

Compte rendu du projet

« Alimentation méditerranéenne et santé »

« Dis moi ce que tu manges, je te dirai qui tu es », est un projet d'action éducative d'Agropolis Museum en partenariat avec Epidaure-Centre Régional de Lutte contre le Cancer et l'Inspection Académique. Ce projet vise à sensibiliser les élèves de l'école primaire en classe de CM aux bienfaits de l'alimentation dite méditerranéenne.

Finalité :

Promotion de la santé par l'adoption de comportements alimentaires pertinents notamment à travers une réflexion sur les bienfaits de l'alimentation méditerranéenne.

Objectif général :

Inscrire les participants au projet dans une réflexion sur la nature, l'origine et le mode de consommation d'une grande diversité de produits alimentaires méditerranéens par rapport à leur intérêt nutritionnel et aux habitudes culturelles.

Objectifs spécifiques pour le public :

- acquérir des connaissances sur le thème « aliment, alimentation et équilibre » ;
- renforcer des compétences d'expression, aiguïser l'esprit critique et d'analyse quant à la notion de consommation ;
- affirmer des attitudes et des comportements alimentaires favorables au développement harmonieux de l'individu dans son environnement géographique et par rapport à sa culture.

Objectifs opérationnels :

Mise en place d'actions éducatives « Alimentation méditerranéenne et santé » auprès d'un public scolarisé.

Public cible :

Elèves, parents et équipes éducatives de 9 écoles primaires (classe de CM1 et CM2) choisies en fonction de leurs situations géographiques différenciées.

Déroulement du projet :

Phase 1 :

Année 2003-2004

- réunion d'un collège d'experts alimentation méditerranéenne et santé ;
- composition d'un groupe de pilotage et animation du programme éducatif ;
- sélection d'un échantillon de 9 écoles cibles ;
- réalisation d'**outils pédagogiques** spécifiques mis à la disposition des enseignants ;
- information et formation des équipes éducatives ;
- **enquête par questionnaire** sur les connaissances, attitudes et comportements concernant l'alimentation méditerranéenne auprès des enfants des écoles de l'échantillon (186 élèves) ;
- animations « alimentation méditerranéenne et santé » sur le site d'Agropolis Museum ;
- tournée de suivi dans les écoles et **interview** des enseignants participants ;
- réunion finale avec tous les enseignants et le groupe de pilotage à Agropolis Museum ;
- traitement et analyse statistique des résultats de l'enquête.

Phase 2 :

Année 2004-2005

- réalisation d'un outil pédagogique dédié à l'« alimentation méditerranéenne et santé », destiné à être diffusé auprès d'un public déterminé en fonction des résultats de l'enquête en cours.

1. Méthodologie :

1.1. L'enquête enfant :

1.1.1. Objectifs :

- Evaluer les connaissances et les comportements des enfants vis-à-vis de l'alimentation méditerranéenne ;
- Etablir un lien ou non entre le niveau socio-culturel, la zone géographique et l'alimentation méditerranéenne d'enfants de l'Hérault.

1.1.2. Méthode utilisée :

Enquête par questionnaire comportant 30 questions réparties en 3 thèmes (Annexe) :

- Manger, acheter, cuisiner ;
- Habitudes alimentaires ;
- La Méditerranée.

Pour l'analyse statistique des résultats du questionnaire, nous avons catégorisé les écoles selon certains critères :

- situation géographique : littoral, arrière pays, urbain, etc. ;
- fréquentation : école classée en ZEP, etc. ;
- population : population immigrée, etc. ;
- équipement commercial : supermarché à proximité, marché local, etc.

Nom école	Schoelcher	P. Mistral	Denis Blanquet	Diderot	Valène	J. Delteil
Ville	Montpellier	Le Crès	Le Bousquet d'Orb	Montpellier	Saint Gély-du-Fesc	Grabels
Équipement commercial	élevé	élevé	faible	élevé	moyen	moyen
Caractéristiques géographiques	urbain	péri-urbain	rural arrière pays	urbain	péri-urbain	péri-urbain
Remarques	École en ZEP Enfants issus du Maghreb	Nombreux immigrants espagnols	Population scolaire hétérogène	Population mixte rapatriée du Maghreb	Population plutôt favorisée	Population plutôt favorisée
Nbre d'enfants interrogés	41	48	26	22	24	25

Tableau récapitulatif des écoles

1.1.3. Résultats :

L'enquête auprès des enfants, a permis de confirmer que, quelle que soit l'école, parmi les multiples déterminants des choix et habitudes alimentaires, **l'aspect culturel prime** sur tous les autres. Par culture il faut entendre d'une part culture d'origine, traditions familiales, et d'autre part, culture acquise qui varie en fonction du niveau socio-économique de la famille.

Deux types de populations apparaissent : pour la première, l'alimentation est synonyme d'**appartenance sociale**, pour la deuxième, elle est synonyme de **tradition familiale**.

