

Perception du lien entre santé, durabilité et alimentation : comparaison de discours entre experts et profanes

Session d'hiver 2017/2018

Université de Lausanne, Faculté des Sciences Sociales et Politiques

Institut de Psychologie

Directeur : Professeure ordinaire Marie Santiago -Delefosse

Co-directeur : Maître d'enseignement et de recherche suppléante Fabienne Fasseur

Travail de Mémoire par
Léa Crettex

Résumé

L'alimentation est liée à de nombreux enjeux. Et deux d'entre eux semblent importants et tout à fait actuels : la santé et la durabilité. En effet, de nombreux facteurs provenant de l'environnement biophysique peuvent influencer la santé de l'individu. Mais l'alimentation, de par sa production, est un des facteurs de l'environnement biophysique impactant directement la santé individuelle. Il semble donc tout à fait pertinent de lier alimentation, santé et durabilité.

Ce travail, se voulant axé sur le discours des individus, s'intéresse aux perceptions du lien entre santé, durabilité et alimentation, en comparant un discours expert et un discours profane. Il suppose que les profanes appréhenderont difficilement le lien entre les trois concepts que sont santé, durabilité et alimentation, contrairement aux experts. Pour ce faire, une recherche qualitative de type exploratoire a été menée. Cinq entretiens semi-directifs ont été conduits auprès de divers professionnels provenant du domaine de la santé ou de la durabilité, pour obtenir le point de vue des experts. Un focus group avec quatre étudiants de l'Université de Lausanne a également été mené, afin d'explorer le discours des profanes. Ces entretiens ont été analysés selon la méthode de l'analyse thématique de contenu, et une comparaison entre un discours expert et un discours profane a été faite.

Les résultats de cette recherche montrent, contre toute attente, une similarité entre les discours des experts et des profanes. En effet, les profanes semblent avoir un nombre de connaissances important sur la question. De plus, on observe une division entre les experts : on retrouve d'un côté le discours des experts de la durabilité et d'un autre côté le discours des experts de la santé. Une vision interdisciplinaire, voire pluridisciplinaire, semble difficile sur la question de l'alimentation.

Mots clés : santé, durabilité, alimentation, perception, experts, profanes, comparaison de discours.

Abstract

Food is linked to many issues. And two of them seem important and quite current: health and sustainability. Indeed, many factors from the biophysical environment can influence the health of the individual. But food, by its production, is one of the factors of the biophysical environment directly impacting individual health. It therefore seems highly relevant to link food, health and sustainability.

This work, which focuses on the discourse of individuals, focuses on perceptions of the link between health, sustainability and food, comparing expert discourse with profane discourse. It assumes that lay people will hardly understand the link between the three concepts of health, sustainability and nutrition, unlike the experts. To do this, an exploratory type of qualitative research was conducted. Five semi-structured interviews were conducted with various professionals from the field of health or sustainability, to obtain the experts' point of view. A focus group with four students from the University of Lausanne was also conducted, in order to explore the lay speech. These interviews were analyzed using the thematic content analysis method, and a comparison between an expert and a profane discourse was made.

The results of this research show, against all odds, a similarity between the speeches of experts and laymen. Indeed, lay people seem to have a lot of knowledge about the issue. In addition, there is a division between the experts: we find on the one hand the speech of the experts of sustainability and on the other hand the speech of the experts of the health. An interdisciplinary, even multidisciplinary, vision seems difficult on the question of food.

Keywords: health, sustainability, food, perception, expert, profane, speech comparison.

Table des matières

Introduction	4
Revue de littérature	7
Problématique.....	16
Méthodologie	18
Méthode de recueil de données	18
Population recrutée	20
Canevas utilisé lors du focus group	21
Canevas utilisé lors des entretiens semi-directifs	21
Cadre et développement du focus group.....	22
Cadre et développement des entretiens semi-directifs.....	22
Méthode d'analyse de données	23
Analyse des données	24
Les profanes.....	25
Les experts.....	39
Comparaison entre les discours des profanes et celui des experts : analyse comparative....	57
Discussion	66
Conclusion.....	70
Bibliographie.....	72
Annexes.....	77
Canevas du focus group	77
Canevas des entretiens semi-directifs pour les professionnels de la santé	78
Canevas des entretiens semi-directifs pour les professionnels de la durabilité	80
Feuille de consentement des participants du focus group.....	81
Feuille de consentement des participants des entretiens semi-directifs.....	86
Feuille d'information des participants	91
Retranscription du focus group	92
Retranscription des entretiens semi-directifs	114

Introduction

L'alimentation et son interaction avec de nombreux niveaux semblent être un objet d'étude des plus pertinents. L'Université de Genève a réalisé une étude afin de créer un modèle des déterminants de santé pour la Suisse (Canteroggi, 2004). Cette étude met en évidence les différents facteurs intervenant dans la détermination de la santé de la population. On y retrouve différents niveaux déterminant la santé. Un de ces niveaux est le niveau des déterminants intermédiaires. Cette catégorie réunit « les déterminants qui émanent de la stratification sociale définie par les déterminants structurels. Ils sont ensuite reliés à une série d'influence au niveau individuel, incluant les aspects comportementaux et physiologiques » (p.29). Y apparaissent les facteurs comportementaux et biologiques, qui comprennent notamment les comportements en matière de régime alimentaire. Ils établissent ensuite que ces facteurs comportementaux ont une corrélation avec l'état de santé.

Dans un article du journal *le Temps* (Gremaud, 2012), Jean Pierre Poulain nous fait part de cette analyse : « il y a 50 ans, on conçoit encore l'alimentation comme allant de soi. Un repas, c'est une entrée, un plat et un dessert ; tout l'hiver, on mange de la soupe, c'est comme ça, ça ne se discute pas, et ça se transmet de génération en génération. Récemment, différents facteurs ont contribué à extraire l'alimentation de cet état allant de soi : l'argument santé, le bien-être animal, les enjeux culturels, le respect de la différence, etc. Sur l'alimentation convergent des éléments qui traduisent les mutations des sociétés contemporaines. [...] Mais l'alimentation est aussi un élément qui fonde la société. Et qui la transforme » (Gremaud, 2012).

L'alimentation semble donc être un enjeu majeur dans notre société actuelle. En ce sens, il me paraît tout à fait intéressant de me pencher sur ce sujet, que je souhaite mettre en lien avec deux concepts : celui de la santé, et celui de la durabilité. En effet, de nombreuses thématiques reliant l'alimentation à la durabilité sont d'actualité : on entend beaucoup parler, notamment dans les médias, des produits d'agriculture biologique, des régimes sans viande, de la consommation de produits locaux. Relier l'alimentation, la santé et la durabilité me paraissait donc pertinent.

En effet, de nombreux facteurs provenant de l'environnement biophysique peuvent influencer la santé de l'individu. D'un point de vue impact, la pollution de l'air, la pollution de l'eau et des nappes phréatiques notamment impactent l'état de santé de l'individu. Mais l'alimentation, de par sa production, est un des facteurs de l'environnement biophysique impactant directement la santé individuelle. En effet, Redlingshöfer (2006) souligne que « se nourrir fait entièrement

partie des actes quotidiens citoyens, qui sont indissociablement liés à l'environnement. Tous les jours, une multitude d'acteurs cultivent, produisent, conditionnent, transportent, distribuent, préparent et consomment les produits alimentaires. Tout au long de la chaîne alimentaire, ils utilisent des ressources naturelles et produisent des déchets. L'environnement est alors forcément partie prenante dans l'alimentation » (p.83).

On pourrait donc logiquement réfléchir à intégrer l'alimentation dans le paradigme du développement durable, dont on entend largement parler ces dernières années. Mais il s'agirait tout d'abord de définir ce qu'on entend par développement durable : l'expression apparaît dans le rapport Brundtland (1987) et est définie par la Commission mondiale sur l'environnement et le développement de l'Organisation des Nations Unies comme : « un développement qui répond aux besoins du présent sans compromettre la capacité des générations futures de répondre aux leurs. Deux concepts sont inhérents à cette notion : le concept de « besoins », et plus particulièrement des besoins essentiels des plus démunis, à qui il convient d'accorder la plus grande priorité, et l'idée des limitations que l'état de nos techniques et de notre organisation sociale impose sur la capacité de l'environnement à répondre aux besoins actuels à venir » (p.40).

On peut donc constater que l'alimentation semble être liée à la santé et à la durabilité. Cependant, ce travail aura pour but, comme évoqué dans le titre, de s'intéresser aux perceptions du lien entre santé, durabilité et alimentation, en comparant un discours expert et un discours profane. L'expert est défini comme ayant des connaissances, mais ces dernières ne suffisant pas, également beaucoup d'expérience (Gross et Gagnayre, 2013). « L'expert n'est pas seulement un savant, mais encore une personne d'expérience maîtrisant les multiples facettes de son domaine d'expertise, connaissant ses limites et sachant faire appel aux expertises complémentaires. [...] L'expert doit en permanence entretenir et approfondir ses compétences, notamment en participant aux débats entre experts. » (Grimaldi, 2011, 66-67). En opposition à celui qui sait se trouve le profane (Garric et Léglise, 2012). Les savoirs profanes peuvent être définis comme « les savoirs de tous les jours, les rituels, les connaissances, les croyances et les pratiques qui sont [...] essentiels à l'autonomie individuelle et collective » (Blais, 2006, p.152). L'opposition entre l'expert et le profane semble donc claire, et il s'agira dans ce travail de comparer ces deux discours à travers la perception du lien entre alimentation, santé et durabilité.

L'individu sera donc au centre du travail, avec sa perception du monde, socialement ancrée. En effet, la psychologie de la santé appréhende la santé à travers une pluralité d'interactions entre les facteurs psychologiques et biologiques, et leurs influences réciproques y sont considérées.

Fischer (2002) nous dit que la psychologie de la santé développe un type de savoir sur l'être humain qui s'inscrit dans un contexte socioculturel déterminé. Aujourd'hui, la compréhension des comportements individuels et collectifs se fait à travers l'attention portée aux comportements de santé. Ces derniers sont aujourd'hui l'objet de nombreuses préoccupations, qu'elles soient médicales, sociales, économiques, politiques ou encore psychologiques. Dans nos sociétés occidentales, la santé occupe une place de plus en plus grande ; on met l'accent sur l'importance des comportements sains, les campagnes de prévention sont favorisées, et l'on cherche à réduire à tout prix les risques de maladie. Fischer (2002) nous dit même que la santé n'est plus uniquement un objet du monde médical, mais qu'elle est devenue un phénomène social, qui se manifeste par un ensemble d'expressions centrées sur la promotion des modes de vie sains. On retrouve notamment les bienfaits de la remise en forme, les avantages de la margarine par rapport au beurre, les doses d'alcool tolérées ou encore le poids idéal à atteindre, et même l'intérêt des produits bio. Le but de ce travail sera donc d'interroger les perceptions des individus, leur vision du monde, leur croyance, leur représentation.

Pour cette recherche, je vais tout d'abord effectuer une revue de littérature, en abordant premièrement le lien entre santé et durabilité d'un point de vue de la santé publique, et en présentant parallèlement le modèle biomédical, modèle prédominant dans le domaine de la santé pendant de nombreuses années. J'étayerai cette partie en y abordant ce que peut être une alimentation durable et saine d'un point de vue de santé publique. Finalement, la place de l'individu dans ces enjeux sera présentée, en lien avec le modèle de la psychologie critique et qualitative de la santé (Santiago-Delefosse, 2002). Suite à cette revue de littérature et la présentation de ma problématique se trouvera la partie « pratique » de ce mémoire. Le but de ce travail étant de mener une recherche sur les perceptions du lien entre santé, durabilité et alimentation, j'ai effectué une récolte de données. Ces données ont été récoltées auprès d'un groupe d'étudiants de l'Université de Lausanne et auprès de divers experts du domaine de la santé et de la durabilité, dans un but de comparaison entre un discours d'experts et un discours de profanes. En effet, cette recherche part du principe qu'un discours expert saura percevoir le lien entre santé, durabilité et alimentation, alors que les profanes auront plus de difficulté à appréhender le lien entre ces trois concepts.

Revue de littérature

Aujourd'hui, et cela depuis le milieu des années 70, nous sommes de plus en plus conscients que la bonne qualité du système de soins ne constitue pas le seul facteur explicatif de la bonne santé des populations (Cantorregi, 2010, p.4). La santé se voit aujourd'hui observée sous un nouvel angle et, dans le milieu médical, il semble y avoir une prise de conscience du rôle de la multitude de facteurs étant impliqués dans la santé de l'individu, et des interactions de l'individu avec les différents systèmes. La Charte d'Ottawa précise que divers facteurs peuvent la favoriser ou au contraire, lui nuire. Ces facteurs peuvent être sociaux, culturels, environnementaux, biologiques, comportementaux ou encore politiques. Kickbush (2010) ajoute que la santé est également en interaction avec l'environnement biophysique, bien que ce soit un élément souvent négligé.

En effet, le développement durable est, à de nombreux niveaux, lié à la problématique de la santé. Un article rédigé par Kjaergard et collègues (2003) met en lumière divers modèles imbriquant santé et durabilité. Ils nous disent notamment que de nombreux problèmes de santé et d'environnement sont dus à une intensification accrue de l'agriculture et de la production alimentaire (2013, p.1). Ce lien se retrouve également dans le modèle développé par Hancock (1993) ; le « health-environment-economy model ». Dans ce modèle, il explique que la santé contribue à l'équité, au vaste écosystème social ainsi qu'à la santé humaine ; le développement durable, lui, met l'accent sur les générations futures, les environnements naturels et la santé des autres espèces¹ (traduction libre, Hancock, 1993 in Kjaergard et al, 2013). Ce modèle montre les liens entre santé, ou autrement dit bien-être social, bien-être environnemental et bien-être économique, axé sur l'équité et la durabilité. Hancock (1993) estime également que le débat du développement durable doit être axé sur le développement humain plutôt que sur le développement économique.

Aujourd'hui, la santé semble être appréhendée de différentes manières, et semble être liée à des enjeux globaux. Pourtant, le modèle biomédical a été le modèle de référence pendant de nombreuses années, avec un intérêt axé sur le corps biologique, et une définition de la santé comme une absence de maladie. Il a été le modèle prédominant et a donc fortement influencé les postulats de la psychologie de la santé. Ce modèle, très rationnel, voit la maladie comme la

¹ « Health contributes its emphasis upon equity, its concern with the broad social ecosystem and its concern for human health; sustainable development contributes its emphasis upon future generations, natural ecosystems and the health of other species » (Hancock, 1993 in Kjaergard et al, 2013)

conséquence de facteurs externes. « Il s'agit d'un « mal » qui vient déranger l'état stable et bénéfique de la santé. [...] Ce modèle souhaite arriver à des mesures objectives de la maladie ainsi qu'à son éradication qui permettrait la guérison, c'est-à-dire le retour à l'état stable » (Santiago-Delefosse, 2002, p.22). On voit ici une conception linéaire et unidirectionnelle, avec un schéma de type stimulus-réponse. Ce modèle est encore aujourd'hui présent dans certaines pratiques hospitalières et théories médicales, malgré de nombreuses limites. En effet, le modèle biomédical s'intéresse uniquement au corps biologique et ne considère pas beaucoup le sujet. Ses limites se retrouvent donc principalement lorsque le professionnel de la santé est amené à rencontrer des patients, puisque la prise en charge se centre uniquement sur la pathologie. La santé publique, qui s'ancre notamment dans ce paradigme biomédical, s'intéresse aujourd'hui aux enjeux d'une alimentation saine et durable.

Kickbusch (2010) affirme que l'interdépendance et l'interaction entre les trois piliers du développement durable sont les déterminants clés pour créer des communautés saines et durables. Selon elle, il y a une convergence dans les objectifs de la promotion de la santé et du développement durable, bien que les agendas se développent séparément. Et le système alimentaire est, selon Kickbush, à « l'interface entre l'agenda de la durabilité et les principaux challenges de santé publique » (2010, p.14).

The Food and Agriculture Organization of the United Nations (2010) a défini une alimentation durable de la manière suivante : « une alimentation avec un impact environnemental bas, qui contribue à une sécurité alimentaire et à une vie saine et respectueuse pour les générations présentes et futures. Une alimentation durable est protectrice et respectueuse de la biodiversité et des écosystèmes, acceptable culturellement, accessible, économiquement juste et abordable, nutritionnellement adéquate, sûre et saine, tout en optimisant les ressources naturelles et humaines » (p.1). L'American Public Health Association (2007) ajoute qu'un système alimentaire durable encourage la production et les infrastructures de distribution locale, et rend la nourriture disponible, accessible et abordable à tous. Il se doit également d'être humain et juste, de protéger les fermiers et autres travailleurs, ainsi que les communautés. Mathé (2009) définit l'alimentation durable selon quatre piliers : la préservation de l'environnement, la performance économique, l'impact social et la gouvernance, soit la réduction des inégalités, la résilience face aux instabilités d'ordre écologique ou économique, et finalement la préservation et l'amélioration de l'état de santé et de bien-être, soit l'optimisation de la couverture des besoins physiologiques.

Par définition, l'alimentation durable inclut donc l'aspect sanitaire, puisqu'elle se doit d'être « nutritionnellement adéquate et saine » (FAO, 2010). René Longet (2015), expert en développement durable, confirme : « Nous sommes faits de ce que nous mangeons ; santé humaine et santé de la Terre vont de pair, alors accordons à notre alimentation l'importance qu'elle mérite ». Il s'agit donc aujourd'hui d'un enjeu central des politiques publiques. En effet, de nombreuses crises en lien avec ces thématiques sont fortement d'actualité : les émissions de gaz à effet de serre impactant sur le changement climatique, une alimentation déséquilibrée, une augmentation de la prévalence des maladies chroniques, une diminution de la biodiversité. Ces crises ont comme source l'agriculture et ses modes de production, mais également les systèmes alimentaires, qui transforment les matières premières (Duru, Hazard et Magrini, 2016). Tilman et Clark (2014) estiment que la transition alimentaire, de par son lien avec la santé humaine et la santé de la planète, constitue l'un des grands challenges actuels.

