

Environnements alimentaires étudiants : la démarche « selffoods »

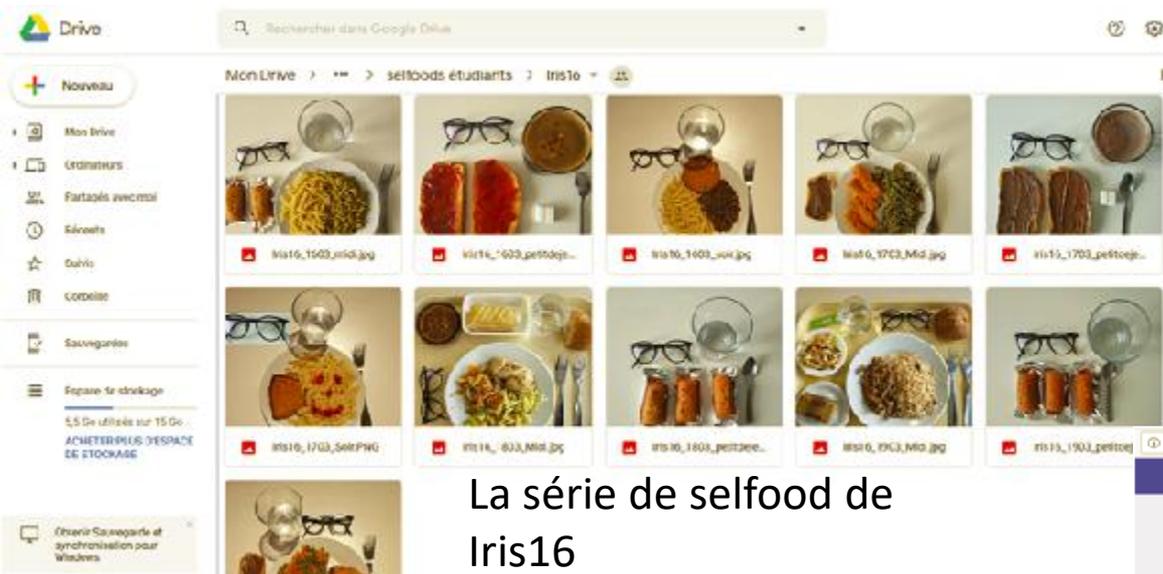
Camille Hochedez
Université de Poitiers

Groupe local FRUGAL - 3 juin 2019

Environnements alimentaires étudiants : la démarche « selfoods »

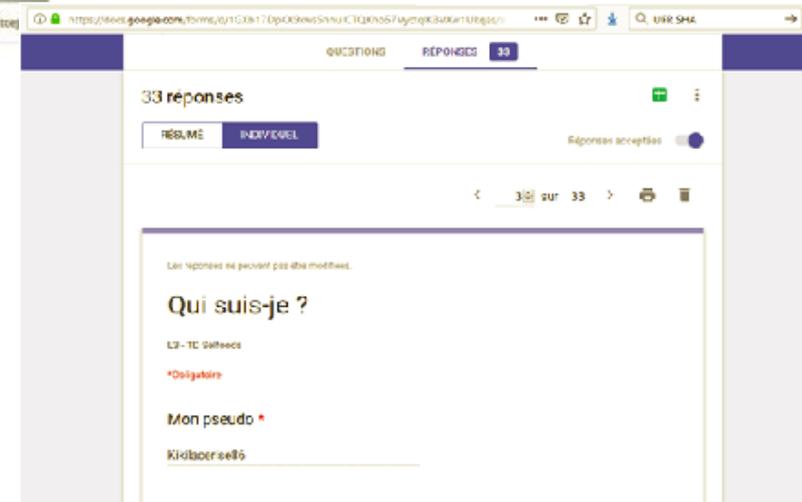
Selfood = selfie + food = autoportrait alimentaire

- Pendant 4 jours, prendre en photo ses repas avec une mascotte pour se représenter + prendre en photo le lieu où l'on fait ses courses le plus souvent
- stocker les photos sur un espace de partage sous un pseudo



La série de selfood de
Iris16

Questionnaires associés pour
connaître les environnements
alimentaires



Fichiers

Nom ↑



4car76_Champ.jpg



abdel.jpg



acerswift.jpg



Auchan Poitiers Sud.j...



CroqueMadame3.jpg



fritte11_NETTO_beaul...



GRANDFRAIS3 GRAN...



Iris16_Geant_Beaulie...



