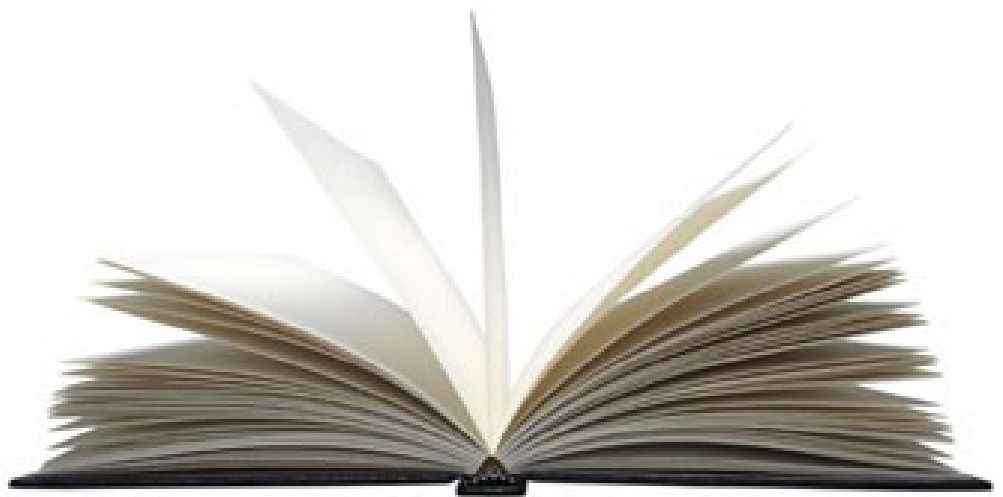


DOCUMENTATION

DOCUMENTATION

Bibliographie sélective



Alimentation et précarité

Bibliographie sélective – Juin 2012

Contact : Fabienne AYRAUD - fabienne.ayraud@educationsante-pch.org

Alimentation et précarité

<i>Introduction</i>	4
Politique de santé / Alimentation	5
Sociologie et anthropologie de l'alimentation	6
Comportements alimentaires et situations de précarité	7
Choix alimentaires et contraintes économiques	9
Aide alimentaire	10
Obésité et précarité	12
Alimentation des familles en situation de précarité	13
Outils d'aide à l'action	14
Revue spécialisée	16
Sites internet	16

Introduction

Les **objectifs** de cette sélection de ressources documentaires sont de permettre aux participants de :

- repérer des documents disponibles dans le fonds documentaire à l'IREPS Poitou-Charentes,
- repérer des documents relatifs à la thématique, sélectionnés suivant les conceptions de la promotion de la santé,
- bénéficier d'une base commune de travail et de réflexion en apportant les premiers repères documentaires relatifs aux différents aspects du thème.

Pour faciliter la lecture de la sélection documentaire et son utilisation souple et adaptée aux besoins de chacun, **une note accompagne chaque référence bibliographique**. Celle-ci présente les points importants traités par le texte en fonction des thèmes abordés.

Enfin, quand le document est disponible via Internet, **un lien actif est indiqué pour permettre un accès direct**.

Ces sélections indicatives ne sont pas exhaustives sur le sujet. Aussi **le service documentaire** de l'IREPS Poitou-Charentes **reste disponible** pour faciliter l'accès aux documents signalés et pour donner des compléments d'information si nécessaire...

... Et vous souhaite une bonne lecture !

Ministère du travail, de l'emploi et de la santé. **Programme national nutrition santé (PNNS - 2011-2015)**. Paris : Ministère du travail, de l'emploi et de la santé, juillet 2011, 66 p.

Le document comporte les objectifs fixés en 2010 par le Haut conseil de la santé publique (HCSP) pour le champ de la nutrition et les mesures prévues pour le PNNS et ses principales actions explicitées selon 4 axes et un volet transversal.

http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/PNNS_2011-2015.pdf

Ministère de l'agriculture, de l'alimentation, de la pêche, de la ruralité et de l'aménagement du territoire. **Programme National pour l'Alimentation (PNA)**. Paris : Ministère de l'agriculture, de l'alimentation, de la pêche de la ruralité et de l'aménagement du territoire, février 2011, 76 p.

Les axes du plan : Axe 1 : faciliter l'accès de tous à une alimentation de qualité. Axe 2 : améliorer l'offre alimentaire. Axe 3 : améliorer la connaissance et l'information sur l'alimentation. Axe 4 : préserver et promouvoir le patrimoine alimentaire et culinaire français. Volet transversal : innover et créer des connaissances pour des modèles alimentaires durables et de qualité. Volet transversal : une communication qui véhicule les valeurs « positives » de la nouvelle politique de l'alimentation.

