

LES EXPLORATEURS DE L'ALIMENTATION

PLAN'EAT Kids - INRAE, Grand Clermont et PNR Livradois Forez

PLAN'EAT Kids est un dispositif de recherche-action, appelé laboratoire vivant, un «Living lab», à destination des 6-15 ans. C'est une déclinaison du projet PLAN'EAT, développé dans 11 pays européens, qui accompagne les consommateur-rices à pouvoir adopter des comportements alimentaires sains et durables. En France, l'une des expérimentations de ce Living lab porte notamment sur un terrain bien connu des enfants : le supermarché.

Tout commence en Auvergne, le jour du lancement du projet. PLAN'EAT Kids réunit plus de 50 participant-es, dont une dizaine d'enfants, autour d'une fresque de l'alimentation. C'est un élément déclencheur. Non seulement elle esquisse un changement de comportements et de postures alimentaires, mais elle permet aussi de poser un premier plan d'actions porté par les parents, les enfants et des acteur-ices et chercheur-ses présent-es.

Parmi ces actions émerge l'envie de faire analyser aux enfants de manière ludique les produits des rayons des grandes et moyennes surfaces. Petit à petit, l'idée fait son chemin pour aboutir à la création du premier escape game en supermarché. Entièrement co-construit avec les directeurs des supermarchés, les associations et les enseignant-es, il se déroule en deux temps. Dotés d'un carnet de voyages, les enfants explorent les rayons, en groupe, pour repérer les aliments bruts ou ultra-transformés et les provenances des fruits et légumes, à travers des défis et lectures d'étiquettes. De retour en classe, les groupes partagent et analysent leurs résultats avec leur enseignant-e.

Une expérimentation unique pour déconstruire et ré-appréhender des pratiques alimentaires.

En savoir + www.planeatkids.hub.inrae.fr

Fiche REX voyage au supermarché

Fiche REX menus communs

ON EST FIÈR-ES

- 150 enfants ont développé leur esprit critique sur l'offre et les pratiques de 2 supermarchés et leur capacité à comprendre les enjeux liés à leurs pratiques alimentaires

LES PRODUITS ULTRA-TRANSFORMÉS

Changer des comportements formatés par des représentations coriaces et un ultra-marketing permanent n'est pas simple. Si les enfants commencent à avoir une réelle conscience de l'importance d'une alimentation saine et durable (gras, peu sucré, peu salé), en pratique, moins des 2% d'entre eux (sur les 120 escape gameurs) sont capables de choisir ce type d'aliment au goûter ou au petit déjeuner, et ce quelque soit leur âge..

UN CLIMAT DE CONFIANCE RÉCIPROQUE

Dans l'une des écoles engagées, deux temps de présentation à destination des parents ont été organisés. Des moments précieux car rares : les parents ont pu parler de leurs difficultés et freins aux chercheur-ses, qui ont adopté une posture non jugeante et bienveillante. Un nouveau rapport de confiance s'est créé et le taux de participation des parents a augmenté.



C'est la faute au système mondial

- Représentant-e d'une association en éducation à l'alimentation

« Non, c'est la faute au marché, il y a une demande et une offre et il faut surtout répondre à ce que veut le consommateur »

- Ancien directeur d'industrie Agro Alimentaire



« Nous sommes livrés tous les matins en produits frais et locaux. »

- Directrice de rayon de GMS

« Mais il y a 9 fruits sur 27 qui viennent de France, c'est pas très local... »

- Enfant de 10 ans lors d'un escape game

LE RÔLE DES ENSEIGNANT-ES

Le travail des enseignant-es est ici un levier majeur. Certains étaient déjà très impliqués sur le sujet, d'autres beaucoup moins. Pour l'un d'entre eux même, l'atelier a été le seul et unique moment de l'année où l'on traitait d'alimentation. Pourtant, le thème fait partie du programme. Alors, faudrait-il déployer un PLAN'EAT Kids dans chaque classe ? Les coûts humains (engagement des acteurs) et financiers (rémunération des animateurs) sont importants.



Ce n'est pas possible de faire manger à mes enfants autre chose que des aliments qui leur font plaisir au goûter

- Un parent

« C'est cool de manger des fruits frais, séchés ou secs à 16h »

- Un collégien

LA MISE EN MOUVEMENT COLLECTIVE

306 enfants prennent part aujourd'hui aux diverses actions du Living lab PLAN'EAT Kids, ainsi que plus de 105 représentant-es du système alimentaire (agriculteurs, industriels, cuisiniers, distributeurs, médecins,...). Côté chercheur-ses, une approche ascendante et holistique des sciences transformatives a bousculé les habitudes. Parents, enseignant-es, élu-es et acteur-ices de l'alimentation croisent les points de vue et discutent, pour lutter contre les a priori et faire bouger les lignes.

Ces posters ont été rédigés par les porteur-es d'action engagé-es pour faire évoluer nos environnements alimentaires et aller vers des assiettes plus durables et végétales. Ils/elles ont été accompagné-es dans leur mise en récit par le CERDD et Bien fait pour ta Com' dans le cadre du programme d'action 2023-2024 de l'alliance ALTAA.

DÉCOUVREZ 4 AUTRES HISTOIRES DE TRANSITION ALIMENTAIRE ET LEURS ENSEIGNEMENTS PARTAGÉS