Kikilacerise86



LE TO AVEC DU GOM...



LeMelon86_Lidl_Cour...



Pancake99_Leclerc.jpg



Picklerick_carrefourc...



Picklerick_marchedel...



Thiébou djeune_ Lecl...



Thiébou djeune_Gean...



Thiébou djeune_Netto...



Yassa_Leclerc Poitier...



Yassa_Netto Poitiers.j...

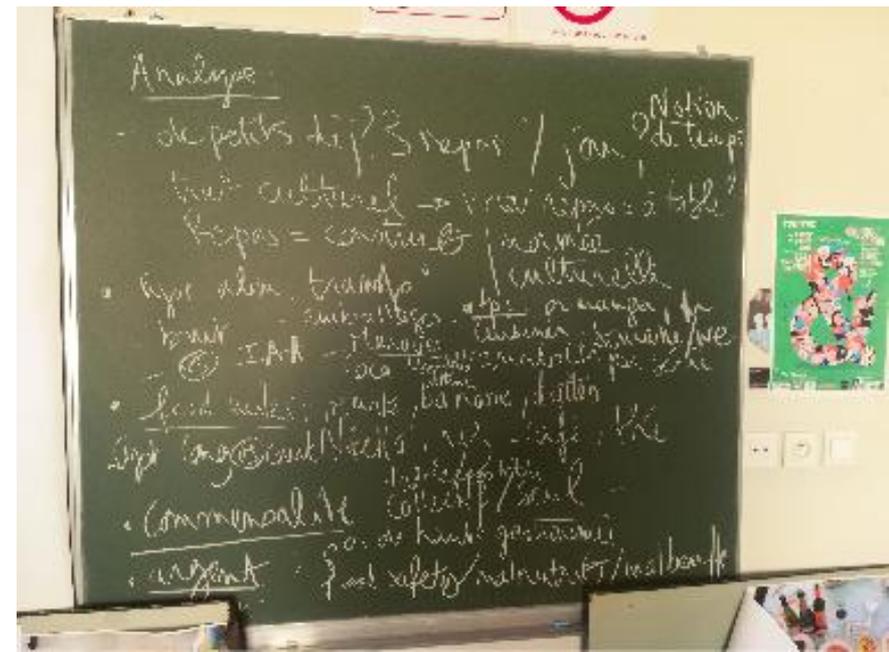
De l'analyse en classe...



Identification de **7 thématiques** permettant d'analyser les différentes **composantes des systèmes alimentaires**

Exemples :

- Commensalité
- malbouffe
- existe-t-il une alimentation étudiante spécifique ?



...à l'exposition « Selfoods : quand les étudiants passent à table », Hall du RU Champlain, en partenariat avec le CROUS de Poitiers



Mur de selfoods

7 posters



Exemples de posters

Béatrice Gail
Thèmes (Santé)
Lecteur 3
Géographie

Les sandwichs sont les aliments les plus consommés par les français lors de la pause déjeuner, cela se reflète également dans l'alimentation des étudiants



Nous retrouvons 33 % de sandwich sur l'ensemble des produits de « malbouffe » comptés



Nous retrouvons 17,5 % de kabab sur l'ensemble des produits de « malbouffe » comptés



Nous retrouvons 13 % de burger sur l'ensemble des produits de « malbouffe » comptés



