurs travaillent dans de bonnes conditions, et manger sans se ruiner.

Si on prend ces différents éléments en considération aucun ne semble incompatible avec l'e-commerce. La dimension qui manque sans doute dans cette définition est le contact humain avec le commerçant ou le producteur, un lieu, une voix, des conseils, des odeurs, des goûts, une ambiance. Autant d'éléments absents lorsque nous sommes devant notre écran pour commander et choisir nos produits ou nos plats. Pour autant, le numérique fait aujourd'hui autant partie de nos vies que l'amour du bien manger, donc on peut se demander en quoi ces deux « activités » de notre quotidien seraient si antinomiques.

Confinés, les amateurs de bons produits locaux étaient en quelque sorte plus captifs que d'habitudes, c'est pourquoi des plateformes numériques de vente de produits locaux (comme la Boutique Mangez Touraine, financée par des fonds publics) ont permis de nouveaux débouchés et une mise en relation directe entre producteurs et consommateurs.

Aspects techniques et innovations

Les plateformes de produits locaux de qualité proposent différents points de retrait, mais cela nécessite une importante organisation pour que les producteurs et acteurs de la plateforme travaillent en rotation. La présence des producteurs permet un lien direct qui installe une relation de confiance durable, la traçabilité est évidemment maximale dans ce schéma.

Le e-commerce, encore plus lorsqu'il se développe à partir des réseaux sociaux, plaît aux jeunes générations qui, de plus, ont une sensibilité accrue aux problèmes environnementaux. On peut donc imaginer que si le bien manger s'en mêle, il deviendra accessible via des outils appréciés des jeunes et ainsi pourra ainsi grignoter un peu de parts de marché à l'industriel.

Même si une étude du Credoc de 2017 montre une évolution dans la « fragmentation du panier » (les consommateurs multiplient leurs lieux d'achat de plus en plus), les plateformes présentant des produits de qualité ont a priori tout intérêt à diversifier leur offre, afin de faire en sorte que l'accessibilité à des produits locaux de qualité soit simplifiée. Cette simplification passe non seulement par des outils très intuitifs et ergonomiques, mais aussi par le fait qu'on puisse limiter le nombre de « lieux » d'achat : la force des grandes plateformes et des sites marchands des hypermarchés est bien de rassembler toutes nos courses en un seul acte d'achat. Elément qui bien qu'en pleine évolution, reste une préférence pour de nombreux consommateurs pressés.

Vidéos de conseils et de recettes : le numérique au service du produit

De plus en plus de sites proposent des à-côtés à la boutique : recettes, conseils de préparation, informations sur les produits. Bien entendu lorsque ces « suppléments » sont proposés en vidéos courtes et bien montées (formatées pour les réseaux sociaux), c'est encore plus efficace et l'e-commerce comble ainsi d'une certaine manière ses lacunes en contact humain et en expérience d'achat par rapport aux boutiques.

Enfin, qu'il soit juste composé de textes et de photos ou qu'il soit en vidéo, le portrait du producteur mis au même niveau que le produit lui-même semble être une tendance de fond, totalement adaptée aux différents formats digitaux.

Cependant, le e-commerce reste dominé par l'idée d'acheter vite et simplement : les à-côtés, même s'ils peuvent être appréciés, ne doivent pas entraver cette accessibilité car l'e-consommateur demeure un animal plus pressé que celui qui va flâner dans une épicerie fine ou sur un marché.

Pour accéder à la vidéo, scannez ce code !

iehca

INSTITUT EUROPÉEN
D'HISTOIRE ET DES CULTURES
DE L'ALIMENTATION

Les cahiers des Rencontres François Rabelais sont publiés par l'Institut européen d'histoire et des cultures de l'alimentation avec les soutiens de :

Centre-Val de Loire
www.regioncentre-valdeloire.fr

université de TOURS

VILLE DE TOURS

Tours métropole Val de Loire

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Ministère Culture
Direction régionale des affaires culturelles
Centre-Val de Loire

MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE ET DE LA JEUNESSE