

Explorons et découvrons ensemble les nouveaux chemins de l'alimentation

Participaient à cette table ronde :

Jean LHERITIER, Président de Slow Food France

Marcel RUFO, Pédopsychiatre

Jean-Marie PELT, président fondateur de l'Institut européen d'écologie

Le débat était animé par Christine KELLY, journaliste à LCI.

Christine KELLY

Pourquoi faut-il manger équilibré ? Quelles sont les différentes voies possibles pour y parvenir ? Nous aborderons ces questions dans le cadre de cette première table ronde. Une fois n'est pas coutume, nous commencerons par laisser la parole aux enfants en leur demandant ce qu'ils ont mangé ce matin.

Un enfant de la salle

Ce matin, j'ai pris un petit-déjeuner composé de céréales avec un jus d'orange. Hier soir, j'ai mangé des pâtes avec du jambon.

Un enfant de la salle

J'ai pris des céréales et des fruits au petit-déjeuner. Hier soir, j'ai mangé de la viande avec du *ketchup*.

Je remercie les enfants d'avoir pris la parole. Nous allons ouvrir le débat avec nos différents intervenants.

Jean-Marie PELT

Je me suis très tôt intéressé aux questions de l'alimentation avec pour objectif de réhabiliter auprès de mes lecteurs, et plus généralement l'opinion publique, les fruits et les légumes que nous ne consommons pas en quantité suffisante dans nos repas quotidiens. Selon un rapport récemment paru, des études scientifiques montrent que nous pourrions baisser significativement le nombre de cancers en France, si nous adoptions des comportements alimentaires plus équilibrés. La consommation de fruits et de légumes apparaît comme l'un des moyens préventifs pour lutter contre la progression de cette maladie.

Christine KELLY

D'après les exemples de menus que nous ont précédemment fourni nos jeunes auditeurs, pourriez-vous nous dire si ces enfants ont une alimentation équilibrée ?

En partenariat avec

 **Les Echos**
LA PRESSE FINANCIÈRE **Enjeux**
LA PRESSE FINANCIÈRE **Organisation
des Nations Unies**
pour l'éducation,
la science et la culture **60**
ANNIVERSAIRE

Jean-Marie PELT

J'ai noté que les deux enfants qui sont intervenus ont mentionné les céréales. Leurs vertus nutritionnelles sont reconnues (apport de fibres). Toutefois, j'appelle les parents à être néanmoins vigilants quant à la quantité de sucre présente dans les céréales disponibles dans le commerce en regardant attentivement les emballages. Pour l'alimentation de nos enfants, il est primordial que nous ne soyons pas simplement des consommateurs passifs, mais de véritables « consom'acteurs » attentifs.

Christine KELLY

Monsieur Marcel Rufo, pourriez-vous nous présenter votre parcours ?

Marcel RUFO

Je dirige la Maison des adolescents qui accueille essentiellement des adolescents hospitalisés, présentant des troubles graves du comportement alimentaire. Pédiatre de formation, je me suis tourné vers la pédopsychiatrie. Dans ce cadre, je me suis intéressé aux relations intra-utérines de l'embryon avec sa mère.

Des études ont montré que la mère transmet pendant sa grossesse le sens du goût à son enfant. De la même façon, un nourrisson allaité naturellement est capable de distinguer le lait maternel sans la moindre erreur possible. Les enfants ont donc le goût qu'on leur transmet. La place de la mère et du père dans l'éducation alimentaire dès le plus jeune âge est prépondérante.

Christine KELLY

Que pensez-vous des menus qui ont été cités spontanément par les enfants ?

Marcel RUFO

La composition de ces repas me semble un peu trop standard. Je ne suis pas favorable au confort des boîtes toutes faites.

Chez l'enfant, la culture du goût se forme également à partir de souvenirs agréables liés à des expériences particulières. La préférence des enfants pour les plats à base de frites et de *ketchup* s'inscrit dans une logique d'opposition à l'adulte indispensable pour qu'ils puissent se construire. Toutefois, il faut que les parents puissent surmonter cette difficulté et proposer à leurs enfants des aliments plus sains et moins sucrés. Une tarte aux mûres préparée avec des produits frais constitue une invitation à la découverte des plaisirs gustatifs.

Christine KELLY

Cette éducation au goût demande donc du temps, du dévouement et de l'attention de la part des parents. Monsieur Jean Lheritier, pouvez-vous nous expliquer en quoi consiste le mouvement Slow Food International ?

En partenariat avec

 **Les Echos**
LA CULTURE DE L'ÉCHOS **Enjeux**
LA CULTURE DE L'ÉCHOS **Organisation
des Nations Unies**
pour l'éducation,
la science et la culture

Jean LHERITIER

Slow Food est un mouvement international né en Italie dans le début des années 90 et qui compte aujourd'hui près de 80 000 adhérents.

