

INRAE

UCLouvain



Mangeurs en Transition

TRANSAAT

SYNTHÈSE DES APPORTS DU VOLET CONSOMMATION

ENSEIGNEMENTS SUR L'ACCESSIBILITÉ
DE L'ALIMENTATION DURABLE AUX
CONSOMMATEURS ÉLOIGNÉS DE CES
PRATIQUES

Mai 2021

Auteurs :

- Charlène Nicolay (Mangeurs en transition)
- Jonathan Peuch (Université catholique de Louvain)
- Martina Tuscano (INRAE)
- Caroline De Broissia (Communauté de communes du Val de Drôme)

Sur la base des travaux menés dans le cadre du programme TRANSAAT par :

- Marine Bré-Garnier (Université Paris Nanterre)
- Claire Lamine (INRAE)
- Sido Morfin (Université Lumière Lyon 2)
- Alice Corroenne (Agribiodrôme)

Contact pour plus d'informations : agriculture@val-de-drome.com

Sommaire

Sommaire	2
Avant propos	5
Contexte du projet TRANSAAT	6
Méthodologie	7
Les actions “Conso” dans TRANSAAT, et la méthode d’établissement des constats	7
Les notions utilisées : “consommateurs”, “pratiques”, “dispositifs” et “environnement alimentaire”	8
Environnements alimentaires	9
Une matrice pour analyser les possibilités d’action pour améliorer l’accès à l’alimentation durable sur un territoire	10
Accessibilité spatiale et cognitive des lieux d’approvisionnement durables	12
© CONSTATS 1 : CONNAISSANCE DES LIEUX DE L’ALIMENTATION DURABLE	12
Des lieux d’approvisionnement durable peu visibles en dehors des convaincus	12
Les lieux d’approvisionnement spécifiques à l’alimentation durable sont connus mais peu fréquentés	12
Les magasins de producteurs sont assimilés à des magasins bio	12
Les consommateurs souhaitent davantage d’informations sur les lieux d’approvisionnement	12
Les dispositifs de type Défi Alimentation permettent d’élargir les lieux d’achat, ou de mobiliser différemment ces lieux d’achat	13
→ PRÉCONISATIONS 1 : CONNAISSANCE DES LIEUX DE L’ALIMENTATION DURABLE	13
Favoriser la visibilité, l’accessibilité et la fréquentation des lieux et des dispositifs de l’alimentation durable	13
Les réseaux de diffusion des informations relatives aux magasins de producteurs·trices, des épiceries associatives et des marchés de plein-vent, doivent être les plus larges possibles pour y permettre une certaine diversité de leur fréquentation.	13
© CONSTATS 2 : CODES DE COMMUNICATION DES LIEUX DE L’ALIMENTATION DURABLE	13
Des codes graphiques et d’aménagement qui les rendent peu accessibles aux publics éloignés	13
Les consommateurs ont un rapport ambivalent aux produits biologiques	14
Les consommateurs interrogés ont un rapport affectif positif aux produits locaux	14

→ PRÉCONISATIONS 2 : CODES DE COMMUNICATION DES LIEUX DE L'ALIMENTATION DURABLE	14
Favoriser l'accessibilité cognitive et la fréquentation des lieux et des dispositifs de l'alimentation durable	14
⊙ CONSTAT 3 : SUPERMARCHÉS	15
Méfiance vis à vis des produits de la grande distribution	15
→ PRÉCONISATION 3 : SUPERMARCHÉS	15
Miser sur les marchés de plein vent	15
Modifier l'environnement alimentaire des habitants	15
👉 APPORTS THÉORIQUES	16
Les pratiques de consommation alimentaire sont plus influencées par l'environnement alimentaire que par la volonté individuelle	16
Les politiques de prévention nutritionnelle nationales portent l'attention sur la responsabilité individuelle du consommateur et peinent à infléchir les pratiques de consommation	16
→ PRÉCONISATION 4 : AGIR SUR L'ENVIRONNEMENT ALIMENTAIRE DANS TOUTES SES DIMENSIONS À L'ÉCHELLE LOCALE	17
Les dispositifs territoriaux pour le changement de pratiques : toucher, engager, accompagner	18
⊙ CONSTATS 5 : DIVERSITÉ DES DISPOSITIFS D'ACCOMPAGNEMENT DANS LE CHANGEMENT DE PRATIQUES	18
La diversité des stades de changement, des perceptions et des directions données au changement	18
Le dispositif Défi à Alimentation Positive entraîne ou renforce la motivation à mieux s'alimenter	18
Les participants ont soif d'échanger et de partager leurs propres connaissances sur l'alimentation.	19
Les dispositifs ont un effet cumulatif	19
→ PRÉCONISATIONS 5 : DIVERSIFIER LES DISPOSITIFS D'ACCOMPAGNEMENT ACCESSIBLES AUX PUBLICS CIBLES	19
Jouer sur l'effet cumulatif des dispositifs, varier leurs formes et les environnements touchés	19
Diffuser des informations sur les dispositifs de manière plus large et via des structures relais	19
⊙ CONSTATS 6 : LES MOMENTS CLEFS ET LES MÉTHODES FAVORABLES POUR RECRUTER LES PARTICIPANTS	20
Les ruptures de trajectoire individuelle sont des moments clefs pour les changements de pratique	20
Le recrutement des participants est une étape clef	21
→ PRÉCONISATIONS 6 : LES MOMENTS CLEFS ET LES MÉTHODES FAVORABLES POUR RECRUTER LES PARTICIPANTS	21
Saisir les opportunités des ruptures de trajectoire	21
Investir de l'énergie et du temps sur les processus de lancement des dispositifs (campagnes d'inscription, communication, choix des personnes-relais)	22

→ PRÉCONISATIONS 7 : LES SUJETS QUI TOUCHENT LES PUBLICS POUR LES INTÉRESSER AUX DISPOSITIFS	22
Entrer par le local (avant le bio), et sur la cuisine (contre les produits transformés et les grandes surfaces)	22
La (re)découverte du goût comme facteur d’attractivité du dispositif	22
La relation parent-enfant autour de la cuisine	23
◎ CONSTATS 8 : LES INFLUENCES	23
Le rôle crucial de l’entourage	23
L’enfance comme moment-clé	23
Les communautés virtuelles et les leaders d’opinions très engagés peuvent agir sur le changement de pratiques	23
Les individus les plus engagés sont des modèles peu accessibles pour les consommateurs plus éloignés de l’alimentation durable	23
L’animateur.trice et les normes qu’il va relayer auront une influence considérable sur le dispositif	24
→ PRÉCONISATIONS 8 : LES INFLUENCES	24
Mettre l’animation au centre de l’accompagnement au changement de pratiques	24
Ne pas impliquer systématiquement des publics engagés de manière diverse dans le changement au sein des dispositifs d’accompagnement	24
Prévoir des dispositifs qui incluent l’entourage	25
◎ CONSTATS 9 : L’IMPLICATION DES ACTEURS	25
Un désir de participer à la construction des dispositifs et à leur gouvernance	25
A la cantine, les échanges entre enfants et personnels sont importants	25
Des revendications autour de l’éducation nutritionnelle et de l’implication des enfants à la cantine	25
Les femmes constituent la grande majorité des participants dans les dispositifs d’accompagnement liés à l’alimentation	26
→ PRÉCONISATIONS 9 : L’IMPLICATION DES ACTEURS	26
Financer des dispositifs conçus pour s’assurer de toucher des femmes et des hommes	26
Associer les publics cible à la conception des actions	26
Accessibilité économique et matérielle	26
◎ CONSTATS 10 : LES LIMITATIONS ÉCONOMIQUES ET MATÉRIELLES	26
Il faut avoir les moyens de “bien manger”	26
Les pratiques alimentaires durables sont chronophages	26
Pouvoir se rendre dans les lieux d’achat n’est pas une évidence	27
◎ CONSTATS 11 : LES CHANGEMENTS INDUITS PAR LA CRISE SANITAIRE	27
La crise sanitaire a modifié le rapport aux produits	27
Durant la crise sanitaire, les ressources des foyers consacrées à l’alimentation ont évolué différemment	27
Le rapport au territoire	27
◎ CONSTATS 12 : PROXIMITÉS CONSOMMATEURS - PRODUCTEURS	27

Importance de la proximité entre producteurs et consommateurs	27
Les consommateurs manquent de connaissances sur les modes de production agricoles	28
→ PRÉCONISATION 12 : PROXIMITÉS CONSOMMATEURS - PRODUCTEURS	28
Favoriser le rapprochement producteurs - consommateurs	28
© CONSTATS 13 : LE TERRITOIRE DE VIE DU CONSOMMATEUR	28
Pour s'alimenter sur son territoire, il faut connaître des gens	28
La Biovallée a une identité forte, à double tranchant pour l'alimentation durable	28
Gouvernance locale de l'alimentation	29
Quelques références	30

Avant propos

Dans cette synthèse, nous avons opéré une sélection de la matière produite dans le volet "Consommation" de TRANSAAT. Nous nous concentrons sur les résultats qui peuvent servir à l'action de nos partenaires locaux, d'autres collectivités territoriales ou acteurs du développement social, alimentaire, agricole qui s'intéressent à la question de l'accessibilité de l'alimentation durable.

