

Emeline PRIGENT - Mémoire d'accompagnement de projet

# De la terre à la terre

pour un apprentissage de notre alimentation

## Remerciements

Je tiens à remercier l'ensemble de l'équipe pédagogique et plus particulièrement mes lecteurs et correcteurs de mémoire, Bruno Lavelle et Jean Obrecht.

Je remercie également Mr André SCHMITT, maire de Wingen, Mme Joanne Leibold et Marie-Eve Herrmann, toutes deux institutrices à l'école de Wingen, qui m'ont ouvert les portes de l'école pour mon projet. Je les remercie pour leur bienveillance et leur enthousiasme.

Je souhaite mentionner dans ces remerciements les partenaires du territoire, la Communauté de Commune Sauer-Pechelbronn et le PNRVN.

Une attention particulière pour ma famille et mes amis qui me soutiennent constamment et sans qui nos parties de Tarot n'auraient aucun sens.

## Sommaire

<b>Remerciement</b>	<b>1</b>
<b>Sommaire</b>	<b>3</b>
<b>Préambule</b>	<b>5</b>
<b>Introduction</b>	<b>9</b>
<b>I. Les désordres de l'alimentation</b>	<b>12</b>
1/ Une question de santé publique	
2/ Les dérives de la société de consommation	
3/ Notre alimentation d'hier et d'aujourd'hui	
<b>II. Une approche éducative de l'alimentation par le potager</b>	<b>44</b>
1/ Enseigner dehors	
2/ Le potager comme support pédagogique	
3/ Des outils pédagogiques pour favoriser une bonne compréhension de l'alimentation	
<b>III. Vers l'école potagère</b>	<b>81</b>
<b>Sources</b>	<b>89</b>
<b>Glossaire</b>	<b>91</b>
<b>Annexes</b>	<b>93</b>
<b>Table des matières</b>	<b>97</b>

## Préambule

A la sortie des classes, les enfants courent rejoindre leurs parents. Des sourires se forment, des larmes ruissellent.

Je descends la rue principale, je passe un premier dos-d'âne, puis un second. J'indique avec mon bras que je tourne à droite. J'y suis presque. L'école se dessine au bout de la rue. Je me gare dans le parc à vélo de l'école. J'arrive au portail de l'école, ouf, il est encore ouvert. Je vois mon petit bout de chou tenir compagnie à l'enseignante. Dès qu'il me voit il accourt et je le prends dans mes bras. Il a l'air d'avoir passé une bonne journée. Je me relève et me dirige vers l'enseignante. Je la remercie d'avoir attendu auprès de mon fils. Étant le représentant des parents d'élèves de l'année dernière, j'aimerais connaître davantage le programme de cette année surtout avec la réforme mise en place depuis ce printemps. En discutant avec elle, j'apprends que plusieurs activités / ateliers seront mis en place pour éveiller l'enfant sur la thématique du goût. Par exemple, la création d'un potager et d'un compost qui seront entretenus par la classe de CE2 et CM1. Les classes de CM2 et CE1 seront en étroite collaboration pour éditer un livre de recettes, recettes réalisées au cours de l'année avec l'aide de professionnels tels qu'un cuisinier et une nutritionniste. C'est tout un écosystème qui est en train de se mettre en place au sein des écoles primaires.

Deux semaines ont passées. Les enfants se sont adaptés aux petits changements. Aujourd'hui un jardinier et un maraîcher interviennent dans la classe des CM1 et CE2. C'est l'introduction à la mise en place d'un potager et d'un compost dans l'école. Le terrain a déjà été préparé. C'est par une après-midi nuageuse que les enfants enfilent leurs bottes en caoutchouc et leur ciré. Yves, le jardinier, leur montre les types de matériaux pour préparer la terre.

L'impatience des enfants se fait sentir, ils ont envie de toucher la terre, de creuser, de manipuler les outils. Mais chaque chose en son temps. Yves leur demande de choisir ce qu'ils veulent cultiver. Yves suit son guide de plantation et leur propose des plants de choux-fleurs ou des graines de radis. A l'unanimité ce sont les graines de radis qui l'emportent. De ce fait, il leur distribue des fiches explicatives. L'atelier jardinage commence. Les équipes se forment, certains creusent les trous, d'autres viennent placer les graines tandis que d'autres ferment les trous. Pour terminer, Yves arrose parcimonieusement des rangs de plantation. Dans quelques semaines ils pourront les déguster en entrée à la cantine.



Emeline PRIGENT, illustration utopique  
du préambule

## Introduction

La Terre! Notre chère Terre, nourricière et bienveillante! Voilà plus de quelques millions d'années qu'elle nous accueille. Elle est modelée par l'Homme et pour l'Homme. On identifie de façon objective la première civilisation en 6000 av J-C - on entend par civilisation un état de développement économique, social, culturel et qui forme une société. Nous avons tous en tête les premières découvertes<sup>1</sup>, vestiges d'un passé, d'une civilisation. Ces découvertes nous ont permis d'en apprendre davantage sur les modes d'habitation, sur les modes de consommation, sur les organisations sociétales. Sur plusieurs sites archéologiques ont été découverts des résidus alimentaires qui indiquent la présence d'activités culinaires. Ainsi, on apprend que les australopithèques étaient végétariens, ils consommaient des racines, des feuilles et des fruits. On les nomme des cueilleurs. C'est 5 millions d'années plus tard que l'*Homo Habilis* est devenu omnivore. Puis l'*Homo Sapiens* devient chasseur, se sédentarise et pratique l'agriculture. C'est l'homme que nous connaissons aujourd'hui.

Ce mémoire porte l'attention sur les modes de consommation et de production. Par le savoir, nous avons conscience que la nourriture que nous ingurgitons n'est pas toujours saine et provoque des maladies. Aujourd'hui, les dérives dans l'agriculture<sup>2</sup> sont néfastes à notre santé et à celle de l'environnement, malgré nos connaissances.

Cet écrit a donc pour but d'initier une pédagogie alimentaire, faire un constat sur notre corps ainsi que sur notre esprit, à travers nos façons de consommer, de cultiver. Je souhaite travailler avec les enfants au

<sup>1</sup> La pierre de Rosette par Pierre-François-Xavier Bouchard en juillet 1799, découverte de la grotte de Lascaux par 4 adolescents le 12 septembre 1940, premières trouvailles de la ville de Pompéi par Domenico Fontana en 1592 etc

<sup>2</sup> Utilisation des pesticides, des OGM (organismes génétiquement modifiés), agriculture intensive (animale et végétale), le manque de ressources naturelles, déforestations etc.

sein d'une école. Il me semble important que dès le plus jeune âge, ils puissent découvrir d'autres formes d'éducation à l'alimentation et au goût<sup>3</sup>, en expérimentant. Je souhaite sensibiliser autant les enfants que les adultes, sur le gaspillage alimentaire et l'amélioration d'une bonne alimentation. Ainsi, mon propos durant cet écrit consistera à identifier les moyens de reconnecter l'enfant à une meilleure alimentation.

J'entends par «reconnexion» lier la pratique et la théorie des programmes scolaires. L'utilisation, principalement, du potager comme moyen pédagogique et ludique sera au centre de l'apprentissage de l'alimentation, pour l'enfant. Ainsi:

<sup>3</sup> Extrait Vademecum : ministère de l'Éducation nationale, de la jeunesse et des sports, date inconnue. L'éducation à l'alimentation et au goût intervient en classe tout au long de la scolarité. Les enseignants contribuent à l'acquisition des bonnes habitudes alimentaires : la sensibilisation des élèves peut se faire en classe, conformément aux programmes scolaires, ou dans le cadre d'activités spécifiques. C'est un programme mis en place par le ministère de l'Éducation nationale, de la jeunesse et des sports.

# Comment reconnecter l'enfant à une meilleure alimentation par le biais du potager ?

## I. Les désordres de l'alimentation

«Je me suis concentré sur les enfants parce que les habitudes alimentaires commencent jeune. Et si vous ne mangez pas correctement quand vous avez 9 ou 10 ans, ce sera beaucoup plus difficile quand vous serez plus vieux!»

Gregg SEGAL

### 1/ Une question de santé publique

Ici, le photographe Gregg Segal<sup>1</sup> soulève une question : à partir de quel âge l'enfant est-il conscient de ce qu'il mange ?

Quand nous étions jeunes, enfants, nous étions curieux et émerveillés par toutes les couleurs, toutes les textures que la nourriture nous offrait. Je me rappelle la première fois que ma mère m'a mis un morceau de kiwi dans la bouche, j'avais 3 ans, c'était très acide, j'ai fait une grande grimace. Ou encore lorsque mon père m'a fait goûter du roquefort, beurk ! A cet âge, on est capable de savoir ce que l'on aime ou ce que l'on n'aime pas, malgré cela nous ne sommes pas capables de comprendre ou d'interpréter ce que l'on mange, c'est bon ou ça ne l'est pas !

<sup>1</sup> Gregg Segal est un photographe américain qui s'intéresse à l'alimentation de l'enfant à travers le monde.

### 1.1 Avant tout, notre santé

Nos parents étaient là pour nous faire découvrir le monde et son panel de saveurs. C'est en grandissant que l'enfant découvre par lui-même les plaisirs culinaires, plaisirs culinaires qui sont orientés par une certaine influence des marques et de leurs publicités. L'OMS (Organisation mondiale de la santé) a dénoncé l'impact néfaste du marketing sur les habitudes alimentaires chez les jeunes.

En effet, les enfants semblent favoriser le grignotage d'aliments non recommandés dans le cadre d'une alimentation saine, plutôt que des repas structurés à heures régulières.<sup>2</sup> De plus la consommation de fruits et de légumes baisse chez les enfants âgés de 3 à 17 ans, et comme le démontre une étude réalisée par le Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie (Crédoc), les aliments préparés, eux, connaissent une forte hausse, comme les quiches et les pizzas, par les compotes ou les sandwichs. Pascale Hébel<sup>3</sup>, la directrice du Crédoc, explique : « On constate que les parents consacrent de moins en moins de temps à l'alimentation, ce qui les amène à privilégier de la nourriture déjà préparée et à laisser de côté les produits bruts comme les fruits et légumes. »<sup>4</sup>

Pourtant, la grande majorité des parents associent l'alimentation à la santé « 91% des jeunes parents interrogés estiment qu'il y a un lien entre la nourriture consommée et la santé. »<sup>5</sup>, explique-t-elle.

<sup>2</sup> *L'influence de la publicité sur l'alimentation des jeunes*, Fondation April

<sup>3</sup> Pascale Hébel est la directrice du pôle Consommation et entreprise au Crédoc

<sup>4</sup> Sciences et Avenir, *Pizza, sandwich, soda... les enfants mangent de plus en plus mal !*, publié le 22/06/2019

<sup>5</sup> Sciences et Avenir, *Ibid*

## 1.2 Nos habitudes alimentaires

Quelles conséquences, me direz-vous? Eh bien, savez-vous qu'aujourd'hui en France, près de la moitié des adultes et 17% des enfants sont en surpoids (dont 17% d'obèses chez les adultes et 4% chez les enfants). En effet, une alimentation déséquilibrée et la sédentarité sont des facteurs de risque de la survenue des principales maladies de nos sociétés: obésité, maladie cardio-vasculaire, diabète de type 2, dénutrition et certains cancers.<sup>6</sup> Des chiffres alarmants constatés par Santé publique France qui conduisent à des modifications des comportements alimentaires chez les enfants.

C'est ainsi que Paule-Marie Degrange<sup>7</sup> réalise que les habitudes alimentaires ont changé quand elle explique: «Quand nous, nous étions enfants, nous n'amenions jamais de nourriture à l'école. C'était interdit. On mangeait chez soi, à la cantine, le midi et au plus il y avait un goûter dans l'école. Il y a quinze ans, un programme a encouragé clairement l'en-cas de 10 heures.» De ce fait, cette pratique est entrée peu à peu dans les habitudes et a clairement eu un impact sur les comportements des enfants. L'action de grignoter entre les repas fait que les enfants arrivent à la cantine avec le ventre plein et peinent à avoir faim, de plus ils y mangent mal.<sup>8</sup>

<sup>6</sup> Étude Esteban, 2015, Santé publique France et enquête DREES, « En 2017, des adolescents plutôt en meilleure santé physique mais plus souvent en surcharge pondérale », Études et Résultats, Août 2019, n°1122

<sup>7</sup> Manger à l'école, ERES « La lettre de l'enfance et de l'adolescence », 2003/2 no 52, pages 97 à 102.