<http://agriculture.gouv.fr/IMG/pdf/PNA-09022011.pdf>

Ministère du travail, de l'emploi et de la santé. **Le programme national nutrition santé : déclinaison régionale Poitou-Charentes**. Paris : Ministère de l'emploi, du travail et de la cohésion sociale, Ministère de la santé et de la protection sociale, s.d, 82 p.

http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/poitou_PNNS1.pdf

Ministère du travail, de l'emploi et de la santé. **Plan obésité 2010-2013**. Paris : Ministère du travail, de l'emploi et de la santé, juillet 2011, 46 p.

Le Plan obésité comporte quatre axes prioritaires : améliorer l'offre de soins et promouvoir le dépistage chez l'enfant et l'adulte, mobiliser les partenaires de la prévention, agir sur l'environnement et promouvoir l'activité physique, prendre en compte les situations de vulnérabilité et lutter contre la discrimination et investir dans la recherche.

http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/Plan_Obesite_2010_2013.pdf

Haut comité de la santé publique, Ministère de l'Emploi et de la Solidarité. **Pour une politique nutritionnelle de santé publique en France : enjeux et propositions**. Rennes : Editions ENSP, juin 2000, 288 p.

Dans un rapport remis au gouvernement en juin 2000, le HCSP dresse un bilan de l'évolution des habitudes alimentaires des Français et de leur impact sur la santé. L'approche détaillée de l'épidémiologie des affections liées à la nutrition permet de mesurer l'ampleur des enjeux de santé publique rattachés aujourd'hui à la nutrition. Ce rapport propose la mise en œuvre d'un programme national nutrition-santé basé sur des objectifs précis, associant le plus grand nombre d'acteurs et faisant l'objet d'un pilotage par une équipe compétente afin de permettre une évolution significative de la situation actuelle.

<http://www.hcsp.fr/docspdf/hcsp/hc000933.pdf>

Cesar C. **Etude Abena, 2004-2005. Comportements alimentaires et situations de pauvreté : aspects socio-anthropologiques de l'alimentation des personnes recourant à l'aide alimentaire en France.** Saint-Maurice : Institut de Veille Sanitaire (InVS), juin 2008, 108 p.

L'étude Abena 2004-2005 (Alimentation et état nutritionnel des bénéficiaires de l'aide alimentaire) a été mise en place pour répondre aux besoins de connaissances scientifiques sur l'état nutritionnel des personnes en situation de grande précarité. Cette étude associe une enquête épidémiologique et une étude socio-anthropologique des populations ayant recours à l'aide alimentaire. L'étude socio-anthropologique présentée dans ce rapport est le résultat de l'élaboration d'outils, de données et d'analyses développées en s'appuyant sur la littérature scientifique existante et la conduite d'entretiens auprès des requérants de l'aide alimentaire et de responsables associatifs.

http://www.invs.sante.fr/publications/2007/abena2_2007/abena_2.pdf

César C. **Enquête sur l'alimentation des personnes précarisées.** in : La santé de l'Homme, n°396, juillet août 2008, pp 44-45.

Socio-anthropologue, consultante sur l'alimentation, Christine César a mené pendant plus d'un an une étude auprès de familles en grande précarité auxquelles elle a rendu visite. Son constat est sans appel : ces personnes sont dans une démarche de survie avec 3 euros pour vivre (se déplacer, s'habiller... et manger) par jour et par personne. Pour se nourrir, les choix les plus rationnels sous l'angle de l'apport en énergie sont les produits les plus gras et sucrés. Dans les formations qu'elle anime, elle déculpabilise et conforte les professionnels dans leur démarche, pour partir de la compréhension du vécu des contraintes structurelles et envisager des solutions pragmatiques.

<http://www.inpes.sante.fr/SLH/articles/396/05.htm>

Caillavet F., Darmon N., Lhuissier A., Regnier F . **L'alimentation des populations défavorisées en France. Synthèse des travaux dans les domaines économique, sociologique et nutritionnel.** in : Les travaux de l'Observatoire 2005-2006, 44 p.

L'alimentation et le statut nutritionnel font partie du diagnostic des formes de pauvreté et des populations à risques. Cette synthèse des travaux français montre que cette question a davantage été abordée par la nutrition que par les sciences sociales. Les travaux sociologiques mettent en évidence l'hétérogénéité de la population défavorisée et des stratégies alimentaires, notamment dans les logiques d'approvisionnement, convergeant pourtant vers une monotonie alimentaire. Face à de fortes contraintes, l'alimentation peut devenir un facteur d'isolement. Le statut socio-économique apparaît comme un déterminant majeur des différences au niveau des quantités consommées par type d'aliments, des micronutriments, et du statut vitaminique et minéral. L'épidémiologie s'est penchée depuis longtemps sur le lien entre nutrition et inégalités de santé, et s'est focalisée récemment sur l'obésité. Les études épidémiologiques devançant les travaux sociologiques sur ce thème, encore embryonnaires en France, comparés aux travaux anglo-saxons. Ces recherches sociologiques s'intéressent d'une part aux déterminants sociaux de l'obésité (sur représentation de l'obésité dans les milieux défavorisés) et d'autre part à ses conséquences. La convergence de ces études amène à élargir le champ des critères d'appréciation de la pauvreté et devrait permettre d'élaborer des politiques publiques contre la pauvreté incluant la dimension sociale de l'alimentation et la prévention nutritionnelle.