En 2021, la modestie est de mise sur ce sujet, car il existe de nombreux travaux sur cette question qui ont fleuri depuis le lancement de notre programme en 2016/2017. En effet, aux prémices du programme TRANSAAT en 2016, le sujet de l'accessibilité sociale de l'alimentation n'était pas encore autant développé dans les réflexions nationales et des Projets Alimentaires Territoriaux comme il l'est aujourd'hui. La question pouvait encore être considérée comme exploratoire. Aujourd'hui, compte tenu des nombreuses sources d'information et d'inspiration disponibles sur ce sujet, il est évident que ce document a uniquement vocation à servir de première approche - située et partielle.

Notre parti pris est de présenter les principaux résultats par thématique, en mélangeant dans chaque thématique les freins et leviers identifiés au cours du projet TRANSAAT, des apports théoriques, et des préconisations pour l'action. Certains constats n'ont pas appelé de préconisations dans le cadre de notre travaux, nous espérons qu'ils inspireront de bonnes idées d'action à nos lecteurs !

Contexte du projet TRANSAAT

Avec 30 % de la SAU en Agriculture Biologique et de fortes dynamiques liées aux circuits courts de proximité, le territoire « Biovallée » est aujourd'hui reconnu notamment sur sa capacité d'innover, d'anticiper et de prendre des risques sur des systèmes ou projets alternatifs.

Malgré l'offre importante en produits locaux et sous signe de qualité (AB, AOP, IGP), une grande partie de la population semble mal ou peu connaître et consommer ces produits. Pour que la production locale soit mise en lien avec la consommation, il paraît fondamental d'accompagner les consommateurs dans le changement de pratiques vers des modes d'alimentation plus durables.

Ces constats ont amené une dizaine d'acteurs de terrain et de la recherche à formuler un projet de recherche-action autour des changements de pratiques en agriculture et dans la consommation alimentaire. Emmenés par la Communauté de communes du Val de Drôme, ces acteurs ont monté le projet intitulé TRANSitions vers un Système Agricole et Alimentaire Territorialisé.

En 2016, les partenaires ont obtenu un financement de la Fondation de France pour ce projet dans le cadre du dispositif Écosystèmes, Agriculture et Alimentation. Avec l'idée d'imbriquer les connaissances scientifiques de différentes disciplines (agronomie, santé animale, économie, sociologie, géographie...) avec celles des acteurs du territoire (éleveurs, communes, élus, groupements de consommateurs) en vue de favoriser et consolider l'innovation agroécologique et la durabilité territoriale. De 2017 à 2021, le projet a articulé deux volets, l'un consacré à l'étude de groupes d'agriculteurs et l'autre volet consacré aux pratiques alimentaires des habitants, en croisant ainsi production et consommation.

Les activités "consommation" menées dans TRANSAAT avaient pour objet de mieux comprendre les habitudes alimentaires des habitants, les freins et leviers au changement de pratiques aux vues de la configuration de notre territoire en termes d'accessibilité (géographique, sociale, financière, culturelle...), pour aboutir à des pistes d'action. Il cherchait à répondre à la question « Quels sont les leviers et les freins aux changements de pratiques des consommateurs éloignés de l'alimentation durable ? ».

Par ailleurs, le volet Consommation de cette recherche-action a été traversé par des visions et disciplines scientifiques différentes et par des modes d'actions envisagés qui variaient entre les partenaires et au fil du projet : montage et suivi d'un Conseil de l'alimentation, méthodes quantitatives d'enquêtes, entretiens compréhensifs, observations de groupes... Dans les thèmes traités, il s'est finalement centré sur les notions de trajectoires individuelles de consommateurs, et de dispositifs soutenus par l'action publique. Les travaux menés ont ouvert la réflexion aux perspectives de l'environnement alimentaire et sur les modes de gouvernance permettant de faire participer la population à la politique plus large de la Communauté de Communes du Val de Drôme sur l'alimentation intitulée « Systèmes Alimentaires Innovants ».

Méthodologie

Les actions “Conso” dans TRANSAAT, et la méthode d'établissement des constats

Le volet consommation de TRANSAAT a donné lieu à diverses actions :

- Organisation du Défi FAAP (Familles à Alimentation Positive) Lorient 2018¹ : montage et animation par Agribiodrôme (lancement à la ferme, atelier jardin, soirée nutrition, ateliers cuisine, atelier conserves), observation participante, 2 questionnaires aux participants en séance, 3 entretiens individuels exploratoires sur les trajectoires des participants en 2018.
- Initiation interne à l'Observation participante par Claire Lamine et Martina Tuscano, INRAE.
- 20 entretiens semi-directifs en 2019 auprès de participant-e-s à 4 dispositifs :
 - le défi Familles à Alimentation Positive (FAAP) de Lorient 2018,
 - le défi Alimentation de Valence 2019, porté par la Maison des solidarités Nelson Mandela dans le quartier des Fontbarlettes, et par le foyer d'hébergement de jeunes travailleurs La Manutention à Bourg-lès-Valence,
 - des groupements de consommateurs,
 - et le programme Ça Bouge Dans Ma Cantine.
- Observation participante d'une équipe du défi Alimentation de Valence 2019
- Trois sessions d'entretiens téléphoniques d'avril à juillet 2020 afin de suivre les pratiques alimentaires des 10 personnes au cours du confinement et du déconfinement. Ces personnes participaient ou avaient participé à l'un des 3 dispositifs suivants :
 - défi Familles à alimentation positives de 2018 à Lorient-sur Drôme,
 - Programme Ça Bouge dans Ma Cantine,
 - Atelier Cuisine de la MJC et Centre social Ninichaise
- Des entretiens complémentaires en 2020 auprès de :
 - 2 associations de jardins partagés et familiaux
 - 6 commerces alimentaires de Lorient-Sur-Drôme et Livron-Sur-Drôme
 - 3 structures d'action sociale : 2 CCAS et une MJC Centre-Social
- Enquête écrite auprès des parents d'enfants ayant bénéficié du programme “ça bouge dans ma cantine” : 487 réponses (taux de retour de 98% des questionnaires, grâce au partenariat avec les écoles).
- Croisement des travaux des deux stagiaires (consommation et agriculture) sur les freins et leviers aux changements de pratiques pour les consommateurs et agriculteurs.
- Échanges en séminaire TRANSAAT : en interne aux partenaires du projet, témoignage du projet AD-In.
- Échanges avec des projets de recherche : présentation des travaux de LP Transition sur l'obésité, point méthodologique avec l'étude Nutrinet, participation au Workshop “Chercheurs et acteurs dans la construction d'initiatives pour la démocratie alimentaire”, Maison des Sciences de l'homme d'Alsace, 2 et 3 septembre 2020.
- Échanges avec la Communauté de communes du Val de Drôme sur les préconisations issues des stages dans la politique alimentaire de la collectivité.
- Échanges avec les chercheur.se.s associé.e.s au projet

¹ https://www.foyersalimentationpositive.fr/defi/26_defi-drome-2018/

L'établissement des constats et préconisations ci-dessous s'est donc appuyée sur :

- les résultats des recherches menées dans le cadre du projet :
 - "Le Val de Drôme, un environnement alimentaire favorable aux changements vers des pratiques plus durables ? Dispositifs d'accompagnement, initiatives collectives et trajectoires individuelles dans l'alimentation durable", Marine Bré-Garnier, Mémoire de stage, Université Paris Nanterre, 2019
 - "La démocratie alimentaire, c'est cuit ? La diversité des ressources et des pouvoirs d'agir dans l'acte alimentaire des mangeurs-consommateurs", Sido Morfin, Mémoire de stage, Université Lumière Lyon 2, 2020
 - l'article co-rédigé à l'occasion du projet : Tuscano, Martina, Claire Lamine, et Marine Bre-Garnier. 2021. « Fostering Responsible Food Consumption: A Framework Combining Practice Theories and Pragmatism Applied to an Institutional Experimental Tool ». Journal of Rural Studies, juin. <https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2021.05.029>.
- la littérature scientifique existante, relayée par des chercheur.se.s associées.
- l'expérience de terrain de la CCVD et de ses partenaires.

L'ensemble de cette matière a été compilé puis retravaillé entre les auteurs afin d'extraire les constats et préconisations qui nous semblaient les plus pertinentes et intéressantes.

Nous avons choisi de présenter un document facile d'accès, avec peu d'explications et de justifications dans le corps de texte. Vous trouverez quelques apports théoriques et références bibliographiques dans le cœur du document, et en fin de document quelques références-clefs qui nous ont particulièrement servi. Nous invitons le lecteur à se référer aux rapports et articles ci-dessus pour les détails des travaux de recherche et résultats scientifiques.

Le texte est structuré en 5 thématiques :

- Accessibilité spatiale et cognitive
- Modifier l'environnement alimentaire des habitants
- Les dispositifs territoriaux pour le changement de pratiques
- Accessibilité économique et matérielle
- Le rapport au territoire

Les notions utilisées : "consommateurs", "pratiques", "dispositifs" et "environnement alimentaire"

Mangeurs, consommateurs, mangeurs-consommateurs ?