Un système alimentaire plus durable, plus sain et plus équitable est le but numéro un pour la santé publique, nous dit Kickbush (2010) ; un système dans lequel les choix pour la santé sont aussi les meilleurs choix pour la planète. Dans cette vision de la santé publique, elle cite trois défis majeurs : un système alimentaire plus équitable, plus sain et plus durable.

Plus équitable, car les inégalités d'accès à la nourriture ne font qu'augmenter et que le nombre de personnes en situation de sous-nutrition est très élevé. En effet, 780 millions de personnes ne mangent toujours pas à leur faim dans le monde (FAO, 2015), et 1,6 milliard d'humains souffrent de malnutrition (Longet, 2015). En parallèle à cette situation, on retrouve dans les sociétés occidentales d'autres problèmes de santé : les maladies chroniques et dégénératives sont aujourd'hui les maladies principales de nos sociétés, et l'obésité en fait partie. De manière totalement paradoxale, l'obésité et la malnutrition évoluent donc parallèlement.

Kickbush (2010) nous dit que des systèmes alimentaires prônant une augmentation de l'apport alimentaire, une nourriture malsaine et cela avec une inactivité physique mènent à des « sociétés obésiques » (p.21). L'exemple le plus frappant est évidemment les États-Unis, où la prévalence de surpoids et d'obésité ne fait qu'augmenter depuis les années 70. Un système alimentaire plus sain pourrait donc améliorer la qualité de vie des individus ainsi que la santé globale. En effet, l'alimentation impacte la santé des individus. Tilman et Clark (2014) nous disent qu'une transition vers un système alimentaire riche en aliments transformés, en sucres raffinés, en graisses, en huiles et en viande a contribué aux 2.1 milliards de personnes en situation de surpoids ou d'obésité aujourd'hui. Ces changements de diète impactent également les maladies

non transmissibles, telles que le diabète de type 2, les maladies coronariennes ainsi que certains cancers.

Et finalement, plus durable, car le système alimentaire actuel fournit de la nourriture certes à bas prix, mais avec un coût élevé sur l'environnement, la santé humaine et animale. Les méthodes de culture intensive sont l'exemple parfait pour illustrer cela : elles requièrent de grandes quantités de pétrole, de pesticides, mais également d'antibiotiques dans la production industrielle animale. Tout cela a évidemment des impacts négatifs sur l'environnement, mais également sur la santé des individus ; l'institut de médecine estimait, en 1998, que la résistance aux antibiotiques coûtait au système public américain quatre à cinq milliards (Kickbush, 2010).

Une des préoccupations majeures de la problématique de l'alimentation saine et durable est la demande croissante en protéines animales à travers le monde (Kickbush, 2010). La viande a de nombreuses conséquences néfastes, tant sur l'environnement, que sur la santé des individus. En effet, la production et l'élevage de bétail ont un impact environnemental énorme, de par la production de fourrage notamment, qui demande un nombre toujours plus grand de terres agricoles et d'eau. Meyer (2015) nous dit qu'en comparaison avec la production de végétaux, la production de bœuf aux États-Unis requiert 160 fois plus de terre et 8 fois plus d'eau, rien que pour le fourrage. Mais l'élevage de bétail est également responsable d'une grande part des émissions de gaz à effet de serre. La FAO (2010) estime qu'environ 18% des émissions de gaz à effet de serre dans le monde proviennent de la production de bétail. Quant à ses effets sur la santé, on sait qu'une consommation trop élevée de viande rouge peut avoir des impacts négatifs de par son trop grand apport en gras. Cela peut mener ensuite à un risque d'obésité et de maladies cardio-vasculaires. L'Organisation mondiale de la santé (2004) recommande un régime bas en viande, riche en fruits et légumes, bas en sucre ajouté, limité en sel et bas en acides gras saturés. Rémésy (2010) va plus loin, en disant que les produits animaux n'apportent pas grand-chose d'intéressant nutritionnellement parlant, si ce n'est des protéines, quelques minéraux et vitamines. Il estime que nous devrions tous être végétariens, malgré les nombreuses mises en garde souvent émises lors d'un régime de ce type. En effet, un régime trop pauvre en viande et autres protéines d'origines animales peut également avoir des impacts négatifs sur la santé. Philipps (2005) nous dit que, pour la plupart des adultes, un régime végétarien bien planifié fournit suffisamment de nutriments et soit en adéquation avec les recommandations des nutritionnistes. Un régime végétalien peut également être sans danger pour la santé si une attention suffisante est donnée pour contrer les carences créées par l'absence de protéines

animales, notamment par une prise de vitamine B12 via des compléments alimentaires, puisque cette vitamine ne peut se retrouver dans l'alimentation végétale.

Néanmoins, certains sous-groupes de la population peuvent être plus à risque de souffrir de carences nutritionnelles. Dans ces sous-groupes se retrouvent notamment les enfants. Un régime végétarien peut être adéquat, tant que les besoins de l'enfant sont respectés. Cependant, un régime végétalien n'est pas recommandé dans cette période de la vie ; en effet, des cas de malnutrition, une faible croissance et dans certains cas la mort a été reportée chez des enfants soumis à des régimes végétaliens très stricts. Ce régime, effectivement plus faible en énergie, peut poser des problèmes au développement de l'enfant. La période adolescente peut également être une période problématique pour adopter un régime de la sorte, principalement chez les jeunes femmes, car elles ont plus de risques de souffrir d'un manque de fer. Quant aux jeunes hommes, ils peuvent se retrouver en dessous des besoins en calcium. D'autres populations, telles que les femmes enceintes et les femmes en cours d'allaitement, ou encore les personnes âgées, doivent porter une très grande attention afin de s'assurer que leur régime alimentaire leur fournit une quantité suffisante de nutriments importants, notamment en vitamines ou encore en calcium (Phillips, 2005).

Mais dans l'ensemble, la population végétarienne a une meilleure santé que les autres consommateurs (Rémésy, 2010). Même si un régime végétarien n'est peut-être pas envisageable pour une grande partie de la population, il s'agirait en tout cas de réduire notre consommation de viande, car les effets seraient bénéfiques à de nombreux niveaux. Premièrement, cela ferait diminuer la morbidité et la mortalité, de par les bénéfices d'un régime à dominance végétale pour la santé humaine (WHO, 2003 ; Lock et al., 2004 ; Lock et al., 2005). Puis, cela aurait également des effets bénéfiques pour notre l'environnement, car cela réduirait l'émission de gaz à effet de serre ainsi que l'utilisation d'eau, mais cela permettrait également d'utiliser les terres afin de produire de la nourriture et non plus du fourrage. Une diminution de la consommation de viande permettrait donc également de réduire la faim dans le monde, puisqu'on produirait de la nourriture pour les hommes et non plus pour le bétail. On pourrait alors parler d'une alimentation durable, « qui soit efficace pour nourrir les hommes, bonne pour la santé de l'homme et celle de la planète » (Rémésy, 2010, p.149).

Mais la consommation de viande n'est pas la seule pratique alimentaire à revoir. Le fait de s'approvisionner en fruits et légumes transportés par avion a également de nombreux impacts négatifs en termes de durabilité. En effet, le transport par avion est connu pour avoir un impact sur le réchauffement climatique, de par son utilisation élevée d'énergies fossiles notamment.

« Que d'émissions de CO₂ inutiles sont provoquées par des achats de fruits et légumes hors saison » (Rémésy, 2010, p.65). Comme nous le fait remarquer Rémésy (2010), cela mène également à perdre la notion de saisonnalité des fruits et légumes. En effet, à force de trouver tout au long de l'année des tomates, des aubergines ou encore des fraises dans nos rayons de supermarché, on en oublie que ces aliments ont une saison. Et l'on oublie les coûts environnementaux que cela engendre. De plus, acheter ces fruits et légumes hors saison transportés par avion ne favorise pas l'achat de fruits et légumes de saison produits localement. Et cela induit des impacts négatifs sur le pilier économique du développement durable, car on ne favorise pas l'économie locale et les petits producteurs environnants. Quant au pilier social, on ne connaît pas toujours les modalités de production et ses effets. On sait que dans de nombreux pays, les conditions de vie des producteurs et des travailleurs sont misérables. Sous l'angle du développement durable, cette pratique est donc à bannir. De plus, le temps entre le moment de récolte et la consommation de l'aliment est souvent très long, ce qui mène à une grande perte des vitamines et autres apports (Rémésy, 2010).

Rémésy (2010) nous dit qu'en France, la consommation moyenne de fruits et légumes est d'environ 150g de chaque, par jour. Or, il faudrait consommer au moins 300 à 400g de fruits par jour et autant de légumes, mais également avoir une consommation diversifiée pour bénéficier de divers apports en vitamines et autres nutriments et de bénéficier d'une protection optimale. C'est dans ce but que le slogan « 5 fruits et légumes par jour » a été diffusé. Mais il souligne que de nombreux obstacles vont à l'encontre de cette recommandation nutritionnelle : leur prix jugé trop élevé, leur goût et leur fraîcheur peu consistante, une disponibilité insuffisante sur certains lieux, la concurrence de prix avec des produits industriels, la méconnaissance de certains fruits et légumes et donc des difficultés de préparation. Pourtant, les fruits et légumes bénéficient de beaucoup d'effets positifs sur la santé et d'effets protecteurs.

Concernant la distribution, Rémésy (2010) souligne que les fruits et légumes gagneraient à être distribués par des circuits courts, afin de réduire les coûts du transport, mais également de favoriser les produits de saisons. Ozer et Bay (2009), dans leur résumé des tables rondes sur des questions relatives à l'alimentation durable sous le prisme de la promotion des filières courtes, estiment que l'une des alternatives d'achat les plus présentes actuellement est l'orientation des consommateurs vers des filières courtes. La filière courte est non seulement caractérisée par une notion de proximité, mais également par les échanges qui se font directement entre le producteur et le consommateur. Mais cette alternative d'achat se retrouve principalement chez des consommateurs avec un profil sociodémographique spécifique : ce

sont des personnes avec un niveau d'études supérieures élevé, sensibilisé à la cause environnementale.

La tendance générale de production est plutôt à l'inverse : au lieu de développer une politique de proximité, la tendance est de concentrer la production dans des bassins plus spécialisés et plus lointains, pouvant produire de manière standardisée tout au long de l'année. La production devient donc peu durable, demande beaucoup d'énergie notamment pour chauffer les serres, transporter et stocker les aliments, et cela accentuer par une forte utilisation de pesticides (Rémésy, 2010). Et en effet, cette pratique ne peut être durable puisqu'elle repose principalement sur des énergies fossiles, qu'on sait être une ressource finie (Ozer et Bay, 2009). Cette tendance s'explique notamment par le fait que l'apparence des fruits et légumes est devenue le critère le plus important, aux dépens d'autres critères tels que le goût et la valeur nutritionnelle.

Mais l'alimentation impacte également à d'autres niveaux sur l'environnement. En effet, l'agriculture et l'élevage de bétail demandent une grande quantité d'eau. Aux États-Unis, l'agriculture nécessite plus de 80% de l'eau consommée dans le pays (Marlow et al., 2009). La production agricole dépend également d'énergies fossiles, de par le mode de production, notamment par l'utilisation de nombreuses machines ainsi que de pesticides, mais également avec les transports, rendant certains produits disponibles toute l'année. L'utilisation de pesticides impacte la qualité des aliments en eux-mêmes, pollue les surfaces et les nappes phréatiques, mais impacte également la santé des individus, par des dysfonctionnements du système immunitaire ou même des cancers (Marlow et al., 2009).

Comme nous l'avons compris, si l'on souhaite éviter qu'une partie toujours plus grande de l'humanité souffre de maladies chroniques non transmissibles tandis qu'une autre souffre de la faim, il nous faut changer de paradigme alimentaire, en recherchant des solutions plus universelles (Rémésy, 2010).

« Pour encourager des conduites alimentaires plus responsables, il faudrait mieux expliquer à la population que les défis écologiques et sanitaires ne peuvent être dissociés » (Rémésy, 2010, p.231). En effet, il est difficile pour les consommateurs de s'y retrouver avec les informations qui proviennent de tous les côtés, et qui peuvent être en contradiction. Il est donc compréhensible qu'ils puissent douter de leur choix, sur un plan personnel, mais également sur les répercussions socio-économiques ou écologiques (Rémésy, 2010). Le message à faire passer aujourd'hui est premièrement que les préoccupations sociales, sanitaires et environnementales

se rejoignent, et que la question alimentaire a des répercussions humaines et écologiques à l'échelle planétaire. Il s'agirait que les organismes responsables de la santé publique et de la question environnementale se rejoignent dans leur message, afin d'ouvrir la voie vers une nourriture plus végétarienne, naturelle et locale. Cette démarche pourrait amener d'autres pays à s'inscrire dans un cheminement similaire (Rémésy, 2010).

Mais les enjeux se retrouvent également au niveau individuel. En effet, la durabilité peut intervenir quant à la réflexion du choix du produit par le consommateur, soit la mise en pratique d'une consommation biologique par exemple, d'un régime sans viande, voire même sans protéines animales, ou encore le fait d'adopter un régime « locavore » et donc de se nourrir uniquement de produits locaux, provenant d'un certain périmètre. Kickbush (2010) constate que de plus en plus de consommateurs prennent conscience de l'importance de l'alimentation et des nombreux enjeux liés avec cette dernière ; cela crée donc de nouvelles manières de consommer dans les pays industrialisés. Plusieurs études montrent que, ces dernières années, les motivations liées à la durabilité ont pris de l'importance dans les motivations d'achats alimentaires des consommateurs (Mathe, 2009 ; Allès et al., 2015). En effet, cela s'explique en partie par le fait que « la consommation soit devenue un espace de contestation sociale » (Mathe, 2009, p.5). Webster (1975) décrit le consommateur responsable comme « un individu qui prend en compte les conséquences publiques de sa consommation privée ou qui cherche à utiliser son pouvoir d'achat pour amener un changement social » (cité dans Jacot et al., 2012).

Cette consommation engagée peut également peut s'expliquer d'autre part par « la montée des [...] motivations suscitées par des normes, des valeurs ou des impératifs agissant à l'échelle de la société globale, par distinction avec des motivations suscitées par des normes en vigueur dans certains sous-ensembles de la société à l'exclusion des autres (catégories sociales, classes d'âge, etc..) » (Mathe, 2009, p.5). Mathe (2009) met en évidence ici l'importance des normes régissant à un niveau plus global.

On retrouve donc un mouvement grandissant dans la population, qui achète de plus en plus de la nourriture dite « saine », produite selon des principes sociaux et écologiques. La vente de nourriture biologique a atteint les 46 milliards de dollars en 2007 dans le monde, et la vente de produits labélisés « fair-trade » a dépassé les 3,5 milliards en 2008 (Kickush, 2010). Le succès de l'agriculture biologique et celui du commerce équitable sont quelques-unes des preuves les plus tangibles de la réalité de la consommation durable (Longet, 2015). Cependant, les chiffres montrent que ce marché ne représente qu'une toute petite part du marché de l'alimentation (Mathe, 2009) ; en effet, le bio plafonne autour de 7% de parts de marché en Suisse (Longet,

2015). Mais la motivation première des consommateurs à acheter du biologique, selon les études, est l'argument santé (Mathe, 2009).

De plus, le consommateur est devenu méfiant, et cela notamment à cause des scandales alimentaires comme celui de la vache folle. Il cherche donc à se rassurer, et pour cela, il se dirige vers les produits labélisés. Aujourd'hui, avec un label, on pense faire un bon achat avec des garanties de qualité et de traçabilité (Amstutz, 2011). Un constat partagé par le professeur Courvoisier: "Un label rassure et c'est sans doute la promesse principale."²

Mais la provenance est également un critère d'achat pour ces consommateurs ; ils choisissent de plus en plus des produits locaux et produits dans la région, et se tournent vers les marchés où les fermiers vendent directement leur production. Longet (2015) constate que l'agriculture de proximité et les appellations d'origine rencontrent un succès croissant. On assiste donc à un mouvement chez les consommateurs visant à une meilleure alimentation, tant sur un plan sanitaire que sur un plan durable (Mathe, 2009).

De par leurs choix alimentaires, les consommateurs peuvent contribuer à un développement durable. Pour cela, il s'agit de connaître ce qui est « environnement-friendly » et ce qui ne l'est pas. Cependant, la mesure de l'impact environnemental d'un produit est difficile à faire pour le consommateur. En effet, ce dernier n'est pas directement visible par l'acheteur, et doit donc être déduit. De plus, les produits remplissent rarement tous les critères, et ces derniers se retrouvent donc confrontés à des choix conflictuels (Tobler et al., 2010).

En s'intéressant à l'individu dans son contexte et en abordant le lien entre santé, durabilité et alimentation d'une perspective individuelle, ce travail s'inscrit dans le cadre théorique de la psychologie qualitative et critique de la santé (Santiago-Delefosse, 2008). « Ce dernier se focalise sur l'analyse de la réalité du sujet telle qu'elle apparaît au travers de son discours. La « réalité » subjective se co-construit d'une part, dans une interaction entre les croyances, buts et activités et d'autre part, avec les contraintes et capacités développées dans un contexte et une histoire personnelle singulière » (Fasseur et Santiago-Delefosse, 2012, p.321-322). Ici, le discours de l'individu est au centre, ainsi que sa réalité.