- dans les milieux socio-culturels favorisés : ce public semble relativement perméable au **discours de santé publique** et à **l'effet de mode** généré par l'alimentation méditerranéenne. L'allégation alimentation méditerranéenne et santé a été particulièrement bien intégrée par ces populations de niveau socio-culturel ;
- dans les populations immigrées : l'alimentation est une trace culturelle forte et il est usuel que ces populations conservent cette identité dans leur pays d'accueil. Si les populations issues de l'immigration, consomment méditerranéen, c'est davantage par la transmission d'une **tradition familiale** et par souci d'économie (faible coût des légumes secs, peu de viande, beaucoup de légumes).

1.1.4. Perspectives :

Suite à cette étude, deux objectifs spécifiques apparaissent en fonction de la mise en avant de deux populations caractéristiques :

- pour la première, l'objectif sera de renforcer le sentiment d'identité mais aussi d'appartenance à travers un certain nombre d'activités faisant la part belle à la découverte et à la valorisation de produits simples, sains, dans leur environnement proche ou leur dimension patrimoniale ;
- pour la deuxième, l'objectif visera à élargir les représentations des enfants de leur alimentation à des concepts beaucoup plus globaux qu'une approche bio-hygiéniste en les engageant à une ouverture sur la diversité des cultures entourant le bassin méditerranéen.

Pour tous, il nous faudra donc travailler sur les connaissances en amenant les enfants à une **réflexion sur leur alimentation** par rapport à leur environnement méditerranéen, mais aussi s'attacher à **affirmer leur esprit critique** et de décision par rapport aux multiples sollicitations médiatiques dont ils sont la cible au quotidien.

1.2. Les jeux pédagogiques :

1.2.1. Objectifs :

- Initier les enfants à la découverte d'une multiplicité de cultures ;
- Sensibiliser les enfants à une alimentation équilibrée.

1.2.2. Méthode utilisée :

Douze malles pédagogiques contenant chacune un ensemble de 6 jeux ont été confectionnées par l'équipe du service pédagogique d'Agropolis Museum. Chaque classe a reçu une mallette identique (série 1) et une mallette thématique (série 2) :

• mallette série 1 :

A la découverte de l'alimentation méditerranéenne

- ? jeux sensoriels pour découvrir les produits de la région méditerranéenne par le toucher, l'odeur, la vue, le goût ;
- ? jeux de découverte de l'espace méditerranéen : les pays et leur drapeau, les pays et leur alimentation ;
- ? jeu de découverte sur l'origine de certains légumes, fruits, céréales et herbes aromatiques.

• mallettes série 2 :

Alimentation méditerranéenne, santé et culture

- ? 6 thèmes abordés : le jardin, l'interculturalité, l'agroalimentaire, la cuisine, le terroir et la mer.
- ? 4 séquences : un jeu de sensibilisation, trois ateliers en sous-groupe, une manipulation sensorielle et un jeu d'expression collective.

1.2.3. Résultats :

Grâce à l'interview des enseignants, une évaluation des jeux a pu être réalisée.

Les jeux ont eu beaucoup de succès auprès des enfants et leur ont apporté des connaissances même s'il y a eu parfois un décalage entre le niveau scolaire des élèves et celui des jeux.

Toutefois, il semble intéressant de conserver cette pluralité qui permet la mise en place des jeux dans tous types de classe. Ainsi, chaque enseignant dispose d'un potentiel qu'il va pouvoir adapter selon le niveau de ses élèves.

1.2.4. Perspectives :

Lors de la réunion finale avec les enseignants, un brainstorming leur a été proposé afin de penser un outil idéal sur l'alimentation méditerranéenne et la santé. Les enseignants ont réfléchi à la forme, au contenu et aux thèmes envisageables pour un tel outil pédagogique.

L'outil pédagogique doit conserver :

- Sa diversité de supports (vidéo, carte à jouer, etc.) ;
- Sa diversité de contenus : l'alternance de jeux faciles et difficiles est maintenue.

L'outil pédagogique devra :

- Aborder des thèmes plus variés comme la religion, la tradition, la mythologie ;
- Permettre aux enseignants de s'approprier les jeux et les activités par de multiples entrées disciplinaires.

L'ensemble des jeux est conservé et amélioré selon les indications fournies par l'interview des enseignants. Six autres jeux de thèmes variés permettant de multiples ouvertures seront ajoutés dans les mallettes pour l'année scolaire 2004-2005.

1.3. L'interview des enseignants :

1.3.1. Objectifs :

- Evaluer l'implication et l'appropriation du projet par les enseignants, leur éventuelle envie de s'associer au musée sur une période durable ;
- Evaluer la pertinence des outils mis à leur disposition par Agropolis Museum et Epidaure - CRLC (formation, jeux pédagogiques, visites, animations) ;
- Estimer la perception que les enseignants ont du musée ainsi que leurs besoins, à savoir des ressources hors les murs, stables et indépendantes dont les objectifs généraux d'éducation sont liés aux leurs.

1.3.2. Méthode utilisée :

Enquête d'une heure par entretien semi-directif avec 6 enseignants.

Le recueil de leurs appréciations sur le processus mis en place et les outils fournis a permis des pistes d'amélioration pour l'ensemble du projet.

1.3.3. Résultats :

Dans l'ensemble, les enseignants de CM1 et CM2 ont trouvé que le projet était adapté à leur mission éducative et à leurs objectifs d'enseignement.

