

Classeur *Alimentation Atout Prix* : un outil d'intervention auprès des populations précarisées

Lancé en 1997, plébiscité par les travailleurs sociaux, le classeur *Alimentation Atout Prix* est un outil d'intervention en éducation pour la santé auprès des populations en situation de précarité. Il vient d'être actualisé pour prendre en compte tant les

résultats des recherches en psychologie et en sciences sociales que les objectifs du programme national Nutrition Santé. Les experts qui ont conçu cet outil – et les travailleurs sociaux qui l'utilisent – expliquent le sens de leur démarche.

Une démarche de promotion de la santé

L'INPES conçoit, depuis plusieurs années, des outils dans le champ de l'éducation nutritionnelle, notamment dans le cadre du programme national Nutrition Santé (PNNS). C'est dans ce contexte que le classeur *Alimentation Atout Prix* – outil d'intervention et de formation en éducation nutritionnelle destiné aux professionnels ou bénévoles au contact des personnes en situation de précarité – édité pour la première fois en 1997 et réédité en 2001, vient d'être réactualisé.

Cet outil propose d'inscrire l'alimentation dans une démarche de promotion de la santé et de bien-être avec les autres. Il aborde un champ élargi de problématiques : rythmes de vie, hygiène, dépendances, loisirs mais aussi confiance en soi, initiatives, esprit critique, convivialité. L'actualisation a été réalisée par un groupe de travail associant des professionnels de l'éducation pour la santé, de la direction générale de la Santé, de structures au contact des populations en situation de précarité (banques alimentaires, Secours populaire, Croix-Rouge), de l'Inserm, du Cerin et d'une conseillère en économie sociale et familiale.

Ce classeur présente une double finalité :

- former des professionnels et des bénévoles du secteur médico-social et associatif ;
- promouvoir des actions autour de l'ali-

mentation auprès de personnes en situation de précarité.

Il poursuit cinq objectifs :

1. proposer aux intervenants en éducation nutritionnelle une réflexion éthique :
 - autour de leurs références culturelles et de celles des publics démunis ;
 - des façons d'agir face aux besoins et demandes du public ;
 - en vue de construire des actions plus appropriées ;
2. aborder l'alimentation sous les trois angles complémentaires : acheter, préparer, manger ; développer des connaissances et des savoir-faire correspondants ;
3. permettre aux bénéficiaires d'explorer leurs représentations et attitudes, de repérer les facteurs liés à l'environnement social et économique afin de mieux percevoir ce qui les influence dans les différents actes alimentaires ;

4. favoriser la construction de solutions personnelles, adaptées à chacun ;
5. valoriser l'alimentation et les ressources personnelles des participants ; donner ou redonner le goût et le plaisir de manger, de préparer...

Un classeur, des fiches, des transparents

L'introduction, sous forme d'un guide de l'utilisateur, présente la conception et l'organisation du classeur, des éléments de spécificités de la population « personnes en situation de précarité, les particularités du thème (les dimensions de l'éducation nutritionnelle bien au-delà des transmissions de connaissances de l'équilibre alimentaire : achats, préparation, diversité des manières de manger, lien social et richesse d'un tel travail, ouverture sur d'autres champs de la santé), le mode d'emploi de l'outil avec des repères méthodologiques et pédagogiques, des

propositions de supports et d'activités complémentaires, avec des expérimentations fictives ou réelles.

Un préalable : « L'éducation nutritionnelle. Quelle éthique ? » Cette réflexion éthique interroge tout particulièrement le professionnel exerçant auprès des personnes en situation de précarité, en vue de construire des actions plus appropriées. Elle offre aussi la possibilité de discuter en équipe, d'exprimer et travailler ses émotions. Elle peut permettre aux acteurs d'être plus responsables en identifiant les limites de leurs actions.

Trois chapitres

- « Acheter atout prix »
- « Préparer atout prix »
- « Manger atout prix »

Chaque chapitre est composé de quatre niveaux de fiches en fonction des types d'objectifs :

– *Fiche A* : faire émerger les représentations et les attitudes (facteurs limitants et facilitants).