Paule-Marie Degrange est directrice d'une école élémentaire située en zone d'éducation prioritaire, elle répond à un entretien avec Isabelle Ferment, assistante sociale.

<sup>8</sup> Chaque année, un milliard de repas sont servis dans les cantines scolaires, dont un tiers finit au fond des poubelles. Le gaspillage alimentaire est une manière de dire "c'est pas bon, je manges pas."

# Le 18/19 mai 2018 JOURNÉE EUROPÉENNE DE L'Obésité

## Contre L'Obésité...

# OSEZ Changer vos modes DE VIE

Pour être au cœur de votre Santé.

poster for the European Day of  
Obesity, 2018

Pour plus d'informations :  
[www.cnao.fr](http://www.cnao.fr)

Un autre facteur à prendre en compte dans cette augmentation de l'obésité et du surpoids, c'est un recul de l'activité physique chez les enfants. En effet, 108 heures par an sont consacrées aux activités physiques et sportives, soit un horaire hebdomadaire moyen de trois heures. Edgar Faure<sup>9</sup> instaure à la rentrée de 1969/1970 la mise en place d'un horaire hebdomadaire de 6h d'éducation physique au lieu des 2h30, ce qui n'a pas empêché le ministère de l'éducation nationale de revoir le temps de la pratique physique considérant qu'il ne fallait pas faire concurrence avec les clubs sportifs, pratique qui s'exerce en dehors du temps scolaire.

Durant la période couvrant le Programme National Nutrition Santé 3 (PNNS) entre 2011 et 2015, le surpoids et l'obésité se sont stabilisés mais l'impact des inégalités sociales dans la survenue de ces problèmes de santé demeure important : près d'un quart des enfants dont les parents ont un niveau de diplôme inférieur au baccalauréat sont en surpoids alors qu'ils ne sont que 10% chez les parents dont le diplôme équivaut au moins à la licence.<sup>10</sup> Ainsi, le niveau d'étude influence les comportements alimentaires, un déséquilibre social se manifeste sur une certaine catégorie d'aliment.

Chez les individus exerçant une profession qui nécessite l'obtention minimum du baccalauréat se voit le choix de consommer des fruits, des légumes mais aussi du fromage, ils sont moins regardant sur le prix contrairement à une personne ayant un niveau d'instruction équivalent au niveau primaire et collège.

<sup>9</sup> Edgar Faure est un homme politique sous la IV<sup>e</sup> République, il est ministre au sein de nombreux gouvernements et il est président du Conseil des ministres en 1952 et de 1955 à 1956. C'est lui notamment qui instaure les six heures d'activités physiques dans le programme scolaire de 1969/1970.

<sup>10</sup> Étude Esteban, 2015, Santé publique France et enquête DREES, « En 2017, des adolescents plutôt en meilleure santé physique mais plus souvent en surcharge pondérale », Études et Résultats, Août 2019, n°1122

Une alimentation plus riche en sucre et en sel est observée pour cette catégorie de personnes. En raison de ce type d'alimentation, l'obésité et le surpoids surviennent. « Cela a mis un certain temps mais je trouve que, depuis cinq ou six ans, le rapport à l'alimentation a beaucoup changé. Et plus particulièrement dans des quartiers où la population est « mélangée » et/ou complètement défavorisée. »<sup>11</sup> Un constat qui montre que l'impact de la crise économique de 2008 a eu des répercussions sur la population française.

<sup>11</sup> Manger à l'école, ERES « La lettre de l'enfance et de l'adolescence » 2003/2 no 52 | pages 97 à 102.

Paule-Marie Degrange est directrice d'une école élémentaire située en zone d'éducation prioritaire, elle répond à un entretien avec Isabelle Ferment, assistante sociale.

Je parlais des inégalités sociales qui surviennent par le niveau d'étude mais il est important de souligner les inégalités alimentaires que cela engendre. D'une part, nous serons d'accord sur le fait que nous n'avons pas la même relation alimentaire que notre voisin, par notre quotidien, par nos habitudes... D'autre part, ces inégalités alimentaires ont une conséquence sur notre corps. J'aimerais à travers ce sujet vous présenter le travail de Gregg Segal.<sup>12</sup> Il est photographe de métier mais on pourrait aussi le qualifier de reporter.

Le thème de l'alimentation n'est pas seulement un sujet qui touche un seul territoire. C'est un sujet mondial où tout le monde, petits et grands, est impacté. Le travail de Gregg Segal met en lumière l'alimentation des enfants dans le monde. En 2016, il a photographié 25 enfants dans leur alimentation sur une période d'une semaine. Il a voulu illustrer et documenter la disparité des habitudes alimentaires dans les régions du monde. Pendant 3 ans, Gregg Segal a voyagé pour documenter son projet. Il a pu récolter 60 photographies d'enfants et de leurs habitudes alimentaires.

Avant de les rencontrer un par un, il leur a demandé de noter quotidiennement leur repas tout au long d'une semaine. C'est grâce à ces données que Gregg Segal a mis en scène les enfants au milieu de leur alimentation. Le principe est de placer les denrées alimentaires autour de l'enfant allongé, avec des détails qui permettent de distinguer l'origine de l'enfant. Chaque photographie est accompagnée d'un texte relatant l'histoire de l'enfant en question, avec des exemples de repas.

<sup>12</sup> Gregg Segal est un photographe américain qui s'intéresse à l'alimentation de l'enfant à travers le monde. En 2019, il a édité un livre « *Daily Bread: What Kids Eat Around the World* ».



Gregg SEGAL, *Daily bread*, 2016-2019, photographies, dimensions inconnus, exposition en 2021 à NAWAREUM, Allemagne

## I. Les désordres de l'alimentation



Mr.MISANG, *Supersize Them*, 2017, illustration en collaboration avec Álvaro Palma

## 2/ Les dérives de la société de consommation

Précédemment, je mentionnais le facteur de l'obésité et du surpoids. Ce facteur serait en lien direct avec le milieu social du consommateur. Et selon l'analyse de Pierre Bourdieu<sup>1</sup>, les fast-foods en seraient la cause directe.

Ce facteur intervient dans l'alimentation, une alimentation riche en sucre et en gras saturé, que l'on retrouve davantage dans la restauration rapide. Etant donné que depuis l'émergence des premiers fast-foods sur le continent Américain<sup>2</sup>, la population semble s'être prise d'affection pour ce type de restauration à l'extérieur de la sphère privée.

De plus, les fast-foods font l'objet de polémiques sur les conditions de travail, ainsi que l'impact environnemental causé par les élevages et par les déchets issus des emballages.

La consommation se définit comme «l'acte de consommer, de faire usage de quelque chose».<sup>3</sup> La société de consommation émerge dans les années 60, pendant les trente glorieuses. Des nouvelles techniques de production en masse apparaissent. Le développement de la grande distribution se démocratise et devient la principale source de consommation. **Consommer pour consommer ?**

<sup>1</sup> Pierre Bourdieu est un sociologue français du XX<sup>e</sup> siècle. C'est aussi un professeur au Collège de France (1930-2002). Son œuvre sociologique est dominée par une analyse des mécanismes de reproduction des hiérarchies sociales. Bourdieu insiste sur l'importance des facteurs culturels et symboliques dans cette reproduction sociale et il critique le primat donné aux facteurs économiques dans les conceptions marxistes.

<sup>2</sup> Premier fast-food ouvert en 1937 par les Frères Macdonald au Etat-Unis.

<sup>3</sup> Définition Petit Larousse Illustré de 2008, p.240

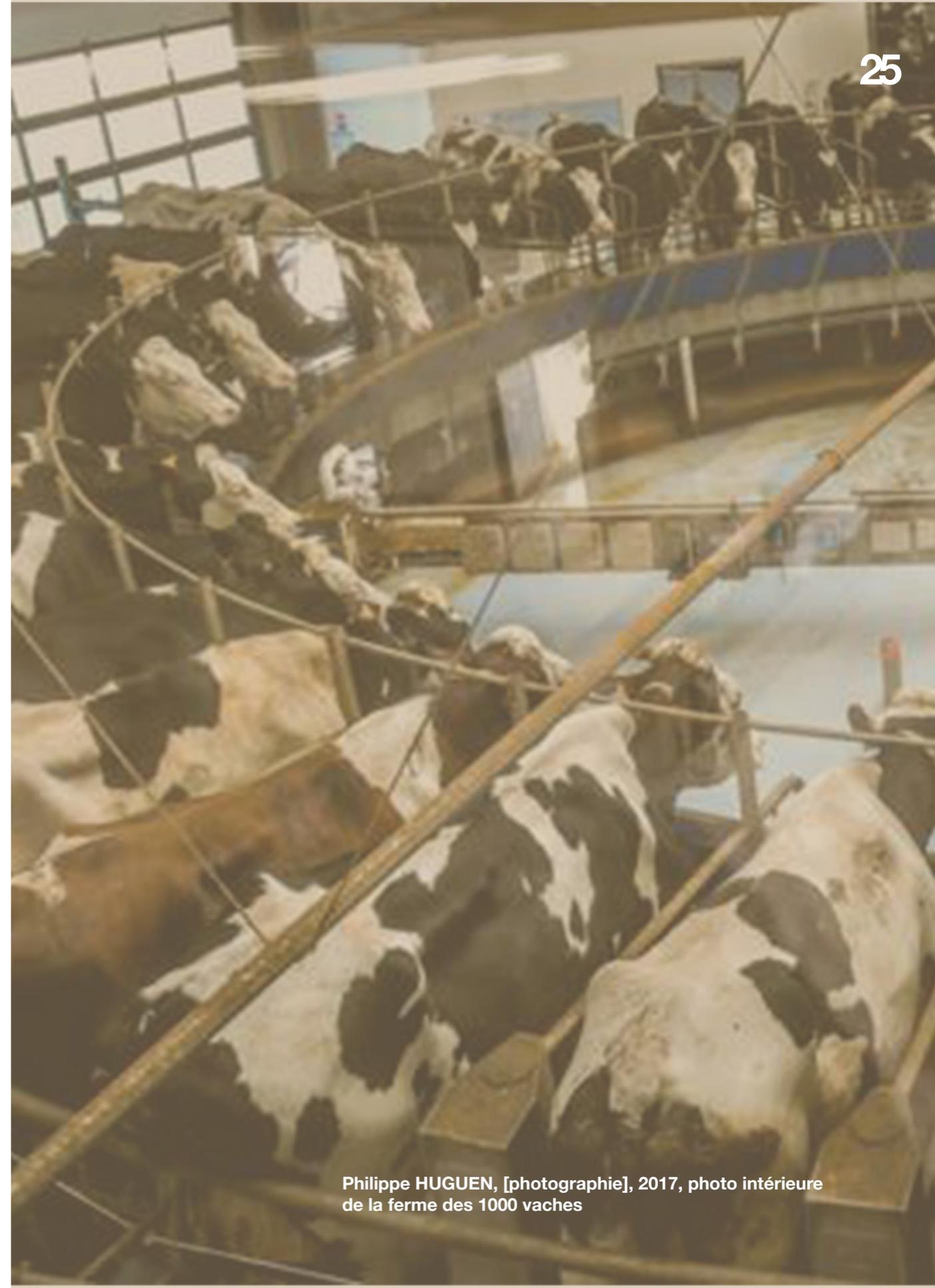
## 2.1 Une agriculture à toutes épreuves ?

« L'agriculture ne sert plus à nourrir les populations, mais à produire des devises. »

Robert LINHART<sup>4</sup>

On relève plusieurs effets néfastes de cette surconsommation, comme les problèmes sanitaires, la marginalisation des petits producteurs, les dégradations des conditions de travail. En raison de ce mode de consommation, l'environnement n'en est pas moins épargné. Entre pollution, épuisement des ressources naturelles et accumulation des déchets, les industriels continuent et favorisent des techniques de production en masse à bas coût. C'est le cas de l'utilisation des pesticides, des OGM par les cultivateurs dans la filière agroalimentaire ou encore l'explosion de l'agriculture intensive. La ferme des 1000 vaches en est le parfait exemple. La ferme, une exploitation bovine laitière industrielle, située à Drucat dans la Somme, a vu le jour en 2014. A l'origine elle devait accueillir 500 vaches, mais on constate aujourd'hui un dépassement du nombre d'animaux autorisé et une maltraitance sur les bovidés, ce qui amène la préfète de la Somme, Nicole Klein en 2015 à appliquer des sanctions financières aux gérants de la ferme. Une surexploitation qui permet au directeur du site de produire de grandes quantités de lait pour le revendre à faible coût, un modèle économique non viable.