http://www.onpes.gouv.fr/IMG/pdf/travaux2005-2006-2-1-3-alimentation_synthese-Caillavet.pdf

Lahlou S. Penser manger : alimentation et représentations sociales. Paris : Ecole des Hautes Etudes en Sciences Sociales, 1995, 239 p.

<http://tel.archives-ouvertes.fr/docs/00/16/72/57/PDF/THEDE100a.pdf>

Bertrand L., Desrosiers-Choquette J., Duquette M-P (et al.). **Pratiques et perceptions liées à l'alimentation. Ce que nous apprennent les personnes à faible revenu.** Rapport synthèse, décembre 2009, vol.12, n°2, 8 p.

En 2005, la Direction de santé publique (DSP) de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal, préoccupée par les inégalités de la santé et de l'alimentation, accordait un financement au Dispensaire diététique de Montréal (DDM) pour vérifier si le Panier à provisions nutritif (PPN) était accessible de façon uniforme à tous les Montréalais et si le coût des aliments variait selon leur lieu de résidence. Outre la capacité financière de se procurer des aliments santé et la disponibilité de ces derniers à proximité, des groupes de discussion tenus dans le cadre de cette étude ont identifié le besoin d'éducation comme un autre morceau du casse-tête pour bien s'alimenter. En effet, l'accès à une information simple et fiable, permettant de faire des choix d'aliments éclairés, constitue un élément essentiel de la sécurité alimentaire. Dans cette optique, la DSP a mandaté le DDM pour identifier à la fois les stratégies utilisées par les personnes à risque d'insécurité alimentaire et celles susceptibles de les aider à mieux s'alimenter. Une recherche qualitative a ainsi été menée auprès de personnes à faible revenu au moyen de groupes de discussion. Ce rapport synthèse vise non seulement à faire connaître les résultats de cette recherche, mais aussi à améliorer les stratégies mises en place afin d'inciter les personnes à risque d'insécurité alimentaire à adopter des pratiques d'achat et de préparation des aliments compatibles avec les objectifs de santé publique.

http://publications.santemontreal.qc.ca/uploads/tx_asssmpublications/1911-6853-DEC2009.pdf

Castetbon K., Deschamps V., Malon A. **Caractéristiques sociales et économiques associées à la consommation de fruits et légumes chez les enfants de 3 à 17 ans en France métropolitaine, ENNS 2006-2007.** in : BEH, mai 2009, pp. 221-225.

L'objectif était d'identifier les caractéristiques sociales, économiques et d'insécurité alimentaire associées à la consommation de fruits et légumes chez les enfants en France.

http://www.invs.sante.fr/beh/2009/22/beh_22_2009.pdf

Cavaillet F., Lecogne C. , Nichèle V. **La consommation alimentaire : des inégalités persistantes mais qui se réduisent.** in : Cinquante ans de consommation en France, 2009, pp. 49-62.

L'alimentation reste l'un des premiers postes de dépense des ménages. Ce poste accuse de diverses manières les effets des inégalités sociales. Dans la répartition des dépenses entre alimentation à domicile et à l'extérieur, les écarts persistent, voire s'accroissent, entre les deux extrémités de l'échelle des niveaux de vie : le poids de la consommation de repas hors domicile s'accroît en moyenne mais régresse dans le bas de l'échelle des niveaux de vie. En revanche, les écarts de consommation se resserrent dans certaines catégories de l'alimentation à domicile. Ainsi, l'importance des produits carnés se réduit désormais dans la hiérarchie sociale. La consommation de viande, produit au prix unitaire le plus élevé et autrefois signe de distinction sociale, pèse moins dans le budget des ménages. Il en est de même pour les produits de la mer et les légumes.

http://www.insee.fr/fr/ffc/docs_ffc/ref/CONSO09e.PDF

Centre de recherche et d'information nutritionnelles (CERIN). **Cuisiner et manger dans une chambre d'hôtel : un défi quotidien.** in : Alimentation, société & précarité, n° 42, juillet 2008, pp 3-5.