Sans rentrer dans les définitions sociologiques des termes, les membres du volet "Consommateurs" du projet TRANSAAT ont principalement utilisé dans leurs échanges le terme "consommateur" pour se référer aux habitants qui vivent sur le territoire, y achètent, y cuisinent et y mangent leurs aliments. Bien qu'il soit réducteur, ce terme avait été posé dès 2016 en symétrie au volet "Producteurs", accentuant de fait la dichotomie entre les deux positions en bout de chaîne alimentaire. Au fil des travaux, le terme de "mangeurs" est intervenu, qui permet de mieux traiter la dimension de trajectoire individuelle des individus et l'approche psycho-sociale. Finalement, Sido Morfin (stagiaire en 2020) a choisi dans son mémoire de reprendre le terme de mangeur-consommateur proposé par Claire Lamine. Dans ce document, vous trouverez uniquement le terme de consommateur.

Habitudes, comportements ou pratiques ?

Dans TRANSAAT, nous avons choisi de travailler sur le changement de pratiques. Le champ scientifique des pratiques (social practice), au lieu de considérer la consommation comme une fonction cumulée de choix individuels, envisage l'alimentation comme une routine quotidienne qui se compose de significations, de matériels et de compétences. Les pratiques alimentaires sont basées sur des habitudes et des conventions sociales automatisées, qui sont enchâssées dans d'autres pratiques (professionnelle, de mobilité...). Ensemble, elles forment un système interdépendant qu'il est difficile de modifier. Considérer la consommation alimentaire comme une pratique permet donc d'élargir le contexte dans lequel nous étudions les changements de comportement, et de les relier à d'autres routines quotidiennes qui doivent être prises en compte pour envisager l'adoption ou le maintien de nouveaux comportements alimentaires.

Les “dispositifs”, kezako ?

L'étude des “dispositifs” a été centrale dans les deux volets du projet TRANSAAT : dispositifs de co-construction de connaissances avec les agriculteurs, dispositifs d'accompagnement aux changements de pratiques des consommateurs...

La sociologie affine cette notion depuis son introduction par Michel Foucault dans les années 70. Appliquées aux domaines des normes, de l'action publique, de la sensibilisation, on retrouve plusieurs définitions du dispositif, comme celle du philosophe Gilles Deleuze qui décrit les dispositifs comme des « machines à faire voir et à faire parler » (Deleuze, 1989), ou encore les sociologues Hugues Peeters et Philippe Charlier qui parlent d'« **environnement aménagé** » ou encore de « mises en ordre » (Peeters et Charlier, 1999). D'autres sociologues encore décrivent un « **cadre bienveillant** » permettant une appréhension confortable et bienveillante du monde (Foucart, 2009, Belin, 2002).

Les dispositifs d'accompagnement sont entendus ici comme la création de conditions, d'un espace propice à l'expérimentation, à l'essai, à l'adoption de pratiques nouvelles, sans toutefois garantir cette adoption. Il s'agit plutôt de proposer les conditions nécessaires au changement, bien qu'elles se montrent parfois insuffisantes.

Dans le cadre de TRANSAAT, il a pu s'agir des actions “Défis des familles à Alimentation Positive” (inventés par les réseaux AB, co-financés par les collectivités et financeurs privés, repris et adaptés par de nombreuses structures en France et ailleurs...), ou “ça Bouge dans ma cantine” (ensemble d'actions de sensibilisation proposées et financées par la Communauté de communes aux écoles du territoire, et faisant intervenir des prestataires divers, notamment les associations et agriculteurs du territoire). Pour autant, nous avons vu dans les travaux de nos stagiaires une ouverture à une plus grande diversité de dispositifs que l'action publique : Marine Bré-Garnier (stagiaire 2019) évaluait les effets performatifs de “dispositifs publics ou spontanés”, où nous retrouvons par exemple les groupements d'achats de consommateurs, et Sido Morfin (stagiaire 2020) mentionne “les dispositifs publics et associatifs”.

Environnements alimentaires

En France, on définit des environnements alimentaires (“foodscapes” en anglais) comme « des espaces physiques, organisationnels et socioculturels dans lesquels les usagers rencontrent les repas, les problèmes liés à l'alimentation et y compris les messages de santé. » (Mikkelsen, 2011).

Le modèle québécois des environnements favorables prend en compte le caractère polysémique du mot « environnement », selon qui l'on est et où l'on évolue. L'environnement alimentaire peut donc recouvrir (HLPE 2017 Rapport Systèmes alimentaires et nutrition) :

- l'environnement physique : tout ce qui est disponible ou pas dans l'environnement pour l'alimentation, en termes de produits mais aussi en termes de points de vente,
- l'environnement socio-culturel : rapports sociaux, normes et conventions sociales, visions et représentations,
- l'environnement politique : système politique en vigueur, réglementation et action publique sur l'environnement,
- l'environnement économique : prix des biens et services, pratiques commerciales, marché, accessibilité financière de l'alimentation dite saine.

Enfin, le projet Surfood-Foodscapes du Cirad a pour objectif d'observer les effets des paysages alimentaires des individus sur leurs « styles alimentaires » définis comme « la combinaison de ce que l'on consomme, des pratiques alimentaires des ménages et des représentations et opinions des individus en matière d'alimentation » (Calvo, 1983, 1992 ; Odéyé & Bricas, 1985, Cirad, 2018).

Une matrice pour analyser les possibilités d'action pour améliorer l'accès à l'alimentation durable sur un territoire

Nous présentons une matrice qui a pour but de donner un cadre analytique aux acteurs qui veulent améliorer l'accès à l'alimentation durable pour les publics éloignés de la consommation durable, d'une part pour acquérir une compréhension de l'accessibilité de l'alimentation durable sur leur territoire, et d'autre part pour concevoir des actions concrètes pour améliorer la situation.

L'horizontale montre les échelles des freins et leviers : individuelle, collective, territoriale. La verticale propose une segmentation par le sens et les représentations des consommateurs : leur légitimité, la confiance qu'ils ont dans l'alimentation, sa facilité d'accès, l'étendue de leurs choix, et leur niveau de contrôle. Ces éléments sont apparus déterminants dans les études menées dans le volet consommation du projet TRANSAAT. Ils offrent des points d'attention qui ne sont pas souvent interrogés ni explicités par les promoteurs de l'alimentation durable, alors qu'ils jouent un rôle essentiel dans la démocratisation de leurs initiatives, sur la diversité et le nombre des consommateurs potentiels, et donc sur leurs potentielles réussites.

Les cases de la matrice illustrent des exemples de freins, leviers et pistes d'action par le biais de questions.

SYMBOLIQUE (sens, représentations)	INDIVIDUELLE : goût, perception, blocage	COLLECTIVE OU DE GROUPE : faire en collectif, faire ensemble	SOCIALE, SOCIÉTALE ET SPATIALE : proches, quartier, territoire
Légitimité codes / normes / inclusion	<div style="border: 1px solid green; padding: 2px; display: inline-block; margin-bottom: 5px;">ÉCHELLE</div> Ai-je le droit de rentrer dans ce magasin de producteurs?	Notre animateur a-t-il décrété que c' était mal de manger sucré ?	Ceux qui mangent "durable" sur ce territoire sont-ils assimilés à d'autres pratiques (culturelles, sociales, spirituelles) ?
Confiance / Défiance	Est-ce que ce produit transformé m'inspire confiance ? Est-ce que je connais personnellement le producteur ?	Le leader de notre groupe Facebook "macrobiotique équitable" a-t-il recommandé cette recette ?	Le label bio est-il une arnaque pour bobos ?
Facilité praticité, dimension matérielle	Est-ce que je peux aller y faire mes courses sans voiture ? Est-ce que c'est sur mon trajet de retour du travail ?	Cet atelier cuisine avec mes enfants m'aide-t-il à leur faire manger plus de légumes ?	Quels snacks y a-t-il dans les distributeurs automatiques des collègues ?
Choix prix, accessibilité économique	Est-ce ça rentre dans mon budget alimentation de ce mois-ci ?	Dans l'atelier cuisine, quelle astuce a donné cette participante pour utiliser moins de viande / moins gaspiller ? Est-ce que le groupement de consommateurs me permettrait d'acheter moins cher ?	Dans mon quartier, est-ce qu'il y a un magasin d'alimentation ? Uniquement des fast foods ?
Contrôle participation aux processus de décision	Est-ce que j'ai assez de pouvoir sur mon alimentation ?	Est-ce que les habitants peuvent participer à concevoir les dispositifs alimentation qui leur sont destinés ?	Y a-t-il un Conseil de démocratie alimentaire ouvert aux habitants et qui donne les moyens aux plus précaires / éloignés de participer ?

Accessibilité spatiale et cognitive des lieux d'approvisionnement durables

© CONSTATS 1 : CONNAISSANCE DES LIEUX DE L'ALIMENTATION DURABLE

Des lieux d'approvisionnement durable peu visibles en dehors des convaincus

Les lieux d'approvisionnement « durables » sont présents en nombre et diffus sur le territoire, mais ils ne sont pas assez visibles en dehors des réseaux des personnes déjà engagées dans ces démarches.

Les lieux d'approvisionnement spécifiques à l'alimentation durable sont connus mais peu fréquentés

Face à une liste de magasins biologiques et de magasins de producteurs, les participants au dispositif Défi Alimentation connaissaient la plupart de ces lieux pour les avoir vus sur leur chemin. Pour autant, seule une participante était déjà allée dans un magasin bio de la liste.