<sup>4</sup> Robert Linhart est un philosophe, sociologue et politicien français du XX<sup>e</sup> siècle. Extrait de l'ouvrage de Robert Linhart, *Le Sucre et la Faim*, 1981



Philippe HUGUEN, [photographie], 2017, photo intérieure de la ferme des 1000 vaches

De plus, certains employés licenciés relèvent les mauvaises conditions dans lesquelles les animaux sont élevés. Un ancien salarié nous en donne un témoignage : « Dans le troupeau, il y a au moins 300 vaches qui boitent. Elles sont fatiguées, maigres. Elles ont des ongles trop longs ou des sabots qui pourrissent. Elles marchent à longueur de journée dans leurs excréments. D'habitude, on nettoie tous les deux jours dans ce type d'élevage, là c'est tous les quinze jours. Les vaches sont sales. »

« **C'est un camp de concentration** », dénonce un agriculteur.

L'exploitation à grande échelle est récurrente dans le monde de l'agriculture, on peut prendre l'exemple des fermes américaines plus communément appelées *feedlot*. Un *feedlot* est un parc d'engraissement où sont élevés les bœufs. Les vaches sont concentrées dans des enclos (environ 80 par hectares) dont elles ne sortiront que pour être envoyées à l'abattoir. Tout est mis en place pour obtenir un engraissement rapide des animaux.



Élevage intensive dans une ferme agricole au Brésil

## 2.2 Prise de conscience

Le 25 février 2020, Yann Arthus-Bertrand<sup>5</sup> sort un nouveau film, à la fois reportage et témoignage de son engagement pour l'environnement. *Legacy*, notre héritage est un film qui sort dix ans après *Home*. Le photographe et réalisateur raconte avec émotion l'histoire de l'homme et de la nature. Il livre une vision sensible et radicale de notre monde qu'il a vu se dégrader le temps d'une génération. Il dévoile une planète plus que jamais en souffrance, une humanité déboussolée, se mentant à elle-même depuis des décennies, incapable de prendre au sérieux la menace qui pèse sur elle et sur tous les êtres vivants.<sup>6</sup>

«Notre avidité et la recherche du profit nous a fait totalement perdre de vue l'importance de la vie. Nous traitons les animaux comme des plantes : il faut les faire pousser vite. Pour la production en masse de viande bon marché, les animaux sont entassés pour être engraisés et shootés aux hormones et aux antibiotiques. Cette forme d'élevage intensif détourne de l'agriculture l'eau et les céréales qui pourraient nourrir le monde et participe à l'effet de serre. Malgré les avertissements de la médecine, les consommateurs sont poussés par les lobbies à manger de la viande tous les jours et en 40 ans, la consommation de viande a triplé, contribuant à une véritable crise sanitaire : l'obésité.»

<sup>5</sup> Yann Arthus-Bertrand est un photographe français, reporter, réalisateur et écologiste français. Il préside la fondation GoodPlanet. Son livre *La Terre vue du ciel*, paru pour la première fois en 1999 et dont a été tiré un documentaire du même nom en 2004, est un best-seller mondial.

<sup>6</sup> Résumé du film sur le site M6, chaîne principale de diffusion le 25 février 2020

En Chine, de grands complexes sont implantés en campagnes, ils ressemblent fortement à des immeubles, mais ce ne sont pas des logements sociaux. Ce sont, en réalité, des élevages verticaux de cochons. De leur naissance à leur mise à mort, ces pauvres animaux ne quittent jamais cette porcherie ultra moderne. Pas une seconde de leur misérable vie, ils n'ont vu le ciel ni senti la terre.



Ferme hôtel par l'entreprise Guangxi Yangxiang Co Ltd, extraite du reportage *Legacy*, Yann Arthus-Bertrand

Comme dit le poète Alphonse de Lamartine<sup>7</sup> :

**« On n'a pas deux cœurs : un pour les animaux et un pour les humains. On a un cœur ou on n'en a pas. »**

Produire toujours plus. L'autoconsommation a fortement diminué depuis les années 50, en effet elle est passée de 14.5% en 1956 à 7% en 1969 et de 3% en 1995<sup>8</sup>. De tels chiffres démontrent l'influence d'une société de consommation basée sur la rentabilité et le rendement.

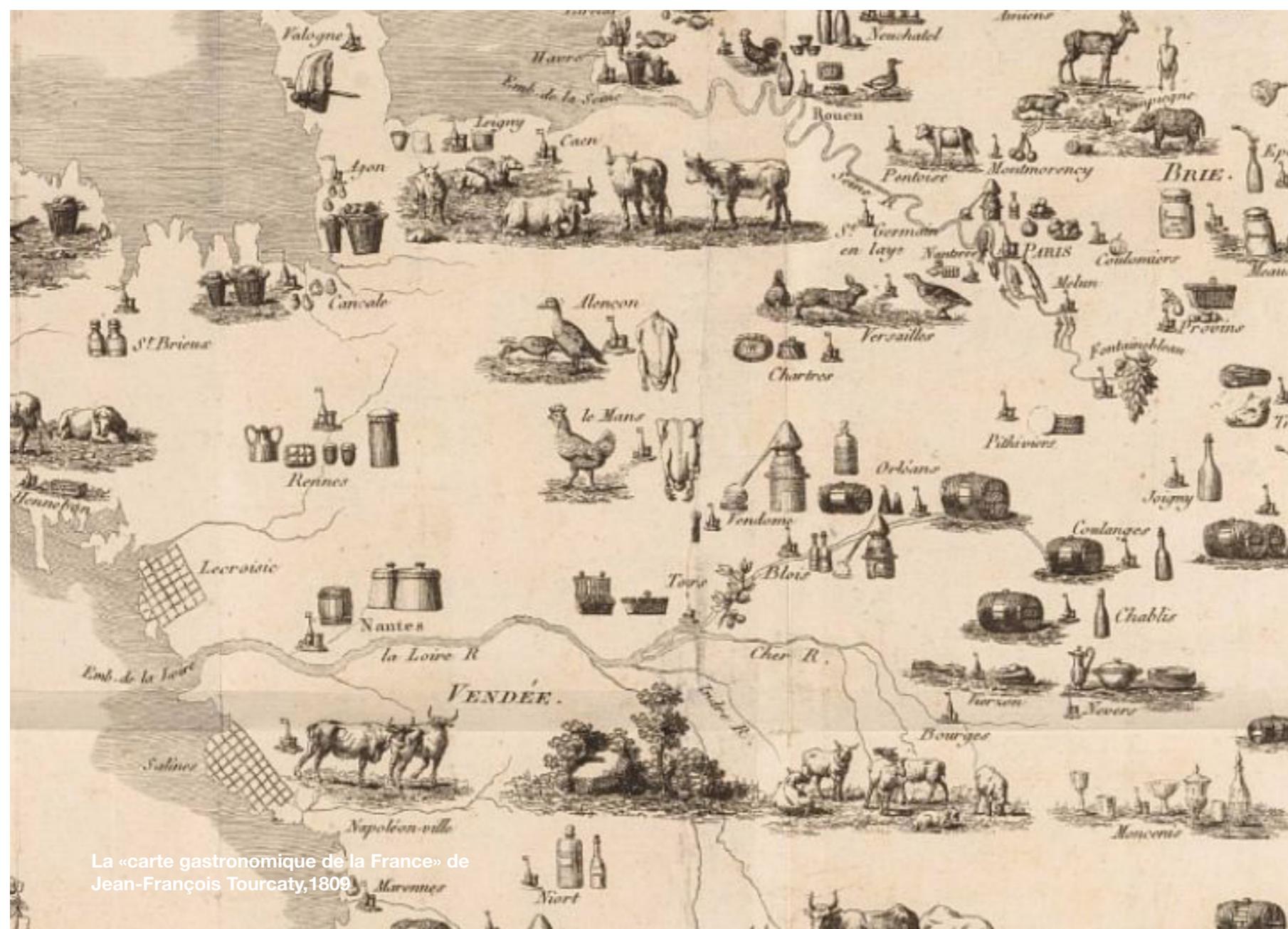
L'autoconsommation est une consommation basée sur l'autoproduction par un individu, une famille ou un groupe d'individus de ressources alimentaires et/ou matérielles dont ils sont les seuls à profiter. Quand l'autoproduction est utilisée majoritairement par l'entité, on considère qu'elle est autonome. En général, ce sont les fruits et les légumes qui sont le plus autoconsommés.

Ainsi le consommateur qui entreprend de faire lui-même cherche à devenir maître de son alimentation, en réponse à la méfiance que suscitent les produits ordinaires au supermarché. En faisant soi-même, on est plus à même de contrôler son alimentation.

<sup>8</sup> Chiffres recueillis dans *Étude rétrospective et prospective des évolutions de la société française (1950-2030)*, Futuribles

## I. Les désordres de l'alimentation

### 3/ Notre alimentation d'hier et d'aujourd'hui



La «carte gastronomique de la France» de Jean-François Tourcaty, 1809

En 2010, l'UNESCO décide d'inscrire le repas gastronomique des Français comme patrimoine culturel immatériel de l'humanité. L'objectif est de protéger les pratiques culturelles et savoir-faire traditionnels, aux côtés des sites et monuments. La France est riche par sa diversité gastronomique et c'est un patrimoine qu'il faut conserver en dépit des industriels. Le patrimoine alimentaire est à la fois un patrimoine matériel autant qu'immatériel.

Dans sa dimension matérielle, on la définit comme étant l'ensemble des plats, des ingrédients, des modes de productions et de distribution, des techniques culinaires, des modes de préparation, de conservation, de traitement des déchets et de consommation des aliments, qui se transmettent de génération en génération. Dans ses dimensions matérielles, le patrimoine alimentaire relève de l'hospitalité, de la convivialité, des savoir-faire, de l'apprentissage et de l'acquisition de connaissances, des «manières de table», des représentations, des discours, de imaginaires ou encore de la ritualisation symbolique qui se jouent autour de la transmission des pratiques alimentaires.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Charles Edouard DE SUREMAIN, Clarice COHN, « Patrimoines alimentaires enfantins », *Anthropology of food*, 2015, n°9

### 3.1 Une évolution constante

L'alimentation tient une place importante dans toute société, et ce depuis l'apparition des premiers Hommes<sup>2</sup>, même si à l'époque on ne parlait pas de société mais plutôt de communauté ou d'entité à part entière. En outre, de l'histoire de la chasse à la domestication et de la cueillette à l'agriculture, se nourrir a pris différentes facettes. Les premiers hominés<sup>3</sup> se nourrissaient principalement de végétaux, il y a environ 7 millions d'années. Ils étaient principalement des chasseurs-cueilleurs-pêcheurs nomades.

C'est grâce à la sédentarisation des Hommes que l'agriculture et l'élevage apparaissent il y a 10 000 ans. La domestication des espèces contraint l'Homme à être dépendant de son élevage et à l'éloigner des grandes concentrations de mangeurs. Ici, je parle dans un cadre de vie où l'Homme ne pense qu'à survivre et où le principe de société n'est pas encore apparu.

Car si l'on considère l'évolution de l'Homme par la création d'une société, celle-ci est de suite hiérarchisée par des codes sociétaux, notamment par des marqueurs politiques, religieux, genrés, en y incluant les notions de richesse et de pouvoir.

<sup>2</sup> L'Homme Néandertalien

<sup>3</sup> Les hominés sont une sous-famille de primates, elles rassemblent les Gorillini (les gorilles) et les Homonini (les Hommes et les chimpanzés)



Illustration chasseurs-cueilleurs à l'occasion des Journées vaudoises d'archéologie, 2019



Inconnu, Hiéroglyphe égyptien d'un animal domestique, Metropolitan museum of Art, découvert en 1948



Inconnu, miniature présentant un agriculteur labourant son champs, 15<sup>e</sup> siècle

Comme l'explique Jean-Pierre Poulain<sup>4</sup> :

**«L'alimentation fonde la société, et la transforme».**

En effet, il précise l'importance et l'influence de l'alimentation en société au travers un dictionnaire des cultures alimentaires.<sup>5</sup> Il précise dans son avant-propos : «La façon dont les hommes conçoivent la satisfaction de leurs besoins alimentaires ne peut se réduire à de strictes logiques biologiques, ni même utilitaires ou encore technologiques. Elle détient une position centrale dans la culture du groupe social auquel ils appartiennent. Manger est un acte social, plus encore : un événement social, central de la vie familiale comme de la vie pratique.»