Pas facile de vivre à l'hôtel avec ses enfants. Stocker les produits, préparer ses repas à l'aide d'une bouilloire ou, au mieux d'un micro-ondes, pour 2 ou 3 € par jour et personne maximum... Un casse-tête quotidien où l'équilibre alimentaire n'est pas envisagé. Description d'une réalité sociale et des pistes expérimentales pour aider ces familles à mieux s'alimenter.

http://www.cndwebzine.hcp.ma/cnd_sii/IMG/pdf/ALIMetPRECA_N42.pdf

Escalon H., Bossard C., Beck F. et al. **Baromètre santé nutrition 2008**. Saint-Denis : Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé, 2009, 424 p.

La promotion d'une alimentation et d'une activité physique favorables à la santé passe par une connaissance précise et un suivi des évolutions des attitudes et des comportements nutritionnels de la population française. Cette troisième vague du Baromètre santé nutrition a été réalisée auprès d'un échantillon de 4 714 personnes âgées de 12 à 75 ans. L'analyse a intégré les inégalités sociales de santé, avec un focus sur certaines populations particulièrement fragilisées comme celles se trouvant en situation d'insécurité alimentaire. Sept régions font par ailleurs l'objet d'une analyse interrégionale spécifique. Cet ouvrage s'adresse à toutes les personnes impliquées dans le domaine de la nutrition : acteurs de prévention, professionnels de la santé et du social, chercheurs mais aussi responsables de la mise en œuvre des politiques publiques en matière d'alimentation et d'activité physique.

<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1270.pdf>

Institut de Veille Sanitaire, Ministère de la santé et des sports, Institut National de prévention et d'éducation pour la santé et al. **Etude Nutrinet santé. Cohorte pour l'étude des relations nutrition-santé, des comportements alimentaires et de leurs déterminants : état d'avancement et résultats préliminaires 1 an après le lancement**. Paris : InVS, 11 mai 2010, 18 p.

La finalité de cette étude est de mieux comprendre les relations entre la nutrition et la santé, et de connaître les déterminants des comportements alimentaires.

<http://bit.ly/v5IPzm>

Porte (De la) C. **Chômage et inactivité : quel impact sur les comportements alimentaires**. in : Alimentation, santé et petit budget, n°43, 2008, pp. 7-8.

Associées aux difficultés financières, l'inactivité entraîne parfois un repli sur soi et un isolement défavorables aux activités de la vie quotidienne et aux comportements alimentaires. Décryptage et pistes à suivre pour aider les publics précarisés à retrouver l'envie de se mettre à table.

<http://www.cerim.org/uploads/media/43-Chomage-inactivite-impact-comportements-alimentaires-alimentation-sante-petit-budget.pdf>

Choix alimentaires et contraintes économiques

Bernard B. **Bien se nourrir sans trop dépenser : savoir choisir ses aliments.** in : Alimentation et précarité, n°31, 2005, 16 p.

Ce dossier cherche à expliquer les bases de la nutrition et de l'équilibre alimentaire. Il propose d'apporter des éléments de réflexion à partir des repères de consommation, des idées d'animation de groupe et des conseils pratiques que chacun adaptera à la situation. L'objectif est d'aider à faire comprendre pourquoi il est important de bien se nourrir et comment il est possible de bien manger même avec très peu d'argent.

http://www.biotechno.fr/IMG/pdf/alimentation_et_precaire.pdf

Caillavet F., Darmon N. **Contraintes budgétaires et choix alimentaires : pauvreté des ménages et pauvreté de l'alimentation ?** in : Inra Sciences sociales, n° 3-4, 2005, 4 p.

Les politiques nutritionnelles émettent des recommandations visant à améliorer la qualité de l'alimentation. On peut s'interroger sur la portée sociale de ces normes nutritionnelles qui seraient particulièrement difficiles à respecter pour les populations à bas revenu. Aussi est-il opportun de vérifier dans quelle mesure, sur le plan théorique, les recommandations nutritionnelles peuvent être remplies avec un faible budget alimentaire. Les enquêtes montrent que la consommation alimentaire des populations pauvres reflète le poids des contraintes financières sous diverses formes. Ces contraintes ont-elles un impact significatif sur la qualité des produits consommés et peuvent-elles entraîner des déséquilibres alimentaires ? Cette interrogation débouche sur un débat majeur, celui de l'opportunité d'une politique d'intervention sur les prix alimentaires.

<http://www.inra.fr/internet/Departements/ESR/publications/iss/pdf/iss05-3Cai.pdf>

Hebel P. **Se nourrir d'abord, se faire du bien ensuite.** in : Consommation et modes de vie, n°209, 2008, 4 p.

En 2006, le ministère de l'agriculture et de la pêche a confié au Credoc la réalisation d'un baromètre des perceptions alimentaires afin de cerner les attentes des consommateurs, qui reposent en partie sur des croyances et des représentations collectives. Ce document, qui propose des résultats de la deuxième vague (juillet 2007), révèle que pour un français sur cinq, se nourrir est d'abord une nécessité. La recherche du plaisir arrive en deuxième position mais, désormais, elle est presque rattrapée par une préoccupation : l'incidence de l'alimentation sur la santé.

