



**HAL**  
open science

**Quels effets concrets des politiques alimentaires locales sur les pratiques alimentaires, comment les mesurer ? A quelles attentes répondent les ateliers de cuisine visant à “ bien manger pour bien vieillir ”**

Julie Mayer

► **To cite this version:**

Julie Mayer. Quels effets concrets des politiques alimentaires locales sur les pratiques alimentaires, comment les mesurer ? A quelles attentes répondent les ateliers de cuisine visant à “ bien manger pour bien vieillir ”. Comprendre les politiques alimentaires locales, États des lieux locaux, enjeux nationaux, CRESPPA; CNRS, Nov 2023, Paris, France. hal-04282505

**HAL Id: hal-04282505**

**<https://univ-tlse2.hal.science/hal-04282505v1>**

Submitted on 13 Nov 2023

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

**Quels effets concrets des politiques alimentaires locales sur les pratiques alimentaires et les systèmes alimentaires des territoires, comment les mesurer ?**

**A quelles attentes répondent les ateliers de cuisine visant à « bien manger pour bien vieillir »**

Julie Mayer, julie.mayer@univ-tlse2.fr

Doctorante en sociologie, CERTOP, CNRS UMR 5044 – Université Toulouse Jean Jaurès – Groupe SOS

Cette communication propose d'aborder les effets d'ateliers de cuisine pour les participant.e.s, via la compréhension de ce qui amène à décider de participer à un atelier de cuisine.

Notre étude porte sur des ateliers menés par l'association Les Insatiables, Transition Ecologique et Territoires (association du Groupe SOS). Ces ateliers sont financés par les fonds publics de prévention de la perte d'autonomie, alloués dans chaque département suite à une sélection, via la réponse à un appel à projet. L'objectif annoncé des actions déployées est la prévention de la santé par l'alimentation des personnes âgées de 60 ans et plus. Chaque atelier de cuisine organisé comprend entre 7 et 16 participant.e.s, la cuisine d'une à quatre recettes avec l'aide d'un.e chef.fe de cuisine, et le discours d'une diététicienne, qui répond également ponctuellement aux questions posées par les participant.e.s. Le/la chef.fe de projet de l'association coordonne la mise en place de ces ateliers.

Entre mars 2022 et février 2023, nous avons mené 42 entretiens semi-directifs avec des participants âgés de 60 à 90 ans, femmes (N=32) et hommes (N=10) dans 5 régions (10 départements) de France métropolitaine. Pour 24 personnes interrogées, nous avons pu mener un second entretien 2 à 3 mois plus tard. L'objectif était de comprendre les manières dont les actions répondaient à certains besoins des participants, en fonction de leur position dans leur histoire de vie (position dans le cycle de vie, rôle social), (Duvall, 1957; Cardon, 2010; Poulain, 2017) et selon leurs manières de penser l'alimentation (pensée plus ou moins traditionnelle, culinaire, diététique, ou désintéressée vis-à-vis de l'alimentation (Poulain, 2002 [2013]; Fischler & Masson, 2008).

Tout d'abord, le rôle nourricier et le travail alimentaire réalisé par les participantes - car il s'agit dans ce cas uniquement de femmes - dans leur quotidien (Fournier et al., 2015), les conduit à rechercher à travers ces ateliers de nouvelles recettes. Pour certaines pratiquantes d'une cuisine quotidienne, il d'agit en particulier de renforcer certains savoirs diététiques, de s'assurer d'être à jour dans ses connaissances, voire de chercher une validation de ses pratiques alimentaires par la diététicienne

(Cardon, 2009). Pour ces personnes, le lien fait entre cuisine et diététique est prégnant. D'autres, hommes et femmes, ont vécu un événement déterminant (Bessin et al., 2010; Fourat, 2020) tels qu'une maladie ou une hospitalisation et attendent de ré-entendre des conseils diététiques ou de monter encore en connaissance sur le sujet. Une minorité de participants, surtout des hommes, déclare ne pas savoir cuisiner et voit à ce moment donné de leur vie, qui précède un changement de lieu de vie, ou qui fait suite à la dégradation de la condition physique, la cuisine comme une reprise de pouvoir sur leur quotidien (Barthe et al., 1990; Caradec, 2009). Enfin, pour certaines personnes, la décision de participer à un atelier de cuisine répond avant tout à une envie de se trouver en groupe, pour réaliser une action à plusieurs, se trouver pour un moment moins seul et en tirer un certain bien-être.