Afin de peu à peu répondre à une population grandissante, l'agriculture et l'élevage se sont éloignés des grandes villes, faisant place à l'urbanisation. On parle alors d'exode rural. Les campagnes sont vidées, les villes s'emplissent. Les supermarchés se développent, plus besoin d'aller en campagne pour s'alimenter. N'oublions pas qu'aujourd'hui, dans les métropoles, il est difficile d'accéder à une parcelle de terre et d'y cultiver fruits ou légumes.

<sup>4</sup> Jean-Pierre Poulain est un sociologue et anthropologue français. Il est spécialiste des cultures alimentaires.

<sup>5</sup> Jean-Pierre Poulain, *Dictionnaire des cultures alimentaires*, Paris, PUF, 2012



Un petite arrière-cour d'immeuble parisien, Paris

### 3.2 Une consommation locale

Les consommateurs changent. Ils sont de plus en plus nombreux à exprimer leur souhait de consommer autrement en recherchant, notamment, des produits originaires de leur région. Les locavores<sup>6</sup> représentent une nouvelle tendance, mais qui ne concerne qu'une partie des consommateurs.

Les «locavores» ont un principe : manger local en achetant des denrées produites dans un rayon d'environ 150 km autour de leur domicile. Ce nouveau modèle de consommation, apparu en Californie en 2005, présente des bénéfices pour le consommateur, le producteur et l'environnement. Sans oublier les bénéfices santé d'une alimentation saine, de saison et dont on connaît les conditions de production. Aujourd'hui, les Français souhaitent donner du sens à leur consommation et plébiscitent les critères éthiques au sens large. La qualité des aliments, les garanties d'environnement et le bien-être animal, et la proximité de la production sont essentiels.<sup>7</sup>

La proximité joue aussi un rôle dans la façon de consommer. S'approvisionner chez les petits producteurs est une preuve de confiance dans les produits qui finiront dans notre assiette, cela passe aussi par le contact physique avec le producteur. C'est également un lien qui se crée entre le producteur et le consommateur.

<sup>6</sup> Site internet : <https://locavor.fr/definition-locavore-locavorisme-et-circuit-court>, consulté le 23/12/2020

<sup>7</sup> Baromètre des perceptions alimentaires, MAA/CREDOC, 200



Marché Bus, aménagement intérieur du bus en commerce, Bas-Rhin



Marché Bus, marché itinérant de produits bio et locaux, Bas-Rhin

Aujourd'hui, de nombreuses associations se développent pour soutenir l'agriculture biologique et paysanne sur le territoire français. Les Associations pour le maintien de l'agriculture paysanne (AMAP) suscitent un grand intérêt. Des consommateurs de plus en plus nombreux voient en elles le moyen d'avoir accès à des produits de qualité et conçus dans de meilleures conditions, des agriculteurs trouvent en elles une alternative donnant du sens à leur métier, et les collectivités territoriales voient dans ce mode de distribution un moyen de soutenir le développement d'une agriculture locale multifonctionnelle.

L'article Mediapart «La longue marche des épiceries coopératives»<sup>8</sup> traite du sujet des coopératives et de son succès à travers son histoire. Ces collectivités/coopératives existent depuis longtemps. En France, c'est en 1831 que voit le jour la première association coopérative pour les ouvriers. Elles sont largement inspirées par Philippe Buchez qui a créé la première association de menuisiers. Il faut savoir que la loi Chapelier de 1791 jusqu'à 1864, interdisait les organisations ouvrières et les rassemblements. Les coopératives réunissent différents corps de métiers, ce qui amène un savoir-faire propre à chacun. Ces savoir-faire permettent d'apporter une plus-value dans la création d'une coopérative, d'un projet, d'un objet.

<sup>8</sup> Alban Ouahab, «La longue marche des épiceries coopératives», [en ligne], <<https://urlz.fr/f49D>>, consulté le 18/12/2020

### 3.3 Quel avenir ?

Dans les faits, quelle que soit la qualité objective de l'agroalimentaire, la nourriture industrielle inspire toujours des craintes plus ou moins latentes, qui s'expriment dès qu'une affaire survient. Il y a une raison anthropologique à cela : l'alimentation n'est pas une consommation comme une autre. Elle pénètre notre corps, devient une partie de nous-mêmes. Dans ce cas, comment remédier à cette crainte de mal manger ?

En France, la santé publique se traduit par des campagnes de sensibilisation via les médias et l'espace public. Le gaspillage alimentaire fait partie de l'équation. Ainsi la sensibilisation des enfants au gaspillage alimentaire est fréquente. L'agence Trivalis a réalisé une série d'affiches pour les cantines scolaires afin de sensibiliser les enfants à la lutte contre le gaspillage alimentaire.

«L'éducation à l'alimentation dispensée à l'école participe aussi à la lutte contre le gaspillage alimentaire et à la prévention du surpoids et de l'obésité. Pour la promotion d'un bon état de santé, une activité physique suffisante est aussi nécessaire. Le code de l'éducation prévoit qu'une information et une éducation à l'alimentation et au gaspillage alimentaire soit dispensée en milieu scolaire.

L'École est un lieu privilégié pour aborder la totalité du fait alimentaire en articulant les différentes dimensions de l'alimentation (nutritionnelle,

sensorielle, environnementale et écologique, culturelle et patrimoniale). Cette éducation transversale répond tout à la fois aux enjeux de santé publique, environnementale et de justice sociale.»<sup>9</sup>

«Que mangeaient les hommes il y a dix mille ans ? Que mangeront les humains dans un siècle ? Comment et où sont apparus le feu, l'agriculture, l'élevage ? Que mangeaient les empereurs romains ? les empereurs chinois ? les rois de France ? Comment mangeaient leurs peuples ? Comment s'expliquent les interdits alimentaires de chaque religion ? Le cannibalisme a-t-il vraiment disparu ? Quels sont les liens entre la sexualité et l'alimentation ? Comment et où sont apparus les restaurants ? Qui a inventé la pizza ? Qui mange des insectes ? Des algues ? Que mangent les plus riches aujourd'hui ? Quels peuples se nourrissent le mieux sur la planète ? Pourra-t-on nourrir sainement dix milliards d'humains ? Serons-nous obligés de manger ce qu'une intelligence artificielle nous imposera ? Mangera-t-on encore ensemble demain ?

Ses questionnements révèlent comment nous sommes passés d'une nourriture variée, naturelle et abondante à des produits alimentaires standardisés, industriels et uniformisés, poisons pour l'homme et la nature. Elle nous dévoile la puissance immense, économique, idéologique et politique, de l'industrie agroalimentaire. Elle nous raconte aussi les liens

<sup>9</sup> L'éducation à l'alimentation et au goût intervient en classe tout au long de la scolarité. Les enseignants contribuent à l'acquisition des bonnes habitudes alimentaires : la sensibilisation des élèves peut se faire en classe, conformément aux programmes scolaires, ou dans le cadre d'activités spécifiques. C'est un programme mis en place par le ministère de l'Éducation nationale, de la jeunesse et des sports.

méconnus entre la nourriture et la conversation, entre l'alimentation et le pouvoir, entre ce que nous mangeons et la géopolitique. Comprendre cette histoire est fondamental, si l'on veut prendre en main sa propre alimentation, manger sain et bon ; et sauver la nature, dont dépend la survie de l'humanité. »

*Plus de 800 millions de personnes souffrent de la faim dans le monde, finissons notre assiette !*

**LES Champions DU TRI DISENT STOP AU GASPI !**  
À LA CANTINE COMME À LA MAISON, ON NE GASPILLE PAS LA NOURRITURE, ON TERMINE SON ASSIETTE. TOUS LES JOURS, DANS LES CANTINES, 130 GRAMMES DE NOURRITURE SONT JETÉS PAR PERSONNE ET PAR REPAS. AVEC DES GESTES SIMPLES, LUTTONS CONTRE LE GASPI !

Trivalis, affiche publicitaire placée dans les cantines scolaires pour la lutte contre le gaspillage alimentaire, 2016

Logos : Trivalis, ADNE, GASPILLAGE, Ensemble valorisons nos déchets.

## II. Une approche éducative de l'alimentation par le potager

### 1/ Enseigner dehors



Emeline PRIGENT, dessin utopique "Un jardin dans mon école"

J'ai un souvenir. Un souvenir de mon enfance. Mes parents habitaient une maison à la campagne, du coup, mon frère et moi sortions beaucoup dehors. Notre jardin avait une taille raisonnable, il y avait une partie potager / jardin et l'autre servait à installer le jeu de croquet. Une grande haie de thuyas bordait l'ensemble du terrain à tel point que l'on ne pouvait voir nos voisins. C'était un endroit où on adorait se cacher avec mon frère, et surtout je me souviens de l'odeur forestière qui s'en dégageait. En tout temps, nous sortions pour jouer dans le jardin. Entre le façonnement d'un circuit en terre pour les voitures et les bouillies de terre, ou encore la pêche dans notre bac à poissons. Bref j'adorais être dehors. Et ce même à l'école.

Je me souviens du bac à sable et des arbustes dans la cour de l'école primaire. Avec mes amies on jouait au cheval, on traçait dans le sol les délimitations des fausses propriétés, des fausses écuries. Aujourd'hui tout a disparu. Je me souviens des arbres dans la cour.

Une fois, ils ont produit des fruits. On les a ramassés avec quelques amies et on les a troqués contre des bonbons.

Aujourd'hui tout a disparu.

Aujourd'hui tout est bétonné, aujourd'hui ce ne sont que des souvenirs.

### 1.1 L'enfant et la nature

Les enfants ont besoin de sortir et d'être en lien avec la nature. Or, on constate qu'ils sortent de moins en moins. Le confinement de mars 2020 a accentué le phénomène pour certains, cloîtrés dans des appartements, pour d'autres bénéficiant pourtant d'un jardinet. Les écrans prennent de plus en plus de place dans leur quotidien ce qui met l'enfant dans la position de choix : dehors ou à l'intérieur devant un écran.. De plus, la crainte des parents que leurs gamins ne se salissent ou se blessent fait qu'ils passent de plus en plus de temps enfermés, assis.

Depuis quelques années, plusieurs comportements scolaires sont pointés du doigt chez l'enfant. On constate par exemple l'irritabilité, l'ennui, le manque de concentration, voire la dépression. Ces comportements résultent de la nature des programmes proposés qui portent beaucoup sur la théorie et non la pratique. Un autre facteur, qui engendre ces comportements pour le moins néfastes à la construction de l'enfant, c'est l'espace clos dans lequel il séjourne passif, devant son bureau. Les seuls moments de "liberté" qu'on lui accorde et dans lequel il n'est pas totalement libre, sont les temps de récréations. Cette liberté reste consensuelle. L'enfant reste frustré par toutes ces interdictions, ce qui l'empêche de se découvrir.



Certains comportements de l'enfant face à l'enseignement scolaire

## 1.2 Les apports de l'école hors des murs

«Sortir en nature permet en effet de développer tous les sens mais également toutes les intelligences<sup>1</sup>, y compris celles qui sont souvent négligées en classe, comme les intelligences kinesthésiques (c'est-à-dire l'intelligence du corps et du mouvement) et naturaliste (celle qui permet de classer, d'observer les éléments naturels). En faisant appel à tous les sens, en permettant des expérimentations y compris spatiales, les espaces extérieurs sont souvent plus riches que les espaces clos. Ils permettent de prendre en compte l'enfant dans sa globalité, c'est-à-dire aussi bien dans son corps que dans son esprit (alors qu'en classe, c'est souvent principalement à l'intellect de l'enfant que l'on s'adresse).

Des sorties régulières en nature permettent d'augmenter les capacités de mémoire, de concentration et d'attention. Avec moins de stimulations simultanées, la nature est également une source d'apaisement pour les enfants. Les sorties extérieures permettent ainsi un meilleur développement des capacités cognitives, tout en proposant des pistes de réflexion pour contrer les effets pervers des écrans auxquels certains enfants sont surexposés. Tous ces bénéfices se répercutent également sur les relations entre pairs et entre élèves et enseignants.

<sup>1</sup> On considère que l'enfant peut développer 8 types d'intelligence : l'intelligence logico-mathématique, l'intelligence linguistique, l'intelligence visuelle spatiale, l'intelligence musicale, l'intelligence corporelle-kinesthésique, l'intelligence naturaliste, l'intelligence interpersonnelle, l'intelligence inter-personnelle.