Le projet s'est révélé très flexible, permettant ainsi aux enseignants d'adapter les jeux pédagogiques au **niveau scolaire**, à l'**intérêt** des enfants, d'organiser des **plages horaires** variables en classe et de faire un choix parmi les outils proposés. Ces trois aspects sont déterminants dans la bonne mise en place des jeux pédagogiques sur le temps scolaire.

1.3.4. Perspectives :

L'interview des enseignants a permis d'évaluer le partenariat école-musée lors d'un projet pédagogique se déroulant sur une année scolaire.

Globalement, les enseignants souhaitent conserver une grande liberté dans la mise en place d'un projet en classe tout en disposant de lieux et outils ressources pour les aider à aller plus loin dans les activités proposées.

Pour l'année scolaire 2004-2005, il sera fourni aux enseignants participant au projet un dossier pédagogique comportant un protocole d'utilisation des jeux et un recueil d'information sur les produits méditerranéens. Ce dossier donnera des clés de lecture et d'interprétation avec par exemple une bibliographie, des contacts de personnes ressources, etc.

Pour la suite du déroulement du projet, il serait intéressant d'associer :

- les parents en faisant réaliser aux enfants une restitution artistique ou un projet collectif en fin d'année scolaire ;
- le personnel des restaurants scolaires qui, selon les possibilités, pourrait par exemple, proposer une fois par mois des repas à thème sur l'alimentation méditerranéenne...

2. Résultats :

Une enquête par questionnaire a été réalisée dans le département de l'Hérault, auprès de **186 enfants** âgés de 9 à 11 ans. Les écoles ont été choisies en fonction de leur **population**, de leur **situation géographique** et de l'**équipement commercial** de proximité.

Nom école	Schœlcher	P. Mistral	Denis Blanquet	Diderot	Valène	J. Delteil
Ville	Montpellier	Le Crès	Le Bousquet d'Orb	Montpellier	Saint Gély-du-Fesc	Grabels
Équipement commercial	élevé	élevé	faible	élevé	moyen	moyen
Caractéristiques géographiques	urbain	péri-urbain	rural arrière pays	urbain	péri-urbain	péri-urbain
Remarques	École en ZEP Enfants issus du Maghreb	Nombreux immigrants espagnols	Population scolaire hétérogène	Population mixte rapatriée du Maghreb	Population plutôt favorisée	Population plutôt favorisée
Nbre d'enfants interrogés	41	48	26	22	24	25

Tableau récapitulatif des écoles

Il est difficile de concevoir un questionnaire à destination d'enfants. En effet, ils peuvent se lasser très vite et répondre hasardeusement aux questions posées, la formulation des questions doit être adaptée à leur niveau scolaire. Les réponses obtenues peuvent être aléatoires et reflétées davantage leurs envies que leur pratiques alimentaires.

Une enquête pilote auprès des enfants n'a pas pu être accomplie pour un réajustement du questionnaire. De plus, l'interprétation des résultats reste difficile et influençable par des représentations personnelles et institutionnelles.

Pour l'analyse statistique, nous avons d'abord effectué un classement individu par individu en 4 catégories socio-économiques (élevée, moyen +, moyen -, précaire) des questionnaires des enfants en s'intéressant à la fratrie, à la profession des parents et au lieu d'habitation.

Le croisement de ces quatre catégories à la tradition, au comportement alimentaire, à la consommation familiale, aux goûts, aux connaissances de l'alimentation méditerranéenne n'a pas montré de résultats significatifs. Nous avons donc choisi de catégoriser les écoles en fonction de critères socio-culturels ce qui a donné des résultats plus pertinents. Les résultats collectifs, c'est à dire école par école, ne correspondent pas aux résultats individuels, c'est à dire élève par élève.

2.1. Relations significatives entre divers déterminants :

Pour une bonne lecture des graphiques : le titre du graphique permet de retrouver le croisement entre deux données ;

Parmi les analyses statistiques, nous avons choisi d'approfondir et d'interpréter les résultats qui suivent :

Questions : comportement alimentaire

Pour évaluer le comportement alimentaire des enfants, un regroupement de 5 questions (questions 12, 17, 18, 20, 21) a été effectué, permettant ainsi de connaître leur consommation hebdomadaire et la présence ou non de produits méditerranéens dans leur alimentation.

Un barème de points a été attribué à chaque réponse aux questions, permettant de ce fait d'obtenir 4 catégories de résultats (entre 10 et 18, 19 et 23, 24 et 28, 29 et 34), situés en abscisses sur le graphique.

Question 12 : tableau permettant d'établir la fréquence hebdomadaire de consommation de 13 aliments.