Dans son article « *Toward a Science of the Heart, Romanticism and the Revival of Psychology* » (Schneider, 1998 ; cité dans Santiago-Delefosse, 2002), Schneider développe l'intérêt d'un courant de recherches qualitatives afin de s'intéresser au vécu du sujet conçu dans son rapport

² <https://pages.rts.ch/emissions/abe/environnement/3361577-jungle-des-labels-des-garanties-pas-toujours-garanties.html#3361578>

au monde. Ce nouveau paradigme est « fondé sur le sujet situé et la co-construction de sens » (Santiago-Delefosse, 2002, p.42). « Lorsqu'il s'agit de comprendre l'expérience humaine de santé et de maladie, il ne suffit pas méthodiquement d'introduire des aspects non médicaux de la santé et de la maladie, qu'ils soient psychologiques ou sociologiques » (Santiago-Delefosse, 2002, p.46). Les phénomènes comme la personnalité et les cognitions sont à envisager par l'analyse du discours comme des « construits conceptuels issus de créations psychosociales et dépendants des rôles, des relations interpersonnelles, des cultures et des conventions » (Yardley, 1997, cité dans Santiago-Delefosse, 2002, p.47). Afin d'analyser et de comprendre une situation, il s'agirait de prendre en compte que l'activité et le contexte ont un effet sur la pensée sociale ainsi que son expression verbale, mais aussi sur d'autres aspects, plus concrets de notre existence. Le modèle proposé par ce paradigme qualitatif voit le sens de la maladie pour le sujet intrinsèquement lié au phénomène et au contexte ; dans ce modèle, la santé et la maladie ne sont pas abordées comme des objets extérieurs, contrairement aux définitions standards, notamment présentes dans le modèle biomédical. Ici, elles sont abordées à travers l'expérience vécue à laquelle elles amènent le sujet. La psychologie qualitative et critique de la santé s'intéresse donc au sujet dans son contexte, ou plus précisément à l'analyse des interactions entre subjectivité singulière et situation concrète. L'expérience subjective est définie comme un nouveau paradigme (Santiago-Delefosse, 2002).

Problématique

La compréhension des attitudes du public à l'égard des risques environnementaux est cruciale, dans la mesure où cela pèse sur la volonté des pouvoirs publics à prendre des mesures, mais également dans la lutte contre le réchauffement climatique, qui nécessite que chacun modifie ses habitudes de vie (Peretti-Watel et Hammer, 2006). Le niveau individuel est donc touché par cette problématique. Mais, comme nous l'avons vu auparavant, les instances publiques le sont tout autant. C'est pourquoi, dans le cadre de ce travail, je souhaite me pencher sur les discours d'individus sur le lien entre santé, durabilité et alimentation. Il s'agit ici de comparer un discours *profane* et un discours *expert* sur la question.

Le discours profane me permettra de dégager les représentations présentes dans une population confrontée à ces nombreux enjeux, mais ayant un rôle limité afin d'y pallier ; un rôle de *consomm'action* (Longet, 2015), dans son choix de ce qu'il achète et ce qu'il mange au quotidien. Le discours expert, lui, ciblera des professionnels directement impliqués dans une problématique de santé ou de durabilité. Ces individus sont, de par leur pratique professionnelle,

confrontés à la problématique à un autre niveau ; dans ce travail, le point de vue de l'individu sera central. Le but est d'obtenir leur point de vue, leur vision et leur expérience.

Il paraît légitime de s'interroger si, dans les représentations de la population, santé et durabilité sont des concepts associés. Le développement durable, ou durabilité, est un mot largement utilisé aujourd'hui, que ce soit dans les médias, ou dans les discours politiques et il est fort probable que les gens en aient déjà entendu parler. Malgré cela, ils ne sont pas forcément sensibles à cette problématique, car les potentiels effets de leurs actions leur semblent lointains. Par contre, leur santé et les effets de leur action sur cette dernière sont des sujets dont ils ont conscience. Selon moi, la majorité de la population a internalisé le fait qu'une mauvaise alimentation a des effets nuisibles sur la santé. L'idée de relier la durabilité à la santé permettrait de faire prendre conscience aux gens que non seulement une alimentation durable aurait un impact positif pour leur santé, mais également pour leur planète.

Cette idée de faire réaliser les enjeux aux individus afin d'amener un changement de comportement est une approche très répandue actuellement dans le domaine médical. En effet, on entend beaucoup parler aujourd'hui d'éducation pour la santé, ou d'empowerment. Doumont et Aujoulat (2002) nous disent que l'empowerment est « la capacité d'un individu à prendre des décisions et à exercer un contrôle sur sa vie personnelle » (p.5). L'empowerment viserait à aider le patient à renforcer sa capacité à agir sur les facteurs déterminants de sa santé. Une éducation des individus à une alimentation saine et durable se retrouverait donc dans cette idée d'empowerment, avec le patient comme un acteur de sa santé. Mais l'empowerment peut également se situer à un niveau communautaire ; cela renverrait plutôt à une communauté dans laquelle les individus utilisent collectivement leurs compétences et leurs ressources pour satisfaire leurs besoins respectifs, dans le but d'accroître leur qualité de vie (Doumont et Aujoulat, 2002). À ce niveau, on constate que de plus en plus de mouvements se mettent en place aujourd'hui, afin de promouvoir un régime alimentaire durable, et en conséquence, plus sain ; la promotion du biologique, du régional ou encore du végétarisme. Cela illustre une nouvelle fois ce changement de paradigme dans le domaine médical. Comme nous le dit Ehrenberg (1998), « nous vivons le passage d'une société marquée par la référence à la discipline [...] à une société marquée par la référence à l'autonomie, la responsabilité et l'initiative »³.

³ Tiré de Rossi, I. (2015). *Corps, Normes, Médecines*. Cours de Master : Université de Lausanne.

Ce changement de paradigme implique donc une augmentation de la responsabilité des individus. Dans le domaine de la santé, comme expliqué ci-dessus, l'individu est acteur de sa santé. Et l'on retrouve également cette notion de responsabilité dans le domaine de l'environnement. En effet, les individus sont de plus en plus responsabilisés face au changement climatique, dans le but de faire changer leurs habitudes.

Cependant, afin de faire des choix alimentaires bons pour sa santé, et également bons pour l'environnement, il s'agirait d'avoir les connaissances nécessaires en la matière, afin d'être capable de faire ce lien. Le but de ce travail est donc de voir si des liens entre ces domaines sont établis dans les différentes populations, car les profanes sembleraient moins à même d'avoir les connaissances et donc d'être capable d'établir un lien entre santé, durabilité et alimentation.

Ainsi, comment les individus perçoivent-ils ce lien entre santé, durabilité et alimentation, et plus précisément, comment des experts de la santé ou de la durabilité, ainsi que des étudiants de l'Université appréhendent-ils ce lien ?

Ce travail suppose donc que :

- Le lien entre santé, durabilité et alimentation est clairement appréhendé chez les experts de la santé et de la durabilité
- Le lien entre santé, durabilité et alimentation est difficile à appréhender pour des profanes

Méthodologie

Méthode de recueil de données

Afin de répondre à ma problématique, j'ai utilisé deux méthodes de recueil de données différentes. La première est la méthode du focus group. Le focus group est une méthode qualitative de type discursif, et il constitue « une méthode appropriée de recueil de données lorsqu'on s'intéresse aux représentations sociales, car ils sont fondés sur la communication et celle-ci est au cœur de la théorie des représentations sociales » (Kitzinger, Marková et Kalampalikis, 2004, p.239).

Les focus groups se composent généralement de 4 à 8 participants, accompagnés d'un animateur, souvent le chercheur, qui lance la discussion et intervient avec des questions préparées pour relancer le débat au besoin ou aborder des questions qui n'ont pas encore été

soulevées par les participants. La caractéristique principale des focus groups est de susciter un débat dynamique autour d'un thème précis, amenant chacun à se positionner, ce qui permet au chercheur d'obtenir des informations sous différents angles. On peut parler d'une co-construction de sens par les participants qui occupent des places différentes dans la société et qui contribuent donc à apporter une vision plus globale d'un phénomène (Kitzinger, 1995). Cela permet d'atteindre divers objectifs, et notamment la mise en évidence des attitudes et des priorités des répondants, d'encourager les participants à explorer leurs propres questions et à développer une analyse des expériences « communes », d'aider à identifier les normes et les valeurs du groupe, et de faciliter l'expression d'idées et d'expériences qui pourraient être restées peu développées dans un entretien (Kitzinger, 1995). En bref, « les focus groups sont des *espaces de communication* qui nous permettent d'observer des interactions, des souvenirs et des représentations *in the making* » (Kalampalikis, 2004, p.281).

Cette méthode de recueil de données est donc particulièrement utile lorsqu'on s'intéresse aux connaissances et aux expériences des individus. Elle semble donc particulièrement intéressante pour ma recherche, puisqu'elle permet d'approfondir les représentations et les connaissances établies dans le domaine.

Le focus group a pour but d'apporter le point de vue d'une population profane sur la question de l'alimentation. Afin d'obtenir le point de vue d'experts de la question, j'ai utilisé une autre méthode de recueil de données : l'entretien semi-directif. Il s'agit d'une « technique de collecte de données qui contribue au développement de connaissances favorisant des approches qualitatives et interprétatives » (Lincoln, 1995 in Imbert, 2010, p.24). L'entretien semi-directif peut être défini comme un dialogue entre deux personnes, qui se déroule selon une suite de thèmes plus ou moins déterminée. Le but de cette méthode est d'obtenir des informations de bonne qualité, orientées vers le but recherché. J'ai utilisé cette méthode, car les enquêtes sur les représentations impliquent la production de discours modal, tendant à traduire l'état psychologie du locuteur, et cette dernière ne peut être obtenue qu'à partir d'entretiens (Blanchet et Gotman, 2010, p.29).

Cet outil comprend une consigne de départ ainsi qu'un canevas, une grille thématique, qui permet de favoriser une co-construction du discours sur l'objet de recherche entre l'interviewé et l'interviewer (Blanchet et Gotman, 2010). Lors des entretiens avec les professionnels de la santé, la consigne de départ était « quel est pour vous l'impact de l'alimentation sur la santé des individus ». Et lors des entretiens avec les professionnels de la durabilité, la question était « pensez-vous que l'alimentation soit liée avec la question de la durabilité ? » Cette consigne

avait pour but de permettre une entrée dans le sujet de manière ouverte et libre quant à la description abordée par les participants.

Au fil de l'entretien, le discours se basait sur des thématiques prédéfinies sur la base du focus group. Les thématiques étaient les suivantes : la consommation de viande et ses impacts, la consommation de produits biologiques, les recommandations de santé publique et finalement une question liant la santé publique avec l'alimentation durable.

Cette méthode m'a permis de recueillir les représentations de chacun sur les différentes questions et d'investiguer les thématiques. De plus, comme les entretiens ont été réalisés avec des experts de différents domaines, cela m'a permis d'effectuer une comparaison entre des points de vue diversifiés, mais également d'avoir au final une information très complète.

D'un point de vue éthique, les interviewés ont reçu un formulaire d'information sur les objectifs de la recherche ainsi qu'un formulaire de consentement, à signer en cas d'accord sur l'utilisation des données pour un but académique.

Population recrutée

Afin de m'intéresser au lien entre santé, durabilité et alimentation dans une population dite *profane*, j'ai recruté quatre participants de l'Université de Lausanne. Les participants avaient entre 19 et 25 ans, et se connaissaient déjà. Le groupe était donc un groupe homogène quant au statut social et à l'âge, puisque les participants viennent d'un environnement similaire et se situent dans une tranche d'âge relativement proche. Quant au genre, le groupe était constitué de trois hommes et d'une femme.

Pour obtenir un point de vue d'experts, je me suis tournée vers des professionnels du domaine de la santé et des professionnels du domaine de la durabilité. Trois participants provenaient du domaine de la santé, soit deux médecins et une diététicienne. Les deux autres participantes travaillaient dans le domaine de la durabilité et sont en charge de projets. L'échantillon était constitué de deux hommes et trois femmes. Quant au recrutement, il s'est tout d'abord fait par un contact direct, avec une sélection de ma part sur la base de leur profil, ce qui m'a permis de rencontrer trois participants. Une participante m'a été recommandée par une autre participante de l'étude, et le dernier m'a été conseillé par le service de santé publique du canton de Vaud. Pour des raisons d'anonymisation, il ne m'est pas possible de donner plus précisément les lieux d'activités des participants. Les entretiens ont duré entre 30 minutes et une heure.

Le panel d'experts était donc plutôt varié, avec des points de vue et des expériences de la question très différentes. De par cette diversité, une confrontation des points de vue d'experts se fera également dans le cadre de ce travail, afin de mettre en exergue les différences notables de discours.

Canevas utilisé lors du focus group

Dans le but de cibler quelque peu la discussion, j'ai opté pour un canevas comprenant quelques questions. Cependant, ce dernier se voulait large, avec peu de questions, afin de laisser place au discours des participants. En effet, le but de ce focus group était exploratoire ; il cherchait tout d'abord à connaître le lien établi entre la santé, la durabilité et l'alimentation dans une population *profane*, mais il visait également à investiguer les thématiques prépondérantes dans les discours des participants, cela dans le but de partir du discours des individus pour construire la grille d'entretien pour les *professionnels*.

Les thématiques abordées ont donc été :

- ❖ La vente de produits locaux et de saison sur le campus de l'Université de Lausanne
- ❖ Les régimes alimentaires sans viande (végétarisme et véganisme)
- ❖ Les recommandations de la santé publique
- ❖ L'alimentation biologique
- ❖ Le lien entre l'obésité et l'alimentation durable

Canevas utilisé lors des entretiens semi-directifs

Comme explicité ci-dessus, les thèmes abordés lors du focus group ont été repris afin de créer une grille d'entretien pour les *experts*. Les thématiques ont donc porté sur :

- ❖ Le lien entre alimentation et santé
- ❖ Le lien entre alimentation et durabilité
- ❖ La consommation de viande
- ❖ Les produits issus d'agriculture biologique
- ❖ Les recommandations de la santé publique
- ❖ Le lien entre l'obésité et l'alimentation durable

Cadre et développement du focus group

Comme expliqué dans la partie méthode, la recherche a débuté par un focus group avec quatre étudiants de l'Université de Lausanne. J'ai décidé de réaliser le focus group à mon domicile, un soir de semaine. Ce choix répondait à des objectifs spécifiques à respecter : le confort des participants, les bonnes conditions d'enregistrement ainsi qu'un lieu calme.

Avant de commencer l'entretien, les aspects déontologiques et éthiques ont été abordés. Je leur ai donné le formulaire d'information à lire avant de leur faire signer le formulaire de consentement, cela dans le but d'être au plus transparente. Des boissons étaient également à disposition des participants. Comme les participants se connaissaient déjà, la discussion a rapidement démarré.

Quant à la dynamique du groupe, j'ai pu constater qu'une personne (P) a moins parlé que les autres participants, bien qu'elle ait toujours semblé investie dans la conversation. En effet, il s'agit d'une limite de cette méthode ; Kitzinger (1995) nous dit que le focus group peut favoriser l'échange, mais peut également inhiber certains participants, qui sont dominés par d'autres participants davantage meneurs.

Les participants semblaient déjà plutôt sensibilisés à la problématique. En effet, la problématique d'une alimentation durable leur a directement parlé, et, semblant déjà avoir quelques connaissances sur le sujet, la discussion s'est parfois dirigée vers des sujets très spécifiques, par exemple la permaculture. De facto, de nombreuses thématiques très intéressantes sont ressorties de ce focus group.

Le focus group a duré une heure.

Cadre et développement des entretiens semi-directifs

Les entretiens avec les professionnels se sont tous, à une exception près, très bien déroulés. Ils se sont à chaque fois déroulés dans des lieux calmes, choisis par les professionnels. Ces lieux étaient soit des salles de conférence ou des bureaux, ce qui rendait les conditions d'entretien optimales. De plus, toutes les thématiques ont pu être explorées. Les entretiens ont duré entre 30 minutes et une heure.

Comme cité précédemment, un entretien s'est néanmoins moins bien déroulé. Premièrement, il a eu lieu dans un café plutôt bruyant, ce qui rendait les conditions de discussion et d'enregistrement peu adaptées. De plus, lors de cet entretien, il m'a été difficile de cadrer la

discussion. En effet, l'interviewé a beaucoup parlé sur la thématique, amenant de nombreux aspects techniques concernant la nutrition. Ma position était délicate, car je souhaitais aborder certaines thématiques établies dans ma grille d'entretien, mais je ne souhaitais pas le couper, afin de ne pas casser l'alliance entre le participant et le chercheur.

Cela est peut-être dû au fait que l'interviewé était un médecin très spécialisé dans la question. Cela peut également venir du fait que l'interviewé est un médecin qui a également été professeur, et donc qui a l'habitude de parler et d'expliquer beaucoup de choses à des étudiants. De par ma position de jeune étudiante, ce rôle s'est peut-être installé de manière involontaire. Une autre raison pourrait être qu'il n'avait pas bien compris que le but de notre rencontre était que je l'interroge, mais plutôt qu'il était là pour me faire part de son savoir.

En réécoutant l'entretien, j'ai réalisé que j'étais également entrée dans ce rôle d'étudiante face au médecin. Il a été difficile pour moi de garder cette place professionnelle de psychologue chercheuse. Cela s'explique en grande partie par mon manque de pratique de l'entretien semi-structuré, qui est une pratique à part entière, et qui est quand même difficile à mettre en place.

Méthode d'analyse de données

Une fois ces données récoltées, il a fallu les analyser. Paillé et Mucchielli (2008) ont défini l'analyse des données comme une « démarche discursive de reformulation, explicitation, théorisation d'une expérience, d'un témoignage ou d'un phénomène » (cité dans Fasseur, 2016). J'ai opté pour une analyse de contenu, car elle permet « d'étudier et de comparer les sens des discours pour mettre à jour les systèmes de représentation véhiculés par ces discours » (Blanchet et Gotman, 2010, p.89). Afin de nommer et de mettre en forme ces données, j'ai utilisé la méthode de l'analyse thématique de contenu de Braun et Clark (2006), définie par ces derniers comme une « méthode pour identifier, analyser et rapporter des thèmes présents dans les données. Elle organise les données au minimum tout en les décrivant en détail (p.79, traduction libre)⁴.

La mise en place d'une analyse thématique implique de défaire « la singularité du discours et de découper transversalement ce qui, d'un entretien à l'autre, se réfère au même thème » (Blanchet et Gotman, 2010, p.96). Le but de ce type d'analyse est de chercher une cohérence

⁴ Citation originale : «Thematic analysis is a method for identifying, analysing and reporting patterns (themes) within data. It minimally organizes and describes your data set in (rich) detail» (Braune et Clarke, 2006, p.79)

thématique interentretiens. Blanchet et Gotman (2010) recommandent l'analyse thématique pour l'élaboration de modèles explicatifs de pratiques ou de représentations.