Les magasins de producteurs sont assimilés à des magasins bio

Avant présentation de la liste, aucun participant n'avait évoqué des magasins de producteurs qu'il connaîtrait, et ceux figurant sur la liste ont vite été assimilés aux magasins bio, tant dans la présentation de l'ensemble de ces lieux de « consommation durable » par les animatrices que dans leur réception par les participants.

Les consommateurs souhaitent davantage d'informations sur les lieux d'approvisionnement

Les participants ont manifesté un grand besoin d'information, de connaissance de lieux d'approvements « durables ».

Une participante du défi Alimentation de Valence : « j'aimerais bien aller chez des producteurs, on sait ce qu'on achète et ça les aide eux aussi, mais je ne connais pas trop les magasins de producteurs. J'essaye d'en retenir de nouveaux avec le bouche-à-oreille ».

Les dispositifs de type Défi Alimentation permettent d'élargir les lieux d'achat, ou de mobiliser différemment ces lieux d'achat

Dans le cas des individus entrés dans le dispositif en étant déjà engagés dans une démarche de changement de pratiques alimentaires, les lieux d'approvisionnement mobilisés ont peu changé, mais ils sont désormais mobilisés différemment à l'échelle des choix des produits dans chaque lieu. Dans le cas des individus entrés dans le dispositif à un stade exploratoire des pratiques alimentaires durables, le dispositif peut être vecteur d'élargissement du maillage de lieux d'approvisionnement mobilisés par ces individus, vers un plus grand nombre de lieux mobilisés, et une augmentation des lieux d'achat de produits bio et locaux.

→ PRÉCONISATIONS 1 : CONNAISSANCE DES LIEUX DE L'ALIMENTATION DURABLE

Favoriser la visibilité, l'accessibilité et la fréquentation des lieux et des dispositifs de l'alimentation durable

- Mettre en place des visites de magasins de producteurs intégrant le processus de production agricole du champ au point de vente, et des ateliers cuisine au sein de magasins de producteurs, avec les produits des magasins.
Les dispositifs d'accompagnement peuvent participer à rendre ces lieux d'achat « durables » plus visibles et accessibles pour les individus et ainsi élargir leur environnement alimentaire.

Les réseaux de diffusion des informations relatives aux magasins de producteurs·trices, des épiceries associatives et des marchés de plein-vent, doivent être les plus larges possibles pour y permettre une certaine diversité de leur fréquentation.

Investir des lieux « populaires » tels que les cafés, les fêtes de village, les Maisons de Quartier / MPT / MJC pour y parler et y expérimenter des pratiques alimentaires durables. Cela peut se matérialiser sous la forme d'ateliers cuisine, de repas partagés. Mais aussi, simplement, de la publicité classique.

© CONSTATS 2 : CODES DE COMMUNICATION DES LIEUX DE L'ALIMENTATION DURABLE

Des codes graphiques et d'aménagement qui les rendent peu accessibles aux publics éloignés

Le public enquêté est majoritairement composé par des individus dont l'environnement alimentaire physique est principalement constitué par des marchés de quartier, de grandes surfaces situées en périphérie de la ville, et de moyennes surfaces discount situées dans le centre-ville. Il s'agit d'ailleurs d'un public appartenant à des classes sociales populaires.

Or, dans les **magasins de producteurs et magasins bio du territoire**, on observe des codes visuels homogènes : le bois et les couleurs boisées sont omniprésentes, la typographie est souvent dans des tons verts qui évoquent le végétal, les magasins sont globalement agencés de manière semblable. Ces magasins ont souvent une surface réduite, indiquent le caractère biologique de certains produits et semblent connoter certains messages aux yeux des usagers : d'un "marquage" social fort, des prix plus élevés et un choix moins large, connotation que comporte également la labellisation biologique. Les codes entre ces lieux et les grandes surfaces sont sensiblement différents.

Quand bien même ils sont vus, l'accès à ces lieux est complexifié par les codes utilisés, ce qui est perçu par certains enquêtés comme distinctif d'une population plus aisée, de prix élevés et d'une offre relativement réduite.

Les consommateurs ont un rapport ambivalent aux produits biologiques

Ils consomment seulement quelques produits en AB, certains valorisent le bio, d'autres privilégient le local sur le bio à cause d'un manque de clarté et de confiance dans le label AB :

« *Comment peut-on savoir si un produit a vraiment été cultivé de manière biologique ?* ». L'une des participantes a apporté une nuance en déclarant « *J'ai moins confiance dans les grandes surfaces que dans un vrai magasin bio. Oui, franchement, le bio des grandes surfaces j'ai un gros doute, j'ai un gros, gros doute.* »

Dans le projet AD-In où étaient interviewés des participants à des dispositifs de type Défi en précarité économique, des entretiens ont fait ressortir que les participants font bien le lien entre alimentation et santé (il y a une peur des pesticides), mais en revanche ne font pas le lien entre alimentation et environnement. Un discours revenait souvent : le bio "c'est l'arnaque, ça n'existe pas." D'après les entretiens avec les participants, le prix n'est pas le frein majeur, contrairement à ce que pensaient les travailleurs sociaux.

Cette idée d'ambivalence fait écho à celle décrite par Jean-Pierre Poulain, inhérente à l'acte alimentaire : quand je mange, il y a une tension entre le risque que je prends et la satisfaction que j'en tire.

Les consommateurs interrogés ont un rapport affectif positif aux produits locaux

Parallèlement aux constats précédents, ils relient les produits de saison aux produits locaux, qui bénéficient d'un fort indice de confiance, mais aussi à une qualité gustative et à une fraîcheur des produits, perçus comme cueillis à maturité.

→ PRÉCONISATIONS 2 : CODES DE COMMUNICATION DES LIEUX DE L'ALIMENTATION DURABLE

Favoriser l'accessibilité cognitive et la fréquentation des lieux et des dispositifs de l'alimentation durable

- Créer ou "redesigner" des lieux d'approvisionnement durable qui reprennent les codes de la grande distribution ou qui soient moins marqués par un marketing "green".
- Ne pas afficher de spécificité "durable", et lui préférer le "local".

Exemple :

Cette épicerie associative qui propose des produits frais, biologiques et locaux dans la mesure du possible, tout en veillant à garantir des prix abordables aux habitants. Les bénévoles à l'origine de cette initiative ont choisi de ne pas faire figurer de mention « Produits bio », ou « Épicerie Bio » sur la devanture du commerce afin de toucher le public le plus large possible. En effet, au cours de réunions organisées en vue du lancement de l'épicerie, des habitants s'étaient prononcés formellement contre l'ouverture d'un commerce exclusivement biologique. Aujourd'hui, l'épicerie ne propose que des produits bio, mais n'étant pas étiquetée comme telle, elle semble convenir au plus grand nombre. Les bénévoles indiquent toutefois que certains habitants du village n'en ont jamais franchi la porte, lui préférant les grandes surfaces, à douze kilomètres de là.

© CONSTAT 3 : SUPERMARCHÉS

Méfiance vis à vis des produits de la grande distribution

Vis-à-vis des produits transformés de la grande distribution, les consommateurs manifestent un défaut de confiance, notamment sur la composition et l'aspect santé, ainsi qu'un rapport au goût négatif, et un sentiment d'"arnaque" ou d'injustice.

Ce constat fait écho à l'anxiété du mangeur contemporain décrite par certains auteurs (C. Fischler) : puisque toutes les chaînes de production sont devenues invisibles aux yeux des consommateurs, on ne peut plus s'en remettre à ce qu'on voit, et ce qu'on connaissait bien avant dans les fermes. Toute une culture agricole et culinaire a été balayée, et maintenant c'est à chaque individu de construire son propre rapport à l'alimentation.

→ PRÉCONISATION 3 : SUPERMARCHÉS

Miser sur les marchés de plein vent

Le marché de plein vent émergeait comme un des lieux accueillant de nouveaux publics moins diplômés, davantage motivés par le goût et la fraîcheur que par l'environnement ou le soutien aux agriculteurs. Ces lieux peuvent être mieux ciblés par les politiques publiques qui visent à rendre l'alimentation durable accessible au plus grand nombre.

Autre exemple de démarche pour aller au plus près du public ciblé : à Bruxelles, certaines actions autour de fermes urbaines vont jusqu'à faire du porte à porte dans les quartiers, ou s'installent dans les fêtes annuelles, voire posent un stand dans la rue.

Modifier l'environnement alimentaire des habitants

APPORTS THÉORIQUES

Les pratiques de consommation alimentaire sont plus influencées par l'environnement alimentaire que par la volonté individuelle

Dans les choix alimentaires, le jugement du mangeur est altéré par des erreurs de perception et par l'impact de stimuli environnementaux : l'offre alimentaire disponible (à l'école, au travail, dans les grandes surfaces accessibles), la composition des produits (produits ultra transformés), l'aménagement urbain, le marketing, les normes sociales, les filières de production, et certaines régulations, ont un effet déterminant sur les comportements alimentaires. De nombreuses études ont montré que les personnes ayant un accès facilité à une offre alimentaire de meilleure qualité nutritionnelle, ainsi qu'un environnement favorable à l'activité physique avaient tendance à avoir une alimentation plus équilibrée et à pratiquer davantage d'activité physique (Ref : Swinburn 'obesogenic environment').

