

## Fiche atelier PAT

### Éducation alimentaire

## Comment sensibiliser à l'alimentation durable ?

*Ce document détaille les éléments de diagnostic présentés lors de l'atelier « éducation alimentaire », atelier de co-construction du plan d'action du Projet Alimentaire Territorial de la Communauté de communes Ardèche Rhône Coiron (CC ARC).*

## L'ÉDUCATION A L'ALIMENTATION

### Contexte et cadre législatif

Selon le Conseil National de l'Alimentation (CNA), l'éducation à l'alimentation permet d'acquérir les connaissances utiles à chacun pour réaliser ses propres choix constructeurs d'une alimentation favorable à la santé. Cette éducation doit ainsi **porter sur l'ensemble des dimensions de l'alimentation** (répertoires du comestible, culinaire et gastronomique, plaisir sensoriel) et accompagner le mangeur à tous les âges de la vie. L'éducation à l'alimentation participe aussi au renforcement du lien social et à l'émergence d'une citoyenneté consciente des effets positifs ou négatifs de certains types de consommations sur l'état de notre planète<sup>1</sup>.

Dans son avis, le CNA émet 9 recommandations clés :

1. Prendre prioritairement en compte les inégalités sociales, de santé et territoriales : agir avec une approche spécifique par public cible et par territoire.
2. Renforcer l'éducation à l'alimentation par la pratique culinaire, le goût et/ou les jardins pédagogiques.
3. Donner des informations claires et factuelles au moment de l'acte d'achat.
4. Développer, revoir et/ou généraliser la formation continue et initiale sur l'alimentation des professionnels amenés à faire passer des messages sur l'alimentation. Élaborer et diffuser un guide de formation commun.
5. Informer et sensibiliser tous les parents, notamment via les grands médias et internet.
6. Insérer l'éducation à l'alimentation dans un continuum éducatif.
7. Augmenter les moyens financiers publics nationaux et territoriaux pour l'éducation à l'alimentation.
8. Mieux encadrer la publicité et le marketing alimentaire, notamment en direction des moins de 16 ans. Orienter les professionnels vers un marketing plus responsable.
9. S'assurer de l'accessibilité pour tous (fruits et légumes, bio, local, démarches de progrès, etc.) en cohérence avec les messages des pouvoirs publics sur l'alimentation

L'éducation à l'alimentation est mentionnée dans différents programmes ministériels ou interministériels et dans la loi : loi d'Avenir pour l'Agriculture et la Forêt 2014, loi relative à la lutte contre le gaspillage alimentaire 2016, loi EGAlim 2018.

---

<sup>1</sup> [CNA, Avis N°84 - 09/2019 - Education à l'alimentation](#)

D'après le Code de l'éducation : « **une information et une éducation à l'alimentation et à la lutte contre le gaspillage alimentaire**, cohérentes avec les orientations du programme national relatif à la nutrition et à la santé mentionné à l'article L. 3231-1 du code de la santé publique et du programme national pour l'alimentation mentionné à l'article L. 1 du code rural et de la pêche maritime, **sont dispensées dans les écoles, dans le cadre des enseignements ou du projet éducatif territorial** ».

Le Programme National de l'Alimentation de la Nutrition fixe les orientations de la politique de l'alimentation, recouvrent l'ensemble des dimensions : agriculture, environnement, éducation, recherche, santé, territoire, consommateurs pour 2019-2024. Il est composé de deux programmes :

- Le Programme National pour l'Alimentation : l'un des objectifs du PNA est de développer l'éducation à l'alimentation de la jeunesse de valoriser le patrimoine alimentaire
- Le Programme National Nutrition Santé, qui agit sur deux leviers complémentaires :
  - Améliorer l'environnement afin de rendre les choix de santé plus aisés (réduction du sel, sucre, gras dans les aliments, réduction de la pression marketing, amélioration de la qualité de l'alimentation en restauration collective),
  - Rendre les comportements individuels plus favorables à la santé (diffusion de recommandations alimentaires et activité physique et sédentarité)

L'éducation à l'alimentation permet d'aborder quatre grandes composantes de l'alimentation<sup>2</sup> :

- **La dimension nutritionnelle** : la nutrition, qui recouvre l'alimentation et l'activité physique, est un déterminant majeur de santé. Une alimentation déséquilibrée et la sédentarité sont des facteurs de risque de la survenue des principales maladies de nos sociétés. Dans la population française, près de la moitié des adultes et 17% des enfants sont en surpoids. 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. L'éducation à l'alimentation et à la nutrition est un vecteur d'égalité sociale.
- **La dimension sensorielle** : en renforçant la prise en compte de leurs sensations alimentaires de faim et de rassasiement, les mangeurs apprennent progressivement à être en capacité de réguler leurs besoins alimentaires. L'approche sensorielle de l'alimentation permet le partage et l'échange collectif autour du plaisir lié aux repas par un travail mené sur l'appréciation des différences, l'empathie et la bienveillance.
- **La dimension environnementale et écologique** : les comportements et les choix en matière d'alimentation engagent la responsabilité individuelle de chacun (vis-à-vis de sa santé notamment), mais également la responsabilité collective. Cette responsabilité collective s'articule avec l'exercice d'un esprit critique éclairé qui permet à chacun d'effectuer des choix avisés.
- **La dimension patrimoniale et culturelle** : la dimension culturelle et patrimoniale de l'alimentation invite également à aborder les processus et les contextes (histoire, géographie, anthropologie, sociologie, systèmes économiques) au sein desquels les pratiques alimentaires individuelles et collectives évoluent et interagissent au quotidien.

---

<sup>2</sup> Education à l'alimentation et au goût, Ministère de l'éducation nationale, de la jeunesse et des sports

## L'éducation à l'alimentation à la CC ARC

La CC ARC gère de nombreuses structures en lien directe avec des populations, qui peuvent intégrer ou qui intègrent déjà l'éducation à l'alimentation, parmi lesquelles les crèches, le Relais Petite Enfance, les accueils de loisirs, les médiathèques et bibliothèques, les cinémas ainsi que le service de restauration collective.

Le service de restauration collective, qui fournit 13 des 15 communes du territoire, travaille depuis plusieurs années sur la sensibilisation à l'alimentation, et plus particulièrement sur la réduction du gaspillage alimentaire par les agents et les convives.

Le service petite enfance organise beaucoup de temps autour de l'alimentation, qui peut être un « prétexte » pour aborder d'autres sujets ou se centrer sur cette thématique.

Enfin, la CC ARC agit pour réduire la production de biodéchets et pour mieux les valoriser, en développant le compostage individuel et collectif sur le territoire et en développant la sensibilisation et la formation des habitants à celui-ci.

*Pour plus de détails sur les actions de sensibilisation portées par les différents pôles de la CC ARC, se reporter à la présentation de l'atelier.*