Notre association, dont je préside la branche française, a pour but d'éclairer le consommateur en lui apportant l'information nécessaire pour qu'il puisse faire le bon choix alimentaire. Notre objectif est de contribuer au soutien de la petite agriculture qui participe à la sauvegarde du patrimoine alimentaire et au maintien de l'écosystème mondial. Un rapport récent de la FAO (Food and Agriculture Organization) souligne d'ailleurs les impacts du modèle agricole productiviste dans la dégradation des écosystèmes. Notre rôle est, d'une part, de réhabiliter le plaisir gustatif dans l'alimentation quotidienne et d'autre part, de favoriser une certaine façon de consommer qui s'inscrit dans le respect de l'environnement et de l'agriculteur.

Je ne suis pas nutritionniste de formation, mais je pense que les menus évoqués par les deux enfants qui sont intervenus précédemment sont relativement équilibrés, même si, à titre personnel, je ne suis pas favorable au *ketchup*, pour des raisons culturelles, mais aussi parce que ce condiment est très sucré. Par ailleurs, il faut également être vigilant quant au taux de sel présent dans certains jambons bon marché.

Christine KELLY

Pour lancer le débat, je vous propose que nous visionnions ensemble un extrait de l'émission télévisée scientifique à destination de la jeunesse *C'est pas sorcier*, consacrée à l'alimentation.

Un court extrait de l'émission « C'est pas sorcier » est projeté sur écran.

Christine KELLY

Pourquoi faut-il manger équilibré ? L'extrait que nous venons de voir apporte quelques éléments de réponse. Une bonne alimentation nous aide à nous prémunir contre le cancer, le diabète, les maladies cardio-vasculaire et les problèmes de surpoids. Il faut donc commencer à sensibiliser très tôt les enfants à l'éducation alimentaire.

Marcel RUFO

Je ne suis pas tout à fait d'accord avec les propos de mon collègue qui est intervenu dans l'émission que nous venons de voir. Selon lui, les problèmes alimentaires commencent véritablement chez l'enfant entre cinq et sept ans. Je m'inscris en opposition contre cette vision épidémiologique et clinique des troubles alimentaires. De même, ce n'est pas parce que de nombreux problèmes alimentaires sont constatés à l'adolescence, que l'adolescence est elle-même en cause. Ces problèmes trouvent leurs racines dans l'origine même de l'alimentation dès le premier âge au moment où se forme le goût. Les familles qui se soucient véritablement d'apporter à leurs enfants une alimentation saine, variée et équilibrée leur montrent, par là même, l'attention qu'elles leur portent.

En partenariat avec

 **Les Echos**
LA PENSÉE EN ACTION **Enjeux**
LA PENSÉE EN ACTION **Organisation
des Nations Unies**
pour l'éducation,
la science et la culture

Christine KELLY

Monsieur Pelt, vous avez insisté précédemment sur la vigilance que devaient exercer les parents sur les aliments trop sucrés. Comment réagissez-vous au film que nous venons de projeter ?

Jean-Marie PELT

Le film nous a rappelé les fondamentaux d'une alimentation saine et équilibrée et qui font consensus parmi tous les nutritionnistes.

Dans notre société, deux facteurs sont à l'origine de la généralisation des troubles alimentaires.

- **une surabondance de nourriture par rapport à nos efforts physiques quotidiens**
Aujourd'hui, nous ne faisons plus d'activités physiques poussées dans le cadre de notre vie quotidienne. De fait, nos besoins caloriques réels sont beaucoup moins élevés que pour les générations antérieures. Le travail sur écran qui constitue la réalité de bons nombres de nos concitoyens nous enferme dans une position passive. La montée en puissance de l'obésité est considérée par l'OMS comme un des grands périls pour les années à venir puisqu'elle risque d'aboutir à un raccourcissement de l'espérance de vie moyenne par habitant.
- **Une alimentation trop grasse et trop sucrée**
Ces traits sont caractéristiques de la nourriture type « fast food ». Les graisses sont non seulement présentes dans les frites, mais également dans la viande. La graisse d'un steak haché de hamburger est constituée essentiellement d'acides gras saturés que l'organisme décharge en les fixant sur les vaisseaux. C'est pourquoi, je plaide pour que les chaînes de restauration rapide remplacent la viande hachée par des poissons gras, dont les graisses saturées sont nettement moins néfastes pour l'organisme. Quant aux frites, il faut rappeler que cette façon d'accommoder les pommes de terre ne date que de 1837. La friture de pommes de terre inventée par les belges à Namur était, à l'origine, un ersatz destiné à remplacer la friture de poisson en raison d'une grande vague de froid rendant la pêche impossible.