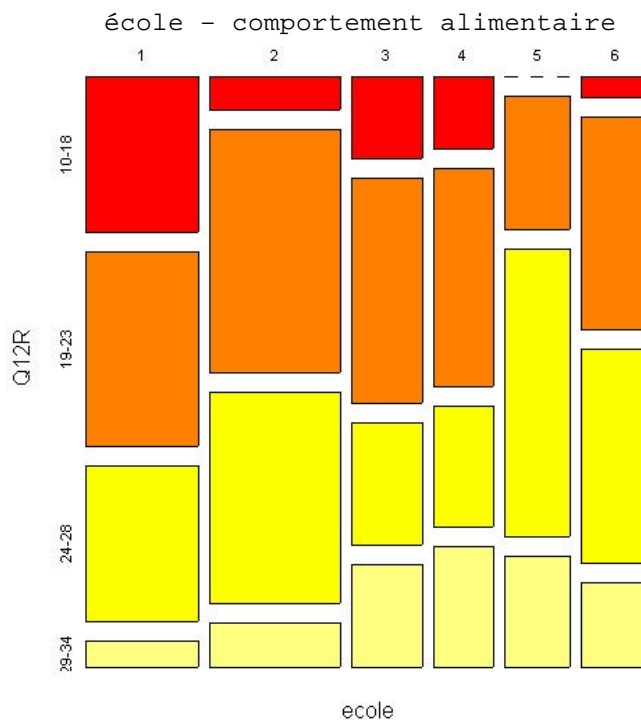
Question 17 : les fruits secs, tu en manges plutôt : pour le goûter ? mélangés dans des gâteaux ? mélangés à des salades ?

Question 18 : quel lait consommes-tu le plus régulièrement ? vache ? brebis ? chèvre ?

Question 20 : pour le goûter, manges-tu régulièrement un fruit frais ?

Question 21 : tu manges au fast-food : plusieurs fois par semaine ? plusieurs fois par mois ? quelques fois par trimestre ? quelques fois par an ?

Nous avons croisé école et comportement afin d'établir un lien ou non entre le niveau socio-culturel et le comportement alimentaire.



Il existe une relation significative entre l'école et le comportement alimentaire.

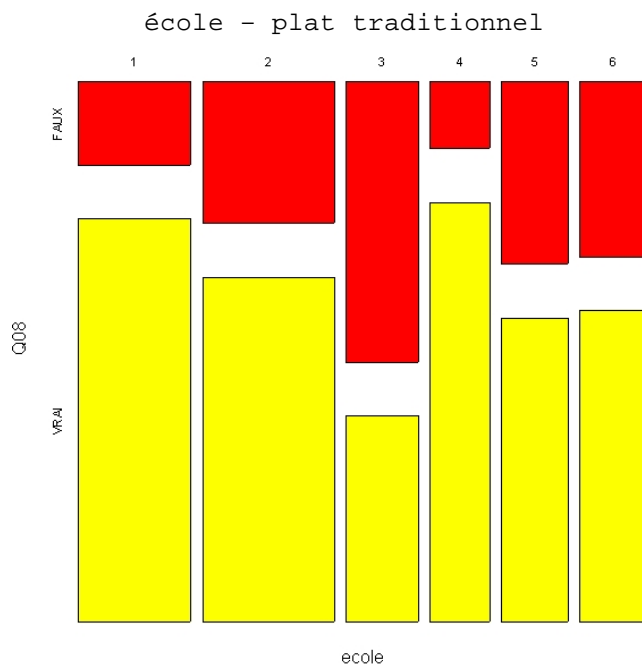
Les résultats statistiques montrent que les comportements alimentaires bénéfiques à la santé et liés à une alimentation méditerranéenne¹ semblent relever du niveau socio-culturel. En effet, le maintien d'une alimentation de type méditerranéen se retrouve :

- dans les milieux socio-culturels favorisés (écoles Valène, Delteil) : ce public semble relativement perméable au **discours de santé publique** et à **l'effet de mode** généré par l'alimentation méditerranéenne. L'allégation alimentation méditerranéenne et santé a été particulièrement bien intégrée par ces populations de niveau socio-culturel élevé qui consomment des produits régionaux ou issus de l'agriculture biologique.
- dans les populations immigrées (écoles Diderot, P.Mistral) : l'alimentation est une trace culturelle forte et il est usuel que ces populations conservent cette identité dans leur pays d'accueil. Si les populations issues de l'immigration, consomment méditerranéen, c'est davantage par la survivance d'**habitudes culturelles** et à un souci d'économie (faible coût des légumes secs, peu de viande, beaucoup de légumes).

¹ Dans cette analyse, on considèrera l'alimentation méditerranéenne au sens large. On ne parlera pas d'une alimentation méditerranéenne du type régime crétois mais d'alimentations méditerranéennes.

Question 8 : Chez toi, les jours de fête, mangez-vous un plat traditionnel ?

L'objectif de cette question était l'étude des pratiques alimentaires lors des repas de fête. Nous avons croisé école et pratique alimentaire de fête afin d'établir le lien ou non entre niveau socio-culturel et repas traditionnel.



Il existe une relation significative entre l'école et la consommation de plats traditionnels les jours de fête.

Les plats traditionnels les plus souvent cités par les enfants sont le mouton, le couscous et la paella. Or les trois écoles ayant obtenu un score élevé sont :

- Schœlcher et Diderot où une population immigrée des pays du Maghreb est très importante ;
- P.Mistral où l'on note la présence significative d'une population immigrée espagnole.

On peut donc penser que la permanence de la consommation de plats traditionnels relève davantage de déterminants communautaires et culturels que géographiques ou économiques.