Enfin, le lien à la nature qui se crée lors de ces rencontres régulières avec l'environnement est essentiel. L'enfant qui apprend à s'émerveiller devant la beauté du monde, à le comprendre, sera naturellement plus enclin à vouloir le protéger, à vouloir le défendre.»<sup>2</sup>

<sup>2</sup> Une pédagogie éducative mis en place par les Profs en transition, c'est un réseau d'acteurs francophones de l'éducation agissant ensemble pour construire une école, des approches pédagogiques et des pratiques d'apprentissage plus éco-responsables, citoyennes et solidaires.



Enseignement à l'extérieur, École du dehors

Aujourd'hui, je constate en passant devant les écoles primaires que peu de place est accordée à la végétation. J'ai connu, dans ma scolarité, la cour de mon école primaire avec des arbres, de l'herbe, du sable, tout un environnement qui me permettait d'apprécier la vue et l'envie d'aller dehors avec mes camarades. Certains enseignants souhaitent ouvrir l'école sur le quartier, le village, la ville ; tisser des liens avec les familles. Et pour ce faire, certains mettent en place un potager, des espaces verts.

C'est à partir de 1950 qu'un nouveau concept pédagogique est né en Suède : les Jardins d'enfants en forêt. Par tous les temps, les enfants de 2 à 6 ans sortent en forêt pour apprendre, vivre ensemble et explorer le milieu forestier. Ils sont accompagnés de jardinières d'enfants et d'éducateur en nature. En Allemagne, plus de 700 structures développent cette pédagogie dans la forêt depuis les années 90.

Strasbourg, ville frontalière de l'Allemagne, accueille depuis 2011 une école du dehors. C'est une école maternelle située dans le quartier de Hautepierre.

*L'École du dehors* s'appuie sur un bout de nature installé à l'extérieur de l'enceinte de l'école pour permettre à l'enfant d'apprendre au contact de la nature. Ce n'est pas un temps récréatif, mais un véritable espace d'éducation par le biais de la Nature. Les enfants y apprennent à devenir élèves plus librement, en autonomie et à leur rythme.

L'expérience semble porter ses fruits puisque une enseignante témoigne : « Cette démarche permet à l'enfant d'apprendre à aimer la nature et à la respecter. L'espace de l'école du dehors apporte également de la biodiversité au quartier. D'année en année, nous constatons l'évolution des enfants qui osent agir, expérimenter, toucher, puis nommer et s'exprimer. »<sup>3</sup>

<sup>3</sup> Extrait du *Manuel de l'école du dehors*, ECO Conseil, édition juin 2018



L'école du dehors maternelle Jacqueline, quartier  
Hautepierre, Strasbourg



L'école du dehors maternelle Jacqueline, quartier  
Hautepierre, Strasbourg

## II. Une approche éducative de l'alimentation par le potager

« Deux fois par jour, il prenait son arrosoir et le balançait sur les plantes, comme s'il les eût encensées. A mesure qu'elles verdissaient sous l'eau qui tombait en pluie fine, il lui semblait se désaltérer et renaître avec elles. Puis cédant à une ivresse, il arrachait la pomme de l'arrosoir, et versait à plein goulot, copieusement ».

Gustave Flaubert

### 2/ Le potager comme support pédagogique

#### 2.1 Qu'est-ce que le potager ?<sup>1</sup>

Le Centre National de Ressources Textuelles et Lexicales définit le potager comme étant une «(Partie de) jardin réservé(e) à la culture des légumes et de certains fruits.»

Dans un potager, on peut cultiver n'importe quel légume en terre à condition de bien s'en occuper. C'est un travail quotidien, on peut le négliger seulement pendant 2 ou 3 jours.

Dans son ouvrage *Histoire du jardin potager*<sup>2</sup>, Florent Quellier évoque le quotidien du jardinier, au fil des temps : «Le jardinier est fier de son jardin, c'est une vitrine de ses compétences, c'est aussi un lieu d'humilité soumis à la nature. Aujourd'hui, les étudiants font pousser des tomates cerise sur les rebords de fenêtres, ils veulent garder la main sur l'alimentation, c'est une contamination positive à mettre en regard avec le renouveau de l'intérêt pour la cuisine, la gastronomie.»

<sup>1</sup> [...] le potager, où les carrés de terre, labourés nouvellement, formaient des plaques brunes. Les cloches des melons brillaient à la file sur leur couche étroite; les artichauts, les haricots, les épinards, les carottes et les tomates alternaient jusqu'à un plant d'asperges [...] Gustave Flaubert, *Éducation sentimentales*, t. 2, 1869, p. 62.

<sup>2</sup> Florent Quellier, *Histoire du jardin potager*, 2012, ed. Armand-Colin, 192 pages

## 2.2 Le potager d'hier et d'aujourd'hui

Le potager de tout temps a servi de réserve, de ressources pour nourrir la population. « Chacun avait un potager plus ou moins grand, et cultivait des légumes et des fruits de saison. Au Moyen-Âge, le choix de la paysannerie de cultiver dans les potagers des choux et des fèves relève d'une économie de pénurie qui privilégie légumes de garde et légumes pour la soupe.<sup>3</sup> En revanche, les potagers aristocratiques, du XVI au XIX siècle, accueilleront des légumes primeurs et des fruits peu adaptés aux conditions climatiques locales afin de souligner l'excellence sociale des propriétaires. Après la 2nd Guerre Mondiale, le potager a eu mauvaise réputation. En effet, il est relié à l'idée de pénurie.

Le potager est alors réduit au monde ouvrier et à une pratique de retraité. Aujourd'hui encore, les quantités récoltées et variétés cultivées révèlent un milieu social. Le potager montre une aisance économique. Aujourd'hui, la montée en puissance des préoccupations environnementales a modifié le portrait du bon jardinier, ce dernier se doit de refuser pesticides et autres fongicides chimiques, de recourir aux insectes auxiliaires et de cultiver des légumes racines oubliés.»<sup>4</sup>

<sup>3</sup> Au Moyen-Âge, la culture des potagers sont les seules productions sur lesquelles le seigneur ne perçoit aucun droit. Les villageois y font pousser des choux, des pois qu'ils cuisent avec du lard, quelques carottes, des salades comme la laitue, de l'ail et du persil.  
<sup>4</sup> Historien et maître de conférences, Florent Quellier est spécialiste de l'histoire de l'alimentation. Il est notamment l'auteur de *Gourmandise, Histoire d'un péché capital*, Armand Colm (2010 - Prix Trémolières)



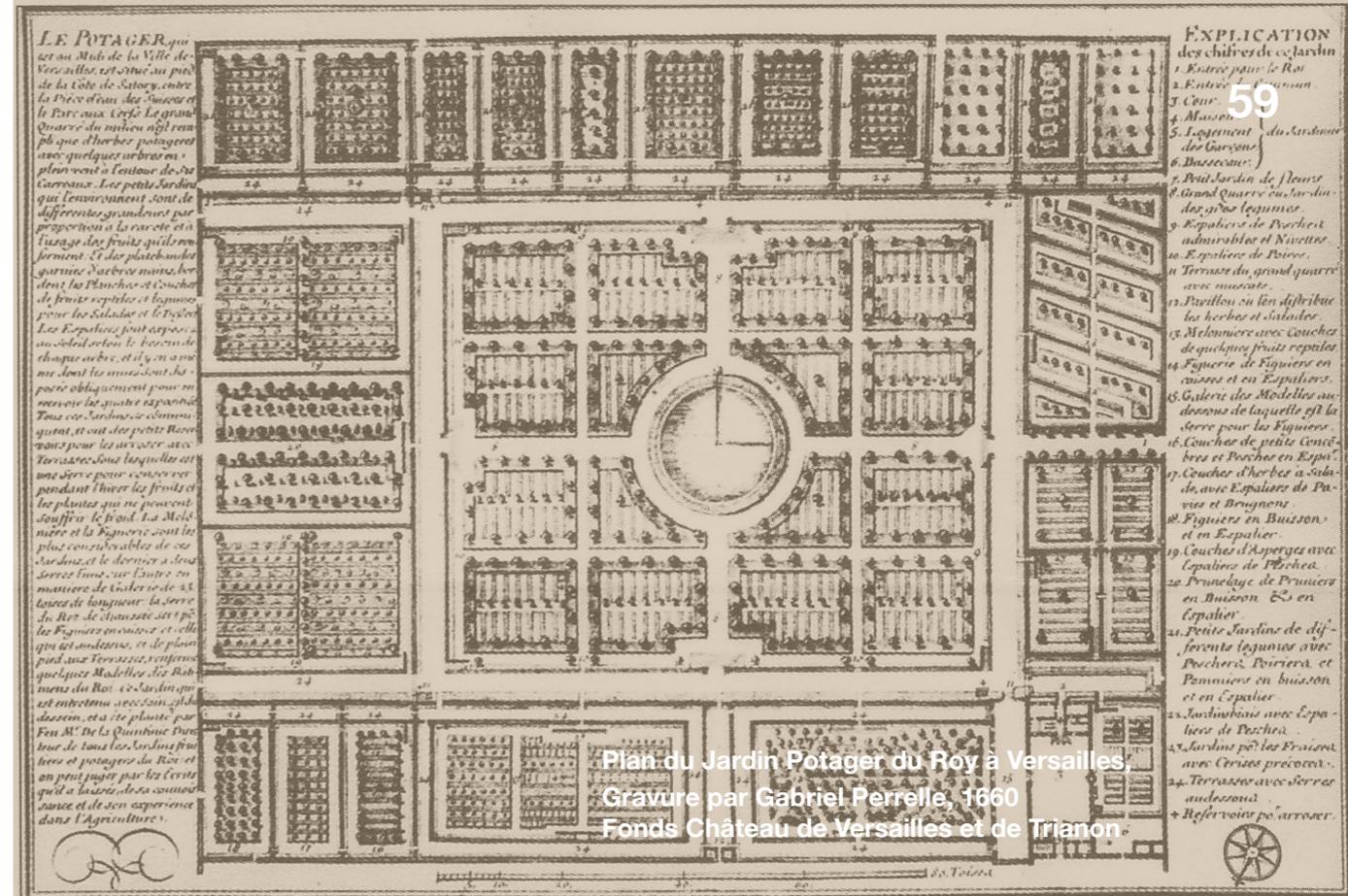
Potager de la victoire au milieu des ruines de Londres, 1943, photo Agence Roger-Viollet

En France, au XVII<sup>e</sup> siècle, le «potager du Roy» fut la réponse à une demande du roi Louis XIV au jardinier Jean-Baptiste de La Quintinie d'aménager un potager capable de subvenir aux besoins de la cour. Aujourd'hui le Potager du Roy est une école d'horticulture à destination des étudiants de l'École nationale supérieure de paysage (ENSP). L'encadrement est assuré par des jardiniers enseignants expérimentés. Classé monument historique et jardin remarquable, ses jardiniers perpétuent l'art de la taille et cultivent une grande diversité de fruits et légumes dans un jardin à la Française.

Nous pouvons parler des jardins ouvriers<sup>5</sup>, qui ont pour vocation l'amélioration de la condition des familles ouvrières au niveau des besoins alimentaires mais également au niveau social. «Ces jardins sont devenus des jardins familiaux car la mise à disposition de parcelles de terrain s'est ouverte à d'autres catégories socioprofessionnelles. Aujourd'hui, l'intérêt pour le jardinage, les légumes bio, la traçabilité des produits consommés, les circuits courts, le développement durable et la préservation de la planète, de plus en plus de villes et de communes, réinvestissent du foncier pour le consacrer à des jardins familiaux et jardins partagés, vecteurs de lien social à nouveau recherché.»<sup>6</sup>

<sup>5</sup> Les jardins ouvriers sont créés en 1896 par l'abbé Jules-Auguste Lemire, dans le but d'améliorer le sort des ouvriers grâce à la mise à disposition d'une parcelle par les municipalités qui serait vouée aux cultures potagères.

<sup>6</sup> Christelle Strub, *Jardins ouvriers, familiaux et de guerre*, publié le 01 octobre 2010, Base numérique du patrimoine d'Alsace.



Plan du Jardin Potager du Roy à Versailles.  
Gravure par Gabriel Perrelle, 1660  
Fonds Château de Versailles et de Trianon.

Fait par Perelle. A Paris chez N. Langlois. PLAN DU JARDIN POTAGER DU ROY, A VERSAILLE. Seue & boquée à la Victoire Avec Peril du Roy.