Cette analyse se déroule selon plusieurs étapes. Il s'agit premièrement de s'imprégner des données, en lisant et relisant les entretiens retranscrits. Puis, une fois les entretiens bien en tête, le but est de repérer les unités de sens, soit le plus petit élément du discours possédant une cohérence, avant de les regrouper en catégories, qui sont des associations des unités de même nature. Et finalement, il y a l'élaboration des thèmes, qui sont des ensembles de catégories qui ont trait à un même phénomène.

Afin d'effectuer une analyse optimale et respectueuse des données, plusieurs critères de qualité sont nécessaires (Bardin, 2007, cité dans Fasseur, 2016) :

1. Un critère d'enracinement, exigeant que l'analyse corresponde réellement aux données
2. Un critère d'exhaustivité, où toutes les données sont prises en compte
3. Un critère de complétude, visant à rapporter le plus complètement possible le jeu complexe de la pensée
4. Un critère de justesse, ajustant l'analyse par des retours en arrière
5. Un critère de communicabilité, visant à transmettre des informations compréhensibles

Pour limiter le risque d'interprétation orientée des données, un accord interjuge a été mis en place entre l'auteur du travail et la codirectrice de mémoire lors de l'élaboration des thèmes et des catégories.

Mon analyse thématique de contenu s'inscrit dans une approche inductive, ou également appelée « bottom up ». Cela signifie que les thèmes identifiés sont fortement liés aux données elles-mêmes (Patton, 1990 ; cité dans Braun et Clark, 2006). L'analyse inductive est donc un processus de codage des données sans tentative de les faire entrer dans un cadre prédéfini. En ce sens, cette forme d'analyse thématique est *axée sur les données* (Braun et Clark, 2006).

Analyse des données

Dans cette partie seront présentés les résultats découlant des entretiens effectués pour les deux populations de participants. Cette partie sera divisée en trois grandes parties. La première tentera d'expliquer les résultats concernant les étudiants de l'Université de Lausanne, en

effectuant une analyse *transversale* des résultats. Cette analyse doit être conçue comme un regard général sur les thèmes ressortis lors du focus group. Plus précisément, les points les plus pertinents relatifs à chaque thème ainsi que l'explication de la raison du choix du thème seront présentés. Dans une deuxième partie, les résultats des experts seront présentés, selon une analyse *individuelle* de chacun des discours. Une analyse transversale de type *catégorielle* sera également effectuée dans cette partie, car elle sera focalisée sur la spécialité du domaine d'expertise (santé vs durabilité), avant une analyse *transversale* des résultats. Enfin, une comparaison des résultats apparaissant dans les entretiens avec les étudiants et avec les experts, afin de mettre en exergue des points de convergence de discours, mais également des différences. Les discours des deux populations permettront de comprendre les différentes représentations présentes dans ces dernières quant au lien entre ces trois concepts, soit santé, durabilité et alimentation.

Les profanes

Dans un premier temps, un tableau de synthèse concernant la population des *profanes* sera présenté. Ce tableau comprend tous les thèmes et les catégories qui sont ressortis dans le focus group réalisé avec les 4 étudiants de l'Université de Lausanne. Au total, neuf thèmes sont ressortis dans cette analyse : les messages de santé et/ou de durabilité, les achats au marché, le bio, l'influence de l'industrie agroalimentaire, la viande, l'agriculture alternative et l'obésité sont les grandes thématiques liées au lien entre santé, durabilité et alimentation. Deux autres thèmes, plus larges, viennent s'ajouter. Un thème sur des aspects plus « généraux » de la thématique, et un thème *divers*.

	Thèmes	Catégories
1	Généralités	Lien entre alimentation et santé
		Influence d'autres facteurs sur la santé
2	Messages	Message à transmettre
		Manque d'informations
		Forme du message
		Influence des messages
		Influence de l'éducation
3	Achats au marché	Alternative
		Aspect convivial du marché
		Contact direct avec le producteur
		Aspect social
		Avantages des achats au marché
		Pollution des produits importés

4	Bio	Définition bio
		Bio suisse vs bio UE
		Avantages du bio
5	Influence des industries agroalimentaires	Influence du marketing
		Intérêts économiques
6	Viande	Consommation de viande
		Impact environnemental
		Avantages et risques pour la santé
		Accessibilité de la viande
	Végétarisme/Véganisme	Pratique difficile
		Variété de l'offre
		Raisons du choix
		Pratique à la mode
		Carences nutritionnelles
7	Agriculture alternative	Permaculture
		Énergies fossiles
8	Obésité	Activité physique
		Malbouffe
9	Divers	Aspect logistique du marché de l'UNIL
		Politiques de l'UNIL
		Gaspillage alimentaire
		Grande échelle vs individu

Tableau 1. Grille d'analyse restreinte concernant les profanes

Analyse

Ce sous-chapitre a pour but de décrire les différents thèmes et catégories que l'on retrouve dans le focus group des étudiants de l'Université.

Généralités

Dans cette thématique, on retrouve des aspects plus larges, plus généraux sur le lien entre santé, durabilité et alimentation. Plus précisément, on retrouve une catégorie portant sur le lien entre alimentation et santé, une catégorie portant sur l'influence des autres facteurs sur la santé, et une catégorie définissant l'alimentation durable.

Lien entre alimentation et santé

Dans cette catégorie ressort l'aspect de la complexité du lien entre alimentation et santé. En effet, les étudiants estiment qu'une cohérence est nécessaire dans les choix alimentaires afin d'impacter positivement la santé ; il ne suffit pas de changer un aspect, mais tout doit être repensé. L'alimentation n'est pas considérée de manière décomposée, mais est plutôt vue

comme un ensemble. On retrouve également l'aspect de *savoir pour quoi tu fais les choses*, comme si le but, l'objectif conditionnait la pratique. Ci-dessous, un exemple de *verbatim* illustrant bien ces différents points :

A84 : Si tu manges pas de la viande, mais tu vas acheter tes légumes pleins d'OGM plein de pesticides est-ce que ça a vraiment des avantages de nouveau sur ta santé enfin moi je pense tout ce qu'on parle là c'est une question de cohérence, c'est ça vraiment qui doit être important c'est savoir pourquoi tu fais les choses et après faire en fonction

Influence d'autres facteurs sur la santé

Cette seconde thématique découle de la première. Cette vision d'ensemble reste présente pour la santé. Les étudiants, bien qu'appréciant le lien entre l'alimentation et la santé, estiment que d'autres facteurs, tels que l'activité physique, ou un comportement tabagique, entrent en compte pour une bonne santé.

D61 : C'est toute une mentalité je pense pas que c'est en mangeant des légumes que tu vas être en pleine forme toute ta vie enfin c'est une manière de vivre sainement aussi je pense. Enfin manger des légumes, mais fumer comme un pompier à côté ça va rien faire

On retrouve donc chez ces étudiants une tendance à considérer l'alimentation, ou plus largement la santé, comme un ensemble de facteurs interdépendants.

Informations sur des questions de santé et/ou de durabilité

Cette thématique porte sur les messages de santé et/ou de durabilité. Plus précisément, on retrouvera ici les messages que les étudiants estiment importants à transmettre, suivi d'une catégorie portant sur le manque d'information sur certains thèmes estimés par ces derniers. La forme que des messages de prévention ou d'information pourraient prendre sera également abordée. Finalement, la question de l'influence de ces messages sera traitée, suivie par l'influence de l'éducation sur la compréhension de ces messages de santé et/ou de durabilité.

Messages à transmettre

Les messages à transmettre concernent ici différentes thématiques, qui, selon les étudiants, ne sont pas suffisamment explicitées à la population. Elles portent sur les thématiques de la viande, de la recommandation de manger cinq fruits et légumes par jour et de l'alimentation durable. Selon eux, la population n'est pas suffisamment sensibilisée à la consommation de viande qui leur semble trop élevée, comme le montrent les *verbatim* ci-dessous :

D42 : je pense que c'est bien aussi de peut-être même plus sensibiliser les gens par rapport [...] à la surconsommation de viande

Mais l'information leur paraît également trop faible quant à l'impact de la viande sur l'environnement :

D49 : Mais je pense qu'il faudrait mieux sensibiliser les gens à ça enfin tu pourrais quand même faire plus de, enfin comme il a dit genre des campagnes c'est un peu bête, mais tant de kilos de viande ça produit tant de CO2 des choses comme ça.

Concernant la recommandation de la consommation de cinq fruits et légumes par jour, de l'information manque pour la bonne compréhension et l'adhésion à cette dernière. Le chiffre cinq ne leur a jamais semblé être expliqué, ce qui provoque une perte de crédibilité du message à leurs yeux :

A109 : Enfin ces 5 fruits et légumes par jour j'ai jamais l'impression, ça venait un peu toujours à la télé genre en dessous en bas en blanc, mais après à part manger 5 fruits et légumes par jour j'ai jamais lu autre chose qui concernait pourquoi est-ce qu'il faut le faire [...] Et puis après ça devenait un peu une blague quoi, un peu une blague de « Ah t'as pas mangé tes 5 fruits et légumes euh aujourd'hui ».

La dernière thématique abordée sous l'angle d'un message à transmettre est celle d'une alimentation durable. Selon eux, une sensibilisation de la population à l'impact de l'alimentation sur l'environnement est nécessaire, afin d'amener un changement de mentalité et de comportement. Mais cette sensibilisation doit être accompagnée d'une offre en alimentation durable afin d'être réellement efficace :

A146 : Moi je pense que si t'arrives à augmenter la sensibilisation peut-être, et en plus fournir l'offre qui correspond à ta sensibilisation, là si t'arrives à faire les deux [...] Si tu sensibilises et que t'as pas l'offre à côté ça sert à rien.

Manque d'information

Cette catégorie discute ici de la question du manque d'information donné à la population. La première thématique porte sur le manque de sensibilisation et d'information donnée à l'école. En effet, un participant a amené le fait que lors de son année en voie secondaire à options, il avait eu l'occasion de suivre des cours d'hygiène alimentaire, ce qui n'a plus été le cas lorsqu'il est passé en voie secondaire générale. Et cela a été fortement critiqué, car une sensibilisation auprès de tous les élèves leur semble être la meilleure solution.

D88 : Ouais, mais pourquoi on fait ça qu'aux 7^{ème} VSO ? Super c'est stupide enfin non c'est pas stupide, mais dans le sens j'ai fait ça une année de ma vie parce que j'étais une année en VSO et du coup j'ai fait de l'hygiène alimentaire. Pourquoi

c'est dans ces zones-là, mais pourquoi on pourrait pas sensibiliser en VSG, VSB, gymnase ?

Mais le manque d'information a également été abordé sous l'angle du manque d'investissement personnel pour aller chercher l'information. On retrouve ici la notion de responsabilité individuelle.

D96 : Ouais, on est mal informé A138 : Je pense que l'information est là c'est juste qu'on va pas se renseigner. [...] C27 : Oui. Mais il faut déjà aller la chercher, il faut déjà vouloir aller la chercher.

Cette catégorie du manque d'information exprime bien la distinction entre responsabilité individuelle et responsabilité institutionnelle. En effet, les participants estiment que l'État, ou les institutions responsables de la transmission des messages de santé ont leur responsabilité quant au manque d'informations dans la population, mais que les individus ont également la leur.

Forme du message

La forme du message concerne ici la manière dont les messages de prévention et de promotion de la santé sont transmis à la population. En effet, selon eux, les messages ne sont pas assez explicites, et cela dépend en partie de leur forme. Un contact direct, une sensibilisation de personne en personne est selon eux la méthode la plus efficace pour sensibiliser la population et amener un changement de comportement.

A115 : Après toujours la meilleure méthode de sensibilisation pour moi c'est le contact direct c'est genre tu vas directement voir, je sais pas tu fais un tour dans les écoles.

Influence des messages

Cette catégorie regroupe plusieurs unités de sens se référant notamment à l'impact que ces messages peuvent avoir sur les comportements des gens. La sensibilisation peut permettre d'inciter les individus à manger plus de légumes par exemple, ou à réduire leur consommation de viande, même si cela n'est pas forcément suffisant.

B55 : Ben après je pense que c'est pas mal cette mesure dans le sens où ça incite les gens à peut-être à consommer peut-être un peu plus de fruits et légumes, mais c'est enfin il faut pas juste se limiter à ça c'est sûr

Et même si les individus ne changent pas leurs habitudes, une amélioration de la connaissance pourrait mener à une prise de conscience, et mener à une transmission de l'information à leurs

enfants, par exemple. Cela souligne encore une fois l'importance de la sensibilisation, même si les impacts ne sont pas directement mesurables.

A82 : Mais c'est vrai que du coup si on arrive à rendre les gens sensibles peut-être qu'après ils pourront transmettre plus tard enfin j'en sais rien. Quitte à eux ne changeront peut-être pas leurs habitudes tout de suite, mais ils auront au moins cette conscience et peut-être qu'ils pourront le transmettre au fur et à mesure enfin j'en sais rien, idéalement.

Influence de l'éducation

La dernière catégorie traitant de la thématique de l'information sur des questions de santé et/ou de durabilité porte sur l'influence de l'éducation. En effet, les participants estiment que la manière dont nous avons été éduqués influence fortement notre comportement actuel, et notamment pour la consommation de viande.

A80 : C'est clair, mais je pense que c'est quand même vachement compliqué parce qu'on a été habitué très jeune à manger cette viande et puis on en mangeait beaucoup et on savait pas du tout avant et c'est dur de s'en séparer quoi. Donc euh je pense que ça commence très jeune si on veut faire en sorte que, ça se fait dans l'éducation quoi.

Cela renvoie à la catégorie *influence des messages*, et notamment au dernier verbatim. Si les parents sont sensibilisés aux thématiques de l'alimentation, ils pourront ensuite transmettre le message à leurs enfants, notamment en leur apprenant à manger moins de viande dès leur plus jeune âge.

Les informations sur des questions de santé et/ou de durabilité semblent donc être une thématique importante pour la question de l'alimentation saine et durable. En effet, une bonne transmission de l'information, correcte, complète, et transmise de la bonne manière, pourrait influencer sur les comportements des consommateurs.

Achats au marché

Cette thématique concerne les achats au marché, qui ont été abordés notamment dans le cadre du marché de l'UNIL. Le marché est présenté comme une alternative par les participants. Dans cette thématique, on retrouve les catégories suivantes : l'aspect convivial du marché, le contact direct avec le producteur, l'aspect social. On retrouve finalement les avantages des achats au marché ainsi que la pollution des produits importés.

Aspect convivial du marché

L'aspect convivial du marché a été abordé. En effet, le participant soulève l'aspect sympathique, associé notamment à la vie que cela amène sur le campus et aux odeurs que cela peut créer.

A25 : Ouais pi moi je trouve aussi sympa quand t'arrives sur l'uni t'as le, la petite odeur euh. Ouais typiquement t'as les fromages, etcetera ça sent trop bon et ça c'était, c'est assez cool aussi. Ça amène de la vie aussi un peu sur le campus.

Contact direct avec le producteur

Le contact direct avec le producteur est un autre élément important pour les participants concernant les achats au marché. Cela leur permet notamment d'avoir une plus grande connaissance des produits, et d'éviter les intermédiaires.

A27 : T'as le contact directement avec le producteur lui-même donc t'as vraiment, tu peux limite engager la discussion et puis dire voilà lui demander comment ça se, comment il a produit ses trucs je sais pas [...]il y a vraiment le producteur et le consommateur sans l'intermédiaire d'une chaîne [...] où t'as plus aucun contact entre ces deux choses qui je pense qui devraient justement être beaucoup plus en contact.

Aspect social

La manière dont les gens travaillent et la répartition des prix sont les deux éléments abordés sous l'angle social des achats au marché. En effet, on ne connaît rien des produits trouvés en rayon des supermarchés, et le fait de faire ces achats au marché permet de privilégier une meilleure répartition des prix, et de pouvoir en savoir plus sur les conditions de travail des agriculteurs. De plus, cela permet de donner de l'argent aux agriculteurs locaux, donc de les soutenir tout en favorisant l'économie locale.

D11 : Donc je pense que c'est hyper important de, de permettre ben justement à cette économie locale de fonctionner. Parce que c'est les gens de la région et on peut très bien se satisfaire de ça plutôt que d'importer.

Avantages des achats au marché

Cette catégorie met en exergue la vision selon laquelle les produits présents sur les étals des marchés sont des produits locaux. On constate aussi qu'un lien entre production locale et conditions de productions respectueuses de l'environnement est établi chez les étudiants : les produits que l'on retrouve sur les étals du marché et qui sont de production locale semblent être produits de manière plus durable : sans pesticides ni OGM.

D15 : [...] le fermier qui habite à 10 kilomètres de l'uni euh tu sais quand même un minimum comment il s'occupe de ses légumes et tout. Enfin. Surtout au niveau des pesticides tous les trucs chimiques qu'on utilise pour en faire en plus grandes quantités.

Pollution des produits importés

En comparaison avec les avantages des produits locaux, la pollution des produits importés a été abordée. En effet, les participants estiment qu'une importation des fruits et légumes est une grande source de pollution, et que celle-ci n'est pas nécessaire.

D11 : Parce que tout, maintenant toutes les grandes entreprises alimentaires elles importent. [...] c'est beaucoup de pollution d'importer des, je sais pas des ananas des bananes des choses comme ça qu'on a pas forcément chez nous alors qu'on a pas la, on n'a pas forcément le besoin de consommer ça euh, des fruits exotiques en hiver[...] c'est un peu du surplus je trouve.

Bio

La thématique du biologique a également été abordée lors du focus group. Cette thématique se divise en trois catégories : la définition du bio, la comparaison entre le bio suisse et le bio européen, et finalement les avantages du bio.

Définition du bio

Cette catégorie met en évidence la difficulté à savoir ce à quoi correspond réellement le bio, et si ce label correspond réellement aux critères de la durabilité.

A134 : J'ai pas de réelle idée de ce qu'il se cache derrière ce bio et à quel point il correspond avec ma vision du durable aujourd'hui. Je sais pas si, par rapport à ce que j'ai dit avant, typiquement avec les sols, j'ai aucune idée si ça c'est pris en compte dans ce qui est qualifié de bio. Donc c'est un label qui a l'air plutôt positif dans l'ensemble, mais je sais pas s'il correspond à vraiment quelque chose de durable en mon sens

Label suisse vs Europe.