Questions : connaissances de l'alimentation méditerranéenne

Pour évaluer les connaissances des enfants sur l'alimentation méditerranéenne, un regroupement de 10 questions (questions 13, 14, 15, 23, 26, 27, 28, 29, 30, 31) a été effectué.

Un barème de points a été attribué à chaque réponse aux questions, permettant de ce fait d'obtenir 4 catégories de résultats (entre 3 et 8, 9 et 14, 15 et 19, 20 et 31), situés en abscisses sur le graphique.

Question 13 : indique pour chaque plat, si tu le connais et à base de quelle céréale il est fabriqué (polenta, pâtes, semoule, boulghour).

Question 14 : indique pour chaque plat, si tu le connais et à quels sont les ingrédients de base (paella, couscous, cassoulet, bourride).

Question 15 : indique pour chaque légumineuse si tu la connais (lentilles, haricots rouges, pois chiches).

Question 23 : coche le menu qui te semble le plus méditerranéen.

Question 26 : olive verte-olive noire, quelle différence : l'une est mure, l'autre pas ? l'une est cuite, l'autre est crue ? elles viennent de deux arbres différents ?

Question 27 : relie chaque spécialité du Languedoc à sa ville d'origine (taureau, tielles... Pézenas, Collioure...)

Question 28 : relie chaque spécialité à son pays d'origine (paella, tajine, feuilles de vigne... Italie, Liban, Tunisie...)

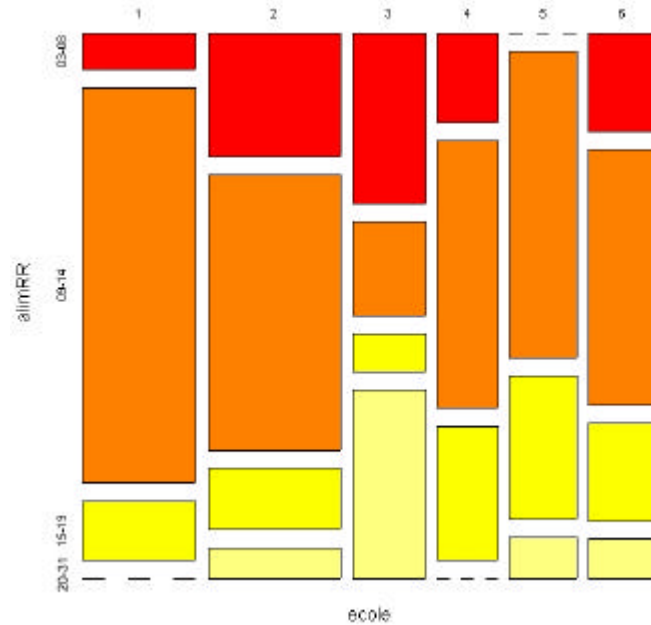
Question 29 : connais-tu l'ingrédient principal de la tapenade ?

Question 30 : connais-tu le nom de la spécialité provençale composée d'oignon, de poivron, d'aubergine, de courgette, d'huile d'olive, d'ail et d'herbes de Provence ?

Question 31 : peux-tu citer trois herbes de Provence,

Nous avons croisé école et connaissance afin d'établir un lien ou non entre le niveau socio-culturel et les connaissances des enfants sur des produits alimentaires méditerranéens.

école - connaissances de l'alimentation méditerranéenne



Il existe une relation significative entre école et connaissances de l'alimentation méditerranéenne.

Les résultats montrent que ce sont les populations les plus favorisées (écoles Delteil, Valène, Denis Blanquet) qui ont les meilleures connaissances.

On peut penser que cette différence relève d'un manque général de vocabulaire des enfants qui est encore plus prononcé dans les milieux défavorisés. Cette observation a pu être vérifiée lors des animations à Agropolis Museum où des enfants d'origine maghrébine reconnaissent les aliments, savent dans quels plats ils se retrouvent et parfois connaissent le nom de l'aliment en arabe mais pas en français.

Ceci est illustré par le graphique où aucun élève de l'école Schoelcher et de l'école Diderot n'obtient de point dans la catégorie la plus élevée (20 à 31).

Questions : goût pour l'alimentation méditerranéenne

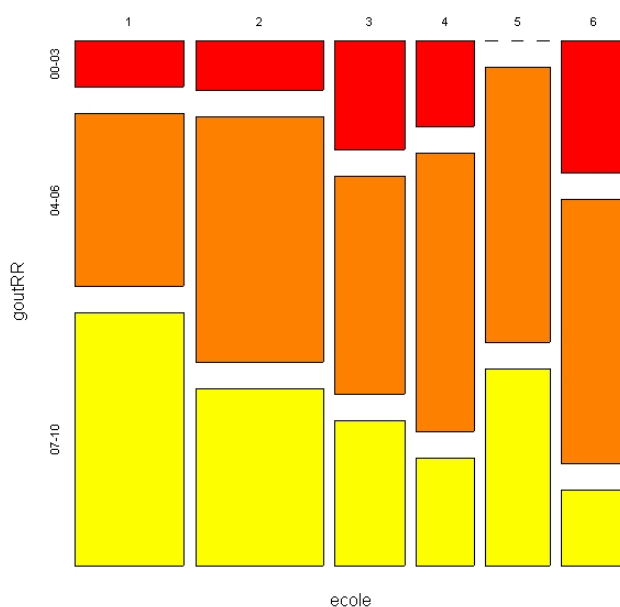
Pour évaluer le goût des enfants pour l'alimentation méditerranéenne, un regroupement de 3 questions (questions 13, 14, 15) a été effectué, permettant ainsi d'apprécier leur appétence pour des produits de leur environnement proche.