Notre alimentation doit comporter en abondance des micronutriments présents dans l'organisme en faible quantité. Les vitamines C, D et E qui protègent l'organisme contre toutes les formes de dégénérescence cellulaires à l'origine de cancers. Des oligo-éléments comme le zinc, le sélénium et le soufre possèdent également les mêmes propriétés. Les micronutriments sont particulièrement présents dans les fruits et légumes. Or, les Français et en particulier les enfants en consomment en trop faible quantité.

Un enfant préférera sans doute un yaourt à la fraise, dont le goût est bien plus agréable qu'une fraise importée d'Andalousie au mois de mars. La mauvaise qualité des fruits et des légumes disponibles dans les grandes surfaces, dont la belle apparence masque un manque flagrant de goût explique la désaffection des enfants à leur égard. Peut-être que si les fruits et les légumes retrouvent leur qualité gustative d'antan, les plus jeunes y goûteront plus volontiers.

Seuls les fruits et les légumes peuvent leur apporter les nutriments dont ils ont besoin. Les diététiciens recommandent aux enfants de manger 500 grammes de fruits et légumes issus de cinq variétés différentes par jour.

En partenariat avec

Marcel RUFO

Lorsqu'un enfant traverse des difficultés psychologiques, je l'encourage souvent à adopter un animal de compagnie. De la même façon, pour promouvoir les fruits et les légumes auprès des plus jeunes, nous pourrions proposer à chaque enfant d'adopter un arbre fruitier en relation avec les agriculteurs. L'enfant pourrait ainsi recevoir chaque année quelques fruits de « son » arbre, ainsi que des photographies.

Christine KELLY

L'enfant qui grandit dans un milieu urbain et celui qui grandit dans la nature sont en effet de plus en plus éloignés. Une telle action permettrait de restaurer ce lien.

Aujourd'hui, l'information est de plus en plus alarmiste concernant l'agriculture, qui constitue la base même de notre alimentation. Les pesticides dans les légumes seraient nocifs pour la santé, les laitages et la viande de bœuf menacés par la maladie de la vache folle. De même, la grippe aviaire occupe également tous les esprits. Où en sommes-nous aujourd'hui dans la relation entre l'agriculture et l'alimentation ?

Jean LHERITIER

Les messages sont très brouillés. Le consommateur doit avant tout s'informer pour faire le bon choix. En ce qui concerne les enfants, cette quête d'information passe par le plaisir qui est l'élément fondamental dans l'intérêt qu'ils portent à leur alimentation.

Je souhaite revenir sur la première partie du film. Le documentaire présente un raisin d'origine italienne. Or, ces fruits destinés à l'exportation sont loin de présenter les qualités gustatives des produits de l'agriculture non productiviste, celle que nous défendons. Pour des raisons économiques, les fruits sélectionnés pour être vendus en grande surface sont ceux qui s'abîment le moins, qui sont les plus faciles à vendre, mais également les moins goûteux.

Malheureusement, la prédominance de l'agriculture productiviste menace la diversité des variétés et la survie des exploitations traditionnelles. Dans ma région, le « petit Saint-Jacques » (nom d'une variété d'un raisin de notre terroir) a fait vivre des générations de vigneron pendant des années avec une production de l'ordre de 1 000 tonnes par an. Aujourd'hui, il ne reste plus que deux producteurs qui sont âgés de plus de 80 ans, en raison de la forte concurrence des raisins importés d'Italie, voire du Brésil.

Je critiquerai également dans l'extrait présenté une approche peut être trop scientifique des problématiques liées à l'alimentation. Pour schématiser, la solution idéale pour un enfant présentant des troubles du comportement alimentaire serait de consulter une nutritionniste. Or, je ne pense pas que l'on puisse retenir l'attention des enfants uniquement par ce type de discours.

Il me semble que les parents ont un rôle à jouer pour ajouter une dimension ludique à la nourriture. Ainsi, les enfants qui sont, au départ, fortement réticents à manger de la truite le seront peut-être moins si celle-ci est présentée de façon originale (dorée au four avec des amandes et des épices, découpées en carpaccio...). Une approche imaginative dans l'accommodation des plats peut contribuer à l'adhésion

En partenariat avec

de l'enfant. L'alimentation doit entrer dans la sphère du plaisir. Si celle-ci s'apparente à une corvée, l'enfant n'y adhèrera pas. Des solutions existent pour éveiller le goût de l'enfant, mais elles se heurtent à des forces considérables, en particulier le matraquage publicitaire des grandes entreprises agro-alimentaires et des chaînes de restauration rapide.

Christine KELLY

Vous l'avez rappelé. L'éducation alimentaire demande du temps et une grande prise de conscience de la part des parents.

Jean-Marie PELT

Les parents doivent également être présents. Toutefois, parfois les enfants peuvent également être en situation de prescripteurs vis-à-vis de leurs familles.

