



Rue du Lombard, 8 - 5000 Namur  
Tél : 081/73.40.86 - Fax : 081/74.28.33  
secretariat@equipespopulaires.be

Cette analyse est téléchargeable sur :  
[www.equipespopulaires.be](http://www.equipespopulaires.be)



Avec le soutien de

FÉDÉRATION  
WALLONIE-BRUXELLES

## Question de point de vue

Décembre 2014

# L'alimentation n'est pas juste affaire de choix personnels

Par Muriel Vanderborght,  
Animatrice communautaire aux Equipes Populaires

**Travailler la question de l'alimentation avec des groupes d'éducation permanente est devenu fréquent. De nombreuses associations s'y attellent et tentent de relier la réflexion sur notre avenir alimentaire à l'action concrète. Des projets se sont mis en place et ont porté leurs fruits, mais les questionnements restent nombreux, notamment dans le lien entre responsabilité individuelle et collective.**

L'alimentation est un domaine dans lequel de nombreuses alternatives fleurissent. Paniers bio, groupements d'achats communs, potagers collectifs, échanges de semences, journées de chantier chez des producteurs, cours de cuisine... Pour ceux qui participent à la mise en place de ces alternatives, l'alimentation représente un domaine idéal à partir duquel agir concrètement. Car tout un chacun en a besoin et s'y connaît un tant soit peu. Pourtant, la plupart de ces alternatives sont majoritairement le fait de personnes issues de milieux sociaux aisés. Plusieurs études ont d'ailleurs montré que la plupart de ces personnes détiennent un diplôme de l'enseignement supérieur et disposent de revenus stables et relativement confortables. Suite à ce constat, plusieurs associations d'éducation permanente ou d'éducation à l'environnement ont souhaité réfléchir à l'inclusion des publics plus fragilisés dans la réflexion sur l'alimentation.

### Un acte politique à la portée de tous ?

Pour une bonne partie de ceux qui font vivre des alternatives dans le domaine de l'alimentation, l'action qu'ils mènent est indéniablement un acte politique. Acheter directement au producteur c'est soutenir l'économie locale, consommer bio c'est refuser l'emploi de pesticides, participer aux réunions d'un groupe d'achat commun c'est renouer du lien social, apprendre à cuisiner c'est retrouver des savoir-faire culinaires, participer à la création d'un potager collectif c'est tourner le dos à l'industrie agro-alimentaire... On a donc parlé tout un temps de consom'acteurs pour désigner ceux qui s'engageaient dans la réflexion et, surtout, l'action autour des questions alimentaires. Néanmoins, la visée politique de ces projets n'est pas toujours claire. Les arguments des plus sceptiques consistent à dénoncer le fait que, dans cette vision, la responsabilité quant à

l'avenir de l'agriculture et de l'alimentation devrait être portée par les individus eux-mêmes, au travers de leur consommation quotidienne. Une distinction s'opère donc entre les « bons » et les « mauvais » consommateurs, entre ceux qui sont conscients et ceux qui ne le sont pas, entre ceux qui sont prêts à agir pour sauver la planète et ceux qui continuent de suivre le modèle dominant...

Comme dans d'autres domaines, cette individualisation de la responsabilité peut poser problème. Certaines personnes éprouvent de grandes difficultés à démêler des enjeux, à poser des choix, à mettre en place des changements, d'autant plus quand ceux-ci peuvent s'avérer coûteux en temps, en énergie, en déplacement, en argent. Par ailleurs, il semble bien que les consommateurs ne pourront pas transformer profondément et radicalement le système agroalimentaire tel qu'il est conçu aujourd'hui si la collectivité ne se saisit pas de ces enjeux.

## Décoder les habitudes alimentaires

Ce que l'on oublie trop souvent lorsqu'il est question d'alimentation, c'est que les habitudes alimentaires sont très ancrées et dépendent d'une multiplicité de facteurs. Il n'est pas toujours aisé de les cerner, de comprendre leur influence et de les maîtriser. En décembre 2013, plusieurs associations bruxelloises se sont réunies autour du thème de *L'alimentation durable face aux enjeux sociaux et culturels*. Au cours de cette journée, l'intervention de Martin Biernaux, anthropologue et sociologue, a mis en lumière combien le consommateur est finalement très conditionné dans les choix qu'il effectue. L'individu qui consomme est influencé par sa place dans une famille, dans un groupe social, dans une génération, dans une culture. Les normes alimentaires peuvent donc fortement varier d'un groupe social à l'autre, d'une culture à l'autre, d'une génération à l'autre, d'un contexte politique voire idéologique à