Un barème de points a été attribué à chaque réponse aux questions, permettant de ce fait d'obtenir 3 catégories de résultats (entre 0 et 3, 4 et 6, 7 et 10), situés en abscisses sur le graphique.

Question 13 : indique pour chaque plat si tu l'apprécies (polenta, pâtes, semoule, boulghour).
Question 14 : indique pour chaque plat si tu l'apprécies (paella, couscous, cassoulet, bourride).
Question 15 : indique pour chaque légumineuse si tu l'apprécies (lentilles, haricots rouges, pois chiches).

Nous avons croiser école et goût afin d'établir un lien ou non entre le niveau socio-culturel et le goût des enfants pour des produits alimentaires méditerranéens.

école - goût pour l'alimentation méditerranéenne



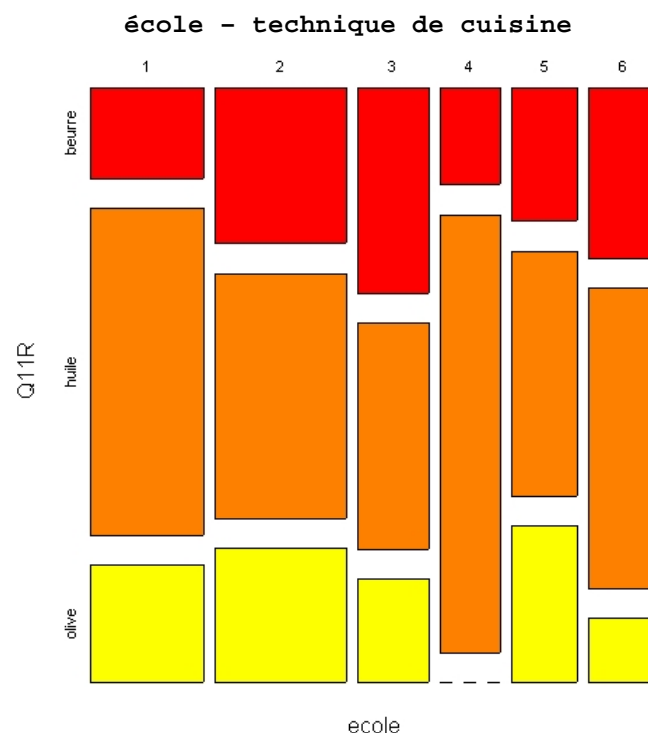
Il existe une relation significative entre école et goût pour l'alimentation méditerranéenne.

Le goût pour l'alimentation méditerranéenne est davantage prononcé dans les écoles Schœlcher, Valène et P.Mistral.

- Dans l'école Schœlcher, les enfants sont en grande majorité d'origine maghrébine, ils mangent donc régulièrement méditerranéen (au sens large du terme). L'alimentation méditerranéenne est vécue comme une tradition, une habitude alimentaire implicite, peut être un refuge communautaire ;
- Il en est de même pour l'école P.Mistral où les enfants sont issues d'une population d'origine espagnole ;
- Pour l'école Valène, les enfants sont en grande majorité issus de milieux socio-culturels favorisés où l'alimentation méditerranéenne représente le symbole d'une bonne santé, véhiculé notamment par les médias.

Question 11 : Chez toi, on cuisine à l'huile ou au beurre ? Si huile, plutôt laquelle ?

L'objectif de la question est de connaître les techniques de préparation utilisée mais également d'évaluer les capacités des enfants à nommer un produit qu'ils mangent tous les jours.



Il n'y a pas de relation ($p=0.099$) entre la technique de cuisine (huile, huile d'olive ou beurre) et l'école.

Tri à plat

Cuisine	Huile	Huile d'olive	Beurre
N	101	36	49
Pourcentage	54.30	26.34	19.35

Les résultats statistiques montrent qu'il n'y a pas de relation entre technique de cuisine et niveau socio-culturel. Grâce au tri à plat, on observe que quantitativement, 54.3% des enfants consomment de l'huile mais tous n'ont pas noté l'huile utilisée. On peut donc supposer que tous les enfants qui ont répondu « huile » ne savent pas toujours nommer l'huile consommée. Ceci est illustré par les réponses des enfants de l'école Diderot où une très grande majorité cite « huile » mais aucun n'a écrit le nom d'une huile.

Il paraît difficile d'affirmer que seulement 26.34% de la population consomme de l'huile d'olive et qu'il n'y a pas de relation entre niveau socio-culturel et technique de cuisine.