Christine KELLY

L'éducation à l'alimentation dans le cadre scolaire vous semble-t-elle suffisante pour répondre aux enjeux précédemment soulevés ?

Jean-Marie PELT

Je souhaiterais revenir tout d'abord sur les propos de Monsieur Rufo. Dans une ville de l'agglomération de Metz, nous plantons un arbre à chaque nouvelle naissance. Toutefois, l'idée d'associer un enfant à un arbre fruitier me semble excellente et mérite réflexion. Par ailleurs, dans cette commune, nous avons également ouvert un jardin à côté de chaque école maternelle. Ces lieux ont pour objectif d'ouvrir l'enfant urbain à la nature.

Concernant l'Education Nationale, je tiens tout d'abord à féliciter le Gouvernement pour avoir interdit les distributeurs de friandises dans les lycées. Cette décision courageuse était pourtant indispensable compte tenu de la progression de l'obésité chez les jeunes générations. Par ailleurs, de nombreux établissements s'impliquent activement dans l'alimentation en ouvrant des cantines « bio ». Le Gard est un département pionnier dans ce domaine.

Les médecins grecs avaient coutume de dire à leur patient : « Que ton aliment soit ton médicament ». On retrouve des dictons similaires dans les cultures ancestrales chinoises et indiennes. Nous semblons aujourd'hui redécouvrir ces vieux adages grâce à la science qui confirme chaque jour le lien étroit entre la santé et l'alimentation. Ces idées doivent progresser.

Les aliments que nous consommons sont de plus en plus mous. De fait, les déchaussements de dents et le recours aux appareils dentaires sont de plus en plus fréquents (d'ici 2015, tous les adolescents auront besoin d'un appareil dentaire selon les estimations). En effet, conformément aux théories de Jean-Baptiste Lamarck sur l'évolution, si les dents n'ont plus de raison d'être puisque la nourriture n'a plus besoin d'être préalablement mâchée, alors elles disparaîtront d'elles-mêmes. Dans les chaînes de restauration rapide, comme Mac Donald's par exemple, tous les aliments proposés sont mous, de l'hamburger jusqu'au yaourt liquide. Non seulement, ces nourritures sont déséquilibrées, mais elles tendent également à nous déséquilibrer nous-mêmes.

En partenariat avec

Christine KELLY

Comment pouvons-nous arriver à manger autrement ?

Jean LHERITIER

Même si la science rationalise l'alimentation, nous restons toujours dans l'imprévisibilité. Il y a quelques décennies, nous pensions que l'an 2000 verrait l'apparition des pilules alimentaires qui comblerait à l'ensemble des besoins de l'humanité.

Christine KELLY

Nous n'en sommes pas loin...

Jean LHERITIER

A la même époque, la plupart des famines frappait le continent asiatique. Or, aujourd'hui, c'est l'Afrique qui est ravagé par les pénuries alimentaires. Au regard de ces deux exemples, nous le voyons, les projections que nous pouvons établir sur le futur sont très aléatoires. Il y a des aliments que nous consommerons dans vingt ans, dont nous ignorons jusqu'à l'existence. Ce qui est certain, c'est que la mobilisation des citoyens peut faire changer le monde. C'est pourquoi, l'idée de donner des informations et des moyens pour que le consommateur puisse faire un choix éclairé en matière d'alimentation me paraît fondamentale. Il faut que des associations organisent un peu partout des ateliers pour sensibiliser les gens au goût. Certains exemples américains doivent nous inspirer. Ainsi, Madame Alice Waters a créé un immense jardin dans la municipalité de Berkeley a destination des écoliers de la ville. Ce terrain de jeu et d'expérimentation sert également de support à un cours sur l'histoire de l'alimentation qui constitue une discipline à part entière.

Cette initiative renoue avec la base de l'éveil alimentaire, c'est-à-dire, la découverte et le plaisir. Bien manger, c'est se faire plaisir en consommant des produits de qualité tout en rendant service à la société en soutenant une agriculture qui entretient le paysage, protège l'environnement et favorise la diversité des variétés végétales ou animales.

En 1948, l'inspecteur général de l'agriculture française écrivait un rapport dans lequel il prescrivait la suppression de 15 races bovines en 15 ans. Sommes-nous sortis de cette logique près de 50 ans plus tard ? Malheureusement, non. Ainsi, en 2003, Mac Donald's a introduit la pomme au menu de ses restaurants aux Etats-Unis en se focalisant uniquement sur quelques variétés jugées plus rentables. Cette décision a contribué à l'homogénéisation des variétés de pommes aux Etats-Unis puisque désormais 90 % de la production américaine ne se concentre que sur les trois espèces préconisées par le géant de la restauration rapide (contre trente auparavant).