– *Fiches B et C* : apporter des informations, des explications.

– *Fiche D* : s'exercer dans des mises en situation, construire ses propres solutions.

L'ensemble constitue une progression : s'interroger, comprendre, apprendre, construire.

Pour chaque type de fiche, on retrouve :

- des pages de référence pour l'animateur comportant des éléments de connaissance avec la finalité, les éléments de réflexion et les informations théoriques ;
- le descriptif, la présentation pédagogique des transparents et leur mode d'emploi ;
- des transparents pédagogiques couleurs pour l'animation et des transparents complémentaires (facultatifs).

Activité physique et autres nouveautés

Le classeur a été réactualisé et, à cette occasion, modifié pour prendre en compte les recommandations du programme national Nutrition Santé et les résultats des recherches les plus récentes. Schématiquement, les principaux changements sont les suivants :

- une nouvelle guidance : le contenu du classeur a été intégralement repris afin d'être mis en conformité avec les recom-

mandations du PNNS. De nouvelles informations sont données ainsi que des recommandations concernant l'utilisation des transparents (notamment des nouveaux) et la mise en œuvre des activités ;

– la courbe des repères : l'ancienne pyramide des apports nutritionnels des différents groupes d'aliments disparaît au profit d'une nouvelle représentation (*voir page 9*), plus complète et conforme aux recommandations du PNNS en termes de repères et de valorisation de l'activité physique. Elle devient une référence, un lien entre tous les acteurs en éducation nutritionnelle.

Cette actualisation présente de nouveaux transparents pédagogiques, par exemple :

- Ouverture aux cultures culinaires étrangères grâce notamment au transpa-

rent « épices et légumes secs ». Il est davantage possible d'introduire des pratiques culinaires de cultures différentes et d'enrichir les échanges de paroles et d'idées, ainsi que d'améliorer le goût et de varier les aliments de la distribution.

- Débat autour des régimes rendus visibles par l'introduction de pictogrammes dans le transparent « envie – pas envie ».
- Encouragement à la transmission des savoir-faire, en particulier en famille.

Au final, cet outil de cent soixante-quatre pages est disponible intégralement en format électronique, sur le site de l'INPES (www.inpes.sante.fr). Il fait l'objet d'une diffusion ciblée auprès des professionnels concernés.

Bruno Housseau

Chargé de mission, département des outils pédagogiques, INPES.

The image displays four educational cards from the 'atout prix' project, arranged in a 2x2 grid. Each card has a green header with the text 'Préparer atout prix' and 'Fiche Transparent'.
 - Top-left card: 'Des idées simples de plats'. It features a grid of food categories: Lentilles (with sub-points: Salade de lentilles, Saucisses, jerré, Petit salé aux lentilles, Ragout de lentilles, Harira), Pois chiches, Haricots blancs et rouges, Pois cassés, Fèves, Soupes, Plats, Purée, and Salades simples. A small illustration of a bag of lentils is at the bottom.
 - Top-right card: 'Envie et pas envie'. It contains two illustrations. The top one shows a person looking at a plate of food with a question mark, labeled 'envie'. The bottom one shows a person looking at a TV screen, labeled 'pas envie'.
 - Bottom-left card: 'Des exemples de portions de produits laitiers'. It shows illustrations of a yogurt container (1 yaourt), a glass of milk (1 verre de lait), a bowl of white cheese (1 bol de fromage blanc), a wedge of camembert (1/4 de camembert), and a portion of melted cheese (1 portion de fromage fondu). A note at the bottom says 'une petite poignée de fromage à pâte cuite râpé (emmental, cantal)' and '3 PAR JOUR POUR L'APPORT DE CALCIUM'.
 - Bottom-right card: 'Des idées simples de plats'. It lists various recipes under 'Réveille vos plats', including 'Préparations salées' (Cacahuètes, omelette, etc.), 'Préparations sucrées' (Sauces, Gâteaux, etc.), and 'Préparations de commerce salées ou sucrées' (Cacahuètes, plats secs, etc.). It also lists 'Les épices' like Cumin, Curry, etc.