Questions : consommation familiale

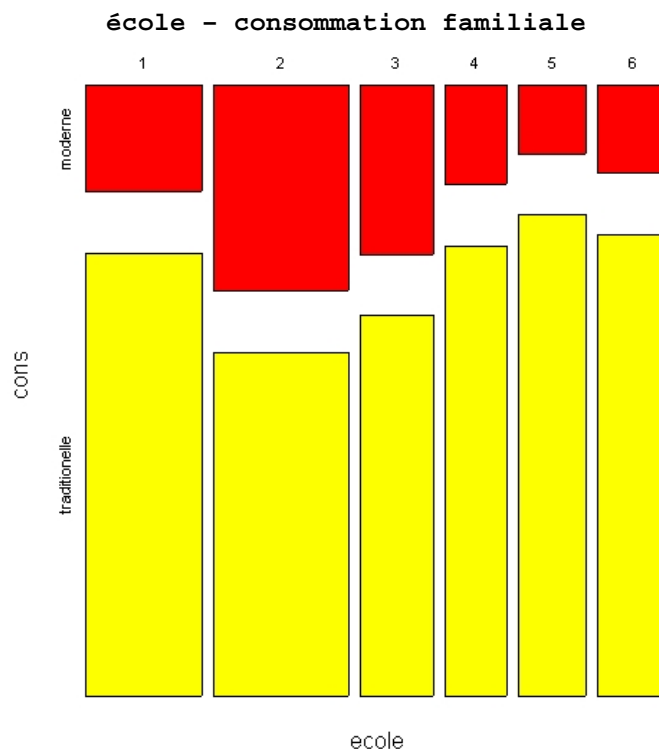
Pour évaluer la consommation des familles des enfants, un regroupement de 3 questions (questions 2, 4, 5) a été effectué. Les réponses ont permis d'estimer les habitudes d'achat alimentaire et de déduire les modes de consommation familiale : moderne ou traditionnelle.

Question 2 : à la maison, les légumes que vous achetez sont plutôt : frais ? en conserve ? surgelés ?

Question 4 : vous faites vos courses : au super marché le plus souvent, de temps en temps, jamais ? au marché le plus souvent, de temps en temps, jamais ? à l'épicerie le plus souvent, de temps en temps, jamais ?

Question 5 : les plats que vous mangez à la maison sont le plus souvent : préparés à la maison ? achetés tout préparés ?

Nous avons croisé école et consommation familiale afin d'établir un lien ou non entre le niveau socio-culturel et les modes de consommation familiaux (moderne ou traditionnel).



Il n'y a pas de relation ($p=0.11$) entre le mode de consommation familial et l'école.

Tri à plat

Consommation familiale	Traditionnelle	Moderne
N	141	45
Pourcentage	75.81	24.19

Il est à noter que 75.81% des enfants déclarent que les habitudes d'achat alimentaire de leur famille sont de type traditionnel (courses au marché, consommation de légumes frais, plat préparé à la maison) et le croisement tendrait à montrer qu'il n'y a pas de relation entre le niveau socio-culturel et le mode de consommation familial. Il faut souligner que la perception des enfants n'est pas toujours à le reflet de la réalité, ce résultat est donc à nuancer.

L'étude « Comportement d'achat alimentaire » du « Baromètre Santé Nutrition Languedoc-Roussillon 2002 – CIHEAM-IAM.M-2004 » montre que « 82.1% des habitants de la région se sont rendus dans les grandes et moyennes surfaces, 43.6% dans des commerces de détail – sans compter la boulangerie – et 38.1% au marché. [...] Globalement il est courant de faire ses achats alimentaires plutôt une fois par semaine même au marché. » L'analyse révèle que « les personnes à faible niveaux d'étude et de revenus sont plus nombreuses à déclarer ne pas avoir effectué d'achats alimentaires dans les grandes et moyennes surfaces. » Le résultat trouvé dans notre enquête doit être étudié avec précaution.

2.2. Perspectives :

L'analyse statistique des connaissances, des comportements des enfants vis-à-vis de l'alimentation méditerranéenne peut être éclairée par les résultats et les perspectives du Baromètre Santé Nutrition 2002 en Languedoc-Roussillon.

L'étude « Alimentation méditerranéenne : connaissances, perceptions, pratiques » du « Baromètre Santé Nutrition Languedoc-Roussillon 2002 » s'est intéressée aux représentations et aux pratiques de l'alimentation méditerranéenne d'un échantillon représentatif de la population adulte de cette région. Certains résultats sont intéressants à souligner :

- « Les aspects de «tradition» familiale ou régionale sont à la fois des caractéristiques de l'alimentation méditerranéenne et des raisons de s'en sentir proche, ce qui souligne **l'importance de la culture** dans la persistance des habitudes alimentaires. »
- « [...], dans la région Languedoc-Roussillon, quand l'alimentation méditerranéenne est reconnue comme telle, elle est plus caractérisée par une appartenance à la culture qu'à la santé, [...]. Ceci souligne aussi la nécessité d'adapter ces messages à la situation régionale : en Languedoc-Roussillon, le rappel des saveurs méditerranéennes, de la tradition familiale, de l'utilisation de produits régionaux seront des arguments à utiliser à part égale sinon avant ceux associés à la santé. »
- A la question «Pourquoi parle-t-on de l'alimentation méditerranéenne ? », 62.2% de la population cite « le bénéfice pour la santé », 44.6% de « tradition régionale », 31.4% de « moyen de privilégier les produits locaux » et 15.3% d' « effet de mode ».
- L'effet de mode est le plus fréquemment cité chez les 30-49 ans qui donnent le plus souvent cette raison ainsi que chez les personnes ayant un niveau d'étude supérieur ou égal au baccalauréat. De plus, il semble que ce soit les habitants de milieux ruraux qui citent le plus souvent cette réponse, jugeant ainsi l'alimentation méditerranéenne comme un «phénomène éphémère». On peut penser que certains urbains mangent méditerranéen par effet de mode, consciemment ou pas.