l'autre. Le fait de se conformer à ces normes ou, au contraire, de s'en détacher peut avoir une influence considérable sur le sentiment d'appartenance et d'intégration à un milieu défini. Pour certains, l'achat de plats préparés ou d'aliments préemballés symbolise la participation à une consommation de masse qu'ils valorisent, ou du moins de laquelle ils ne veulent pas être exclus. Pour d'autres, la possibilité de manger de la viande à chaque repas est un signe de stabilité financière. Pour d'autres encore, le fait de ne pas dépenser du temps dans des tâches de préparation, de cuisson ou de nettoyage peut se révéler un signe d'émancipation ou de liberté. Ou au contraire la conséquence d'une série de contraintes.

Par ailleurs, le consommateur est fortement orienté dans ses choix par les stratégies publicitaires mises en place dans le secteur alimentaire. Les techniques de marketing savent utiliser à bon escient les failles psychologiques des consommateurs et inciter parfois le plus récalcitrant d'entre eux à acheter toujours plus. Il faut donc déjà une bonne dose de recul, d'analyse et d'esprit critique pour pouvoir y résister.

Ces différentes composantes sont à prendre en compte lorsque l'on aborde les questions d'alimentation avec les publics que nous touchons. C'est pourquoi les trajectoires d'éducation permanente qui se construisent autour de l'alimentation doivent aussi travailler à déculpabiliser les personnes par rapport à leurs propres habitudes alimentaires.

## Des exemples

Au sein des Equipes Populaires, plusieurs groupes ont abordé la question de l'alimentation. Les portes d'entrée ont été multiples : l'intérêt pour la santé, l'envie de recréer du lien social, le désir de convivialité, la volonté de se mettre en action...

En province du Luxembourg, un groupe lancé conjointement par Vie Féminine et les Equipes Populaires s'est penché sur l'alimentation.



Pour entamer le parcours, chaque personne a été invitée à faire part de ses pratiques alimentaires et même de dévoiler ce qu'elle considérait comme son « péché mignon ». Cette étape a permis à chacun de parler ouvertement d'alimentation, parfois sur le ton de l'humour et cela sans ressentir de culpabilité ou de gêne. Chacun a également pu faire part de ce qui l'influçait dans ses achats : la liste de courses, les exigences de membres du ménage, le temps de préparation, les promotions du jour, la publicité, l'envie du moment, le budget plus ou moins serré... Le premier constat posé était donc clair pour tous : la manière de s'alimenter dépasse très largement la seule volonté de l'individu. Travailler l'alimentation uniquement dans le cadre individuel n'aurait donc pas de sens et sans doute peu d'impact à long terme. Sur la région de Mons-La Louvière, l'école conso de Quaregnon, constituée par les Equipes Populaires et la Maison Ouvrière de Quaregnon a organisé un atelier sur l'alimentation saine et durable. Celui-ci a été conclu avec un repas élaboré par les participants de l'atelier... Un atelier initialement prévu sur une journée et qui s'est finalement déroulé en quatre jours tellement la matière est vaste ! Les membres du groupe ont travaillé sur plusieurs aspects de l'alimentation, ont constaté les nombreux facteurs qui influencent leur consommation, se sont autorisés à dire les tentations de la « malbouffe » et des produits « industriels » (produits gras, salés, sucrés, riches en calories, pauvres en éléments nutritifs). Le groupe en a conclu que notre alimentation est tellement influencée par des informations externes que l'élaboration d'une assiette équilibrée, saine et durable est un grand défi pour chacun. Dans d'autres fédérations, des participants ont souhaité intégrer, ou parfois même créer, un projet concret tel qu'un groupement d'achat ou un potager collectif. Cela a été le cas du côté de Liège, de Waremme, de Rochefort, de Namur, et de Tournai notamment. Mais le passage de la réflexion à l'action n'est pas évident, d'autant plus lorsqu'il s'agit de

s'engager dans des projets de longue haleine. Un potager demande une présence régulière, un suivi, une implication dans les parcelles collectives, une organisation pour gérer les récoltes... sans oublier une (bonne) volonté du pouvoir local si le terrain est public. Un groupement d'achat implique également un engagement dans la durée, une anticipation des achats, une implication dans l'organisation logistique... Autant de contraintes qui, concrètement, rendent difficiles l'implication effective de certains membres socialement, économiquement et culturellement plus fragiles dans ce genre de projets, à moins que l'investissement de l'animateur soit proportionnel à l'ambition du projet, ce qui n'est pas nécessairement possible dans le cadre des missions fixées par le secteur de l'éducation permanente.