Les choix alimentaires sont influencés par la proximité de diverses sources d'approvisionnement alimentaire (magasins, restaurants, distributeurs, etc.) (Popkin et al., 2005).

Par exemple, la concentration de restaurants, et en particulier de restaurants de type service rapide ("fast food"), est associée à la fréquence de surcharge pondérale dans des populations nord-américaines (Inagami et al., 2009).

La multiplication des sources facilement accessibles de produits alimentaires est susceptible de stimuler la consommation et en particulier la consommation en dehors des principaux repas et de favoriser le choix d'aliments faciles à consommer, ne demandant pas de préparation (Cohen, 2008).

Il existe donc des environnements plus favorables que d'autres à l'adoption de pratiques alimentaires « saines » et « bonnes » pour l'environnement.

Les politiques de prévention nutritionnelle nationales portent l'attention sur la responsabilité individuelle du consommateur et peinent à infléchir les pratiques de consommation

Les politiques de prévention nutritionnelle françaises traitent le consommateur comme souverain face à un marché alimentaire qui lui propose des produits adaptés à ses besoins nutritionnels, à ses goûts et à sa santé. Centrées sur le consommateur, ces politiques - par exemple les campagnes d'information nutritionnelle - peuvent amener à le culpabiliser dans ses choix, car cela revient à leur faire porter la majeure partie de la responsabilité des « mauvaises » pratiques, au détriment de la remise en cause du cadre de la société de consommation et des contraintes structurelles des consommateurs. En se reposant sur la capacité réflexive des individus : de ce fait, ils agissent surtout sur ceux qui sont déjà engagés dans un changement de pratiques. Les effets de ces dispositifs sont finalement faibles sur les changements de pratiques alimentaires.

Ce choix politique peut s'expliquer par une priorité mise sur la croissance économique, la compétitivité des entreprises agroalimentaires et la réticence à forcer des modifications des mécanismes marchands en place .

→ PRÉCONISATION 4 : AGIR SUR L'ENVIRONNEMENT ALIMENTAIRE DANS TOUTES SES DIMENSIONS À L'ÉCHELLE LOCALE

Compte tenu du rôle prépondérant joué par l'environnement alimentaire, les politiques publiques renforcent leur impact lorsqu'elles agissent également sur l'offre et le contexte d'achat et de consommation.

La maîtrise de l'obésité des jeunes par exemple, qui est un objectif de politique nationale, gagnerait à multiplier les actions sur leur environnement, notamment en protégeant les enfants des publicités des junk foods, en taxant et subventionnant les produits en fonction de leurs qualités nutritionnelles, en supprimant les distributeurs de sodas et de produits sucrés dans les établissements scolaires, ainsi que par le biais de stratégies contraignantes au niveau de la production agricole, des industries et du marketing (Réf : Garde, Curtis, De Schutter, Ending Childhood Obesity, Elgar Studies, 2020).

A l'échelle locale, par exemple d'un EPCI, ce type de politique ne doit pas nécessairement se mettre en place à l'encontre du secteur privé, mais peut accompagner un changement de modèle économique souhaité par ces entreprises, qui passe par le nécessaire contrôle de la publicité, un partenariat avec les professionnels de l'offre et les professionnels de la santé. Voici les domaines où une collectivité locale d'échelon intercommunal peut intervenir :

- **Aménagement / urbanisme** : dans un projet de rénovation d'un quartier, veiller à des espaces pour des commerces alimentaires proposant du frais. D'une manière générale, observer la disposition des commerces alimentaires, leur facilité d'installation, de livraison, etc.
- **Communication** : disposer une signalétique qui indique les lieux d'alimentation durable.

- Afficher des messages sur la consommation durable et les lieux, diffuser via le magazine et les sites internet de la collectivité, demander aux communes de relayer.
- Construire des messages clairs, une idée à la fois : les messages complexes peuvent être moins bien perçus. Impliquer les structures relais (animation de quartier, social,...) dans la formulation des messages.
- **Diminuer l'exposition à la publicité** pour les offres alimentaires de basse qualité.
- **Dialoguer avec les commerçants et restaurateurs** : les associer aux Projets Alimentaires Territoriaux, repérer ceux qui sont intéressés pour aller dans le sens d'une augmentation de l'offre durable.
- **Appuyer les lieux de distribution durable** : les inciter à repenser le design et l'aménagement du magasin pour faciliter son accessibilité aux populations éloignées du durable
- **Mettre en place et financer des dispositifs spécifiques** en partenariat avec les structures relais (voir ci-dessous).

Les dispositifs territoriaux pour le changement de pratiques : toucher, engager, accompagner

© CONSTATS 5 : DIVERSITÉ DES DISPOSITIFS D'ACCOMPAGNEMENT DANS LE CHANGEMENT DE PRATIQUES

La diversité des stades de changement, des perceptions et des directions données au changement

Le constat majeur de l'enquête menée en 2019 dans le cadre de TRANSAAT réside dans la diversité des stades de changement de pratiques atteints par les individus rencontrés, dans la diversité de leur vision de ce changement également et des pratiques adoptées ou souhaitées, ainsi que dans les freins rencontrés par ces individus dans ce processus de changement.

Dans les entretiens portant sur leurs changements de pratiques et sur la vision de l'alimentation durable, cette diversité des pratiques est ressortie :

- Acheter ses fruits et légumes au magasin de producteurs
- Produire ses fruits et légumes dans son jardin

- Faire soi-même son pain, ses pâtes à tarte / ses biscuits / ses compotes / ses conserves soi-même
- Réduire sa consommation de viande
- Ne plus acheter de viande en supermarché
- Consacrer plus de temps et d'énergie à la préparation des repas
- Chercher des recettes alternatives pour réduire le gaspillage alimentaire

Le travail bibliographique nous avait montré que les mécanismes d'apprentissage menant à un changement de pratiques ou de visions diffèrent selon les trajectoires individuelles : cela doit être pris en compte dans la mise en place de nouveaux dispositifs d'accompagnement vers une alimentation durable, et dans le maintien d'une diversité de dispositifs adaptés à divers profils.

Le dispositif Défi à Alimentation Positive entraîne ou renforce la motivation à mieux s'alimenter

Le principal effet du dispositif Défi à Alimentation Positive sur les changements de pratiques semble être l'émergence ou le renforcement d'une motivation à mieux s'alimenter, à « prendre son alimentation en main ».

Les participants ont soif d'échanger et de partager leurs propres connaissances sur l'alimentation.

La plupart des participants, avant le dispositif, créaient ou participaient souvent à des échanges autour de leurs pratiques, notamment de « trucs » et « astuces » pouvant déverrouiller le changement de certaines pratiques dans leur entourage.

Les dispositifs ont un effet cumulatif

Les entretiens avec les participants au Défi FAAP Lorient 2018 ont montré que ces foyers étaient impliqués dans d'autres dispositifs en amont, pendant ou après le Défi. La littérature scientifique montre effectivement que l'implication d'un individu dans un dispositif d'accompagnement favorise son implication dans d'autres dispositifs et réseaux d'alimentation durable : les dispositifs d'accompagnement ont un effet cumulé avec le reste des éléments du paysage alimentaire (lieux d'approvisionnement et lieux d'échanges autour de l'alimentation, dans une moindre mesure). Une « approche globale », « multi-environnements », touchant tous les environnements dans lesquels évolue l'individu, semblerait la plus favorable à l'accompagnement des trajectoires individuelles vers une consommation durable.

→ PRÉCONISATIONS 5 : DIVERSIFIER LES DISPOSITIFS D'ACCOMPAGNEMENT ACCESSIBLES AUX PUBLICS CIBLES

Jouer sur l'effet cumulatif des dispositifs, varier leurs formes et les environnements touchés

Au vu de la diversité des profils, des intérêts, des trajectoires, des environnements, des engagements : les dispositifs doivent prendre des formes les plus multiples possibles, touchant

l'ensemble des environnements des individus à la fois (donc l'individu doit pouvoir s'inscrire dans plusieurs réseaux d'accompagnement qui croisent ses environnements).

Il s'agirait donc d'investir une multiplicité de lieux existants pour y parler d'alimentation, sans y ajouter le qualificatif « durable ».

Il faudrait éviter les événements dédiés ou explicitement militants mais plutôt multiplier les échanges dans des bars-tabacs, dans des écoles, dans les parcs, dans les mairies, sur les marchés, dans les restaurants populaires, à la bibliothèque municipale, dans les gares etc. Autrement dit, il est question de privilégier des lieux s'inscrivant dans un environnement commun à tous. Sur la forme, il s'agit aussi de mobiliser des réseaux, des supports de discussion et d'expérimentation plus variés.

Diffuser des informations sur les dispositifs de manière plus large et via des structures relais

Les acteurs du territoire à l'origine des dispositifs d'accompagnement et des initiatives collectives disposent d'une marge de manœuvre importante sur les réseaux de diffusion de leur offre de dispositifs. Une communication s'appuyant sur une diversité de structures-relais, proches des cibles, serait propice à une plus grande audience touchée par cette offre.