Les étudiants ont également discuté de la différence entre bio suisse et bio UE. En effet, ils estiment qu'on retrouve différents niveaux au sein du bio, et qu'il est important de pouvoir les différencier. Une distinction en termes de durabilité est également faite, en classant les produits bio suisses comme plus durables que les produits bio de l'Union européenne.

B23 : Ouais, mais c'est pas le même label quoi. Enfin bio suisse ça défend pas les mêmes choses que bio Europe par exemple. Ouais c'est vrai qu'il y a des tomates, ben des tomates d'Espagne qui sont produits sous serre qui peuvent être bio quoi. En Suisse, enfin, c'est quand même un peu plus strict, mais euh, mais euh ouais on peut pas chauffer les serres pendant l'année, pendant, hors-saison, et faire du bio avec les produits quoi. Donc il y a quand même une certaine protection, mais...

Avantages du bio

Malgré une difficulté à appréhender le bio, il leur paraît important de créer des labélisations afin de mettre en valeur les producteurs soucieux de l'environnement. En effet, l'avantage principal du label bio est le fait qu'il n'y a pas d'intrants chimiques utilisés pour la culture. Cependant, cela ne semble pas suffisant pour parler de durabilité pour les produits bio ; d'autres critères paraissent importants.

B63 : Mais après c'est vrai que durable c'est difficile, si tu produis à grande échelle sous serre avec une main d'œuvre, enfin qui est mal payée c'est pas forcément durable quoi [...] Après il y a au moins quand c'est bio, les bases c'est qu'il y a pas d'intrants chimiques dans la nourriture donc c'est au moins ça, mais ça suffit pas pour dire que c'est durable selon moi.

Influence de l'industrie agroalimentaire

L'influence de l'industrie agroalimentaire regroupe deux catégories : l'influence du marketing, ainsi que les intérêts économiques.

L'influence du marketing

Cette catégorie concerne plus spécifiquement l'aspect de la durabilité. Elle traite notamment du fait que le mot durable est devenu un argument marketing dans le but de vendre, et cela dans divers domaines. Cela a comme conséquence de détourner la signification première du terme *durable*, et de créer la confusion dans la tête du consommateur.

B68 : Ouais. Et puis après il y a plein d'entreprises qui peuvent justement s'approprier le terme durable à leur sauce, parce que étant donné que c'est assez flou et puis qu'il y a personne qui a une définition claire et nette enfin au niveau des individus,

Intérêts économiques

Les intérêts économiques sont également des arguments importants pour l'industrie agroalimentaire, et déterminent en grande partie les décisions de vente.

A59 : Ouais pi ben il y a pas tout le monde qui est végétarien donc aussi en termes économiques c'est clair que tu vas plus facilement vendre un burger à la viande qu'un burger végé

Viande

La thématique de la viande est une thématique importante qui a été largement abordée tout au long du focus group. Elle se divise en de nombreuses catégories, portant sur différents aspects : la consommation de viande, suivie par l'impact environnemental de la viande, les avantages et les risques pour la santé, ainsi que l'accessibilité de la viande.

Le thème de la viande a également été abordé sous l'angle du végétarisme/véganisme.

Consommation de viande

Cette catégorie traite principalement de la surconsommation de viande. En effet, les étudiants estiment qu'en Suisse, notamment, les gens mangent trop de viande et qu'il s'agirait de la réduire.

D40 : Je pense qu'on pourrait déjà commencer par diminuer notre consommation parce que c'est quand même. Enfin je pense que nous surtout les Suisses on est les plus grands consommateurs de viande quoi c'est hallucinant la quantité de viande qu'on mange tout le temps

Impact environnemental

Dans cette catégorie est abordé l'impact de la viande sur l'environnement. En effet, la viande est critiquée pour son bilan carbone peu flatteur, mais également pour sa nécessité en eau et en nourriture.

A75 : Ouais de toute façon je pense que la viande tu fais pas pire quoi. Rien que consommation d'eau t'imagines toute la nourriture que tu pourrais, [...] utiliser pour nourrir un être humain, mais qui est utilisé pour nourrir un animal qu'on va nous après manger

Avantages et risques pour la santé

L'aspect santé a également été abordé dans la thématique de la viande. En effet, les participants ont mis en évidence des avantages et des risques en termes de santé pour une consommation de viande. Mais ces avantages et risques ont été nuancés en fonction de la consommation ; une trop grande consommation engendre des risques, mais la viande semble globalement apporter de nombreux nutriments.

C12 : Ben il y avait l'étude qui était sortie sur la viande comme quoi ça pouvait être cancérigène de trop manger de viande rouge donc il y a sûrement un avantage pour la santé, mais c'est pas obligé d'être végétarien tu peux réduire ta consommation de viande à deux ou une fois par semaine et voilà quoi et éviter, enfin, pas éviter le cancer, mais avoir une vie plus saine en mangeant moins de viande.

Accessibilité de la viande

Une des raisons avancées pour expliquer cette consommation de viande trop élevée est l'accessibilité de la viande. En ce sens, la viande est coupée, préparée et emballée, et donc tout à fait facile d'accès pour tout un chacun.

A69 : Oui puis elle est tellement accessible ta viande enfin tu vas au supermarché elle est emballée bam, hop elle est coupée tu sais même pas trop quelle partie c'est, mais bon enfin, c'est facile d'avoir de la viande

Végétarisme/véganisme

Cette sous-thématique de la thématique viande comprend différentes catégories. Premièrement, la difficulté de la pratique a été discutée. La variété de l'offre, les raisons du choix d'un régime végétarien/végétalien, les carences nutritionnelles suite à un régime de la sorte ainsi que la forte tendance actuelle de cette pratique ont également été traitées.

Pratique difficile

La difficulté d'adopter un régime sans viande a été discutée. En effet, il paraît difficile de se passer complètement et définitivement de viande, notamment pour des questions de goûts, ou d'habitude. Une grande motivation et des efforts semblent nécessaires pour avoir une alimentation de ce type.

A55 : Non c'est vrai c'est quelque chose que, je sais pas j'aimerais bien ouais être capable de le faire ça serait, c'est facile de dire ouais je vais pas manger de la viande et tout, mais après faut le faire quoi. Pi faut s'y tenir. Pi ça c'est pas facile.

Mais on retrouve également dans cette section quelque chose de l'ordre du vécu et des émotions. En effet, une admiration pour les personnes adoptant un régime végétarien et un souhait de pouvoir faire de même est apparu dans le discours.

A55 : Ouais donc je respecte beaucoup les gens qui le font pi je pense qu'ils font beaucoup de bien pi j'aimerais bien réussir à le faire un jour aussi, à tirer un trait sur la viande j'aimerais bien. Mais je sais pas si j'arriverais.

Variété de l'offre

Un point positif relevé est le fait qu'un régime végétarien offre de nombreuses alternatives, tant dans les restaurants que dans les supermarchés. De plus, il permet d'apprendre à cuisiner de nouvelles choses, et d'élargir son champ de connaissances et donc de possibilités de repas.

B41 : Ouais et il y a pas mal d'alternatives qui se mettent dans les supermarchés autant euh avec ces produits un peu qui imitent la viande et puis qui sont complètement végétariens.

Raisons du choix

Cette catégorie traite des différentes raisons pouvant pousser quelqu'un à adopter un régime végétarien, ou même végan. Ces dernières peuvent être d'ordre environnemental, sanitaire, ou encore éthique, ou autrement dit pour la protection des animaux et la défense des droits de ces derniers

D77 : Parce que ça va quand même plus loin que végétarien. Végétarien ok il y en a c'est pour la santé d'autres pour l'environnement, mais végane c'est vraiment extrême pour l'animal

Pratique à la mode

Les étudiants se sont également questionnés sur la tendance actuelle du régime végétarien, et cela en regard de la grande variété de l'offre existante. Selon eux, cela pourrait mener des gens à adopter un régime de ce type, pour être « à la mode », mais à l'abandonner très rapidement, ce qui leur paraît être peu pertinent.

D36 : Ouais, mais est-ce que c'est une mode ou pas [...] je veux dire c'est que c'est entre guillemets bien joli de dire je suis végétarien, mais si c'est pour être végétarien pendant six mois. Enfin tu vois je veux dire

Carences nutritionnelles

Cette catégorie traite d'aspects plutôt liés à la santé, et plus précisément des apports nutritionnels d'un régime sans viande. En effet, un régime végétarien, ou végétalien, implique d'avoir une bonne connaissance des nutriments apportés par chaque aliment. Ils estiment notamment que la viande a un certain nombre d'apports essentiels, et qu'il est important de les compenser correctement.

A95 : là à mon avis il faut être très au clair sur ce que t'apporte chaque aliment en termes de nutriments ou j'en sais rien tout ce que t'as besoin parce que là tu coupes beaucoup de choses quand même.

Agriculture alternative

Cette thématique aborde divers aspects liés à des alternatives pour une agriculture plus durable. En effet, l'agriculture conventionnelle, même sous le label bio, leur semble avoir encore trop d'aspects négatifs pour être réellement durable. On y retrouve 2 catégories portant sur ces aspects : la permaculture, ainsi que les énergies fossiles.

Permaculture

La permaculture a été abordée dans le cadre d'une discussion autour de la durabilité. En effet afin d'avoir une alimentation durable, il ne suffit pas d'acheter local et directement chez l'agriculture, mais il s'agirait également de choisir un type d'agriculture permettant de renaturer les sols. Et pour cela, il s'agirait de sortir de l'agriculture conventionnelle et d'adopter une agriculture alternative, de type permaculture.

A127 : Après dans l'idéal durable [...] ça serait d'acheter chez un agriculteur qui cultive de manière vraiment durable en cultivant son sol, mais ça c'est très très dur à trouver. Mais ça c'est encore l'étape au-dessus, ça serait vraiment je sais pas, pas toutes monocultures de masses. Oui ok c'est fait selon des bonnes conditions bio ou j'en sais rien et c'est local, mais c'est quand même destructeur pour le sol. Et ça c'est pas forcément durable donc

Énergies fossiles

Cette catégorie traite des énergies fossiles. En effet, les énergies fossiles sont très présentes aujourd'hui dans l'agriculture conventionnelle, notamment via les pesticides, les engrais, ou encore les tracteurs et autres machines utilisées pour la récolte. Pour arriver à une agriculture durable, il s'agirait de quitter ce besoin en énergies fossiles. En ce sens, seule la permaculture semble en être capable aujourd'hui.

B62 : C'est dans l'ensemble aussi. C'est vrai que ça c'est une solution dans le sens durable où ça quitte le besoin en énergies fossiles ça c'est essentiel aussi. Ça peut pas être durable étant donné qu'il y a des ressources finies en ressources fossiles. Donc il faut obligatoirement pour que ce soit durable se désolidariser du système fossile pour l'agriculture et ça c'est vraiment compliqué quoi.

Obésité

La thématique de l'obésité a été abordée sous l'angle de l'alimentation saine, mais également en lien avec l'alimentation durable. On retrouve deux catégories dans ce thème : l'activité

physique, et la malbouffe. Ces deux catégories se rapportent aux raisons pouvant mener à une obésité, dans notre société actuelle.

L'activité physique

L'activité physique, ou plutôt le manque d'activité physique semble être un élément directement lié avec l'obésité.

D97 : Et ils font pas de sport, ils bougent pas, ils portent pas d'importance sur ce qu'ils achètent. Donc ouais je pense pas que ça ait vraiment un lien avec l'obésité.

La malbouffe

Cette catégorie reflète le lien entre alimentation durable et obésité. En effet, les étudiants estiment que même si une alimentation durable s'installe progressivement dans un pays, les fast-foods, ainsi que les produits comme les chips, seront toujours présents, et impacteront toujours aussi négativement la santé des individus. Une alimentation durable ne pourrait donc pas réellement pallier le problème de l'obésité. Les étudiants estiment plutôt qu'une mauvaise alimentation est en grande partie responsable de l'obésité.

D97 : Surtout qu'il y a tellement de types d'alimentation que c'est pas parce que les légumes fruits machin c'est durable que comme t'as dit il y aura plus de biscuits, machin, chips, dont les gens se nourrissent. Et puis c'est de là qu'est aussi tirée un peu l'obésité. C'est parce que les gens grignotent entre les repas c'est parce que les gens mangent n'importe quoi

Divers

Cette dernière thématique regroupe différentes catégories qui ont été discutées lors du focus group, mais qui ne sont pas forcément pertinentes ni directement liées avec la thématique. On y retrouve des aspects logistiques liés au marché de l'UNIL et des discussions autour des politiques de l'UNIL. Cependant, une thématique intéressante se retrouve ici : le gaspillage alimentaire. En effet, cela a été abordé notamment sous l'angle de la viande.

D44 : la viande c'est quand même assez hallucinant le nombre de, de viande qui sont jetées.

Les experts

Une présentation du tableau de synthèse concernant la population des *experts* soit plus précisément 3 professionnels de la santé et 2 professionnels de la durabilité, introduira cette partie. Ce tableau comprend tous les thèmes et les catégories apparus lors des cinq entretiens semi-directifs avec ces derniers.

Au total, dix thèmes sont ressortis dans cette analyse : les messages de santé/durabilité, l'agriculture biologique, l'influence de l'industrie agroalimentaire, la viande, les valeurs et croyances, l'obésité, ainsi que les déchets sont les grandes thématiques liées au lien entre santé, durabilité et alimentation. Trois autres thèmes, plus larges, viennent s'ajouter. Un thème portant sur la description de l'activité professionnelle des experts, un autre portant sur des aspects plus « généraux » de la thématique, et un thème *divers*.

	Thèmes	Catégories
1	Description de l'activité professionnelle	Définition portion : discours de diététicienne
		Définition MNT : discours de médecin
		Définition nutriments : discours médecin-nutritionniste
2	Généralités	Lien entre alimentation et santé
		Lien entre alimentation et durabilité
		Lien entre santé et durabilité
		Facteurs de risque/de protection
	Définitions	Bio
		Durable
3	Messages santé/durabilité	Messages à transmettre
		Influence messages
		Formes des messages
	Compréhension et adhésion aux messages	Influence de l'éducation/du milieu/de l'âge
	Discours contradictoires	Contradiction messages vs réalité
4	Agriculture biologique	Avantages du bio pour la santé
		Avantages du bio sur l'environnement
		Prix du bio
5	Influence de l'industrie agroalimentaire	Pratiques de l'industrie
		Influence du marketing
6	Viande	Consommation et statistiques
		Sensibilisation aux conditions production

		Impact environnemental
		Avantages et risques pour la santé
	Régimes sans viande (végétarisme/véganisme)	Avantages et risques pour la santé/pour l'environnement
7	Valeurs et croyances	Éthique : distributeurs à l'école, assurances maladie
		Responsabilité individuelle et collective
		Représentations de l'alimentation
		Prise de conscience sur l'état de la planète
		Raisons motivant les décisions d'achat : prix, bio
8	Obésité	Causes de l'obésité : qualité-quantité, facteurs génétiques
		Activité physique
		Image du poids dans société
9	Déchets	Gaspillage alimentaire
10	Divers	Intérêt pour recherche
		Circuit court : définition, avantages et désavantages

Tableau 2. Grille d'analyse restreinte concernant les professionnels

Analyse transversale

Dans cette partie seront présentés les 5 thèmes ressortis relatifs au groupe des experts. De plus, les catégories élaborées seront illustrées par des unités de sens tirés du discours des participants.

Description de l'activité professionnelle

Les entretiens ont débuté par une brève description de l'activité professionnelle de chacun. En effet, cela permettait de démarrer l'entretien tranquillement, de les valoriser, mais également de les mettre en confiance. De plus, cela me permettait d'en savoir plus sur leurs parcours et leurs activités.

Dans ce thème, on retrouve trois catégories se rapportant directement aux professions. En effet, quelques définitions ou précisions ont été apportées par ces derniers sur divers aspects.

Définition portion : discours de diététicienne

Cette catégorie porte spécifiquement sur la définition d'une portion de fruits ou légumes. En effet, afin de clarifier ce à quoi correspond une portion de fruits ou légumes dans le message incitant à manger cinq fruits et légumes par jour, une définition de quantité a été donnée.

LM : Ouais c'est ça. Moi je donne l'exemple de dire ben c'est 5 framboises ou c'est 5 pastèques. [...] Alors que c'est ce qui tient dans votre main.

Définition MNT : discours de médecin

Dans cette catégorie, on retrouve une définition sur les maladies non transmissibles, qui a été donnée par un médecin. Cette définition a été donnée dans le cadre de la description de son activité professionnelle.

FP : C'est les [...] 4 plus grands groupes de maladies c'est d'une part les maladies cardiométaboliques, cardiaques, mais aussi diabète, les maladies respiratoires, maladies rénales. [...] Il y a un deuxième groupe qui est celui des cancers, un troisième qui est celui des affections neuropsychiatriques. [...] et puis le dernier groupe c'est l'arthrose.

Définition nutriments : discours de médecin-nutritionniste

Cette catégorie regroupe de nombreux verbatim définissant des aspects liés à la nutrition, en lien avec la profession du médecin qui est spécialiste-nutritionniste.

YS : Mais il y a des lég- des fruits qui sont très riches en fibres, par exemple la mangue. C'est marrant, une mangue on dirait pas, mais, c'est d'autres types de fibres c'est pas la cellulose que vous prenez, que vous avez dans les céréales complètes.

Généralités

Dans cette thématique, on retrouve des aspects plus larges, plus généraux sur le lien entre santé, durabilité et alimentation. Plus précisément, on retrouve une catégorie portant sur le lien entre alimentation et santé, une catégorie sur le lien entre alimentation et durabilité, une catégorie sur le lien entre santé et durabilité, une catégorie portant sur les facteurs de risque et les facteurs de protection, et finalement, une catégorie portant sur des éléments de définitions du bio, et du durable.

Lien entre alimentation et santé

Ici, on retrouve l'idée que l'alimentation a un impact sur la santé de l'Homme. Même si ce n'est pas le seul facteur influant sur la santé, c'en est un important.