## D'autres pistes

Des quelques expériences mises en place au sein de notre mouvement à ce stade, nous retenons l'importance de replacer l'alimentation dans son contexte global et collectif. L'alimentation est un acte social et il convient donc de ne pas l'individualiser. Inciter les individus à changer leur comportement en matière d'alimentation peut avoir un intérêt en termes de santé, d'estime de soi, de lien social mais cela peut aussi avoir un revers normatif dangereux. Les personnes qui vivent une série d'insécurités, qui doivent quotidiennement résoudre des problèmes de logement, d'accès à l'énergie ou d'emploi n'ont pas nécessairement l'alimentation saine et durable comme première préoccupation. Il serait donc dommage de faire naître chez elles un sentiment d'échec et une pression normative dans ce domaine. A contrario, nous restons plus que jamais convaincus du bien-fondé d'un combat pour améliorer la protection des consommateurs par une législation qui doit garantir des priorités en matière de santé publique, de qualité de l'environnement et de préservation des ressources.

Au départ du constat que nos habitudes alimentaires sont le fruit de nombreuses influences et donc avant tout un fait collectif, il semble intéressant de réfléchir à développer des actions qui ne renvoient pas les individus vers leur propre responsabilité. Il y a sans aucun doute d'autres manières d'agir sur l'alimentation qu'en produisant ses propres légumes, qu'en les cuisinant chez soi, qu'en achetant les produits manquants chez un producteur local. On peut inciter les collectivités locales à se détourner de l'agro-

alimentaire (cantines, entreprises privées, administrations publiques), on peut réfléchir à proposer des changements législatifs en matière de publicité et d'étiquetage, on peut lutter contre l'application de lois ou de traités qui vont influencer négativement notre alimentation (pensons au TTIP)... De nombreuses actions locales ou nationales, ponctuelles ou non, sont donc l'occasion de faire valoir une réflexion de groupe plus large sur l'alimentation.

#### Parus en 2014 dans cette collection :

- Interview de **Carole Crabbé : Produits jetables, travailleurs jetables**

Par Monique Van Dieren, Permanente communautaire aux Equipes Populaires, Novembre 2014

*Les pratiques commerciales agressives visent à nous faire consommer toujours plus et toujours plus mal. Tel est le constat largement développé dans le précédent numéro de Contrastes<sup>1</sup> Dans la foulée de la réalisation de ce numéro, nous nous sommes posé la question du lien entre notre mode de consommation et les conditions de travail de ceux qui produisent les biens que nous achetons parfois de façon frénétique ou irréfléchie.*

*Cette question, nous l'avons partagée avec Carole Crabbé, responsable de la plateforme AchACT, qui mène des actions pour que les biens que nous consommons ici ne soient pas produits dans des conditions de travail inhumaines.*

- **L'éducation populaire, un levier de changement collectif**

Par Jean-Michel Charlier, Secrétaire général des Equipes Populaires, Décembre 2014

*Elle n'est plus dénommée populaire mais permanente...*

*Au-delà des mots, qui ont pourtant leur importance, l'EP est-elle encore porteuse de changement social ? Et si oui, comment des mouvements comme le nôtre y contribuent-ils concrètement ? Quelques éléments critiques pour y réfléchir.*

- **Logement : A qui profite le bonus logement ?**

Par Christine Steinbach, Présidente des Equipes Populaires, Décembre 2014

*Dans le cadre de la sixième réforme de l'Etat, de nouvelles compétences en matière de logement sont transférées aux Régions. Ce sont elles qui détermineront notamment l'avenir d'un dispositif fédéral fort critiquable : le bonus logement. Cette déduction d'impôt accordée aux acquéreurs d'une habitation propre et unique coûte en effet (très) cher à l'Etat et rate sa cible. C'est l'occasion ou jamais de la remettre en question.*