Le potager du Roy aujourd'hui, Versailles



Photo F. Zvardon , Jardins familiaux d'Hautepierre,  
Région Alsace - Service de l'Inventaire et du Patrimoine

Il est intéressant d'observer spatialement le fonctionnement des jardins ouvriers. De manière générale, les jardins sont de forme carré/rectangulaire, pour faciliter les délimitations ainsi que les plantations. Néanmoins, certains font l'exception. Je veux parler ici des jardins ouvriers situés à Strasbourg.

«Aménagée au nord de Strasbourg à partir de 1969 sur les plans de l'urbaniste Pierre Vivien, la cité d'Hautepierre est organisée en mailles hexagonales prévues pour abriter chacune un millier de personnes et des équipements collectifs.

Pierre Vivien intègre à son projet d'ensemble la création de parcelles de jardins familiaux en leur donnant des formes originales : des îlots circulaires, des spirales et des formes géométriques.»<sup>7</sup>

<sup>7</sup> Christelle Strub, Ibid, p.47

### 2.3 Sur le territoire de la Sauer-Pechelbronn

Le territoire de la Sauer-Pechelbronn est un territoire rural et agricole, on compte 172 exploitations agricoles. Sur les 5 828 hectares de surface agricole, 30 % du territoire sont utilisés. Les 30 supermarchés répartis sur le territoire permettent d'alimenter la population de la Sauer-Pechelbronn, par conséquent, les habitants ont des habitudes alimentaires différentes.

Sur le territoire, plusieurs habitants ont fait le choix de consommer autrement que par les grandes surfaces, du moins pour les produits frais et que l'on peut trouver auprès des petits producteurs. J'ai visité l'écolieu de Lampertsloch. C'est une ancienne demeure. Aujourd'hui, elle est composée de 3 familles qui disposent chacune de leur propre espace de vie, mais tout en partageant les équipements comme la machine à laver, les robots de cuisine, les outils de jardinage, une chambre d'amis ou encore une salle de jeux. Au sous-sol, une buanderie et un espace de coworking sont prévus. Un mode de vie qui permet de mutualiser les dépenses les assurances, l'électricité, l'eau, le transport...). Pour leur alimentation, « les familles couvrent 1/3 de leurs besoins en autoproduction, avec les produits de leur jardin, 1/3 des achats est réalisé auprès de particuliers ou de brocanteurs, et le reste auprès de magasins éthiques, comme des fermes bio, des épicerie vrac ou des fruitiers.»<sup>8</sup>

<sup>8</sup> Magali Burkhart, *Le bonheur est dans l'écolieu*, paru dans Maxi-flash en ligne le 01/02/2021, consulté le 10/02/2021



## 2.4 Le circuit court : une alternative possible pour les cantines ?

Précédemment je parlais de la sensibilisation dans les cantines par des affiches publicitaires contre le gaspillage alimentaire. Les cantines sont donc un point d'entrée pour diffuser de l'information et procéder à la mise en place d'une alimentation durable et responsable. En France, il est possible de bien manger dans un restaurant scolaire. J'entends par « bien manger », manger localement en prenant en compte la qualité nutritionnelle des aliments.

En France, il existe plusieurs restaurants scolaires qui ont mis en place un approvisionnement local et responsable des produits qui entrent dans la préparation des repas à destination des enfants. Prenons l'exemple de Mouans-Sartoux dans la région Provence-Alpes-Côte d'Azur. En 2018, le Ministère de la Transition écologique a réalisé un reportage sur la ville de Mouans-Sartoux dans le département des Alpes-Maritimes, évoquant la mise en place d'un potager servant à alimenter l'école de la ville. En effet, « elle a développé sa propre régie agricole, d'une taille de 4 hectares. L'agriculteur, employé par la mairie, gère l'ensemble de l'exploitation qui produit chaque année 20 tonnes de légumes certifiés bio. Ce grand jardin potager permet d'alimenter 80 % des légumes utilisés par les cantines de la ville.



Les enfants apprenant à cultiver à Mouans-Sartoux dans le jardin de la Régie.



C'est ici que sont produits des légumes pour la cantine scolaire de Mouans-Sartoux



Yann Vidal, cultivateur bio à Mouans-Sartoux depuis 6 ans

La régie a un fonctionnement de maraîchage classique et produit une grande variété de légumes de saison. Les terres municipales sont elles aussi un outil pédagogique important, car les enfants viennent très régulièrement dans le jardin de la ville pour aider à planter, à récolter et surtout pour voir d'où viennent les aliments. Depuis 2010, le personnel de restauration pèse chaque jour les restes récupérés dans les assiettes.» Une employée de cantine nous dit: «Il y a quelques années, nous avions 147 grammes de déchets par repas, alors qu'aujourd'hui nous avons réduit à 30 grammes. Les cantines de Mouans-Sartoux insistent sur la juste quantité et l'envie des enfants en leur proposant, par exemple, différentes assiettes avec plusieurs tailles de portions.»

La restauration collective publique est soumise au code des marchés publics. Il impose un recours aux appels d'offres, c'est-à-dire à des mesures de publicité et de mise en concurrence pour les marchés d'une valeur d'au moins 25000 euros HT. Sous ce seuil, l'achat en gré à gré est autorisé et c'est l'opportunité d'engager des collaborations avec des producteurs locaux dans une logique de proximité de qualité! Tant que la commande est en deçà de 25000 euros HT pour une même famille de produits sur une année, il est recommandé de collaborer en gré à gré. Procédure simplifiée, elle est uniquement régie par le respect des principes directeurs de la commande publique : liberté d'accès, égalité de traitement des candidats, transparence.<sup>9</sup>

<sup>9</sup> Extrait de *Circuit-court et approvisionnement local dans les cantines, c'est possible*, Via Terroirs, 28/01/2019

## II. Une approche éducative de l'alimentation par le potager



Végétalise les cours d'école, L'école comestible, Manifeste pour une éducation comestible

### 3/ Des outils pédagogiques pour favoriser une bonne compréhension de l'alimentation

#### 3.1 Etude de cas : L'école comestible, Manifeste pour une éducation comestible

Dans ma quête de recherche d'informations sur les différentes pédagogies autour du potager, j'ai découvert une émission culinaire diffusée sur la station FranceCulture. Cette émission *Les Bonnes Choses*<sup>1</sup>, animée par Caroline Broué, aborde l'alimentation sous toutes ses formes et en décrypte tous les enjeux. Le 29 novembre 2020 est diffusée pendant la pause méridienne la thématique suivante : réapprendre à bien manger !

**« Parce que nous sommes convaincus que notre façon de manger peut changer le monde, et nous pensons que l'éducation alimentaire doit faire son retour à l'école. L'alimentation est aujourd'hui au cœur des problématiques contemporaines, sa qualité est en baisse, 1 français sur 5 reconnaît avoir du mal à se nourrir sainement. Il y a urgence à agir. »<sup>2</sup>**

Voici le message que veut passer Camille Labro<sup>3</sup>, l'invitée de l'émission. Sa présence a permis de présenter en détail ce qu'était l'École comestible ainsi que le Manifeste qui l'accompagne.

<sup>1</sup> *Les Bonnes choses* est une émission diffusée sur France Culture, le dimanche de 12h à 12h30. Elle est animée par Caroline Broué. Les Bonnes choses s'empare des questions d'alimentation telles qu'elles s'imposent aujourd'hui, une source de plaisir et de partage certes, une affaire de responsabilité et de sécurité également. De grands sujets, des invités – cuisiniers, artisans, agriculteurs, gastronomes, historiens, nutritionnistes, une perspective mondiale, une attention à toutes les nouveautés – aliments, tendances, débats, blogs, festivals.

<sup>2</sup> Extrait du *Manifeste pour une éducation comestible*

<sup>3</sup> Camille Labro est une journaliste culinaire, elle est aussi la fondatrice de l'École comestible et du manifeste.

L'École comestible est une association à destination des enfants et donne lieu à la construction de potagers, à l'accompagnement des cultures et de faire tout le suivi de la terre à l'assiette avec les enfants. La découverte de l'univers du jardinage est importante, il faut donc leur apprendre à semer un légume, leur faire comprendre comment il pousse et ensuite comment on le transforme et on le partage. «Et l'idée n'est pas de faire des petites incursions ponctuelles mais d'instaurer un suivi pédagogique.» nous explique Camille Labro. Car l'idée de l'École comestible est venue d'un constat de l'Éducation Nationale, notamment du programme "l'éducation à l'alimentation et au goût"<sup>4</sup>, par les enseignants.

Camille Labro observe que très peu d'enseignants le mettent en place car ils n'ont ni le temps, ni la formation nécessaire pour le faire correctement. Il n'y a pas de formation dédiée. Il y a des formations liées aux mathématiques, au français, aux grandes matières principales (cycle primaire) mais les formations autour de l'alimentation n'existent pas. Les outils qui sont proposés aujourd'hui sont peu accessibles, peu compréhensibles et rébarbatifs et contrastés.

Prenons l'exemple de la pyramide alimentaire, c'est un outil de référence pour aborder l'alimentation équilibrée.

<sup>4</sup> L'éducation à l'alimentation et au goût intervient en classe tout au long de la scolarité. Les enseignants contribuent à l'acquisition des bonnes habitudes alimentaires : la sensibilisation des élèves peut se faire en classe, conformément aux programmes scolaires, ou dans le cadre d'activités spécifiques. C'est un programme mis en place par le ministère de l'Éducation nationale, de la jeunesse et des sports.



Mise en place d'ateliers de découvertes sensorielles, culturelles et culinaires, L'école comestible, Manifeste pour une éducation comestible

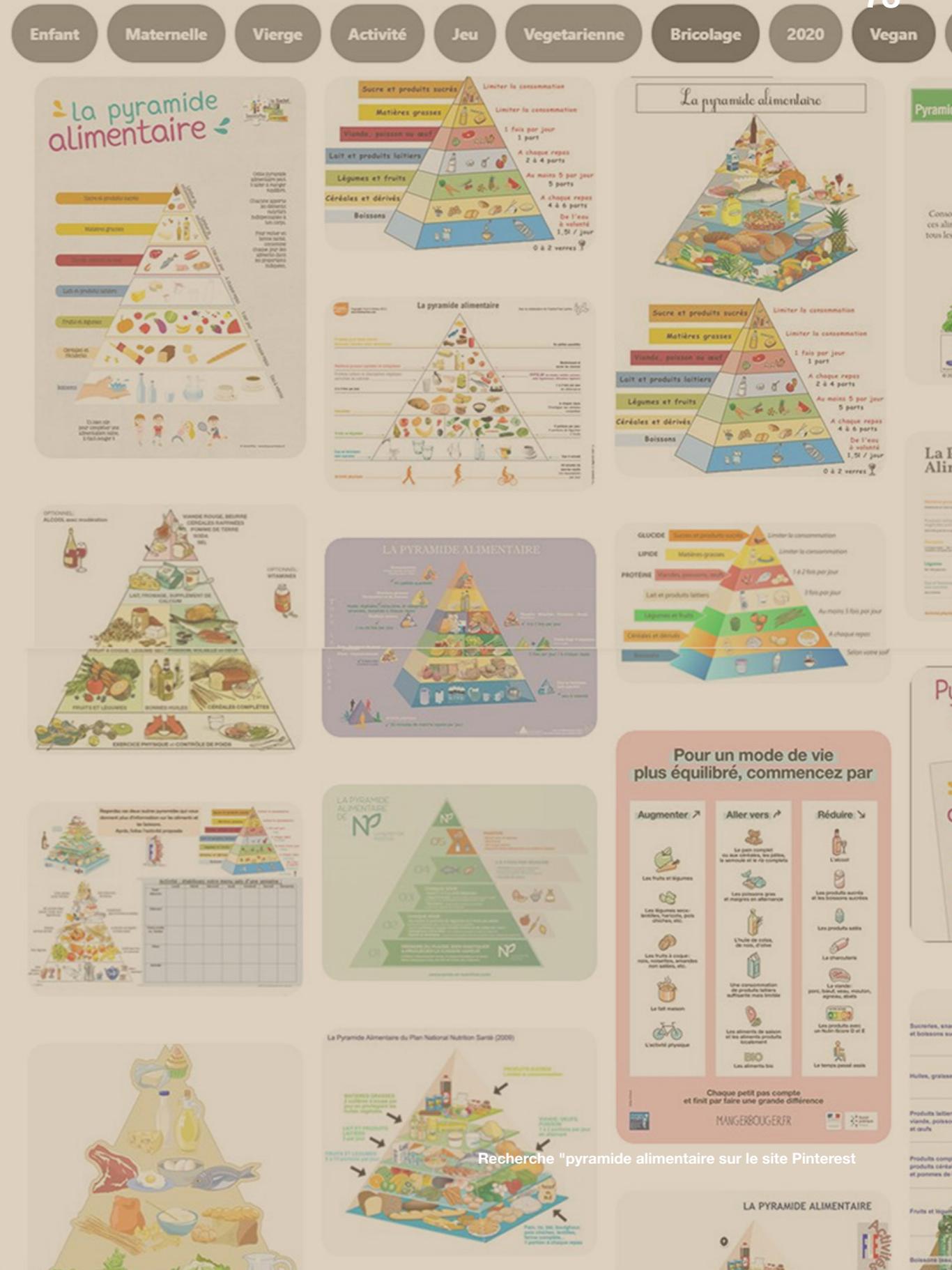
Elle est souvent utilisée dans les cours de SVT, pour montrer la diversité alimentaire et l'équilibre qui y règne. Néanmoins, «La pyramide alimentaire a provoqué de nombreuses réactions de contestation. Critiquée par des scientifiques, vilipendée par des journalistes et des blogueurs amateurs de nutrition, imitée, réécrite et parodiée par divers acteurs, la pyramide des années 90 – qui donne la part belle aux féculents, «socle» d'une alimentation diversifiée – semble «résister» aux différentes tentatives de détronement, révision ou caricature.