Notons l'exemple de la cartographie en ligne Port'Alim mise en place dans le cadre du projet franco-belge Alimentation durable inclusive (AD-In) : <https://portalim.eu/trouver>

Utiliser les événements existants, non centrés sur l'alimentation, pour amener le sujet

Dans TRANSAAT, le programme 2020 initial prévoyait des actions dans des événements culturels, et en direction des clubs de sport du territoire, où les membres se rassemblent déjà régulièrement et ont l'opportunité de manger et boire ensemble (pot après match), sans que l'alimentation soit le cœur de leurs préoccupations.

C'est l'une des préconisations importantes issues des travaux TRANSAAT, que la crise sanitaire ne nous a pas permis de mettre en oeuvre : au-delà des dispositifs ad hoc dans lesquels il faut attirer les participants, il est plus efficace de s'insérer dans des lieux et événements du quotidien des habitants, qu'ils fréquentent naturellement, pour proposer des animations autour du sujet alimentation (dégustations, discussions).

© CONSTATS 6 : LES MOMENTS CLEFS ET LES MÉTHODES FAVORABLES POUR RECRUTER LES PARTICIPANTS

Les ruptures de trajectoire individuelle sont des moments clefs pour les changements de pratique

Ce que nous appelons les points de rupture des trajectoires de vie, ce sont des événements de vie tels que le début d'un couple, un déménagement, un changement drastique de rythme de travail, une naissance, un mariage, une séparation, le passage à la retraite, un problème de santé. Ces événements constituent souvent des périodes propices à un changement de pratiques, car les ressources (cognitives, matérielles, financières, réseau) et les représentations des individus

se recomposent. Typiquement, lors de la naissance d'un premier enfant, les parents vont en général vouloir lui donner la meilleure alimentation possible et questionner fortement leurs habitudes et leur alimentation.

Le recrutement des participants est une étape clef

Le projet AD-In est un programme Interreg qui visait à explorer les difficultés d'accès à l'alimentation dans les régions à la frontière entre la France et la Belgique qui a été pour nous une source d'inspiration, notamment grâce à l'intervention de Marjorie Lelubre en 2017(?). Il ressortait de leur étude que les principales motivations étaient le fait de participer au groupe, la confiance dans le travailleur social qui propose cette activité et la convivialité (Référence : "Ad'In, Habitudes et comportements alimentaires durables en contexte de vulnérabilité, rapport final", 2019) . Mais les personnes ne rentraient pas dans les groupes pour réfléchir à leur alimentation. Pour autant, notre interlocutrice pointait l'attention à porter aux motivations extrinsèques (obligations et récompenses) qui sont à minimiser pour avoir un engagement des personnes, d'où l'importance de sonder les intérêts des gens pour adapter les interventions.

Ils ont observé une érosion des groupes (qui passaient souvent de 15 à 10 participants) du fait de problèmes de compréhension dans les recrutements : caractère obligatoire de la participation, il y a des hommes et des femmes dans les groupes.

Enfin, les participants ont évoqué leur peur que les institutions sociales les obligent à manger bio. C'est pourquoi dans AD-In, le bio était évoqué, mais sans lobbying AB.

Dans le suivi du défi Alimentation de Valence 2019, l'effet du recrutement réalisé au sein de collectifs préexistants sur l'adhésion au dispositif était évident : *"Les deux équipes de participants au Défi Alimentation constituaient déjà deux collectifs antérieurs aux activités du Défi. L'équipe de participants de la Maison des solidarités Nelson Mandela est constituée de personnes suivant toutes un cours de Français Langue Étrangère, dont la professeure est la co-animatrice du Défi Alimentation. [...] L'équipe de participants de la résidence La Manutention habitent tous à la résidence. [...] Ils participent seulement ponctuellement à des activités à la Manutention, mises en place par son responsable qui co-anime également le Défi Alimentation. Ainsi, les deux équipes étaient déjà "pré-constituées" avant le Défi, avec un degré différent d'activité collective."* La composition de ces groupes a également amené la réflexion sur la mixité des profils et des stades de réflexion sur l'alimentation pour susciter un effet d'entraînement interne au groupe : *"Il y a des mères au foyer et des jeunes majeurs logés en foyer ou en hébergements temporaires, tous arrivés en France depuis deux ans jusqu'à quelques mois pour certains." [...] "Les participants de l'équipe de la Manu ont tous entre 19 et 25 ans, sont de jeunes travailleurs ayant une contrainte budgétaire forte et habitant seuls pour la première fois."*

→ PRÉCONISATIONS 6 : LES MOMENTS CLEFS ET LES MÉTHODES FAVORABLES POUR RECRUTER LES PARTICIPANTS

Saisir les opportunités des ruptures de trajectoire

Cibler les publics : informer dans leurs nouveaux lieux de vie (école, maternité, hôpital ou médecin...). Attention néanmoins, l'approche santé peut aussi être vécue comme trop injonctive et créer de la résistance.

Investir de l'énergie et du temps sur les processus de lancement des dispositifs (campagnes d'inscription, communication, choix des personnes-relais)

Cela peut passer par le fait d'appuyer les dispositifs d'accompagnement sur des structures où existe déjà une dynamique d'échange collectif : un groupe de personnes pratiquant une activité sportive, une Maison des Jeunes et de la Culture, les élèves d'un cours... On peut également choisir de proposer simultanément une diversité de dispositifs d'accompagnement où chacun pourrait trouver une réponse à ses besoins.

→ PRÉCONISATIONS 7 : LES SUJETS QUI TOUCHENT LES PUBLICS POUR LES INTÉRESSER AUX DISPOSITIFS

Entrer par le local (avant le bio), et sur la cuisine (contre les produits transformés et les grandes surfaces)

Parmi les pratiques alimentaires pouvant être durables, certaines faisaient consensus parmi les participants : la **préparation des repas soi-même, le temps et l'énergie accordés à la cuisine**. Et le dénominateur commun était le **rejet des produits transformés**, notamment des grandes surfaces.

Que le changement alimentaire des participants vienne des questions de santé, d'environnement, de solidarité, nombreux enquêtés ont affirmé préférer **le local, et la connaissance du producteur et du produit, au bio**. Finalement, très peu de personnes, toutes motivations confondues (y compris la santé), semblent privilégier le bio au local.

L'achat de produits locaux semble convaincre un grand panel de personnes grâce à la variété des valeurs auxquelles il répond : le soutien à l'économie locale, la connaissance du mode de production, l'impact environnemental faible, la fraîcheur des produits, la relation producteur-consommateur.

Enfin, on peut utiliser le « cuisiner ensemble » comme porte d'entrée sur l'alimentation durable : en effet, la pratique collective de la cuisine est une entrée intéressante pour aborder l'alimentation durable pour tous. Les individus peuvent prendre part à un atelier cuisine pour diverses motivations : goût des bonnes choses, envie de rencontrer de nouvelles personnes, volonté d'apprendre des astuces... Cette diversité d'entrées se cristallise autour d'une pratique partagée, qui peut ensuite être le support d'un dialogue libre autour de l'alimentation. Chacun·e peut ainsi trouver sa place dans les échanges portant sur une alimentation saine et durable.

La (re)découverte du goût comme facteur d'attractivité du dispositif

Parmi les apprentissages évoqués par les enquêtés dans des ateliers liés à l'alimentation, le rapport aux sens, et notamment au goût semble important ainsi que l'apprentissage de nouvelles recettes et techniques culinaires. Les ateliers semblent des lieux de réapprentissage, une nouvelle diversification alimentaire, qui semble pouvoir entraîner des changements pour les participants, avec la découverte de nouveaux aliments, de nouvelles techniques de cuisines, de recettes.

La relation parent-enfant autour de la cuisine

Le parent, dans son rôle nourricier, se questionne sur l'équilibre nutritionnel de l'alimentation de son enfant et souhaite qu'il apprenne à "bien manger". Mais il a aussi la volonté de former le goût de son enfant, d'opérer une transmission sensorielle d'une génération à l'autre. L'apprentissage pratique de la cuisine donne une opportunité de faire avec les enfants. Souvent, les enfants sont une porte d'entrée : enfant > mère > père (= famille complète).

Il semble pertinent que les dispositifs ciblent les familles et proposent des activités pour tous les âges, dans des modalités pratiques qui permettent la participation des enfants avec leurs parents.

© CONSTATS 8 : LES INFLUENCES

Le rôle crucial de l'entourage

L'entourage peut entraîner l'individu dans le maintien ou l'abandon de ces stratégies et donc dans la réduction ou le maintien de l'écart entre son attitude et son comportement, donc son moteur pour agir. De la même manière, le projet AD-In tirait l'enseignement que pour opérer un changement de comportement alimentaire, il conviendrait d'accompagner les familles en entier plutôt que les individus, et notamment des mères qui constituaient le gros des cohortes.

L'enfance comme moment-clé

La phase de l'enfance est importante dans l'intériorisation de comportements de consommation socialement responsables, car il est plus facile d'instaurer des habitudes ex nihilo que d'en changer plus tard. Dans cette perspective, les parents sont les principaux acteurs de l'adoption de ces comportements et il y a un effet cumulatif avec le rôle de l'école, des médias, etc.