<http://www.credoc.fr/pdf/4p/209.pdf>

Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé. **Populations précarisées : l'accessibilité de l'alimentation.** in : La Santé de l'Homme, n°402, Juillet-août 2009, pp. 11-42.

Comment accéder à une alimentation équilibrée avec des budgets rétrécis ? La Santé de l'homme consacre le dossier central de ce numéro aux populations précarisées et à leurs difficultés d'accès à l'alimentation.

<http://www.inpes.sante.fr/SLH/pdf/sante-homme-402.pdf>

Aide alimentaire

Centre de recherche et d'information nutritionnelles (CERIN). **Deux programmes nationaux pour l'aide alimentaire.** in : Alimentation, santé & petit budget, n° 45, avril 2009, 8 p.

L'aide alimentaire apporte à des familles ou des personnes ordinaires une aide qui répond à leurs besoins de première nécessité. C'est un réseau de solidarité privée d'une incroyable efficacité qui complète l'aide sociale publique. Mais malgré les progrès réalisés dans de nombreux domaines -des centaines de tonnes d'aliments et des millions de repas distribués chaque année-, elle souffre encore d'une insuffisance de moyens et d'un manque de coordination. Face à ce constat, les pouvoirs publics veulent soutenir et renforcer l'aide alimentaire en favorisant notamment les synergies entre les acteurs publics, les associations et les entreprises privées. Cette volonté s'est traduite par la mise en œuvre du Programme Alimentation et Insertion (PAI) lancé en 2003 et plus récemment du Plan d'Aide Alimentaire qui s'est concrétisé en mars 2009 par la signature d'une charte. Ce dossier rappelle les principes de l'aide alimentaire et les grandes lignes des deux programmes initiés par les pouvoirs publics.

<http://www.cerin.org/uploads/media/45-Aide-alimentaire-realite-mal-connue-alimentation-sante-petit-budget.pdf>

Clément A. **Faut-il nourrir les pauvres ? : Une perspective historique.** in : Anthropology of food, n°6, 2008.

L'obligation alimentaire à l'égard des pauvres est un thème récurrent dans l'histoire de la pensée économique. Cette ardente obligation morale du souverain à l'égard de son peuple, encore fort présente dans la période moderne de notre histoire, tend progressivement à s'éteindre au fil du temps. De plus en plus de contreparties, en travail notamment, sont exigées de la part de ceux qui apportent leur secours. La responsabilité du pauvre lui-même à l'égard de sa situation est mise en avant le plus souvent pour restreindre l'aide collective publique. La confiance dans les lois du marché dès le XVIII^e siècle déresponsabilise de plus en plus l'État nourricier. Pourtant cette réponse s'avère dans bien des cas insuffisante. Dès le milieu du XIX^e siècle, une évolution idéologique sur la question sociale prépare l'avènement de l'État providence. Mais la critique de son action aujourd'hui renoue avec les vieilles idéologies du « mauvais » pauvre.

<http://aof.revues.org/index4283.html>

Dieuleveux T., Helleisen A-M., Puydebois C., Roussel F. **Évaluation du programme européen d'aide aux plus démunis et de l'organisation de l'aide alimentaire française : rapport définitif.** Paris : Inspection générale des affaires sociales. Conseil général de l'agriculture, de l'alimentation et des espaces ruraux, juillet 2008, 49 p.

Lancée par la Commission européenne, justifiée par les évolutions de la PAC, la réforme du programme européen d'aide aux plus démunis (PEAD) est cruciale pour les associations destinataires de l'aide alimentaire. Le programme concerne 19 pays européens ; il fournit près du tiers des ressources d'aide alimentaire des associations françaises concernées. Alors que la réduction du nombre de personnes pauvres s'est fortement ralentie en France (7,1 M de personnes vivent sous le seuil de pauvreté), la hausse des prix des produits alimentaires a généré en 2007 et 2008 des tensions fortes sur les volumes et la nature des produits achetés. Dans ce contexte, la mission des inspections générales a évalué les principes, l'organisation et la mise en œuvre du PEAD, ainsi que du programme national complémentaire (PNAA) avec pour préoccupation principale de chercher à maximiser les quantités d'aide alimentaire distribuées aux personnes les plus démunies.

<http://lesrapports.ladocumentationfrancaise.fr/BRP/094000083/0000.pdf>

Mission régionale d'information sur l'exclusion (MRIE). Aldeguer JP., Paris F., Bonerandi E. et al. **Alimentation et précarité.** in : Dossier annuel 2009 de la MRIE, 2009, pp. 47-51.