Nous retrouvons 9% de tacos sur l'ensemble des produits de « malbouffe » comptés

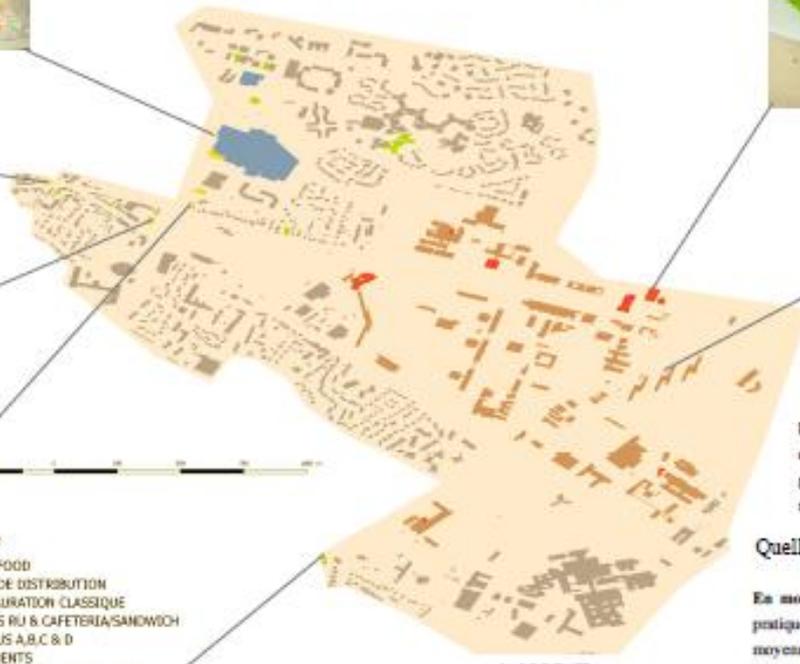
Légende

- FAST FOOD
- GRANDE DISTRIBUTION
- RESTAURATION CLASSIQUE
- CROUS RIJ & CAFETERIA/SANDWICH
- CAMPUS A,B,C & D
- BATIMENTS
- QUARTIERS AUTOUR DU CAMPUS



Malbouffes & étudiants

Carte de répartition des points de restaurations selon leurs natures autour du campus de Poitiers en 2019



Nous remarquerons également que le Crous malgré la présence des 4 seuls points de restaurations proposant des plats équilibrés sur le campus prendra toutefois des points de restaurations rapides plus nombreux à desservir le campus ne permettant pas une alimentation saine aux étudiants.



Nous retrouvons 28 % de pizza sur l'ensemble des produits de « malbouffe » comptés

Qu'est ce que la malbouffe/malnutrition ?

D'après l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), on entend les carences, les excès ou les déséquilibres dans l'apport énergétique et/ou nutritionnel d'une personne. Cette dernière se traduit par le surpoids/obésité dont 1,9 Milliard d'adultes souffrent dans le monde.

Quelle devrait être la consommation moyenne de calories par jour ?

En moyenne un être humain non actif doit consommer 2350 kJ contre 2650, si il pratique des activités sportives. Un repas moyen d'un fast-food représenterait en moyenne 1083 calories. Alors qu'un repas moyen « normal » ne devrait pas être supérieur à 780 calories. En Europe la consommation moyenne de calories par jour est de 3400 kJ.

Quelles sont les problèmes que peuvent rencontrer les étudiants Poitevins ?

Ce panneau a pour but de VOUS sensibiliser au concept de Food-Safety, se définir ainsi, concept de sécurité alimentaire : donner l'accessibilité à tous et toutes à des produits sains ayant un impact positif sur votre santé, afin de vous nourrir décemment. Hélas, comme vous pouvez le constater avec la carte ci-contre la majorité des points de restaurations ceintant le campus ne fournissent pas/peu de produits alimentaires « sains » (contenant une faible teneur en sucre, en sel, en acide gras saturés, et produits alimentaires nocifs à votre santé). Lors de l'opération Selffood regroupant 208 repas (midi et soir) sur une période de 4 jours dans une promotion d'environ 40 étudiants, nous relevons 46 repas provenant de ces points de restaurations. Cela porte à 22% le taux de repas n'assurant pas une alimentation saine aux étudiants, soit près de 1/4 du temps.

N'oublions pas, que chaque année, environ 3 millions de personnes décèdent des suites de maladies connexes à la malnutrition dont le diabète et l'obésité.

Comparaison entre un repas moyen et un repas de fast-food d'un individu français en 2018