Les communautés virtuelles et les leaders d'opinions très engagés peuvent agir sur le changement de pratiques

Les communautés en ligne peuvent être des leviers pour les changements de pratiques vers une consommation responsable. Les individus s'y impliquent fortement, se soutiennent, se comprennent dans leurs valeurs, cultures, modes de pensée, sentiments, et croyances. Certains individus fortement engagés dans la consommation responsable et qui en ont une vision globale sont en capacité de fédérer et d'influencer les autres (leader d'opinion). Ils sont des appuis au changement des pratiques d'autres individus, lorsque ces derniers sont à des stades avancés de leurs trajectoires.

Les individus les plus engagés sont des modèles peu accessibles pour les consommateurs plus éloignés de l'alimentation durable

Les individus ayant récemment basculé vers des pratiques de consommation plus durables peuvent plus facilement transmettre des représentations qui pousseront d'autres individus éloignés de la consommation durable à changer leurs pratiques. Tandis que les individus

“pionniers”, les plus engagés dans des pratiques alimentaires durables, peuvent se révéler des modèles moins accessibles. Se ressembler aide à établir la confiance nécessaire au changement..

L'animateur.trice et les normes qu'il va relayer auront une influence considérable sur le dispositif

La figure de l'animatrice ou de l'animateur de dispositif tels que le Défi FAAP incarne le dispositif, les normes qui vont y circuler, et donne une couleur particulière au Défi, au-delà des modalités communes à l'ensemble des Défis FAAP. Par exemple, dans l'un des dispositifs observés, l'un des animateurs du Défi a insisté pour que ne figurent pas les termes « meilleure alimentation », « mieux manger », « consommer autrement » dans la présentation du dispositif, afin de ne pas décourager ou stigmatiser des participants potentiellement éloignés des modes d'alimentation durable.

A l'inverse, des membres de l'équipe d'animation peuvent véhiculer certains stéréotypes concernant les habitudes alimentaires. Par exemple, lors d'un atelier cuisine, l'une des animatrices suggérait régulièrement à l'observatrice de prendre en note la forte utilisation d'huile, de beurre et de sucre de certaines participantes d'origine maghrébine qu'elle attribuait exclusivement à leur origine.

→ PRÉCONISATIONS 8 : LES INFLUENCES

Mettre l'animation au centre de l'accompagnement au changement de pratiques

Comme l'animateur.trice oriente fortement les expériences et apprentissages qui vont s'y produire, il semble judicieux de former et sensibiliser les animateurs.trices afin qu'ils-elles adoptent une posture neutre et bienveillante. Cela peut se traduire par le fait d'aider les participants à améliorer leurs pratiques existantes plutôt que de les catégoriser comme mauvaises.

Ne pas impliquer systématiquement des publics engagés de manière diverse dans le changement au sein des dispositifs d'accompagnement

Les trajectoires alimentaires des individus, leurs préoccupations, leurs démarches de changement sont très variées. Selon le contexte, il faut bien réfléchir aux bénéfices et aux risques de viser une forte mixité (convaincus / éloignés de l'alimentation durable) dans les groupes formés au sein des dispositifs. La mixité n'est pas toujours pertinente pour l'accompagnement : un groupe plutôt homogène en termes de pratiques alimentaires, de visions, de besoins et d'envies, offrira un cadre plus bienveillant pour l'expérimentation de nouvelles pratiques, la prise de risque que cela représente, le droit à l'erreur.

Les porteurs des dispositifs devraient accepter la faible mixité de profils de consommateurs dans ces cadres d'expérimentation collective, puisqu'elle reste garante d'une certaine compréhension et de bienveillance quant aux pratiques des membres du groupe, pouvant faciliter l'expérimentation et l'apprentissage.

Cela peut être notamment propice pour des temps plus « informatifs » tels que les ateliers avec des nutritionnistes, les explications sur le bio, etc.

Pour le reste, la mixité des trajectoires alimentaires peut être pertinente, pour des activités plus « pratiques » et propices au dialogue informel telles que les ateliers cuisine, les repas partagés, le jardinage. Elle nécessite alors un bon accompagnement par les animateurs·trices, devant adopter une posture qui soit la moins stigmatisante possible.

Prévoir des dispositifs qui incluent l'entourage proche

L'entourage peut être constitué de membres de la famille proche, mais peut aussi inclure des amis, des colocataires... Il est possible de concevoir des dispositifs à géométrie variable permettant aux personnes de participer avec leur entourage proche et les personnes avec qui elles partagent leur quotidien.

© CONSTATS 9 : L'IMPLICATION DES ACTEURS

Un désir de participer à la construction des dispositifs et à leur gouvernance

L'ensemble des personnes enquêtées ont manifesté une demande d'information nutritionnelle plus « diversifiée », « déconstruisant des idées reçues », mais à la construction de laquelle ils pourraient notamment prendre part. Plus globalement, il semble y avoir une demande importante de la part des personnes enquêtées pour participer directement, ou d'une plus grande participation des habitants possible, dans la construction des dispositifs et des actions autour de l'alimentation.

A la cantine, les échanges entre enfants et personnels sont importants

Les échanges entre les enfants et le cuisinier constituent un cadre de découverte et d'expérimentation de nouvelles pratiques alimentaires pour les enfants. Les parents des enfants ayant bénéficié du dispositif "Ca bouge dans ma cantine" témoignent :

"Souvent mes enfants me racontent que le cuisinier « a fait ça », qu'il leur raconte que c'est lui l'a fait, qu'il a monté les blancs en neige ou je ne sais pas quoi, ou qu'il a fait sa mayonnaise en mélangeant de l'huile et des œufs, enfin ça ils y sont hyper sensibles !"

"Oui, le cuisinier apparemment, il intervient, parce que ma fille me dit régulièrement « Oh bah le cuisinier il nous a dit que c'était ça qu'il fallait goûter ». Il intervient visiblement, en leur disant ce que c'est etc., voilà, il apprend aux enfants à se poser des questions. Par exemple, il leur fait manger les kiwis avec la peau."

Les enfants semblent également avoir un bon contact avec les autres personnes de l'équipe de cantine.

Des revendications autour de l'éducation nutritionnelle et de l'implication des enfants à la cantine

Concernant les quantités, certains parents demandent plus de souplesse sur les calibres nutritionnels et plus de place laissée à l'écoute de l'enfant et de son appétit dans la préparation des repas. Plus largement, des idées émergent pour rendre ludique l'éducation nutritionnelle à l'école.

Enfin, certains parents souhaitent augmenter l'implication des enfants à la cantine : *“les primaires qui sont dehors, une petite équipe de cinq qui vient à la fin faire, par exemple, des fruits décorés aux enfants de maternelle.”*

Les femmes constituent la grande majorité des participants dans les dispositifs d'accompagnement liés à l'alimentation

C'est un point d'attention majeur, et la conception de l'accompagnement au changement de pratiques alimentaires doit intégrer ces questions de genre.

→ PRÉCONISATIONS 9 : L'IMPLICATION DES ACTEURS

Financer des dispositifs conçus pour s'assurer de toucher des femmes et des hommes

Associer les publics cibles à la conception des actions

Accessibilité économique et matérielle

© CONSTATS 10 : LES LIMITATIONS ÉCONOMIQUES ET MATÉRIELLES

Il faut avoir les moyens de “bien manger”

La question du budget ressort comme importante, et recouvre à la fois des questions de précarité et de perception des prix, de choix entre certains produits vus comme inaccessibles (exemple: la viande). Les régimes à base de calories (féculents) ne sont pas équilibrés mais peuvent suffir à court terme, comparés à des régimes équilibrés donc riches en produits frais, plus chers. Les produits ultra-transformés sont généralement plus pratiques, riches en calories et exhausteurs de goûts, et faibles en micronutriments.

Les pratiques alimentaires durables sont chronophages

La question se pose surtout pour les ménages avec enfants et deux actifs, où les repas deviennent source d'une organisation, d'une planification importante. Pour ces enquêtés, le déplacement dans différents lieux d'achats est vu comme une perte de temps importante. Sur une vingtaine d'entretiens consommateurs, inscrits ou non dans des dispositifs liés à l'alimentation durable, le nombre de lieux d'achats mobilisés par les individus variait entre trois ou six.

Pouvoir se rendre dans les lieux d'achat n'est pas une évidence

Sur ce territoire composé de communes urbaines et de communes rurales, la question de l'accessibilité spatiale se pose différemment suivant les communes et leur offre alimentaire, mais cela pose un problème aux **publics captifs sans moyen de transport individuel**, qui recourent les publics en précarité financière.

© CONSTATS 11 : LES CHANGEMENTS INDUITS PAR LA CRISE SANITAIRE

La crise sanitaire a modifié le rapport aux produits

Parmi les personnes suivies pendant et après le premier confinement, certaines ont fait part de la crainte de la contamination par les produits frais, mais aussi de se rendre dans certains lieux d'achat (grandes surfaces, marché plein air) et leur volonté de diminuer les déplacements. La crise sanitaire a également amené des réflexions sur la qualité des produits (composition, local, bio) et semble favoriser des préférences pour les produits authentiques et de proximité. Néanmoins, les travaux de recherche analysant les effets de la crise ont montré que ce changement a été passager, et que dans une grande partie des foyers, le changement n'a pas duré.

Durant la crise sanitaire, les ressources des foyers consacrées à l'alimentation ont évolué différemment

Pour certains, le confinement a permis de libérer du temps pour les tâches domestiques. Pour d'autres, le confinement a réduit les moyens économiques. Le jardin s'est avéré une ressource durant cette période.