YS : Moi je dirais c'est que l'alimentation, pour la santé c'est pas le seul facteur. Si vous mettez santé ici, au centre, je vous mets 40 flèches, des mini-flèches et des grandes flèches. [...] Alors c'est clair l'alimentation sera une grande flèche.

Lien entre alimentation et durabilité

Cette catégorie traite du lien entre l'alimentation et la durabilité. En effet, l'impact de l'alimentation sur l'environnement a lieu à de nombreux niveaux, et semble connu par les experts.

NN : Si on commence au début de la chaîne ben les pratiques agricoles euh ben voilà ça a un impact sur la pollution des eaux, sur le réchauff – enfin sur le climat, [...]. Après il y a la question aussi de ben de la mobilité des produits [...] après on déplace des productions euh d'un bout du monde pour l'amener chez nous. Après il y a tout ce qui est emballage pour la vente et après il y a tout ce qui est déchets de l'alimentation.

Les circuits-courts, les produits de saisons, ainsi que le bios ont été cités comme étant des aspects pouvant contribuer à une alimentation plus durable.

FP : Si possible en termes de durabilité en favorisant les circuits courts c'est-à-dire en mangeant des pommes quand enfin ouais en mangeant des pommes ouais tout le temps, mais surtout en automne et en mangeant du raisin en automne, des petits fruits là en hiver

Lien entre santé et durabilité

Dans cette catégorie, il est ressorti de manière récurrente que le lien était difficile à établir. Par exemple, les produits bios sont depuis longtemps connus pour être bons pour l'environnement. Cependant, leurs bienfaits sur la santé n'ont été prouvés que très récemment. Le monde de la santé et le monde de l'environnement ont évolué de manière très séparée pendant longtemps.

M : Mais pendant longtemps on savait que c'était bon pour l'environnement, mais la preuve que c'était bon pour la santé on l'avait pas de manière scientifique donc c'était deux mondes qui se sont séparés.

Et malgré un besoin de réfléchir aujourd'hui de manière plus systémique, le cloisonnement des métiers est toujours très présent.

M : Oui, moi je pense qu'elles se rejoignent, elles vont se rejoindre de plus en plus euh. Mais c'est des mondes, je pense qu'on doit apprendre à se connaître, on doit apprendre à, à trouver un langage commun. Mais c'est de nouveau ce truc de la transversalité, que les gens aient confiance euh de travailler ensemble, n'aient pas peur de faire des erreurs et puis un petit peu plus d'humilité.

Dans le milieu de la santé, on retrouve également cette difficulté à faire le lien entre santé et durabilité, mais plutôt au niveau de l'alimentation et de ses apports nutritionnels.

LM : Trop souvent l'aspect durabilité [...] est synonyme de qualité nutritionnelle et de promotion de la santé. »

Ces différents verbatims illustrent bien la complexité à faire le lien entre la santé et la durabilité pour les professionnels de chaque domaine.

Éléments de définitions du « bio »

Cette catégorie, qui regroupe des éléments de définition du bio, a été abordée uniquement par des experts de la durabilité. D'un côté, il a été défini par le travail du paysan, qui est remis au centre lors d'un passage à l'agriculture biologique. En effet, son savoir-faire, ses connaissances et ses pratiques sont à nouveau valorisés avec ce type d'agriculture.

NN : Parce que d'un coup il y a son savoir-faire, il y a un peu ses connaissances de la terre, alors que finalement dans l'agriculture classique, euh, ben finalement en gros grâce à des produits on peut faire un peu n'importe quoi et puis ça va pousser, alors que là c'est remettre le paysan au centre de son exploitation.

D'un autre côté, c'est la complexité du label bio qui est discutée. En effet, ce label est déjà différent pour chaque pays, car le cahier des charges peut varier. Ensuite, le label est complexe, et il est difficile pour la population de réellement connaître ce qu'il représente. Et finalement, un produit peut être bio dans son pays de culture, mais peut être transporté ici par avion, ce qui rend le produit moins intéressant en termes de durabilité. Tous ces aspects font que le label bio est très compliqué.

M : Donc en fait c'est une jungle, c'est d'une très très grande complexité et puis c'est aussi un marché donc euh chacun veut se profiler et puis le client final il est complètement, il est complètement paumé quoi.

Éléments de définition de « durable »

Cette catégorie regroupe quelques verbatims se rapportant à des éléments de clarification et de définition sur le terme durable.

NN : Alors euh déjà nous on parle de durabilité maintenant parce qu'en fait développement durable ça voudrait dire qu'on peut continuer une croissance infinie et puis ouais. Donc on est plutôt parti sur la durabilité.

Messages de santé/durabilité

Dans cette thématique, on retrouve plusieurs catégories se référant aux messages de santé, ou de durabilité : les messages à transmettre, l'influence des messages sur les comportements, la forme des messages, l'influence de l'éducation/du milieu/de l'âge sur la compréhension et l'adhésion aux messages, et finalement, la contradiction entre les messages et la réalité.

Messages à transmettre

Les messages à transmettre ont été abordés sous différents angles. Il a tout d'abord été soulevé que les messages de promotion de la santé pour l'alimentation n'étaient pas simple, car les liens ne pas si clairs et établis que pour le tabac, ou encore l'alcool. De plus, il y a beaucoup de variations dans les messages, car ces derniers peuvent varier en fonction de la population cible.

FP : face à ces trois messages simples, ou ces trois déterminants, l'alimentation encore une fois c'est difficile et on, on a encore beaucoup de choses à apprendre là-dessus.

Un message qu'il est également important de transmettre, pour le milieu de la santé, est la valorisation des produits frais et locaux, sans forcément avoir le bio. En effet, le bio est une plus-value, mais il n'est pas nécessaire pour avoir des fruits et des légumes de bonne qualité. Et il semblerait que ce soit important de le préciser, car on peut retrouver dans la population une représentation que si ce n'est pas bio ce n'est pas sain.

LM : pour toute une partie de la population ça serait aussi important de valoriser ce type d'aliment là parce que trop souvent ils ont la représentation, de nouveau, inverse, c'est que s'ils mangent que ça c'est forcément des aliments malsains

Il a également été mis en avant que chaque individu est différent, et qu'en fonction de son activité physique, de son âge ou encore de son métabolisme, les recommandations nutritionnelles devraient varier. Il n'est donc pas forcément pertinent d'utiliser la pyramide alimentaire, par exemple, ni de recommander 5 fruits et légumes par jour à toute la population.

YS : Et puis ça c'est appliqué sur un schéma que toute la population devrait suivre. Alors moi je suis pas très favorable parce que premièrement elle arrive pas à suivre et puis deuxièmement chaque individu est différent.

Finalement, un message plus global serait de réinstaurer le bon sens. Avec cette multiplicité de l'information, des injonctions de santé, d'environnement, mais également avec les produits que l'on retrouve dans les supermarchés, il devient difficile pour le consommateur de s'y retrouver.

Le consommateur devrait pouvoir se questionner et être capable de juger si oui ou non son achat est censé.

NN : Et puis euh, et donc je me dis, mais à un moment est-ce qu'il faudrait pas remettre le bon sens et puis juste se dire, mais est-ce que vous pensez que c'est mieux, concrètement est-ce que vous pensez que ça c'est mieux ?

Influence des messages

Cette catégorie regroupe tout ce qui touche à la communication des messages de santé, et plus précisément à l'influence que ces derniers peuvent avoir sur la population. En effet, la manière dont les messages sont communiqués, et le choix des messages qu'on communique sont des éléments clés pour influencer sur les comportements.

YS : Bien ouais il y a la communication, la compréhension, l'information et puis aussi la mise en œuvre [...] Donc ça suffit pas il faut appliquer la connaissance, finalement

Cependant, aujourd'hui, on retrouve une quantité d'informations très importante, et souvent contradictoires, provenant notamment de la communauté scientifique. Il est donc compliqué pour la population de s'y retrouver, de savoir quel choix est le bon, ou encore de définir des critères d'achat.

NN : Après je pense que nous en tant que scientifique je pense qu'on joue un rôle perturbateur quelques fois parce qu'il y a plein d'informations contradictoires.

Forme des messages

La forme des messages est élément important pour influencer sur les comportements. Différentes stratégies de communication pour les messages de santé et de durabilité ont été proposées. Une réduction de l'information semble déjà essentielle. Il s'agirait également de mettre en place des logos permettant de simplifier l'information pour les consommateurs. Et finalement, des manières différentes de transmettre les messages sont aujourd'hui vitales.

LM : bien sûr quand on est à l'école on a envie de transmettre, on a envie de remplir le crâne, mais on peut faire plein d'autres choses. Je crois beaucoup plus à la dégustation des produits dans les petites classes, à la découverte de la façon dont poussent les fruits et les légumes, à la visite d'une ferme pour voir un petit cochon.

Influence de l'éducation/du milieu/de l'âge

Cette catégorie traite de l'influence de l'éducation, du milieu ou encore de l'âge sur l'adhésion aux messages et sur les comportements des consommateurs. En effet, ces aspects jouent un rôle important puisqu'ils font partie intégrante de notre quotidien. L'éducation, par exemple, peut être importante concernant nos choix alimentaires. Si les parents sont végétariens et éduquent leurs enfants à ce type de régime, très souvent, les enfants seront végétariens une fois adultes. Mais le milieu social semble également jouer un rôle, et notamment sur l'achat de produits bios. En effet, les produits bios sont en quelque sorte un label, un marqueur social, et correspondent à une certaine tranche de la population.

NN : Mais voilà, après je pense qu'il y a des gens qui ne se retrouvent pas dans le label bio parce que c'est un peu comme le label fine food ou, c'est un statut social qu'il y a derrière et puis on se dit si c'est bio c'est pas bien. Parce que, voilà, moi je suis pas un bob qui habite sous gare à Lausanne et puis ben, ça devient un marqueur social aussi je pense.

Contradiction messages vs réalité

Avec cette diversité de message et cette (trop) grande quantité d'information en circulation, il arrive que l'on retrouve des contradictions entre des messages et la réalité. Par exemple, les risques des pesticides sont aujourd'hui surestimés dans la population, ou a contrario, le bio est surévalué, et on lui prête de nombreuses vertus qui n'ont pas lieu d'être.

FP : je pense que le discours sur les pesticides est en général un discours qui surestime l'impact euh sanitaire de ça. Sûrement qu'il y en a un, mais c'est un peu comme la viande rouge, ça représente euh je sais pas, peut-être 20 ou 30 décès par année en Suisse sur les 60'000 qu'on a

De plus, le terme bio est devenu un terme générique, un label qui s'applique un peu partout, dans tous les champs, même ceux n'étant pas concernés. On retrouve également cette contradiction autour du lait. En effet, on retrouve aujourd'hui des messages contradictoires concernant les bienfaits du lait animal vs végétal, tant en termes de santé que d'environnement.

NN : Parce que ouais enfin par exemple le lait typiquement moi quand j'étais petite on me disait ouais le lait c'est super, il faut en boire tout le temps, etc. Maintenant toutes les études elles disent faudrait pas trop donner de lait, vaut mieux les laits végétaux.

Agriculture biologique

L'agriculture biologique a été abordée sous différents angles par les experts. Premièrement, les avantages du bio pour la santé ont été abordés, suivis par les avantages du bio pour l'environnement. Et finalement, le prix du bio est ressorti des discours.

Avantages du bio pour la santé

L'aspect sanitaire a été abordé dans la thématique du bio. En effet, la présence de pesticides dans l'agriculture conventionnelle semble être aujourd'hui connue et considérée par la population. Bien que les avis des experts soient mitigés sur l'impact réel des produits bios sur la santé, en comparaison avec des produits conventionnels, les gens semblent concernés par cela aujourd'hui. L'argument santé pourrait donc être un argument parlant pour faire acheter bio aux consommateurs.

NN : Parce que là, autant le bio ça peut être un peu bobo autant la santé je pense qu'à un moment les gens ils pensent quand même à leur santé, tous, peu importe leur catégorie sociale et ça ça peut être un moyen d'ouvrir plus à d'autres catégories de population qui ne se retrouvent pas dans le mouvement un peu écolo, bobo et qu'ils le fassent pour ça.

Avantages du bio pour l'environnement

Les avantages du bio pour l'environnement ont uniquement été abordés par les experts en durabilité. De nombreux avantages ont été cités, comme la pollution des eaux, la biodiversité, l'impact énergétique.

NN : Mais moi je trouve que c'est quand même intéressant à plusieurs titres : pour tout ce qui est pollution de l'eau, des terres, etc., pour la biodiversité c'est quand même plus intéressant, et puis ensuite en termes d'impact énergétique il faut bien voir que tout ce qui est produits phytosanitaires donc qu'on met sur les cultures, engrais, des trucs comme ça, pesticides, c'est issu du pétrole [...] et puis tout ce qui est euh, l'agriculture biologique elle implique aussi qu'on fait beaucoup de choses à la main, qu'on utilise moins d'énergies dans les machines.

Prix du bio

Finalement, l'aspect financier du bio a été abordé. En effet, le prix du bio est clairement au-dessus du prix du conventionnel, ce qui fait que certaines classes défavorisées n'y ont pas accès, et qu'on n'offre pas une nourriture saine accessible à tous.

LM : Et à l'heure actuelle, l'alimentation biologique en Suisse est, de l'ordre d'un caddie, est 40% plus cher quand il est bio que quand il est non-bio.

Influence de l'industrie agroalimentaire

Cette thématique traite de l'influence de l'industrie agroalimentaire. Cette dernière a de gros impacts sur le monde alimentaire actuel, notamment par les pratiques de grandes industries ou encore par le marketing.

Pratiques de l'industrie

Les pratiques de l'industrie ont été abordées plutôt négativement, sous l'angle des abus de certaines entreprises. Coop, par exemple, semble imposer des contrats de vente avec les agriculteurs plutôt restrictifs et peu respectueux. Quant à Monsanto, elle fait en sorte d'instaurer une dépendance financière auprès de ses clients agriculteurs.

M : bon c'est surtout les grandes distributions comme la Coop, ils ont des pratiques, ils ont des pratiques dégueulasses. Ils font des contrats sur 2 ou 3 ans et puis après ils disent on vous reprend, mais vous nous faites une ristourne sur le contrat précédent.

Influence du marketing

Le marketing cherche à influencer les comportements d'achat des consommateurs. En ce sens, deux stratégies ont été évoquées : on retrouve une imposition du bio dans les rayons des supermarchés, se substituant aux produits conventionnels, ainsi qu'une technique de marketing spécifique : le *greenwashing*, ou écoblanchiment. Il s'agit d'un procédé marketing visant à donner à l'entreprise une image écologique responsable. Et cette technique, que l'on retrouve aujourd'hui dans de nombreuses entreprises, se retrouve par exemple chez McDonald's :

NN : MacDo moi je trouve qu'ils, ils sont. Ben voilà sur tous les camions c'est marqué chez nous il y a de la viande suisse, enfin on se dit ben au bout d'un moment on se dit en fait MacDo c'est super. En plus ils ont changé c'est plus rouge c'est vert. Ça a l'air super, voilà, ça a l'air presque sain et écolo.

Viande

La viande est une grande thématique, divisée en de nombreuses catégories. Premièrement, des éléments sur la consommation et les statistiques ont été abordés. S'en suivent les catégories suivantes : la sensibilisation aux conditions de production, des éléments liés à l'écologie et les

avantages et risques pour la santé. Les avantages et risques pour la santé et pour l'environnement d'un régime sans viande ont également été discutés.

Consommation et statistiques

Actuellement, en Suisse, la consommation de viande moyenne est très élevée, voire trop élevée. Il s'agirait, dans le futur, de viser une alimentation faible en viande.

FP : Donc en gros il me semble ce qui serait une bonne alimentation du futur serait une alimentation avec une consommation faible de viande, je dirais je sais pas, 2 ou 3 doses par semaines, une dose je dirai que c'est à peu près 200g de steak, ou équivalent. On est clairement au-dessus clairement

Sensibilisation aux conditions de production

La sensibilisation aux conditions de production est de plus en plus grande aujourd'hui, due notamment aux nombreux scandales alimentaires ayant eu lieu dans des porcheries, notamment. Le bien-être animal et leurs souffrances sont aujourd'hui des éléments importants considérés par la population lors des achats.

FP : Ben je pense, enfin pour la viande il y a encore un autre facteur qui est la sensibilité nouvelle de la population à, aux souffrances animales et à ces choses-là qui est, je pense, un facteur très puissant

Impact environnemental

Les experts ont abordé les impacts de la viande sur l'environnement. Plusieurs niveaux ont été évoqués : l'empreinte écologique, les émissions de gaz à effet de serre, la déforestation ou encore le fait de nourrir des bœufs plutôt que des hommes. Ces aspects ont été jugés comme négatifs.

M : Non, mais au niveau mondial c'est une catastrophe. C'est-à-dire qu'on nourrit des boeufs au lieu de nourrir des gens. Et puis surtout que les boeufs ben c'est du méthane donc c'est un gaz, un gaz à effet de serre qui reste 100 fois plus longtemps que le CO2. Euh. Et puis c'est la déforestation, etc.

Avantages et risques pour la santé

L'aspect sanitaire a également été abordé sous la thématique de la viande. Celui-ci n'a pas non plus été jugé très positif, car une trop grande consommation de viande a été jugée comme mauvaise pour la santé. De plus, elle n'a pas vraiment d'apports spécifiques. Elle a cependant l'avantage de permettre une meilleure absorption de certains éléments nutritionnels.

NN : il me semble que de manger trop de viande ou de charcuteries c'est pas non plus bon pour la santé

Régimes sans viande : avantages et risques pour la santé et pour l'environnement

Les régimes sans viande (végétarien/végétalien) ont été discutés, et certains avantages pour la santé ou pour l'environnement, ainsi que certains désavantages, ou risques ont été pointés du doigt. Concernant la santé, il est ressorti que les personnes suivant un régime végétarien avaient des meilleurs facteurs de protection, et développaient moins de maladies cardio-vasculaires. Cependant, ce type de régime peut créer des carences en fer, puisque le fer dans les végétaux est présent en faible quantité, et est surtout très mal absorbé par le corps humain.