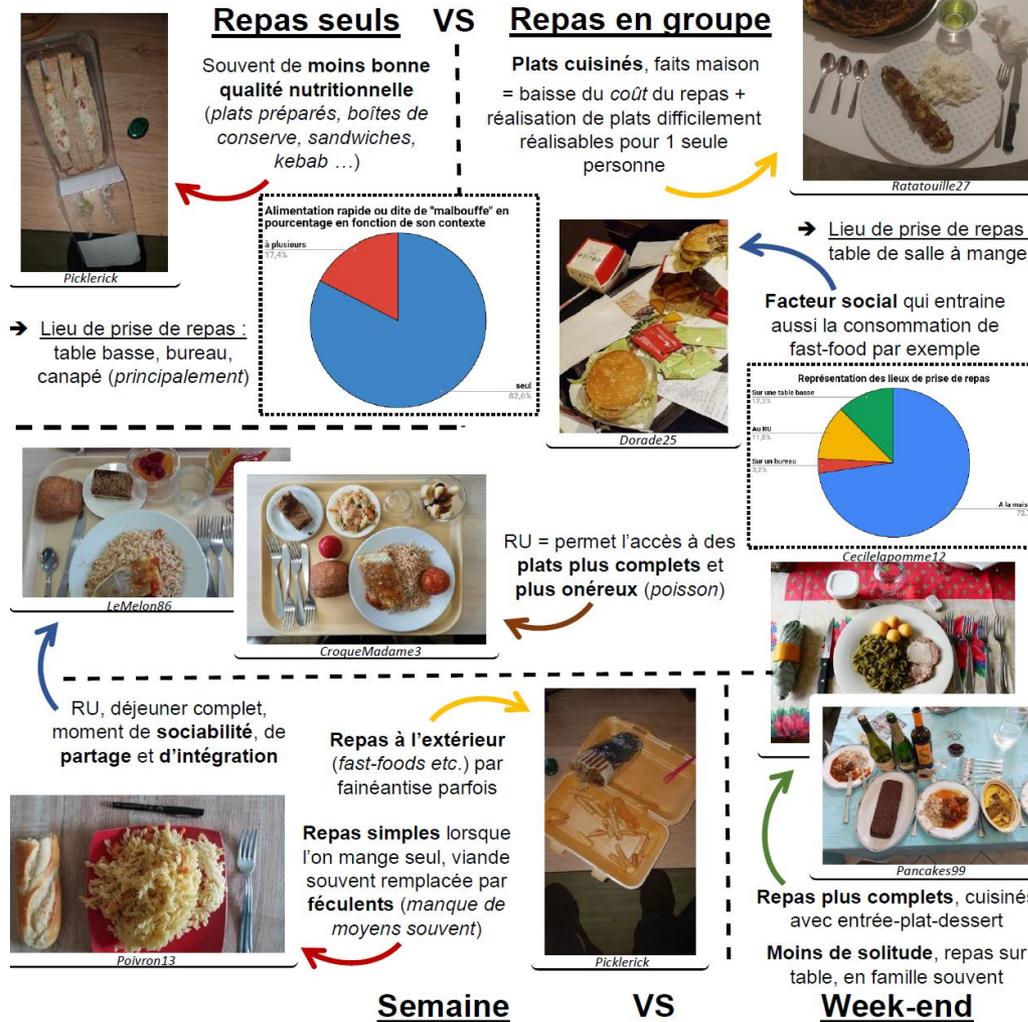
Source : OMS, 7 février 2018

La commensalité

La commensalité regroupe l'ensemble des façons de s'alimenter. A travers ce terme nous nous intéressons donc aux lieux de prise de repas, à la façon de prendre son repas et avec qui la personne prend son repas. En effet, tous ces paramètres rentrent en compte et différemment selon le jour et la ou les personnes avec qui nous sommes amenés à manger.

Les particularités de cette commensalité ? L'espace ou la qualité des repas change-t-elle selon que l'on prend un repas seul ou à plusieurs ? L'intérêt ici est de déterminer les facteurs influenceurs qui font diversifier le cadre ou le type d'alimentation. Nous allons donc répertorier et classer les différents repas par catégories afin de les analyser.

Comment se définit le repas moyen d'un étudiant au travers de la commensalité ? En somme : quel sont les lieux récurrents de prise de repas ?



ENVIRONNEMENT ALIMENTAIRE



Lieux et acteurs de l'espace autour de l'humain en relation avec l'agriculture et l'alimentation. Ils sont appréhendés dans leur densité et leur diversité, dans leur différents degrés d'accessibilité (coût, distance). Ils sont matériels et immatériels (sociaux, virtuels, sensoriels). On peut capter la structure de cet environnement par une cartographie.

- Trame d'occupation de l'espace de vie (trame vraie, par exemple, pouvant délimiter un quartier, une zone d'habitation)
- Foyer et espaces alimentaires du foyer (cuisine, salon...)
- Collège et espaces alimentaires du collège (cantine, bureau de la cour, poujaot...)
- Ressources alimentaires matérielles et virtuelles (commerces, restaurants, commande en ligne...)
- Services sociaux et de santé relatifs à l'alimentation (médecin...)
- Lieux de loisirs scolaires et extra-scolaires qui influencent l'alimentation (espaces sportifs, jeux vidéo, télévision...)
- Espaces publics et institutionnels (gestion municipale...)
- Espaces sensoriels liés à l'alimentation (images, sons, odeurs...)
- Ressources agricoles (zones de production)
- Lois, discours, injonctions issues de différents sphères (privée / publique : économique, politico institutionnelle, familiale, médiatique, médicale, culturelle, réseaux sociaux...)
- Expression par les sens de la perception de l'environnement alimentaire
- Valeur attribuée aux différents lieux et acteurs en lien avec l'agriculture et l'alimentation