Il suffit de consulter le site de partage d'images Pinterest pour observer sa présence à côté de diverses versions concurrentes ou parodiques, telles des pyramides végétariennes, végétaliennes, «paléo», méditerranéennes et des réécritures humoristiques comme la pyramide de la «malbouffe» de la série télévisée d'animation Les Simpson.

En France, malgré la prise de distance qu'effectue l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes)<sup>5</sup> vis-à-vis de toute représentation «pyramidale» des recommandations nutritionnelles, les messages du Programme national nutrition santé (PNNS) continuent à se trouver confondus avec la pyramide des années 90, ce qui renforce pour certains la légitimité de cet objet visuel et pour d'autres, son caractère contestable.»<sup>6</sup>

<sup>5</sup> L'Inpes est chargée de mettre en œuvre la politique nutritionnelle fixée par le gouvernement par le Programme national nutrition santé (pnns), notamment par l'élaboration de campagnes informationnelles

<sup>6</sup> Susan Kovacs et Denise Orange-Ravachol, « La pyramide alimentaire : permanence et mutations d'un objet polymorphe controversé », *Questions de communication* [En ligne], 2015 consulté le 05/02/21.



Sur le site de l'École comestible, on peut lire l'origine des fondements : «L'école comestible fonde ses principes sur ceux de l'Edible Schoolyard, créé par Alice Waters<sup>7</sup> en 1995, aux Etats-Unis. Le projet Edible Schoolyard a permis le lancement de programmes d'éducation alimentaire dans plus de 5000 écoles à travers le monde.»

Marc André Selosse<sup>8</sup> et le Chef Olivier Roellinger<sup>9</sup>, sont signataires du *Manifeste pour une éducation comestible*. Lors de l'émission, Olivier Roellinger intervient sur le sujet en disant ceci : «L'initiative de L'école comestible est absolument remarquable. Il faut arracher aux griffes des industriels l'alimentation de nos enfants. Apprendre aux enfants à bien manger est une priorité, comme on leur apprend à lire, à écrire et à compter.»

<sup>7</sup> Alice Waters est une restauratrice américaine. C'est aussi la première femme à remporter le prix James Beard en 1992. Elle est également connue pour son engagement militant en faveur d'une alimentation biologique et locale.

<sup>8</sup> Marc André Selosse est biologiste et microbiologiste et professeur au Muséum national d'histoire naturelle.

<sup>9</sup> Olivier Roellinger est un chef cuisinier français.

### 3.2 Donner forme à l'envie

Il est agréable quand nous achetons un vêtement qu'il soit d'une belle forme, qu'il ait de belles couleurs, qu'il soit doux. Et bien nous avons la même réflexion lorsqu'il s'agit de l'alimentation. Prenons l'exemple d'une tomate : plus elle sera rouge et ronde plus elle séduira. La qualité du produit n'en est pas meilleure.

Que ce soit de façon instinctive ou pédagogique, l'enfant est curieux de nature et intéressé. Le jeu - ou l'expérimentation - est une manière d'enseigner et l'enfant y est réceptif. Désigné par le terme de *skholè* ou loisir en grec et par celui de *ludus* ou amusement en latin, le jeu est toujours associé à l'enseignement. Cela permet à l'enfant de construire sa personnalité et de découvrir la société dans laquelle il vit.

Il existe dans le domaine du design et des arts différentes manières d'aborder la thématique de l'alimentation pour les enfants. Elles sont mises en valeur par des outils ludiques, pour faciliter le discours. Le travail de Marije Vogelzang<sup>10</sup> témoigne de cette envie de travailler avec et pour l'enfant.

Marije Vogelzang est une jeune créatrice qui s'intéresse à la cuisine depuis sa jeunesse. Elle expérimentait avec la nourriture tout en jouant avec.

<sup>10</sup> Marije Vogelzang est une designer hollandaise de «nourriture» ou «manger», qui se concentre sur la façon dont les gens conçoivent leurs habitudes alimentaires, leurs modes et leurs rituels. Elle travaille régulièrement en tant que designer pour des organisations et consultante dans l'industrie alimentaire. Elle est devenue la chef du département alimentaire à la Design Academy Eindhoven en 2014

Elle a décidé d'en faire sa profession et d'honorer la nourriture, mais d'une manière éducative. Aujourd'hui, elle organise des ateliers et des conférences dans des écoles de design et des écoles de cuisine.

Le projet *Veggie Bling Bling* est un projet qui invite les enfants à manger fruits et légumes. Ils n'apprécient pas toujours leur forme, c'est pourquoi Marije Vogelzang les transforme pour que l'enfant puisse les manger.

Elle a vécu cette expérience avec sa fille de 2,5 ans, Juni. C'est une fille qui déteste les carottes. À l'aide d'un couteau ou d'un éplucheur, Marije Vogelzang a transformé la forme initiale de la carotte en anneau. Juni a mangé sa bague et donc la carotte. Lors d'un atelier avec d'autres enfants, elle a transformé les poivrons en bracelet.

Dans son travail, la plupart des projets qu'elle réalise sont comestibles et éphémères. À la fin de l'expérience, les restes de nourriture peuvent être hachés et préparés pour un repas.

*Veggie Bling Bling* est un projet qui rend la nourriture amusante pour tous. Avec ce projet, les enfants peuvent réinventer l'utilisation des fruits ou des légumes et créer des histoires pour eux-mêmes, par exemple «Je suis un elfe aux oreilles d'elfe. J'ai donc besoin d'une baguette magique!»



Marije VOGELZANG, *Veggie Bling Bling*, 2015, expérimentation avec des fruits et légumes, lieu inconnu

À l'école maternelle, le cycle 1<sup>11</sup> a pour mission principale de donner envie aux enfants d'aller à l'école pour apprendre, s'épanouir et affirmer leur personnalité. A ce titre, et dans le cadre des 5 domaines d'apprentissage<sup>12</sup>, l'éducation à l'alimentation et au goût se prête à l'organisation de plusieurs ateliers explorant l'ensemble des dimensions de l'alimentation.<sup>13</sup>

J'ai mené un atelier avec une classe de l'école de Wingen (maternelle et CP), afin de commencer le cours sur la germination. La graine fait partie intégrante du potager, il est nécessaire de commencer à comprendre l'évolution des plantes pour comprendre notre alimentation. Ainsi, j'ai disposé sur une table différentes graines avec d'autres objets qui pouvaient s'apparenter à une graine. Les enfants ont très vite su faire la différence. Dans la suite de nos échanges, j'ai recueilli du verbatim, des anecdotes qui pourront nourrir mon projet de diplôme.

<sup>11</sup> Le cycle 1 correspond aux classes de petite, grande et moyenne section (maternelle)  
<sup>12</sup> Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions : agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique ; agir s'exprimer, comprendre à travers les activités artistiques, construire les premiers outils pour structurer sa pensée ; explorer le monde.  
<sup>13</sup> Extrait vademecum : ministère de l'éducation nationale, de la jeunesse et des sports, date inconnue



Découverte des différentes graines avec les maternelles de l'école de Wingen, en collaboration avec Marie-Eve



Lecture d'un album portant sur la germination avec les maternelles de l'école de Wingen, en collaboration avec Marie-Eve TROG

### III. Vers l'école potagère

A travers cet écrit, j'ai tenté d'inventorier différents moyens de répondre à la problématique présentée dans les premières pages. Cela m'a amené à questionner nos habitudes alimentaires à travers nos modes de productions et de consommations. Et d'en extraire les principes pour me diriger vers une forme de réponse, de proposition.

Le potager, - vers lequel je choisis de m'orienter - c'est à la fois montrer l'existant et les possibles et pour amener une autre forme d'éducation à l'alimentation en milieu scolaire. Il en découle donc un projet dans une école, une école sur le territoire de la Sauer Pechelbronn. Cette école se situe à Wingen avec qui je réalise déjà des ateliers en lien avec le potager. J'aborde donc cette thématique sous plusieurs étapes :

#### 1- faire comprendre l'évolution d'une graine à travers la fabrication d'un germoir avec la classe des CE/CM

##### Qu'est-ce qu'un germoir ?

Le germoir est un appareil ou un récipient qui permet de recevoir les graines dont on veut contrôler la germination.

##### Comment consommer les graines après la germination ?

Les saveurs d'une même graine varient selon la durée de la germination, elles se consomment dès que le germe pointe et jusqu'à l'état de

petites pousses généralement vertes. Les graines doivent être rincées une dernière fois, avant d'être consommées. Tout se mange, même la racine. Les graines germées se consomment généralement crues, pour profiter de tous les bienfaits ou bien ajoutées à diverses salades ou crudités ou taboulé, ou incorporés dans la sauce salade, ou bien dans les sandwiches, dans les nems et rouleaux de printemps. Elles accompagnent aussi le fromage et entrent dans la composition de vinaigrettes originales.



Construction d'un germeur avec les CE/CM de l'école de Wingen, en collaboration avec Joanne LEIBOLD

## 2- la mise en place du potager et de ses outils

La construction du potager est prévue selon le calendrier des semis, c'est-à-dire mi-mai. J'ai comme mission de donner à voir spatialement le potager avec ces différents outils : zone de stockage, compost, endroits pour planter des légumes, des fleurs, des bacs à différentes hauteurs pour satisfaire les tailles des enfants. La construction des différents outils se fera avec les enfants et encadrée par l'institutrice et moi-même.

Pour cela, l'école est dotée d'une parcelle de terrain alloué à la culture de plantes, de légumes ainsi que d'un local qui permettrait d'accueillir les outils de jardinage, les graines. Ces différents espaces se situent en annexe de l'école, dans le jardin de Sœur Bernardine. C'est une zone où d'autres parcelles sont louées par des habitants du village, pour y cultiver divers plantes.

Mon rôle en tant que designer d'espace sera de mettre en œuvre la formalisation du potager par le biais des outils numériques (modélisation 3D), ainsi que par la maquette. La présentation auprès des institutrices et du maire sera l'occasion de valider la formalisation du potager et de discuter d'éventuels changements, je vois cela comme un projet collaboratif autant pour l'équipe enseignante que pour moi-même.



La Mairie de Wingen met à disposition une parcelle de terre pour la construction du potager pédagogique



La Mairie de Wingen met aussi à disposition un espace pour ranger les outils

### 3- Et après ?

Une fois la construction du potager faite, ainsi que la mise en route des plantations, j'envisage une dégustation en classe permettant aux élèves de visualiser les possibles d'un potager. Cela prendrait la forme d'un événement, lors d'un atelier cuisine. En fonction des récoltes effectuées, les enfants seront amenés à utiliser divers ustensiles de cuisine comme par exemple un verre mesureur faisant référence au cours de mathématique.

De plus, il me semble important de mettre en œuvre un protocole permettant aux enseignantes de continuer à entretenir le potager et de le faire vivre. Ainsi, sera fourni un calendrier des semis, un guide pour entretenir le potager...