Marcel RUFO

Je tiens à défendre les parents qui sont assaillis de nombreuses prescriptions en ce qui concerne l'alimentation de leurs enfants, alors même qu'ils doivent gérer une multitude de contraintes inhérentes à la vie moderne. Je souhaite préciser que le temps affectif n'a rien à voir avec le temps réel. A notre époque, l'affectivité dans l'alimentation ne se traduit pas forcément par un plat qui aura

En partenariat avec

mijoté pendant 15 heures. 80 % des mères travaillent, cette conquête émancipatrice leur laisse moins de temps pour s'occuper de ce qui était autrefois la fonction centrale de la mater familias : la cuisine. Le temps affectif est désormais mieux partagé au sein des couples modernes. Les « nouveaux pères » sont, en ce sens, bien plus impliqués dans les tâches familiales et l'éducation de leurs enfants que leurs aînés. Ils contribuent également à l'éveil alimentaire de leurs enfants. Concernant le rôle de l'école, je suis un pédopsychiatre très admiratif du travail de l'Education nationale dont la mission d'égalisation des chances et d'ouverture à la culture des jeunes issus de milieux modestes me semble en tout point exemplaire. Cependant, les parents ne doivent pas se situer dans une logique de délégation en ce qui concerne l'éducation alimentaire, mais dans une logique d'alliance avec la communauté éducative.

Christine KELLY

Dans son dernier ouvrage traitant des questions alimentaires, l'astrophysicien Hubert Reeves prédisait l'avènement d'un monde de plus en plus végétarien. Que pensez-vous de cette thèse ?

Jean LHERITIER

C'est effectivement une tendance lourde dans les comportements alimentaires qui m'inquiète. Dans les pays anglo-saxons notamment, j'ai parfois l'impression que les consommateurs regardent avec méfiance tout ce qui rappelle l'animal. La dimension hygiéniste ou nutritionniste de l'alimentation semble prendre le pas sur la notion fondamentale de plaisir de manger. Pour ma part, j'estime qu'il faut continuer à manger de la viande, car elle fait partie de notre patrimoine culturel. Pour s'assurer de la qualité des produits, les consommateurs doivent s'informer et dialoguer avec les producteurs. Je ne dis pas qu'il ne faut pas écouter les nutritionnistes, mais en tout cas, je ne suis pas favorable à une uniformisation des comportements alimentaires autour du végétarisme.

Christine KELLY

Pouvons-nous bien manger demain si l'agriculture repose sur les mêmes bases qu'aujourd'hui ?

Jean LHERITIER

Non. Pour bénéficier d'une plus grande qualité de nos aliments, il nous faut rompre avec l'agriculture productiviste. L'agriculture, telle que je la préconise, doit fournir des produits de qualité, aussi bien sur le plan gustatif que nutritionnel, permettre au paysan d'être justement rémunéré pour son travail et répondre à un souci de protection de l'environnement.

Nous ne pourrons mieux manger demain si nous nous préoccupons pas davantage de l'agriculture. Précédemment, un intervenant a utilisé le terme de « consomm'acteur ». Nous nous inscrivons également dans cette logique d'association du consommateur aux enjeux de l'alimentation. Nous le considérons comme un « co-producteur d'écosystème » dans la mesure où ses choix quotidiens en matière d'alimentation influent directement sur notre environnement.

Christine KELLY

Monsieur Jean-Marie Pelt, quelle est votre opinion sur les OGM (Organismes Génétiquement Modifiés) ?

En partenariat avec

Jean-Marie PELT

Ce sujet est vaste. Nous avons pris conscience que récemment des risques que faisaient peser les insecticides sur l'environnement et l'organisme. Des études récentes montrent que ces produits aboutissent à une féminisation de la nature. Ainsi, dans un lac de Floride, où une usine avait malencontreusement déversé une grande quantité d'insecticides, les scientifiques se sont aperçus que les alligators ne se reproduisaient plus et que de nombreux mâles étaient devenus transsexuels. Les analyses conduites sur ce site ont établi une relation de causalité entre la pollution aux pesticides et les changements morphologiques de la faune environnante. La véritable question qui se pose concerne les conséquences de ces produits sur le métabolisme humain.

Nous ingérons des pesticides à chaque fois que nous mangeons des fruits ou que nous buvons de l'eau. Par exemple, une pomme que vous achetez au marché aura été arrosée de pesticides plus de trente fois avant d'atterrir dans votre assiette. Ces pesticides se sont intégrés dans nos tissus gras. Le WWF (World Fund of Nature) a récemment mené une étude sur le sang des principaux Ministres de l'environnement européens. Pas moins de 51 produits suspects ont été détectés dans le sang de Serge Lepeltier. En réalité, le nombre de substances potentiellement toxique est certainement beaucoup plus élevé.