Façon dont l'humain perçoit son environnement alimentaire. Représentation qu'il se fait de l'offre alimentaire, de l'agriculture locale, des différents influenceurs qui l'entourent. Une valeur est donnée à ce paysage, qui peut être mise en dialogue, confrontée à celle que lui donnent d'autres acteurs.

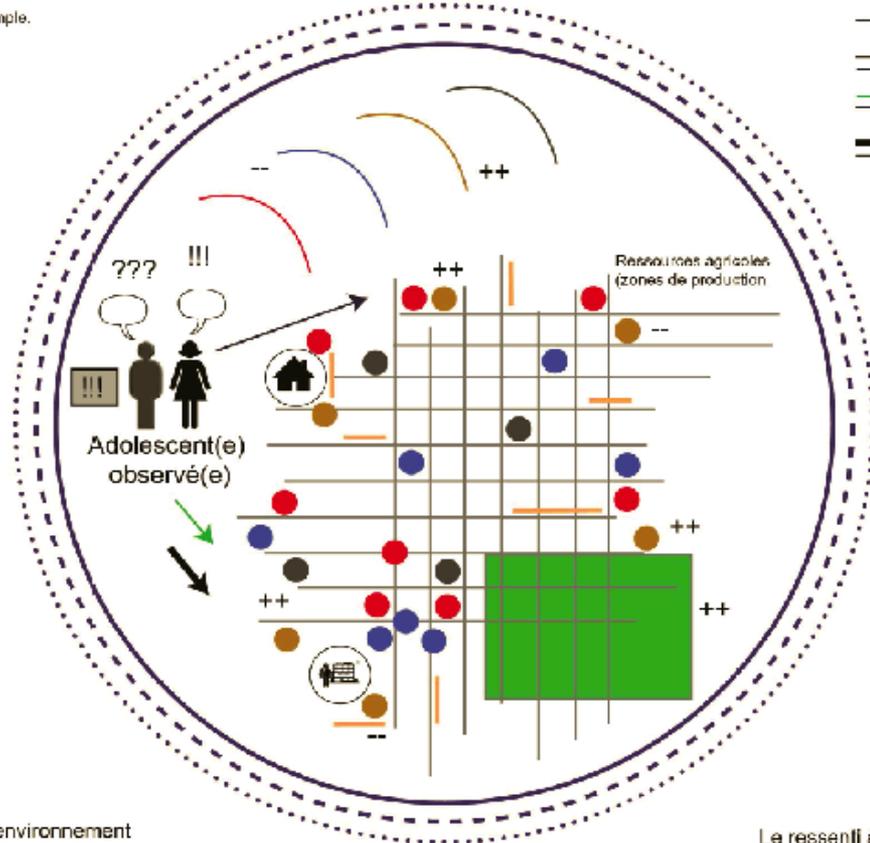
PAYSAGE ALIMENTAIRE

PRATIQUES ALIMENTAIRES

Déplacements, fréquentations concrètes des lieux, actes spatialisés que l'humain mène dans son environnement en lien avec l'alimentation. Les pratiques sont individuelles, collectives (groupes de pairs, famille...). Elles s'apprennent, se transmettent, circulent, se complexifient.



- Déplacement et circulation dans l'environnement alimentaire suivant différentes modalités de mobilités
- Différents niveaux de distance du déplacement
- Différents modes de déplacement (pieds, vélo, trottinette, transports en commun, voiture...)
- Différents niveaux de fréquence du déplacement



Portrait alimentaire = environnement + pratiques + paysage + humeur alimentaires d'un individu ?

- Emotions liées à l'alimentation face à l'assiette, un lieu, une personne, une situation donnée
- Codo qui amplifie ou masque l'émotion liée à l'alimentation

Le ressenti à un temps T lié à l'alimentation. L'humeur est largement déterminée par des facteurs biologiques, psychologiques, sociaux. Elle est associée aux émotions (joie, tristesse, colère, dégoût, peur, surprise, mépris). Elle peut être amplifiée ou masquée par des codes alimentaires.



HUMEUR ALIMENTAIRE