LM : Les populations végétaliennes ont des meilleurs facteurs de protection, je veux dire ils sont moins malades dans les maladies non transmissibles, cardio-vasculaires notamment

Concernant l'environnement, il a été mis en évidence qu'un régime sans viande nécessitait moins de surface, donc une empreinte écologique moindre, ainsi qu'une émission de gaz à effet de serre moins importante. Ces avantages ont cependant été nuancés par le fait qu'un régime végétalien n'est pas forcément durable non plus.

NN : Parce que, ben par exemple il y a beaucoup de véganes maintenant, enfin un courant qui va là-dedans, mais en même temps être végane c'est pas forcément être durable.

Valeurs et croyances

Cette catégorie regroupe des aspects se rapportant aux valeurs et aux croyances. Des aspects d'éthique ont d'abord été abordés, puis la responsabilité individuelle et collective. On retrouve également une catégorie traitant des représentations de l'alimentation, notamment quant aux budgets des ménages consacrés à l'alimentation, une catégorie sur la prise de conscience de l'état de la planète, et finalement une catégorie portant sur les raisons motivant les décisions d'achat.

Éthique

L'éthique apparaît ici pour plusieurs questions. La question des assurances maladie poussant les assurés à effectuer 10'000 pas par jour, par exemple, a été jugée comme ingrate, et même « fasciste ». Les objets connectés ont également été jugés négativement, puisqu'ils laissent des

traces et pourraient permettre aux assurances de faire une sélection sur la base du profil de chaque individu.

M : C'est du fascisme. On arrive comme ça. Et puis avec les gens ils mettent des montres connectées partout, ils laissent des traces partout, un jour les assurances elles vont dire ben pour eux on paye plus, la solidarité elle sera morte.

La présence de distributeurs automatiques dans les écoles est également discutée sous cet aspect éthique. En effet, on retrouve souvent dans ces distributeurs des barres chocolatées, et autres grignotages mauvais pour la santé. Et pourtant, la liberté de commerce semble primer sur la santé publique.

LM : Vous avez encore de gens qui pensent que même dans l'école obligatoire c'est juste la liberté de commerce de mettre une machine avec des saloperies dedans

Responsabilité individuelle et collective

La question de la responsabilité individuelle versus la responsabilité collective quant à l'alimentation de l'individu a également été soulevée par les experts. En effet, la question se pose : est-ce l'individu qui est responsable de ce qu'il mange, et de ce qu'il achète, ou est-ce plutôt la responsabilité de la société, de l'État ? Les avis sont évidemment partagés. On retrouve dans les discours une responsabilité dirigée vers l'État, puisque c'est lui qui impose des lignes directrices, des visions. Mais l'individu joue également un rôle, puisque c'est lui qui fait le choix final ; il se doit quand même d'être responsable de ses actes.

LM : Je crois beaucoup à la responsabilité étatique. On doit avoir des lignes directrices, on doit aider à les mettre en pratique et les projets dans lesquels je travaille visent à ça. Donc je ne peux pas scier la branche à laquelle je crois. Je pense aussi qu'il y a une certaine responsabilité individuelle et que se prendre en charge ça fait partie de ça.

Représentations de l'alimentation

Cette catégorie traite des représentations de l'alimentation, et notamment par rapport au budget des ménages qui y est consacré. Aujourd'hui, le budget consacré à l'alimentation est très bas, et a énormément diminué ces dernières années. Cela peut s'expliquer peut-être par d'autres parts de budgets ayant augmentés, mais également par un rapport différent aujourd'hui à l'alimentation, dû notamment à une augmentation du nombre de plats tout préparés, aux supermarchés, etc. La place de l'alimentation dans la société a changé, et les représentations à son sujet avec.

NN : on avait vu que dans les années 50 c'était genre, je sais plus exactement les chiffres, mais c'était genre 40% du budget des ménages qui étaient consacrés à l'alimentation et puis maintenant on est à 11%, [...] Alors, peut-être qu'on faisait moins de voyages, on avait moins d'argent pour les loisirs, mais on avait plus d'argent pour l'alimentation

Prise de conscience de l'état de la planète

Dans le discours d'un expert, on retrouve l'idée que la prise de conscience sur l'état de la planète plutôt catastrophique est en train de se généraliser. En effet, les informations de la communauté scientifique commencent à être entendues, mais certains films passent également un message fort, qui semble très bien entendu par la population.

M : ça ne veut pas dire qu'on va changer, mais la prise de conscience, enfin l'acceptation d'un état de la planète qui est un peu catastrophique et puis un état mondial au niveau social qui est un peu catastrophique.

Raisons motivant les décisions d'achat

La dernière catégorie de ce thème *valeurs et croyances* traite des raisons motivant les décisions d'achat des consommateurs. Ces dernières peuvent être d'ordre financières, sanitaires ou environnementales. La question se pose notamment pour le bio. Les gens achètent-ils bios pour leur santé, pour l'environnement, pour le prestige social associé ?

NN : Parce que je pense que dans les gens qui mangent bio, enfin j'imagine, ça serait intéressant de faire un sondage là-dessus, pourquoi ils le font ? Moi je pense qu'ils le font quand même euh plutôt pour des préoccupations de santé que des préoccupations environnementales.

Obésité

L'obésité a été abordée sous différents angles : les causes de l'obésité, l'activité physique et l'image du poids dans la société.

Causes de l'obésité

Cette catégorie traite des causes pouvant contribuer à l'obésité, tout en mettant cela en lien avec une alimentation durable. En effet, la discussion tournait autour du lien entre obésité et durabilité. Entre les experts, les avis divergent. Un expert estime qu'une variation en termes de quantité, pour la viande par exemple, peut influencer sur la prise de poids, mais qu'un changement vers une alimentation biologique n'aurait aucun impact.

LM : Et en ce sens-là, je dirai oui, la modification de la qualité en termes de quantité dans l'assiette a une influence sur l'obésité, le fait que ce soit bio ou pas bio je pense pas qu'on puisse le montrer

Un autre considère qu'un changement de paradigme vers une alimentation durable implique forcément une alimentation plus brute, moins transformée, moins sucrée et moins grasse, et que ce sont ces produits qui sont en grande partie responsables de l'obésité.

NN : Je me dis si je regarde les trucs qui font grossir, si on regarde ça et ben en effet je dirai que c'est que des trucs qui sont pas durables. Parce que je me dis bon qu'est-ce qui fait grossir ? Ben toutes les boissons genre coca, etc., ça dedans ben c'est clair que, après je me dis le Nutella, un Nutella en termes de questions environnementales, il y a de l'huile de palme c'est vraiment le truc pas terrible.

Activité physique

L'activité physique a été abordée comme cause potentielle de l'obésité. Un manque d'activité physique, ou un déséquilibre entre les apports énergétiques et les dépenses est en partie responsable de cette obésité. De plus, l'activité physique semble être un facteur de protection plus facile à proposer pour les organismes de prévention, et à adopter pour les individus, selon les experts.

FP : La question du surpoids et de l'obésité vient d'une espèce d'absence de régulation entre les apports et les, et la dépense. Régler la dépense c'est plus facile que régler la, les apports.

Image du poids dans la société

L'image du poids dans la société est la dernière catégorie de cette thématique de l'obésité. En effet, un des problèmes évoqués par les experts est le fait qu'aujourd'hui, un accent trop important est mis sur le poids, et sur l'esthétique.

LM : Il y a quand même une pression lourde sur l'ensemble de la population pour respecter un certain profil de poids qui à mon avis plus on met la pression moins les gens peuvent y arriver.

Déchets

Cette thématique traite des déchets, qui est évidemment une problématique importante liée à l'alimentation, et plus particulièrement du gaspillage alimentaire.

Gaspillage alimentaire

Le gaspillage alimentaire a été évoqué comme un problème important de nos sociétés actuelles. En effet, près de 30% de la nourriture est jetée. Et cela semble être un angle d'attaque intéressant à exploiter, puisqu'il y a beaucoup à faire à ce niveau-là, et que cela concerne tout le monde, et notamment les ménages pauvres.

M : Et puis on sait qu'aujourd'hui ben l'alimentation, on jette 30% de notre bouffe donc on jette euh si on achète 10.- on jette 3.30.- [...] Je pense que là il y a vraiment beaucoup beaucoup de choses à faire.

Divers

Les divers concernent ici différentes thématiques, qui ne sont pas forcément pertinentes et qui n'ont donc pas été incluses dans l'analyse.

Analyse catégorielle

Cette partie est consacrée à une analyse catégorielle du discours des experts. Ici, les cinq professionnels seront classés en deux catégories en fonction de leur domaine de spécialisation, soit santé et durabilité. En effet, suite à la construction des grilles d'analyse, il est ressorti que les thèmes des discours étaient très similaires selon le domaine d'expertise des professionnels. Ce choix a été fait sans aucune volonté de généralisation et sans oublier l'individualité de chacun, mais en effet, certains thèmes ressortaient de manière très scindée entre les domaines.

Cette analyse catégorielle portera sur les thématiques suivantes : les aspects généraux, et plus précisément sur les liens entre alimentation et santé et alimentation et durabilité, l'agriculture biologique et finalement la viande. En effet, ces thématiques ont été choisies, car ce sont ici que ressortent les clivages les plus importants.

Généralités

Experts de la santé	Experts de la durabilité
Lien entre alimentation et santé clair	Peu de lien établi entre alimentation et santé
Pas ou peu de lien établi entre alimentation et durabilité	Lien clair entre alimentation et durabilité

Comme résumé dans le tableau ci-dessus, on constate une différence entre le discours des experts de la santé et celui des experts de la durabilité. En effet, les experts de la santé établissent un lien clair entre l'alimentation et la santé, même si évidemment ce dernier n'est pas le seul facteur influant sur la santé. Les experts de la durabilité n'abordent pas vraiment ce lien entre

santé et alimentation ; il est seulement considéré comme pouvant servir de levier afin d'aborder des problématiques de durabilité.

NN : Euh après moi ce que je trouve intéressant dans l'alimentation c'est que finalement pour moi c'est un bon levier pour parler de durabilité parce que, parce que tout le monde mange ((rires)) et tout le monde est préoccupé par l'alimentation, notamment parce que ça touche la santé.

Quant au lien entre santé et durabilité, le scénario inverse se produit. Très peu de liens entre alimentation et durabilité semblent établis chez les experts de la santé, alors que ce lien est clair pour les experts de la durabilité.

Agriculture biologique

Experts de la santé	Experts de la durabilité
Axé sur des aspects de santé	Aspects de santé abordés Aspect en lien avec la durabilité clairement établis

L'agriculture biologique est également une thématique qui illustre un clivage important entre les domaines. Chez les professionnels de la santé, seuls les avantages en termes sanitaires ont été abordés dans les entretiens, en termes d'apports nutritionnels notamment. Mais on ne retrouve aucun élément concernant les avantages du bio pour l'environnement. Quant aux experts de la durabilité, on observe que des aspects sanitaires et environnementaux sont abordés, mais avec une différence d'expertise claire. Lorsque les aspects sanitaires sont abordés, les professionnels se définissent comme profanes en la matière :

M : Alors maintenant avec les pesticides, les perturbateurs endocriniens, endocriniens, je sais plus comment on dit. Moi je suis architecte donc tous ces trucs médicaux je connais pas trop.

À l'inverse, on retrouve un discours d'expertise lorsque des éléments de durabilité sont abordés, avec de nombreux aspects techniques abordés.

NN : Ensuite en termes d'impact énergétique il faut bien voir que tout ce qui est produits phytosanitaires donc qu'on met sur les cultures, engrais, des trucs comme ça, pesticides, c'est issu du pétrole.

On constate chez les experts une différence d'expertise claire selon leur domaine, où certains éléments sont abordés sous un œil « profane », voire même pas abordé du tout.

Viande

Experts de la santé	Experts de la durabilité
Aspects nutritionnels/ de santé	Quelques éléments liés à la santé
Quelques éléments liés à l'environnement	Aspects environnementaux

Dans la thématique de la viande, on retrouve également cette différence entre un discours profane lorsqu'il ne s'agit pas de leur domaine d'expertise et un discours expert lorsqu'il s'agit du leur. Et ce manque d'expertise est parfois assumé par les professionnels :

NN : c'est vrai que les liens comme le régime végétarien je pense que c'est meilleur, enfin je pense que c'est aussi bon pour la santé ça je ne suis pas une experte de la chose, mais il me semble que de manger trop de viande ou de charcuteries c'est pas non plus bon pour la santé

On peut trouver ici deux niveaux de discours : un discours d'expert, lorsqu'il s'agit de sujets traitant de sa thématique, et un discours en tant qu'individu, qui a peut-être entendu ou lu certaines choses, mais qui est finalement profane sur l'autre thématique.

Il est donc intéressant de constater ici un discours expert et un discours profane chez les experts selon les thématiques abordées. Comme ces exemples l'ont montré, les professionnels sont clairement experts de leur thématique, mais semblent avoir une connaissance très limitée sur l'autre sujet. L'autre domaine apparaît peu voire pas du tout selon les thématiques dans les entretiens.

Lors d'un entretien, les difficultés à établir des liens entre les professions et pour les professionnels de chaque domaine de considérer et de travailler avec l'autre domaine ont été abordées. On retrouve en effet une difficulté à se rejoindre sur des réalités différentes. Si l'on prend les recommandations nutritionnelles données par des diététiciens-ennes, on retrouve le fait de manger du poisson trois fois par semaine. Mais d'un point de vue durabilité, cette recommandation ne tient pas la route.

M : Et puis c'est clair quand ils disent il faut manger du poisson trois fois par semaine et puis que de l'autre côté il y en a plus, à un moment donné ils se sont bien rendu compte qui, ça allait pas.

Il semblerait qu'on observe donc un cloisonnement des métiers, où chacun reste enfermé sur sa problématique sans prendre en compte des enjeux plus larges. En effet, comme le verbatim l'illustre, les diététiciens-ennes sont préoccupés par des questions de santé, ce qui semble évident au vu de leur cahier des charges. Mais une vision plus large de l'alimentation permettrait

d'éviter de mettre en place des recommandations qui ne prennent pas en compte des aspects de durabilité.

Il est évident que chaque spécialiste a son domaine d'expertise. Cependant, les enjeux actuels de l'alimentation ne se jouent pas qu'à un seul niveau, et elle semble au cœur de nombreux enjeux aujourd'hui. La difficulté actuelle est donc de faire sortir les experts de leur domaine, de les faire travailler ensemble et collaborer.

M : Donc en fait, c'est-à-dire que la préoccupation de la santé euh c'est le cloisonnement des métiers, c'est [...] Donc euh voilà c'est le, le cloisonnement des métiers, la difficulté de réfléchir de manière systémique

Comparaison entre les discours des profanes et celui des experts : analyse comparative

Cette partie est dédiée à la comparaison des discours des experts et des profanes, dans le but de comprendre les points de convergence, mais également les différences de discours et de représentations, afin de voir ce qui pourrait être mis en place afin de combler les lacunes présentes entre les discours.

Les grilles d'analyses ont été réunies ici, afin de mettre en perspective les discours des deux groupes.

Profanes		EXPERTS	
Généralités	Lien entre alimentation et santé	GÉNÉRALITÉS	Lien entre alimentation et santé
	Influence d'autres facteurs sur la santé		Lien entre alimentation et durabilité
			Lien entre santé et durabilité
			Définitions bio/durables
Messages	Message à transmettre	MESSAGES SANTÉ/DURABILITÉ	Messages à transmettre
	Forme du message		Influence messages
	Influence des messages		Formes des messages
	Influence de l'éducation		Influence de l'éducation/du milieu/de l'âge

			Contradiction messages vs réalité
Achats au marché	Alternative		
	Aspect convivial du marché		
	Contact direct avec le producteur		
	Aspect social		
	Avantages des achats au marché		
	Pollution des produits importés		
Bio	Définition bio	BIO	Avantages du bio pour la santé
	Bio suisse vs bio UE		Avantages du bio sur l'environnement
	Avantages du bio		Prix du bio
Influence des industries agroalimentaires	Influence du marketing	INFLUENCE DE L'INDUSTRIE AGROALIMENTAIRE	Pratiques de l'industrie
	Intérêts économiques		Influence du marketing
Viande	Consommation de viande	VIANDE	Consommation et statistiques
	Impact environnemental		Impact environnemental
	Avantages et risques pour la santé		Avantages et risques pour la santé
	Accessibilité de la viande		Sensibilisation aux conditions production
Végétarisme/Véganisme	Pratique difficile	RÉGIMES SANS VIANDE (VÉGÉTARISME/VÉGANISME)	Avantages et risques pour la santé/pour l'environnement
	Variété de l'offre		
	Raisons du choix		
	Pratique à la mode		
	Carences nutritionnelles		
Agriculture alternative	Permaculture	VALEURS ET CROYANCES	Éthique : distributeurs à l'école, assurances maladie
	Énergies fossiles		Responsabilité individuelle et collective

			Représentations de l'alimentation
			Prise de conscience sur l'état de la planète
			Raisons motivant les décisions d'achat : prix, bio
Obésité	Activité physique	OBÉSITÉ	Qualité/quantité
	Malbouffe		Activité physique
			Image du poids dans la société
Divers	Aspect logistique du marché de l'UNIL	DIVERS	Intérêt pour recherche
	Politiques de l'UNIL		Circuit court : définition, avantages et désavantages
	Grande échelle vs individu		

Tableau 3. Grille d'analyse comparative

Comme le tableau ci-dessus le montre, les grilles sont très similaires, et de nombreuses thématiques se retrouvent chez les experts et chez les profanes. Il est donc intéressant d'analyser ces thématiques, afin de pouvoir comparer un discours expert et un discours profane sur ces sujets. Les thématiques suivantes seront donc abordées de manière comparative : des aspects plus généraux concernant le lien entre santé, durabilité et alimentation, les messages, l'agriculture biologique, l'influence de l'industrie agroalimentaire, la viande et finalement l'obésité.

Généralités

Profanes	Experts
Lien entre alimentation et santé	Lien entre alimentation et santé

Concernant le lien entre alimentation et santé, on retrouve chez les profanes un discours impliquant une vision globale de l'alimentation. En effet, ils estiment que pour impacter réellement la santé, il ne suffit pas d'arrêter de manger de la viande si à côté il y a une consommation de légumes pleins de pesticides et d'OGMs. Il s'agit donc de réfléchir à son alimentation dans sa globalité afin de réellement adopter une alimentation saine.