Il existe un lien très étroit entre l'alimentation et la pénétration insidieuse de substances chimiques dans notre organisme. De nombreuses études aboutissent aux mêmes conclusions :

- Les hommes perdent 1 % de leurs spermatozoïdes tous les ans ;
- Les cancers des testicules ont été multipliés par 20 depuis 30 ans ;
- Le nombre d'enfants hermaphrodites est également en augmentation.

Face à ces dérives, il nous faut nous orienter vers une agriculture durable où les vaches consomment de l'herbe conformément à leur nature.

La question des OGM est intrinsèquement liée à celle des pesticides. Je tiens ici à dénoncer certains mythes concernant ces cultures génétiquement modifiées. Selon leurs partisans, les OGM constitueraient un progrès profitable aux populations les plus pauvres puisqu'ils permettraient le développement de cultures aux rendements abondants pouvant croître dans des milieux hostiles. Toutefois, cet affichage médiatique ne correspond guère à la réalité.

Il n'existe, dans les faits que deux types d'OGM : Les OGM de type maïs qui incorporent directement le pesticide dans la plante même, et les OGM de type soja, coton ou colza qui rendent les cultures naturellement résistantes aux pesticides les plus fréquemment utilisés. Les épandages de pesticides type Round'up par voie aérienne touchent directement la population. Contrairement aux idées reçues, la consommation mondiale de pesticides est en augmentation. Ces produits ont tous le même effet, ils favorisent le développement des hormones femelles au détriment des hormones mâles.

Nous pouvons donc nous interroger légitimement sur les conséquences d'une consommation de maïs transgénique sur le long terme pour les populations. Curieusement, cette question n'est jamais soulevée dans le débat public malgré sa pertinence. C'est pourquoi nous demandons que soient menées de véritables études toxicologiques sur des animaux pour évaluer la nocivité réelle ou supposée des OGM. Si, après avoir conduit ces travaux, les scientifiques s'aperçoivent que la

En partenariat avec

 **Les Echos**
Le Journal des Économistes **Enjeux**
Le Journal des Politiques **Organisation
des Nations Unies**
pour l'éducation,
la science et la culture **60**
Année internationale de la science et de la culture

consommation d'OGM entraîne des effets de toxicologie chronique sur le long terme, alors il faudra retirer ces cultures du marché.

Christine KELLY

Les principales idées émises par nos intervenants pour promouvoir une alimentation plus équilibrée et plus saine peuvent se résumer ainsi :

- s'informer sur la qualité de ce que nous mangeons ;
- ne pas hésiter à faire soi-même son propre marché pour sélectionner les meilleurs ingrédients ;
- associer le consommateur à ces problématiques ;
- encourager la création d'ateliers du goût pour sensibiliser les consommateurs au plaisir culinaire.

De la salle

Je pense que toutes les écoles françaises devraient comporter un jardin potager pour sensibiliser les enfants dès le plus jeune âge à l'importance de la consommation des fruits et des légumes. Monsieur Jean-Marie Pelt a évoqué les efforts menés par de nombreuses municipalités pour promouvoir la nourriture bio dans les cantines. Pourtant, cette expérience a été arrêtée dans de nombreux établissements en raison de son coût.

Jean-Marie PELT

Je suis d'accord avec vous. Nous devons implanter à proximité des écoles des jardins où les enfants pourraient venir eux-mêmes faire pousser leurs fruits et leurs légumes. J'ai évoqué cette idée auprès de nombreux élus locaux et je pense que celle-ci progresse.

Quant à votre question sur les cantines bio, nous nous heurtons à un problème subtil et difficile. De façon générale, les enfants rejettent le bio, car ils ne sont plus habitués à la présence de végétaux dans leur alimentation. Les adultes ont le tort de penser que le bio est forcément synonyme de bon. Or, ce n'est pas vrai, le bio est simplement un label de garantie concernant le mode de fabrication des aliments, il ne dispense en rien de les cuisiner de façon savoureuse pour qu'ils aient du goût.

Une enfant de la salle

Pouvons-nous toujours manger sans crainte des fruits et légumes malgré la quantité de pesticides et d'engrais utilisés dans les exploitations ?

Jean LHERITIER

Les grandes surfaces privilégient les produits qui ont une belle apparence, qui se conservent plus longtemps et dont le coût est le plus compétitif, au détriment des fruits présentant de réelles qualités gustatives.