Ce dossier annuel de la MRIE est composé de quatre parties : les revenus et les conditions de vie (alimentation), l'emploi et le travail, l'habitat et le logement, les perspectives pour de nouvelles solidarités.

http://www.mrie.org/docs_transfert/publications/DossierAnnuel2009MRIE.pdf

Porte (De la) C. **L'aide alimentaire, une réalité mal connue.** in : Alimentation, santé et petit budget, n°45, 2009, p. 3.

L'aide alimentaire apporte à des familles ou des personnes ordinaires une aide qui répond à leurs besoins de première nécessité. Elle représente un réseau de solidarité privée d'une incroyable efficacité et complète l'aide sociale publique.

<http://www.cerin.org/uploads/media/45-Aide-alimentaire-realite-mal-connue-alimentation-sante-petit-budget.pdf>

Agence Régionale d'Hospitalisation, Comité Régional d'Education pour la Santé et al. **Une augmentation importante de l'obésité chez l'adulte et une information sur les recommandations du PNNS à poursuivre.** In : Actualisation n° 2, Décembre 2007.
<http://www.ors-poitou-charentes.org/pdf/NutriPanorama07.pdf>

Bout B. **Rapport sur l'organisation de la recherche et ses perspectives en matière de prévention et de traitement de l'obésité.** Paris : Sénat, 8 décembre 2010, 267 p.
Ce rapport dresse un inventaire des données scientifiques à prendre en compte pour mener une politique de prévention plus efficace et propose les orientations stratégiques indispensables pour lutter avec succès contre l'obésité.
<http://www.senat.fr/rap/r10-158/r10-1581.pdf>

Lhuissier A . **Education nutritionnelle en milieu populaire : significations et pratiques du régime alimentaire.** Paris : Institut national de la recherche agronomique (INRA), 2005, 26 p.
Face à l'accroissement du surpoids et de l'obésité en milieu populaire, les initiatives en matière d'éducation nutritionnelle se multiplient. En marge des consultations, souvent trop tardives, ou des groupes d'auto-support (weight watchers par exemple), trop coûteux, ces dispositifs visent à transmettre des notions de base en matière de diététique et d'hygiène alimentaire. Ils conduisent à s'interroger sur les significations et les pratiques du régime alimentaire en milieu populaire. Si l'expression "faire régime" semble une expression consacrée, il n'y a pas, en revanche, de conception partagée du régime. Le régime revêt des significations pratiques différenciées qui s'inscrivent dans la gradation du rapport au corps et de l'ancrage social, et correspondent à des attentes distinctes de prise en charge. L'enquête montre que ces différentes démarches relatives à la prise de poids ne sont pas strictement liées à une dimension diététique ou alimentaire, mais se comprennent au regard des itinéraires propres à chaque personne.
<https://www.paris.inra.fr/aliss/content/download/2928/28992/version/1/file/WP05-02.pdf>

Poulain J.P. **Sociologie de l'obésité.** Paris : Puf, Coll. Sciences et sociétés, 2009, 360 p.
Cet essai sociologique montre comment la résolution du problème sanitaire de l'obésité ne peut faire l'économie d'une réflexion où les sciences humaines ont un rôle majeur à jouer. Le but de cet ouvrage est d'analyser comment la sociologie et l'anthropologie peuvent contribuer à éclairer et expliquer pourquoi les plans d'action mis en place sont en partie insuffisants et comment ces disciplines peuvent apporter une aide efficace. Une première partie est consacrée à la sociologie de l'obésité, puis la question de la médicalisation et des controverses attenantes est abordée dans un deuxième chapitre. Enfin, l'ouvrage s'achève sur des questions sociétales en matière de politique de prévention et de prise en charge, et pose notamment la question des systèmes de valeur autour de la corpulence et de l'alimentation.

Delesse M. **Alimentation des enfants défavorisés et attitudes éducatives parentales.** In : Alimentation, société et précarité, n°36, 2007, pp. 3-7.

La plupart du temps, les adultes en situation précaire se nourrissent mal. De nombreuses études font état des risques qu'induisent pour leur santé des choix alimentaires déséquilibrés, dictés par la faiblesse de leurs ressources et la perte de repères dans la vie quotidienne. Mais qu'en est-il de leurs enfants ? Quelles sont les réalités de leur alimentation ? En l'absence de données précises pour les âges compris entre la prime enfance et l'adolescence, nous avons interrogé des professionnels de terrain - médecin, diététiciennes, conseillères en ESF - qui côtoient parents et enfants, et avons recueilli leurs observations et ressenti. Le constat se révèle rassurant d'un strict point de vue médical : les jeunes ne souffrent pas de carences et, à l'exception des enfants obèses, se portent plutôt bien en dépit d'une alimentation souvent surabondante et déstructurée. Autrement plus préoccupant que le déséquilibre alimentaire apparaît le problème de l'autorité parentale ou « parentalité ». Non seulement les enfants sont « rois » pour leur alimentation mais ils prennent la place de leurs parents et deviennent prescripteurs dans de nombreux domaines. Afin que les enfants retrouvent un cadre et des règles de vie, les acteurs sociaux travaillent à reconnaître la place de la mère dans la famille, à valoriser son rôle et à redonner confiance aux adultes.