Le rapport au territoire

© CONSTATS 12 : PROXIMITÉS CONSOMMATEURS - PRODUCTEURS

Importance de la proximité entre producteurs et consommateurs

Les liens d'interconnaissance locaux, ainsi que la proximité spatiale jouent un rôle important dans les relations entre producteurs et consommateurs. La proximité permet d'augmenter la confiance dans la relation de vente et donc potentiellement les achats chez les producteurs

locaux. Ces relations permettent aussi la mise en avant d'une solidarité de la part du consommateur envers le producteur.

La proximité avec les agriculteurs, telle que ressentie par les consommateurs enquêtés, recouvre différentes dimensions : visuelle et spatiale / relationnelle / de solidarité.

Les consommateurs manquent de connaissances sur les modes de production agricoles

Le niveau de connaissance dont disposent les personnes influence leurs rapports aux modes de production. Si peu de personnes semblent avoir des connaissances effectives sur les modes de productions agricoles, ceux qui en disposent semblent plus à même de porter une attention à la labellisation AB des produits qu'ils consomment par exemple. De plus, la notion de biologique semble plus abstraite que la notion de local qui paraît jouer sur des aspects plus concrets et sensibles.

→ PRÉCONISATION 12 :

PROXIMITÉS CONSOMMATEURS - PRODUCTEURS

Favoriser le rapprochement producteurs - consommateurs

Cela peut passer par des dispositifs dédiés, ou par un effort pour l'interconnaissance dans les lieux et événements existants (marchés, fermes ouvertes...).

© CONSTATS 13 : LE TERRITOIRE DE VIE DU CONSOMMATEUR

Pour s'alimenter sur son territoire, il faut connaître des gens

La confiance et les relations de proximité, famille et voisinage, sont pour certains une ressource au niveau alimentaire : à travers l'échange d'information, l'échange de produits (dépannage ou légumes du jardin), voire la solidarité entre voisins pendant la crise sanitaire. Durant cette période, il est intéressant de noter que des différences sont apparues entre les pratiques des consommateurs enquêtés suivant leur connaissance des producteurs locaux, même si les producteurs ont été globalement plus visibles à ce moment-là.

La Biovallée a une identité forte, à double tranchant pour l'alimentation durable

Tout d'abord, lorsque l'on interroge les participants sur l'alimentation sur le territoire, leur vision est marquée pour certains par une dichotomie rural/urbain, pour d'autres par l'image écologique forte de la Biovallée, et enfin par l'importance de la filière arboricole sur le territoire (Loriol sur Drôme/ Livron sur Drôme).

Habiter un territoire porteur d'une image marquée "alimentation durable" est généralement porteur pour les personnes désireuses d'adopter des comportements plus durables.

Toutefois, ce n'est pas toujours le cas.

L'image alternative et écologique de la Biovallée, et plus largement de la Drôme, rend parfois difficile le fait d'adopter des modes de consommation alternatifs, sans pour autant faire partie de groupes ou de communautés radicales dans leur mode de vie.

On peut, en effet, vouloir simplement certains aspects de son alimentation sans modifier complètement son style de vie. Le fossé entre le bien manger et le mieux manger peut être perçu comme décourageant. Le territoire peut aussi sembler plus moralisateur que vertueux.

Lorsqu'on se situe à un stade moins « global » de changement de pratiques, le fait d'être « en changement » n'est pas forcément toléré par des personnes ayant adopté depuis longtemps un mode de vie globalement alternatif : « Être en mouvement revient à être imparfait. »

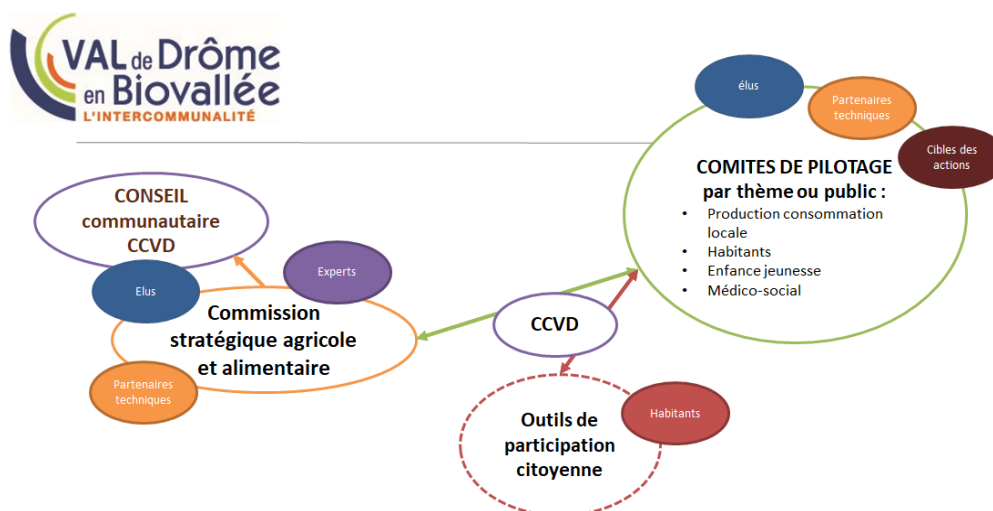
Les personnes éloignées de l'alimentation durable perçoivent les personnes "noyaux durs" du changement de pratiques depuis longtemps comme évoluant maintenant dans d'autres sphères liées à ce changement initial (spiritualité, militance politique, permaculture, rupture avec le salariat...). Ces personnes ne seraient plus forcément aptes à comprendre les personnes encore en changement.

Nous voyons ici une conséquence territoriale de l'idée que des personnes en cours de changement de pratiques sont peut-être plus aptes à accompagner les autres, plutôt que des personnes dont le changement de pratiques est depuis longtemps engagé dans d'autres sphères que celle de l'alimentation.

Gouvernance locale de l'alimentation

L'aspect gouvernance était prévu dans les actions initiales du projet, mais n'a pas été développé dans TRANSAAT du fait d'un travail mené en parallèle par la CCVD depuis 2019 sur l'élargissement de la gouvernance alimentaire du territoire, dans le cadre du programme Systèmes Alimentaires Innovants. Par exemple, l'"agora" (ou conseil alimentaire), et la cartographie des initiatives d'alimentation durable, initialement imaginés comme des actions possibles de TRANSAAT dans le volet conso, ont finalement émergé sous une autre forme dans le travail de consultation et de concertation mené par la CCVD.

En 2019 la CCVD a construit sa stratégie alimentaire 2020-2023 en mobilisant une cinquantaine d'acteurs et environ 250 habitants à travers des rencontres de travail et de co-construction, des rencontres au village, des animations. En ressort un dispositif de gouvernance ambitieux en matière de participation :



La gouvernance de l'alimentation constitue un cadre de travail indispensable, qui sous-tend les constats et les préconisations évoqués ici. Pour chaque territoire, les préconisations de ce document, spécifiques et partielles, sont donc à inscrire dans une vision large, holistique, appuyée sur des outils de gouvernance appropriés.

Quelques références

- P. Etiévant, F. Bellisle, J. Dallongeville, F. Etilé, E. Guichard, M. Padilla, M. Romon-Rousseaux (éditeurs), 2010. Les comportements alimentaires. Quels en sont les déterminants ? Quelles actions, pour quels effets ? Expertise scientifique collective, rapport, INRA (France), 275 p. : <https://www6.paris.inrae.fr/depe/content/download/3441/33431/version/1/file/Comportements+Alimentaires-Rapport+Complet+276+pages.pdf>
- Projet Alimentation Durable Inclusive (AD-In) : <https://ad-in.eu/>
- Changer les comportements, faire évoluer les pratiques sociales vers plus de durabilité. L'apport des sciences humaines et sociales pour comprendre et agir, ADEME, 2016 : <https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/changer-les-comportements.pdf>
- Chiffolleau, Y. et al. (2017). Les circuits courts alimentaires, un levier pour une consommation plus durable ? Le cas d'un marché de plein vent. *Terrains & travaux*, 31(2) 157-177. Repéré à : <https://www.cairn.info/revueterrains-et-travaux-2017-2-page-157.htm>
- Lamine, C. (2003). La construction des pratiques alimentaires face à des incertitudes multiformes, entre délégation et modulation : le cas des mangeurs bio intermittents (Thèse de doctorat en sociologie, Paris, EHESS).
- Loisel, J. P., François, M., Chiffolleau, Y., Hérault-Fournier, C., Sirieix, L., & Costa, D. (2013). La Consommation Alimentaire en Circuits Courts : Enquête nationale. Research Report.
- Akermann, G., Berger, B., Bodiguel, L., Brit, A.C., Chiffolleau, Y., Darrot, C., Joffet, I., Lallemand, F., Maréchal G. (2020). Manger au temps du coronavirus : <https://www.rmt-alimentation-locale.org/covid-19-et-alimentation>
- Dubuisson-Quellier, Sophie, et Marie Plessz. 2013. « La théorie des pratiques. Quels apports pour l'étude sociologique de la consommation ? » *Sociologie*, n° N°4, vol. 4 (décembre). <http://journals.openedition.org/sociologie/2030>.

Avec le financement de :