Ceci est cohérent avec les résultats trouvés dans l'enquête des enfants où l'on observe que les enfants qui mangent méditerranéen sont ceux issus de milieux où la culture est très présente et de milieux favorisés où l'effet de mode joue sur les pratiques alimentaires.

Alimentation : synonyme de culture

Alimentation : synonyme d'appartenance sociale

L'alimentation méditerranéenne est victime de paradoxes :

- les populations immigrées méditerranéennes conservent leurs principales habitudes alimentaires, notamment lors des repas familiaux mais en parallèle, au quotidien, par volonté d'intégration, abandonnent certains modes de consommation alimentaire au profit d'une alimentation davantage « moderne » où la facilité et le message véhiculé par les médias priment. On retrouve, par exemple, des barres chocolatés pour le goûter...et une alimentation traditionnelle aux repas.
 - Si la culture est un facteur important dans la consommation de plats méditerranéens l'aspect économique ne doit pas être négliger. En effet, de nombreux plats méditerranéens à base de légumes secs, de féculents ont un faible coût de préparation et participent ainsi à la pérennisation d'une consommation alimentaire méditerranéenne.
 - Les populations dites « privilégiées » mangent méditerranéen plutôt par effet de mode que pour les bénéfices pour la santé. Elles consomment des produits issus de l'agriculture biologique et des produits locaux.
- **La référence au Baromètre dans une publication se fait de la manière suivante :**
Baromètre santé 2000. Vanves : INPES : 2001. Volume 1. *Méthode*. Guilbert P., Baudier F., Gautier A., Goubert A.C., Arwidson P., Janvrin M.P. : 144 p. Volume 2. *Résultats*. Guilbert P., Baudier F., Gautier A. (sous la dir.) : 480 p.
 - **Les publications ou communications scientifiques ou médiatiques, présentant les données issues de l'enquête Baromètre santé 2000, feront état de la source des données par la mention :**
« Baromètre santé 2000 INPES »,
ainsi que le noms des partenaires financiers, à savoir :
« ... réalisé avec le soutien du ministère de l'Emploi et de la Solidarité (DGS, Drees, Division sida), de la Cnamts, de l'OFDT, de la MILDT, du HCSP et de la FNMF ».

Conclusion

L'évaluation de processus de ce programme a permis de constater que les enseignants des écoles ont des motivations parfois diamétralement opposées pour introduire le thème "Alimentation méditerranéenne et santé" en classe. Les uns ayant choisi un axe plutôt hygiéniste d'autres une approche beaucoup plus culturelle. En s'appropriant les outils proposés chacun avec sa sensibilité, sa pratique pédagogique, tous se sont lancés avec grand intérêt dans le sujet et ont apprécié **la multiplicité des angles d'attaque** possibles.

L'enquête auprès des enfants, a permis de confirmer que, quelle que soit l'école, parmi les multiples déterminants des choix et habitudes alimentaires, **l'aspect culturel prime** sur tous les autres. Par culture il faut entendre d'une part culture d'origine, traditions familiales, et d'autre part, culture acquise qui varie en fonction du niveau socio-économique de la famille.

Suite à cette étude, deux objectifs spécifiques apparaissent en fonction de ces deux populations :

- pour la première catégorie, l'objectif sera de renforcer le sentiment d'identité mais aussi d'appartenance à travers un certain nombre d'activités faisant la part belle à la découverte et à la valorisation de produits simples, sains, dans leur environnement proche ou leur dimension patrimoniale ;
- pour les autres, l'objectif visera à élargir les représentations de leur alimentation à des concepts beaucoup plus globaux qu'une approche bio-hygiéniste en les engageant à une ouverture sur la diversité des cultures entourant le bassin méditerranéen.

Pour tous, il nous faudra donc travailler sur les connaissances en amenant les enfants à une **réflexion sur leur alimentation** par rapport à leur environnement méditerranéen, mais aussi s'attacher à **affirmer leur esprit critique** et de décision par rapport aux multiples sollicitations médiatiques dont ils sont la cible au quotidien.

Les thèmes des outils aborder permettront de développer ces compétences :

- alimentation méditerranéenne et culture ;
- alimentation méditerranéenne et santé ;
- médias et industrie agro-alimentaire.

Il y a donc une place pour un outil à inventer qui pourrait concilier les attentes des enseignants avec les intentions et les ambitions d'Agropolis Museum, qui sont de faire la promotion d'un patrimoine alimentaire exceptionnel dont les bienfaits ne sont plus à vanter mais hélas en perte de vitesse ou galvaudés.