http://formateur69.free.fr/spip/IMG/pdf/ALIMetPRECA_N36.pdf

Picca D. **L'alimentation des enfants de 0 à 3 ans au sein de familles en situation de précarité : pratiques et difficultés.** in : Alimentation, santé et petit budget, n°44, 2009, p. 3.

Dans le cadre du projet BBnut, une étude sociologique a été réalisée afin de mieux comprendre les pratiques et les difficultés en matière d'alimentation du jeune enfant de 0 à 3 ans, chez les familles en situation de précarité. Dix entretiens semi-directifs ont été menés auprès de mères d'origines maghrébines et africaines résidant en banlieue parisienne. Que nous disent-elles ?

<http://www.cerin.org/publication/alimentation-et-petit-budget/l'alimentation-des-enfants-de-0-a-3-ans-au-sein-de-familles-en-situation-de-precarite-quelles-prat.htm>

Photo-Alimentation : Outil d'intervention en éducation pour la santé.

CODES (Comité Départemental d'Education pour la santé) Charente-Maritime, CRES Poitou-Charentes, et al., 2005

Cet outil est un support d'animation destiné à des actions d'éducation nutritionnelle. A partir de photographies, il a pour objectif de faciliter la mise en mots des représentations liées à l'alimentation et permet de prendre conscience des positionnements personnels et de les travailler. Il s'utilise avec des adultes et jeunes adultes.

<http://ddata.over-blog.com/xxxxxyy/0/40/54/12/photo-alimentation-PHOTOS.pdf>

L'outil pédagogique: La scie pour les réduire ou le marteau pour mieux les fixer ? Inégalités sociales de santé : fiche alimentation.

Spèce C., Service Promotion de la Santé de la Mutualité Socialiste-Solidaris, décembre 2011, 12 p.

<http://www.pipsa.be/medias/ressources/2012/productionsPIPSa/Inegalites-sociales-de-sante-Fiche-alimentation.pdf>

Les ateliers cuisine par le menu. Guide pratique.

Fédération française des Banques Alimentaires, mars 2011, 98 p.

http://www.banquealimentaire.org/sites/default/files/guide_pratique_16mars_bat_2.pdf

L'alimentation qu'en dites-vous ? L'achat et les tentations.

Culture & Santé asbl., 2008, 32 p.

Cette production est un recueil de paroles sur l'alimentation et sur les thèmes plus particuliers que sont les pratiques d'achat alimentaire et la résistance aux multiples tentations d'achat.

<http://www.cultures-sante.be/nos-outils/education-permanente/2008/lalimentation-quen-dites-vous-lachat-et-les-tentations-tout-public.html>

Alimentation atout prix. Guide de formation et d'intervention

Barthelemy L, Binsfeld C. et al., CFES, 2005

Ce classeur est conçu pour servir aussi bien à la formation des professionnels qu'à son utilisation comme support pédagogique envers les populations démunies. Un préalable éthique propose une réflexion autour des références culturelles pour la prise en compte de la personne dans un cadre d'éducation nutritionnelle. L'outil est ensuite construit autour de trois grands axes de l'acte alimentaire : acheter, préparer, manger. Chaque chapitre est composé de quatre types de fiches ayant des objectifs différents. Chaque fiche est constituée de supports de texte et de transparents en couleur.

<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/498.pdf>

Alimentation et insertion. Guide d'accompagnement du calendrier "Tous à Table !"

Ministère de l'Emploi et de la Solidarité, INPES et al., 2005, 48 p.

Ce guide propose des pistes de réflexion et des informations pratiques pour les bénévoles et les professionnels intervenant dans les structures d'aide alimentaire. Il présente des préconisations ainsi que des pistes d'action pour faciliter le dialogue auprès des personnes accueillies dans les structures d'aide alimentaire. Il accompagne un calendrier et des affiches.

http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/Guide_d_accompagnement_du_calendrier_Tous_a_table.pdf

La santé vient en mangeant : Le guide alimentaire pour tous

Delamaire C. (Coord.), INPES, Paris, 2002, 130p.

<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/581.pdf>

Cuisiner malin. Livre de recettes faciles et pas chères pour toutes et tous.

Mairie de Paris. Direction de l'action sociale, de l'enfance et de la santé, 2012, 46 p.