**Ce projet est avant tout une aventure utopiste, vers un idéal d'apprentissage en classe par le biais du potager et de ces outils.**

## Bibliographie

ATTALI Jacques, Histoire de l'alimentation, Paris, Fayard, 2018

CASTETBRON Katia et ROLLAND-CACHERA Marie-Francoise, *Surpoids et obésité chez les enfants de 7 à 9 ans*, 2000

DEGRANGE Paule-Marie, « Manger à l'école », *La lettre de l'enfance et de l'adolescence*, 2003, n°52

DE SUREMAIN Charles Edouard, COHN Clarice, « Patrimoines alimentaires enfantins », *Anthropology of food*, 2015, n°9

FELOUZIS Georges, PERROTON Joëlle, « Les marchés scolaires : une analyse en termes d'économie de la qualité », ed. Technip et Ophrys, *La revue française de sociologie*, 2007

FLAUBERT Gustave, *Éducation sentimentales*, Paris, Michel Lévy frères, 1869, tome 2, p. 62

FUTURIBLES, *Etude rétrospective et prospective des évolutions de la société française (1950-2030)*

POULAIN Jean-Pierre, *Dictionnaire des cultures alimentaires*, Paris, PUF, 2012

QUELLIER Florent, *Histoire du jardin potager*, Paris, ed.Armand-Colin, 2012, 192 pages

VIARD Pascal, *Le projet jardin ; Jardin d'école*, Mission EDD, 2016

## Sitographie

Fondation April, « L'influence de la publicité sur l'alimentation des jeunes », [en ligne], < <https://urlz.fr/f47e> >, consulté le 12/12/20

LEMKE Coralie, « *Pizza, sandwich, soda... les enfants mangent de plus en plus mal !* », Sciences et Avenir, 22/06/2019, [en ligne]

OUAHAB Alban, « La longue marche des épiceries coopératives », [en ligne], < <https://urlz.fr/f49D> >, consulté le 18/12/2020

STRUB Christelle, « Jardins ouvriers, familiaux et de guerre », [en ligne], < <https://urlz.fr/f4al> >, consulté le 26/01/21

Via Terroirs, « Circuit-court et approvisionnement local dans les cantines, c'est possible », [en ligne], < <https://urlz.fr/f4aY> >, 28/01/2020

Susan Kovacs et Denise Orange-Ravachol, « La pyramide alimentaire : permanence et mutations d'un objet polymorphe controversé », *Questions de communication* [en ligne], < <https://journals.openedition.org/questionsdecommunication/9720#ftn2> >, consulté le 07/02/21.

LOAPER Christian et SALLE Joël, « La pratique sportive à l'école primaire », rapport n°2012-035, [en ligne], mai 2012

Étude Esteban, 2015, Santé publique France et enquête DREES, « En 2017, des adolescents plutôt en meilleure santé physique mais plus souvent en surcharge pondérale », Études et Résultats, Août 2019, n°1122

## Glossaire

**Alimentation durable** : Une alimentation qui protège la biodiversité et les écosystèmes, est acceptable culturellement, accessible, économique loyale et réaliste, sûre, nutritionnellement adéquate et bonne pour la santé, et qui optimise l'usage des ressources naturelles et humaines.

**Circuit court** : La notion est utilisée pour valoriser un mode de vente limitant le nombre d'intermédiaires (un au plus), mais ne prévoit pas de notion de proximité physique (kilométrage).

**Compétences psychosociales** : Les compétences psychosociales (CPS) sont des compétences individuelles de nature psychologique qui sont indispensables à toute vie sociale (life skills). L'OMS les définit comme « la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est la capacité d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement ». Au nombre de dix,<sup>1</sup> leur renforcement est un objectif primordial de l'École promotrice de santé.

**Éducation à la santé** : L'École a la responsabilité, en liaison étroite avec la famille, de veiller à la santé et au bien-être des jeunes qui lui sont confiés, de favoriser leur développement personnel et de les amener à la réussite scolaire. Cette éducation inscrite dans le code de l'éducation (article L.121-4-1) est renforcée dans le cadre de l'impulsion du concept d'École promotrice de santé qui consiste à généraliser les dispositifs de type « Aller bien pour mieux apprendre » (ABMA) et à inscrire

<sup>1</sup> Savoir résoudre des problèmes ; savoir prendre des décisions ; avoir une pensée créative ; avoir une pensée critique ; savoir communiquer efficacement ; être habile dans les relations interpersonnelles ; avoir conscience de soi ; avoir de l'empathie ; savoir réguler ses émotions ; savoir gérer son stress.

cette démarche dans le projet d'école ou d'établissement. Cette éducation transversale conçoit la santé dans son approche globale et positive. Elle concerne l'ensemble de la communauté éducative et mobilise les élèves en tant qu'ambassadeurs-santé.

**Gaspillage alimentaire :** Le gaspillage alimentaire renvoie à toute nourriture destinée à la consommation humaine qui, à une étape de la chaîne alimentaire, est perdue, jetée, dégradée.

**Surpoids et obésité :** Le surpoids et l'obésité sont définis comme une accumulation anormale ou excessive de graisse qui présente un risque pour la santé. Selon la classification de l'OMS, on parle de surpoids lorsque l'Indice de Masse Corporel ( $[\text{poids en kg}/\text{taille en cm}]^2$ ) est supérieur à 25 et l'obésité lorsqu'il dépasse 30. Chez l'enfant, il faut se référer aux courbes de corpulences présentes dans les carnets de santé. Chez l'adulte comme chez l'enfant, l'interprétation des résultats nécessite un avis médical pour prendre en compte différents facteurs.

## Annexes

### Annexe 1 : texte accompagnant l'un des photographies de Gregg Segal

Kawakanih Yawalapiti, 9 ans, région du Haut-Xingu du Mato Grosso, Brésil, photographiée le 19 août 2018 à Brasília. Kawakanih, membre de la tribu Yawalapiti, vit dans le parc national Xingu, une réserve du bassin amazonien du Brésil. Le parc est encerclé de ranchs de bovins et de soja. Au cours des six derniers mois seulement, 100 millions d'arbres ont été abattus pour faire de la place à la culture du soja. Il ne restait que 7 locuteurs de la langue et sa mère avait peur que l'Arawaki ne s'éteigne. En fait, Kawakanih est la première enfant élevée à parler arawaki depuis les années 1940 et sa mère dit que c'est à Kawakanih et à ses deux frères et sœur de garder la langue vivante. Kawakanih a également appris le dialecte de son père et le portugais. Elle aime lire des livres d'histoire, en particulier sur les Égyptiens. La plupart de ses journées sont consacrées à la rivière ou aux corvées, comme la récolte de manioc, la fabrication du tapioca et la pêche. Tous les deux mois, Kawakanih se rend à Canarana pour aller à l'école où elle acquiert des compétences en informatique, même si personne dans son village ne possède un ordinateur. Il n'y a pas d'électricité ou d'eau courante. Pour se rendre au studio de Brasília, Kawakanih et sa mère ont voyagé 31 heures depuis leur village en bateau, en bus et en voiture. La peinture rouge que porte Kawakanih, traditionnellement à base de graines d'urucum moulues, la protège des mauvais esprits. Une grappe de gousses se trouve à gauche de la tête de Kawakanih. Les tribus de la forêt pluviale utilisent aussi l'urucum comme médicament depuis des siècles. Le régime alimentaire de Kawakanih est très simple et se compose principalement de poisson, de tapioca, de fruits et de noix. Il faut cinq minutes pour dîner, dit Kawakanih. Quand tu as faim, tu vas à la rivière avec ton filet.

## Annexe 2 : Manifeste pour une éducation comestible

### Manifeste pour une éducation comestible

**Parce que nous sommes convaincus que notre façon de manger peut changer le monde, nous pensons que l'éducation alimentaire doit faire son retour à l'école. L'alimentation est aujourd'hui au cœur des problématiques contemporaines. Sa qualité est en baisse. Un Français sur cinq reconnaît avoir du mal à se nourrir sainement.**

#### Il y a urgence à agir.

Nous rêvons d'un monde qui offre à chacun le droit de bien manger, et où tous les enfants ont accès à une éducation alimentaire bonne, propre et juste.

Nous rêvons d'une école dans laquelle les enfants cultivent un potager, observent le cycle des saisons et du vivant, apprennent à cuisiner, à se régaler et régaler leurs proches de ce qu'ils ont préparé. Nous rêvons de cantines saines et savoureuses, qui connectent la préparation des repas avec les potagers et soutiennent des réseaux de paysans locaux vertueux, qui éduquent contre le gaspillage, revalorisant les métiers de la restauration collective et font de chaque repas une fête. Nous rêvons d'enseignants, d'animateurs, d'élus locaux formés pour intégrer l'alimentation au cœur des apprentissages essentiels.

Au pays de l'excellence culinaire, nous ne partons pas de rien. L'Éducation Nationale reconnaît avoir un « rôle stratégique » à jouer. Elle préconise d'intégrer l'éducation au goût dans les programmes scolaires. Le Conseil National de l'Alimentation recommande de « renforcer l'éducation à l'alimentation par la pratique culinaire, le goût et/ou les jardins pédagogiques ».

Avec L'école comestible, nous souhaitons apporter notre contribution à ces objectifs, dans les activités scolaires, périscolaires et au sein de la vie quotidienne des enfants.

En reliant l'alimentation à l'histoire du vivant, nous permettons aux enfants de comprendre d'où ils viennent, ce qu'ils mangent, la richesse de la biodiversité, la force et la fragilité de la nature. En créant des jardins dans les écoles, sur les toits, au bord des cours et des rues et même des potagers mobiles, nous contribuons à verdifier et rafraîchir nos environnements de vie. En développant la solidarité et le partage de recettes ou de savoir-faire potagers avec les familles, nous contribuons à fortifier le lien social et encourageons l'implication des adultes dans le quotidien de leurs enfants. En apprenant à mieux manger, nous réenchantons l'expérience du repas, à la cantine comme à la maison, et nous contribuons à réparer la fracture sociale.

Et puis, quand les enfants jardinent ou cuisinent, jouent, calculent, lisent, étudient une réaction chimique, observent la géographie, comprennent l'histoire, touchent, sentent, écoutent, et forgent leur esprit critique... tous les sens sont en éveil et toutes les matières scolaires s'y retrouvent.

Comme d'autres associations, mouvements, initiatives, L'école comestible prend sa part dans cette incontournable transition de société. Avec nos marraines et parrains Alice Waters, Olivier Roellinger, Michel Guérard et Françoise Nyssen, nous invitons à une Révolution Délicieuse, dès le plus jeune âge.

## Tables des matières

<b>Remerciement</b>	<b>1</b>
<b>Sommaire</b>	<b>3</b>
<b>Préambule</b>	<b>5</b>
<b>Introduction</b>	<b>9</b>
<b>I. Les désordres de l'alimentation</b>	<b>12</b>
<b>1/ Une question de santé publique</b>	
1.1 Avant tout, notre santé	
1.2 Nos habitudes alimentaires	
<b>2/ Les dérives de la société de consommation</b>	<b>23</b>
2.1 Une agriculture à toutes épreuves ?	
2.2 Prise de conscience	
<b>3/ Notre alimentation d'hier et d'aujourd'hui</b>	<b>33</b>
3.1 Une évolution constante	
3.2 Une consommation locale	
3.3 Quel avenir ?	
<b>II. Une approche éducative de l'alimentation par le potager</b>	<b>44</b>
<b>1/ Enseigner dehors</b>	
1.1 L'enfant et la nature	
1.2 Les apports de l'école hors des murs	
<b>2/ Le potager comme support pédagogique</b>	<b>55</b>
2.1 Qu'est-ce que le potager ?	
2.2 Le potager d'hier et d'aujourd'hui	
2.3 Sur le territoire de la Sauer-Pechelbronn	
2.4 Le circuit court : une alternative possible pour les cantines ?	
<b>3/ Des outils pédagogiques pour favoriser une bonne compréhension de l'alimentation</b>	<b>69</b>
3.1 Etude de cas : L'école comestible, Manifeste pour une éducation comestible	
3.2 Donner forme à l'envie	
<b>III. Vers l'école potagère</b>	<b>81</b>
<b>Sources</b>	<b>89</b>
<b>Glossaire</b>	<b>91</b>
<b>Annexes</b>	<b>93</b>
<b>Table des matières</b>	<b>97</b>

**Réalisation des textes :** Emeline  
PRIGENT

**Conception Graphique :** Emeline  
PRIGENT

**Typographie :**  
**Helvetica Neue**  
Garamond

Imprimé en France, chez Point Carré, 2021