Nous voyons ainsi comment les politiques publiques locales de prévention de la perte d'autonomie répondent à différents besoins, en fonction du rôle social et de certains événements vécus par les participant.e.s au moment où l'atelier se produit. Ces ateliers, réappropriés par les participant.e.s, sont des moyens de renouveler et de conforter des savoirs et pratiques et plus globalement de ressentir un certain bien-être, fruit de ce moment vécu en commun.

## Références

- Barthe, J.-F., Clément, S., & Drulhe, M. (1990). Vieillesse ou vieillissement ? Les processus d'organisation des modes de vie chez les personnes âgées. *International Review of Community Development / Revue internationale d'action communautaire*, 23, 35-46. <https://doi.org/10.7202/1033992ar>
- Bessin, M., Bidart, C., & Grossetti, M. (2010). *Bifurcations. Les sciences sociales face aux ruptures et à l'événement* (p. 397). La Découverte. <https://halshs.archives-ouvertes.fr/halshs-00452972>
- Caradec, V. (2009). L'expérience sociale du vieillissement. *Idées économiques et sociales*, N° 157(3), 38. <https://doi.org/10.3917/idee.157.0038>
- Cardon, P. (2009). *L'alimentation à l'épreuve des pratiques quotidiennes : Une lecture sociologique*. 28.
- Cardon, P. (2010). « Manger » en vieillissant pose-t-il problème ? Veuvage et transformations de l'alimentation de personnes âgées. *Lien social et Politiques*, 62, 85-95. <https://doi.org/10.7202/039316ar>
- Duvall, E. (1957). *Family Development* (J. B. Lippincott).
- Fischler, C., & Masson, E. (2008). *Manger. Français, Européens et Américains face à l'alimentation* (Odile Jacob). Liens Socio. <https://journals.openedition.org/lectures/5463>
- Fourat, E. (2020). Le rôle des déclencheurs biographiques dans les changements alimentaires : Trajectoires indiennes. *SociologieS*. <https://doi.org/10.4000/sociologies.14518>
- Fournier, T., Jarty, J., Lapeyre, N., & Touraille, P. (2015). L'alimentation, arme du genre. *Journal des anthropologues*, 140-141(1-2), 19-49. <https://doi.org/10.4000/jda.6022>
- Poulain, J.-P. (2002 [2013]). *Sociologies de l'alimentation*. Presses Universitaires de France. <https://doi.org/10.3917/puf.poul.2013.01>

Poulain, J.-P. (2017). 1.4. Alimentation et cycle de vie. In C. Esnouf, J. Fioramonti, & B. Laurieux (Éds.), *L'alimentation à découvert* (p. 27-28). CNRS Éditions.  
<http://books.openedition.org/editionscnrs/10246>

## **Biographie**

Julie Mayer est en deuxième année de thèse en sociologie, sous la direction des professeurs Jean-Pierre Poulain et Laurence Tibère, au laboratoire du CERTOP (Centre d'Etude et de Recherche Travail Organisation Pouvoir, CNRS UMR 5044) de l'université Toulouse Jean Jaurès.

Ses intérêts de recherche portent sur les changements alimentaires et mobilisent la sociologie de l'alimentation, de la santé et du vieillissement. Sa thèse vise à analyser les processus de changements alimentaires sur différentes temporalités du vieillissement (position dans le cycle de vie, changements de rôles sociaux) et à comprendre la manière dont la participation à une action de prévention de type atelier de cuisine s'inscrit dans les parcours de vie alimentaires. Cette recherche propose ainsi une relecture sociologique du changement alimentaire, dans un contexte d'injonction au « bien manger », qui concerne particulièrement les populations vieillissantes (« bien manger pour bien vieillir »). Ainsi, en parallèle de l'analyse qualitative puis quantitative des comportements et changements de comportements alimentaires, nous proposons une relecture des textes des politiques publiques sur les stratégies de prévention de la santé, sous un angle constructiviste. Julie Mayer a travaillé auparavant pendant quinze ans dans les secteurs de la communication scientifique, de la recherche et développement et de la recherche-action, avec comme fil rouge le thème de l'alimentation (tendances de comportements alimentaires, cultures du petit-déjeuner dans le monde, stratégies de prévention de l'obésité des enfants et adolescents, consommation de boissons, ...). Elle a ainsi pu contribuer à des projets de recherche et présenter des résultats à un public scientifique. De ces collaborations avec différents laboratoires est née l'envie de poursuivre sa formation en thèse.