Ce livret de recettes de cuisine simples et bon marché est le fruit de la rencontre entre des femmes et des hommes qui vivent dans un habitat qui ne permet pas l'accès à des appareils de cuisson électriques ou au gaz. La cuisine est un vecteur de partage de savoir-faire et de connaissances. Cuisiner, ce n'est pas seulement préparer un repas. Cuisiner ensemble c'est participer à la vie de la cité, en favorisant échanges sociaux et culturels. Autant de raisons qui nous semblaient si importantes, primordiales dans le re-tissage d'un lien social altéré.

http://labs.paris.fr/commun/pdf/Livret_Cuisiner_Malin.pdf

BBnut. L'alimentation des tout-petits de la naissance à 3 ans

Comité départemental d'éducation pour la santé (CoDES) de l'Essonne, Epicerie sociale Oasis de Viry-Châtillon, Centre de recherche et d'information nutritionnelles (CERIN) et al., 2009.

Cette mallette pédagogique élaborée dans le cadre d'un projet pluri professionnel et multi partenarial dans l'Essonne et la Seine-Saint-Denis, a pour objectif de rassurer et d'aider les parents ou futurs parents en situation de précarité, à proposer une alimentation adaptée à leurs jeunes enfants (0-3 ans). Il permet d'informer et de favoriser les échanges sur les repères pour la diversification, les différents aliments, les consommations hors repas, l'influence de la publicité et du prix des produits, la cuisine familiale et traditionnelle et la préparation des repas et enfin les dimensions éducatives et affectives de l'alimentation. Cet outil est destiné aux personnes travaillant spécifiquement auprès des populations en précarité : épicerie sociale, association d'aide alimentaire, services PMI...

Mon panier repas

Clermont-Ferrand : CoDES de l'Auvergne, 2009.

Cet outil, créé par un réseau d'acteurs de terrain (collectif REPAS - Réseau Pour une Alimentation Santé) a pour objectif de répondre aux besoins des personnes en difficulté avec l'écrit, aux bénévoles et aux professionnels qui les accompagnent dans un processus d'éducation nutritionnelle. Ce processus doit conforter les aptitudes favorables à la santé et diminuer les résistances liées aux représentations et aux rapports complexes de la personne vis-à-vis de son corps et de son alimentation. L'outil se compose de deux supports distincts : une pochette contenant 15 fiches (présentation des principaux fruits et légumes, des ustensiles de cuisine, des épices et aromates, et recettes de mets simples à réaliser) et un classeur reprenant un guide d'utilisation complet avec des propositions d'objectifs à réaliser et des fiches ressources.

Manger équilibré : jouez la variété !

Fédération française des banques alimentaires, Paris : CERIN, 2006

Cet outil permet d'animer des ateliers cuisine avec des personnes en situation de précarité, autour de la question de l'équilibre alimentaire.

Petites recettes illustrées

Atelier vespérales, GOULLIART Emmanuel, Editions de l'Etagère, 2006.

Ce livre de recettes est destiné principalement à des personnes en difficulté de lecture et d'écriture. Il présente les différentes étapes des recettes décomposées en photographies, ce qui permet ainsi de faciliter la lecture.

Revue spécialisées

Alimentation, Santé & Petit budget

Destinée aux professionnels et bénévoles qui sont confrontés aux populations précaires ou ayant un budget serré, Alimentation, santé et petit budget, aborde ces problématiques de façon concrète.

<http://www.cerin.org/publications/alimentation-etpetit-budget.html>

Sites internet

Aide alimentaire et insertion

Réseau de réflexion sur l'aide alimentaire en France animé par le Groupe de recherche et d'échanges technologiques (Gret).

<http://www.aide-alimentaire.org/>

Association Nationale de Développement des Epicerie Solidaires (ANDES)

Cet organisme encourage et accompagne la réalisation de nouveaux projets d'épicerie. Il fédère également ces structures au sein d'un réseau dynamique et innovant.

<http://epiceriessolidaires.viabloga.com/accueil.shtml>

Centre de recherche et d'information nutritionnelle (CERIN)

Organisme scientifique dont la mission est de favoriser le développement et la diffusion des connaissances sur les relations entre alimentation et santé.

<http://www.cerin.org/>

Programme National pour l'Alimentation (PNA)

Le programme national pour l'alimentation (PNA) part du principe que « Bien manger, c'est l'affaire de tous ». Pour garantir à tous une alimentation sûre, de qualité et respectueuse de l'environnement, tous les acteurs de l'alimentation, de la fourche à la fourchette, sont mobilisés pour relever ce défi social en mettant en place des actions concrètes. Ce site permet d'accéder à l'intégralité du Programme National pour l'alimentation mis en œuvre par le Ministère en 2011.

<http://agriculture.gouv.fr/Fiches-actions-du-Programme>