En partenariat avec

 **Les Echos**
LA PRESSE DE LA CULTURE **Enjeux**
LA PRESSE DE LA CULTURE **Organisation
des Nations Unies**
pour l'éducation,
la science et la culture

La question du prix que nous sommes prêts à consentir pour notre alimentation doit être abordée. En 1945, lorsqu'un français gagnait 100 francs, il en dépensait 30 pour son alimentation. En 1975, pour un même salaire, les dépenses d'alimentation ne représentaient plus que 12 francs. Cette évolution a longtemps été perçue comme un progrès. Cependant, si nous voulons disposer d'aliments sains et de bonne qualité, il nous faut reconsidérer la part que nous sommes prêts à allouer aux dépenses alimentaires dans le budget familial.

Marcel RUFO

Pour répondre à la jeune intervenante, je dirai que les craintes et les peurs font intrinsèquement partie du développement physiologique normal d'un enfant de son âge. La question posée concernant la dangerosité des fruits et des légumes suit un raisonnement tout à fait naturel chez l'enfant.

Concernant le rejet supposé des adolescents pour la nourriture bio, il est normal que l'adolescent s'oppose à ce que lui propose l'adulte. Toutefois, il ne faut pas oublier que l'opposition fait aussi adhésion. En un sens, l'adolescent a raison de s'opposer pour pouvoir mieux adhérer à la proposition de l'adulte dans un second temps. Ainsi, si une équipe pédagogique peut être découragée par les moqueries que suscite l'organisation d'une semaine bio de la part des élèves, cela ne signifie pas pour autant que les adolescents n'en retireront aucune connaissance. Par la suite, ils pourront éventuellement même valoriser leur nouvelle expertise auprès de leur environnement familial pour se situer en position de prescripteur. La culture est toujours une conquête.

De la salle

Je travaillais auparavant dans un collège où nous servions près de 1 600 repas par jour, ce qui nous imposait un strict respect du principe de précaution. Dans un self-service, les élèves s'orientent inévitablement vers les frites ou les pâtes, c'est pourquoi nous avons fait en sorte de proposer chaque jour un repas équilibré. Nous avons cependant remarqué que dans les familles où les enfants ne mangent que des frites ou de la purée mousseline, il est très difficile de les amener à goûter d'autres aliments. L'éducation alimentaire se fait principalement à la maison.

Aujourd'hui, je suis l'élue d'une petite commune de 600 habitants. Nous pouvons nous permettre d'utiliser les ressources du commerce local pour fournir la cantine de l'établissement de notre petite ville puisque le nombre d'enfants scolarisés est bien plus réduit.

Marcel RUFO

Monsieur Pelt a introduit une notion très importante à travers l'exemple de l'alligator transsexuel : la peur liée à la confusion des sexes. En tant que père d'une fille, je suis évidemment en faveur de l'égalité entre les sexes, mais également pour la différence et non pour l'homogénéité. Il est très intéressant d'observer les jeux des jeunes enfants autour de l'alimentation. Les petites filles miment la préparation d'un repas ou s'initient aux arts de la table. Les garçons plus turbulents chasseront un lapin ou un oiseau imaginaire. De même, dans les troubles alimentaires, on retrouve également certaines spécificités liées au genre.

Ainsi, les cas d'anorexie se rencontrent bien plus fréquemment chez les filles. Les quelques garçons qui en sont atteints ont souvent du mal à marquer leur identité masculine.

En partenariat avec

En revanche, en ce qui concerne la boulimie et l'obésité, les garçons et les filles sont également représentés. Près de 15 % des adolescents français souffrent de troubles du comportement alimentaire avec des vomissements provoqués. Cette épidémie inquiétante souligne l'importance de l'alimentaire, de l'oral, de la nourriture, de la conceptualisation et du souvenir comme mécanisme protecteur et préventif d'éventuelles difficultés psychologiques. L'alimentation constitue dans ce domaine un véritable médicament préventif.

De la salle

Mon enfant a tendance à rejeter les haricots de la cantine. En revanche, il apprécie volontiers les haricots frais que je lui prépare. Je pense que l'intérêt pour les légumes chez l'enfant est également lié à la qualité des produits qu'on lui propose.

Par ailleurs, j'ai organisé des ateliers de jardinages dans les écoles. Les enfants ont été amenés à faire pousser leurs propres légumes. Je regrette toutefois que la Direction de l'établissement ne nous ait pas autorisés à les consommer, ce qui limite quelque peu la portée de l'expérience.

Jean-Marie PELT

Dans ma commune, les enfants mangent les légumes qu'ils ont fait pousser. C'est à vous d'agir auprès de l'administration des écoles pour que vos enfants puissent repartir à la maison avec leur boîte de haricots que vous ne manquerez pas de leur cuisiner avec amour.

Jean LHERITIER

Collectivement, nous pouvons mettre en place des programmes de lutte contre l'obésité. Dans la région de Perpignan, nous avons, par exemple, élaboré un projet de jardin-école en collaboration avec les vigneron locaux, dans lequel les enfants pourraient s'initier à la culture de légumes et récolter le fruit de leur labeur en fin d'année. Toutefois, ce type d'action suppose une réelle volonté des élus locaux.

Christine KELLY

Que répondre à l'intervention de la mère de famille déplorant le manque de qualité des légumes dans les cantines scolaires ?

Marcel RUFO

Les élus devraient penser à doter les établissements d'une cuisine collective permettant de préparer de nombreux plats sur place, ce qui s'inscrit tout à fait dans une logique de service public.

De la salle

J'apprécie particulièrement les ouvrages de Monsieur Jean-Marie Pelt. Je suis docteur en sciences de la vie et de la terre. Je souhaite insister sur l'importance de l'enseignement des sciences naturelles dès l'école primaire. C'est en effet à cet âge où l'enfant apprend à regarder les plantes et les animaux et développe le goût de l'observation de la nature. D'une façon plus générale, l'éducation que l'on reçoit en amont conditionne notre rapport à l'alimentation.

En partenariat avec

Il est regrettable que certains étudiants, qui préparent des cursus en agronomie ou de nutritionniste, ne savent pas reconnaître les différentes espèces animales et végétales.

Nous manquons cruellement de physiologistes en France. Notre époque ne semble s'intéresser qu'à la biochimie.

Jean-Marie PELT

Vos propos me paraissent très importants. Je suis un naturaliste de terrain et un botaniste de formation. Nous devons malheureusement constater que les sciences de la nature ont été bannies des universités et déportées vers la sphère associative. Le monde de la recherche s'est concentré sur la biologie moléculaire qui consomme la majorité des crédits allouée à notre discipline. Pourtant, les résultats se font attendre dans le domaine de la thérapie génique. Nous risquons d'en arriver à la situation absurde où un étudiant en biologie pourra reconnaître les gènes du coquelicot sans nécessairement être capable d'identifier la fleur.

De la salle

Je me félicite de l'organisation de cette première université de la terre qui réunit de nombreuses personnes motivées. Je regrette que cette manifestation ne bénéficie pas d'un écho plus large parmi la population. Les débats précédents mériteraient largement d'être diffusés à la télévision, afin de sensibiliser le plus grand nombre aux enjeux liés à l'alimentation.

Je souhaiterais demander à Monsieur Jean-Marie Pelt ce qu'il pense de la peine qui a été récemment infligée à Monsieur José Bové pour avoir participé au fauchage d'un champ d'OGM.

Jean-Marie PELT

Monsieur José Bové a été condamné à quatre mois de prison ferme, ce qui est incontestablement une peine extrêmement sévère par rapport aux faits. La philosophie morale, telle que nous l'enseigne les Grecs, nous dit que l'homme est responsable devant sa conscience avant de l'être devant les lois. Si notre conscience nous dirige vers des positions allant à l'encontre de la légalité, nous devons accepter les risques, les conséquences et les sanctions éventuelles liées à nos actions de façon responsable. C'est ce qu'a fait José Bové, et nous ne pouvons que respecter sa position. Il accepte loyalement les conséquences de son combat contre les OGM.

Christine KELLY

Je demanderai à nos intervenants de bien vouloir conclure.

Jean-Marie PELT

L'alimentation doit être équilibrée et diversifiée pour nous apporter la totalité des nutriments dont notre corps a besoin. Il convient de ne pas négliger les fruits et les légumes secs dans les repas. Je suis d'accord avec Monsieur Lhéritier concernant la nécessité de revoir la part du budget que nous consacrons à l'alimentation. Les Français ont tendance à se montrer pingres dans ce domaine, alors que paradoxalement leurs dépenses en matière de NTIC (Nouvelles Technologies de l'Information et

En partenariat avec

 **Les Echos**
LA PRESSE FINANCIÈRE **Enjeux**
Les Echos **Organisation
des Nations Unies**
pour l'éducation,
la science et la culture

de la communication) sont en constante augmentation. Il faut que les agriculteurs soient justement rétribués pour ce qu'ils produisent.

Marcel RUFO

J'ai pris beaucoup de plaisir à participer à ce débat. Je tiens à insister sur une notion qui me semble fondamentale : « l'écologie affective ». Nous devons transmettre à nos enfants une valeur sur ce que produit le monde pour les faire grandir. Cependant, je constate que les progrès des parents dans ce domaine sont frappants. C'est pourquoi, je ne suis pas inquiet pour l'avenir des jeunes générations.

Jean LHERITIER

Il faut restaurer la dimension de la convivialité dans l'alimentation. Manger, c'est également partager un moment ensemble autour d'un bon repas. Cette dimension importante du plaisir de la table doit être partagée par tous les parents.

En partenariat avec

**Les Echos**
LE JOURNAL DES AFFAIRES**Enjeux**
Les Echos**Organisation
des Nations Unies**
pour l'éducation,
la science et la culture**60**