A84 : Si tu manges pas de la viande, mais tu vas acheter tes légumes plein d'OGM plein de pesticides est-ce que ça a vraiment des avantages de nouveau sur ta santé enfin moi je pense tout ce qu'on parle là c'est une question de cohérence

Les experts estiment que l'alimentation impacte la santé, sans préciser quel est l'impact ou si le changement d'un seul élément dans l'alimentation suffit à améliorer la santé. Cependant, ils amènent également le fait que l'alimentation n'est pas le seul facteur d'influence sur la santé, et qu'il est donc important de considérer cela.

YS : Moi je dirai [...] que l'alimentation, pour la santé c'est pas le seul facteur.

Et ce discours de l'influence d'autres facteurs sur la santé se retrouve également chez les profanes. À nouveau, ils estiment que si tu adoptes un régime sain, mais qu'en parallèle tu as une consommation tabagique importante, les effets positifs de l'alimentation sur la santé seront vains.

D61 : Enfin manger des légumes, mais fumer comme un pompier à côté ça va rien faire

Finalement, le lien entre santé et alimentation semble appréhendé de la même manière entre les experts et les profanes. Il est donc intéressant de noter que les profanes semblent avoir une bonne connaissance de la thématique et une vision plutôt informée.

Messages

Dans cette première partie seront présentées les différences et les similitudes dans les discours des deux populations en ce qui concerne les messages de santé ou portant sur des éléments liés à la durabilité.

Profanes	Experts
Manque d'informations au niveau de la population	Trop d'informations à disposition du public
Responsabilité étatique et individuelle	Responsabilité étatique et individuelle

La thématique portant sur les messages est une thématique qui a été abordée avec les deux populations. Cependant, les ressentis et les discours ne sont pas les mêmes des deux côtés.

Dans le discours des profanes, on remarque qu'un accent particulier est mis sur le manque d'informations à disposition de la population. En effet, les profanes ont le sentiment que la population n'est pas suffisamment au courant sur de nombreux sujets, par exemple sur les

impacts négatifs de la viande sur l'environnement, ou plus largement les impacts de l'alimentation sur l'environnement,

D49 : Tu pourrais quand même faire plus de, enfin comme il a dit genre des campagnes c'est un peu bête, mais tant de kilos de viande ça produit tant de CO2 des choses comme ça.

Les profanes critiquent également le fait que lorsqu'une recommandation de santé publique est donnée, cette dernière n'est que très rarement expliquée, ou justifiée. Par exemple, la recommandation de manger 5 fruits et légumes par jour leur paraît « sortir de nulle part » et ils n'ont jamais eu d'informations complémentaires leur permettant de comprendre cette dernière.

A109 : Mais après à part manger 5 fruits et légumes par jour j'ai jamais lu autre chose qui concernait pourquoi est-ce qu'il faut le faire.

Au contraire, les experts estiment qu'un nombre déjà trop important d'informations circule aujourd'hui, informations provenant majoritairement de la communauté scientifique, puis reprises dans les médias. Et ce surplus d'information crée une complexité à s'y retrouver, mais également à trier les informations réellement importantes et les autres.

FP : Alors que chaque fois qu'on ouvre le journal on apprend que la consommation de myrtilles est mortelle, ça va pas je veux dire.

Ce verbatim illustre bien le ressenti que trop d'informations est aujourd'hui en circulation, et qu'il s'agirait de trier et de focaliser ce que l'on transmet au public.

Si l'on reprend les verbatims des profanes, on peut avoir le sentiment qu'ils estiment que l'information devrait provenir de l'État, et que c'est donc le rôle de ce dernier de mieux nous informer sur ces différents éléments. La responsabilité étatique quant à la compréhension des individus et donc à leur comportement est claire à leurs yeux. Mais l'État n'est pas le seul responsable ; leur discours exprime également une responsabilité individuelle, où l'individu a également un rôle à jouer, en allant chercher plus d'informations par exemple.

A138 : Je pense que l'information est là c'est juste qu'on va pas se renseigner.

Les experts partagent également la responsabilité entre l'État et l'individu, où chacun à son rôle à jouer, car, l'État se doit de transmettre des informations ou des lignes directrices, mais l'individu est acteur de sa santé, et le choix final lui revient.

Il est intéressant de constater ici que les experts et les individus n'ont pas le même sentiment quant à la quantité d'informations transmises. Mais il semblerait qu'une transmission d'informations de meilleure qualité, plus complète pourrait satisfaire les deux parties, puisque les deux discours semblent critiquer la pertinence des messages que l'on retrouve aujourd'hui. Quant à la responsabilité, il est important de souligner que ni les experts (dont certains représentent en quelque sorte l'État puisqu'ils sont dans le domaine de la santé publique) ni les individus ne rejettent la faute sur l'autre groupe ; chacun estime qu'il a sa part de responsabilité pour ces messages de santé.

L'agriculture biologique

Profanes	Experts
Difficulté à savoir à quoi correspond vraiment le bio	Trop grande complexité autour de la définition du bio
Bio ≠ durable	Intéressant pour l'environnement

On retrouve ici à nouveau cette problématique de l'information à disposition. On retrouve chez les profanes une difficulté à savoir réellement ce qui se cache derrière ce label bio, ou même derrière ces labels bios, puisque de nombreux labels existent aujourd'hui. En effet, face à un grand nombre de labels, et une publicité importante souhaitant faire passer des messages du bio comme en accord total avec la nature, il peut être difficile de savoir réellement ce qu'est l'agriculture biologique. Le professeur Courvoisier confirme la dimension marketing des labels: "Un label apporte un supplément de crédibilité à un produit qui sans ça serait banal. Les labels viennent renforcer les marques qui sont moins connues ou qui veulent développer un axe de communication particulier comme le développement durable, l'écologie ou le commerce équitable" (A bon entendeur, octobre 2011)⁵.

Et effectivement, les experts de la durabilité confirment : l'agriculture biologique est d'une énorme complexité, et il faut réellement être expert de la question pour pouvoir savoir et comprendre.

M : Alors par rapport à votre question sur le bio, c'est d'une telle complexité qu'il faut vraiment être euh hyper spécialiste pour connaître quelque chose.

⁵ <https://pages.rts.ch/emissions/abe/environnement/3361577-jungle-des-labels-des-garanties-pas-toujours-garanties.html#3361578>

De plus, on retrouve plusieurs labels bios en Suisse : ils peuvent être autodéclarés (comme c'est le cas de Migros bio) ou vérifiés par un externe (comme pour Bio Suisse). Entre ces différents labels, on retrouve des cahiers des charges plus ou moins exigeants. Mais on retrouve également sur nos étals des produits bio de provenance étrangère, qui ont encore des critères différents, même si ces derniers sont contrôlés et régulés par la législation suisse. Il est donc évidemment très compliqué de s'y retrouver.

Quant à ses bienfaits pour l'environnement, les avis entre experts et profanes divergent. Les profanes reconnaissent les points positifs du label bio, mais ils estiment que bio n'équivaut pas à durable, et que plusieurs aspects qui leur paraissent essentiels, comme le respect des sols, ne sont pas remplis par le cahier des charges bio. Cependant, au vu de leur manque de connaissances sur label bio, il est difficile de savoir si, avec une plus grande compréhension, cet avis tiendrait toujours. En effet, les experts estiment eux que le label bio a de nombreux aspects positifs pour l'environnement, et notamment pour les sols. On retrouve donc ici de manière claire un clivage entre le savoir expert et le savoir profane.

Influence de l'industrie agroalimentaire

La comparaison porte ici sur la thématique de l'influence de l'industrie agroalimentaire, et plus spécifiquement au niveau des techniques marketing utilisées par ces dernières et l'impact de ces dernières.

Profanes	Experts
Influence du marketing	Greenwashing

Les profanes parlent ici de l'influence du marketing sur le terme durable. En effet, ce terme est aujourd'hui utilisé par de nombreuses industries, même si a priori elles ne sont pas durables, comme l'industrie des voitures.

B68 : Parce que étant donné que c'est assez flou et puis qu'il y a personne qui a une définition claire et nette enfin au niveau des individus, après il y a plein d'entreprises, typiquement après c'est pas forcément alimentaire, de voiture qui vendent des voitures qui sont dites durables et c'est quand même aberrant parce que c'est complètement contraire au principe de la durabilité.

Quant aux experts, le greenwashing, soit un procédé marketing utilisé par une entreprise pour se donner une image écologiquement responsable, est une technique très utilisée par les industries pour se donner une image positive et respectueuse de l'environnement.

On retrouve donc une similarité de discours entre les experts et les profanes, où chacun semble conscient des limites de certains termes et de leur utilisation abusive par certains.

Viande

Profanes	Experts
Surconsommation	Surconsommation
Impact environnemental à de nombreux niveaux	Impact environnemental à de nombreux niveaux
Effets sur la santé dépendant de la quantité consommée	Effets sur la santé dépendants de la quantité consommée
Régimes sans viande : avantages et risques	Régime sans viande : avantages et risques

À la vue du tableau, on peut directement constater une similarité de discours entre les experts et les profanes, puisque les sujets abordés sont les mêmes.

Les experts estiment qu'aujourd'hui, que ce soit au niveau des impacts environnementaux ou sanitaires, les individus suisses consomment trop de viande. En effet, on est aujourd'hui à une consommation moyenne de 52 kilos par années par habitant. Et les profanes en sont également conscients ; on retrouve dans leurs discours une critique quant à cette consommation trop élevée en Suisse.

Quant aux impacts sur l'environnement, les experts citent notamment un impact négatif au niveau de l'empreinte écologique, au niveau de la déforestation et en termes d'utilisation d'eau élevée. Mais on retrouve également une critique quant à une utilisation de nourriture pour finalement nourrir du bétail qui servira ensuite de nourriture à l'être humain : au lieu de cela, cette première nourriture pourrait servir à nourrir l'Homme. Il est intéressant de constater qu'ici, les profanes possèdent une grande connaissance des impacts négatifs de la viande sur l'environnement ; ils citent également un problème au niveau du bilan carbone, de l'utilisation d'eau et de nourriture. Il semble donc difficile ici de mettre en évidence un discours expert et un discours profane, puisque ces derniers se trouvent être les mêmes.

Au niveau des impacts sur la santé, on retrouve dans le discours des experts qu'une trop grande consommation de viande peut être mauvaise pour la santé.

NN : il me semble que de manger trop de viande ou de charcuteries c'est pas non plus bon pour la santé

Et ce constat est également fait par les profanes :

C12 : Ben il y avait l'étude qui était sortie sur la viande comme quoi ça pouvait être cancérigène de trop manger de viande rouge

À nouveau, on retrouve une convergence entre les discours des experts et des profanes. Les profanes semblent donc se rapprocher, de par leur vision et leur discours, d'une vision plutôt experte de la thématique.

Les régimes végétariens et végétaliens ont été discutés par les deux groupes. Les profanes ont abordé cette question avec leur ressenti et leur vécu. En effet, cette pratique a été décrite comme difficile, malgré un souhait de renoncer un jour à la viande et une admiration pour les végétariens.

A55 : Ouais donc je respecte beaucoup les gens qui le font pi je pense qu'ils font beaucoup de bien pi j'aimerais bien réussir à le faire un jour aussi, à tirer un trait sur la viande j'aimerais bien. Mais je sais pas si j'arriverais.

Causes de l'obésité

Profanes	Experts
Activité physique	Activité physique
Malbouffe	Malbouffe

Une fois encore, les discours se ressemblent concernant les causes de l'obésité. Tant les experts que les profanes voient notamment un lien entre un manque d'activité physique et l'obésité.

D97 : Et ils font pas de sport, ils bougent pas, ils portent pas d'importance sur ce qu'ils achètent. Donc ouais je pense pas que ça ait vraiment un lien avec l'obésité.

Les deux groupes estiment également qu'une des causes majeures de l'obésité est une consommation de produits transformés mauvais pour la santé.

NN : Parce que je me dis bon qu'est-ce qui fait grossir ? Ben toutes les boissons genre coca, etc., ça dedans ben c'est clair que, après je me dis le Nutella

Si l'on repense à cette notion de responsabilité individuelle et étatique, on retrouve ici une responsabilité individuelle claire, notamment illustrée par le manque d'activité physique. Mais on semble deviner une responsabilité étatique, ou peut-être plutôt sociétale, avec la vente et la promotion de produits transformés riches en sucre et en gras, produits participant fortement, selon les deux groupes, à cette épidémie d'obésité dont semble souffrir aujourd'hui le monde occidental.

Cette dernière catégorie semble une fois de plus confirmer une certaine connaissance et expertise des profanes.

Discussion

De nombreux aspects ressortent de mon travail. Tout d'abord, il est intéressant de constater que, finalement, les étudiants ne sont pas réellement profanes, et qu'ils semblent avoir une connaissance plutôt importante sur le sujet ; on retrouve un discours éclairé sur la thématique. La littérature parle aujourd'hui d'« expert profane » (Gorss et Gagnayre, 2003 ; Grimaldi, 2011). En effet, avec l'apparition des nouvelles technologies de l'information, les citoyens ont la possibilité d'obtenir de l'information partout, et en tout temps. De plus, ils ont développé une capacité à savoir où chercher cette information. Ils sont devenus aptes à appréhender certaines questions complexes (Gross et Gagnayre, 2013). « La frontière est donc devenue floue entre les experts traditionnels et ceux que nous appellerons, par commodité, les profanes, dont la plupart ne sont plus des profanes candides, mais de véritable « pro am », c'est-à-dire des amateurs compétents » (Gross et Gagnayre, 2013, p.148). Cette notion d'« expert profane » pose également la question « de la démocratisation de la démocratie grâce à un pouvoir de contre-expertise de la société civile » (Grimaldi, 2011, p.70). Mais elle se retrouve également dans la relation médecin/malade, où cela conduit aujourd'hui à une relation de partenariat entre les patients et les soignants (Grimaldi, 2011).

En effet, si l'on revient aux différents éléments relatifs à l'alimentation durable présentés dans la revue de la littérature, on peut constater que plusieurs d'entre eux se retrouvent dans les discours des interviewés. On retrouve notamment les effets néfastes de la viande sur l'environnement, comme sa grande demande en eau et en nourriture, et ses émissions de gaz à effet de serre importantes, mais également des éléments concernant les fruits et légumes importés par avion. En effet, la littérature montre les effets négatifs de la consommation de légumes qui ne sont pas de saison, et cela se retrouve également dans les discours des interviewés.

Kickbush (2010) estime que de plus en plus de consommateurs prennent conscience de l'importance l'alimentation et des nombreux enjeux liés à cette dernière, et plusieurs études ont montré que les motivations liées à la durabilité prennent de l'importance dans les motivations d'achat des consommateurs (Mathe, 2009 ; Allès et al., 2015). En reprenant le discours des

profanes, il me semble en effet qu'en tant que consommateurs, ils semblent conscients de nombreux enjeux en lien avec l'alimentation, et semblent les prendre en compte dans leurs choix alimentaires. Ces éléments confirment à nouveau leur statut d'« expert profane ». De plus, il semble que l'on retrouve, chez ces individus, une sensibilité aux questions relatives à l'environnement. Contrairement au présupposé que la santé pourrait être un levier pour parler de durabilité, il semblerait qu'ici, la durabilité soit l'élément prépondérant pour les choix alimentaires.

Un constat quant à la grande division entre les professionnels se retrouve également dans ce travail. En effet, comme cela est ressorti dans les résultats, il semble y avoir une faible cohésion au niveau des enjeux liés à l'alimentation. La question de la pluridisciplinarité et de l'interdisciplinarité m'est apparue comme centrale. La pluridisciplinarité est conçue comme une intervention de divers professionnels, mais où chaque intervenant a une mission et un domaine d'action propre, et des connaissances spécifiques mises à contribution de façon indépendante pour le but final (Couturier, 2009). En effet, « le terme pluridisciplinarité indique en premier lieu la coexistence des différences » (Sanson, 2006, p.24). De plus, chaque figure professionnelle fait référence à son modèle spécifique de compréhension et de mise en pratique. La difficulté de la pluridisciplinarité est à concevoir comme une étroite complémentarité des différentes personnes, qui par conséquent requiert un effort d'ouverture d'esprit face à la différence, mais aussi un comportement adéquat de la part des différents professionnels ayant des spécialisations différentes (Chardot, 1995). Selon l'auteur, la pluridisciplinarité est positive pour les deux parties, mais certaines difficultés sont à surmonter. Pour l'expert, un équilibre devra être trouvé entre le maintien de sa propre spécialité et ses responsabilités d'exécution, tout en renonçant en partie à son indépendance professionnelle.

D'un autre côté, l'interdisciplinarité est à concevoir à un niveau supérieur, par des interventions de divers professionnels ayant une mission propre, mais pouvant partager un territoire d'actions avec d'autres praticiens. Les connaissances sont notamment partagées tout en maintenant des spécialités, voire des spécificités propres, avec en finalité une référence à des modèles transdisciplinaires. En d'autres termes, « elle ne se limite pas à coordonner qui fera quoi et à quel moment ; elle fera plutôt en sorte que l'action de l'un soit en partie reprise dans l'action de l'autre » (Couturier, 2009, p.25). En effet, il a été constaté dans ce travail que malgré les enjeux interdépendants de l'alimentation, il est compliqué pour les professionnels de travailler de manière interdisciplinaire ; chacun tend à rester dans son domaine d'expertise, sans prendre en compte les autres enjeux. Et comme développé plus haut dans ce travail, il s'agit aujourd'hui

d'avoir une vision globale, systémique de l'alimentation afin de pallier les nombreux problèmes engendrés par cette dernière. Il semble donc important aujourd'hui de s'interroger sur la manière d'obtenir une interdisciplinarité entre les domaines de la santé et de la durabilité ; « comment permettre aux divers schémas d'intelligibilité du monde de se croiser, et, plus fondamentalement encore, comment permettre à tous les détenteurs de savoirs, y compris ceux qui détiennent des savoirs d'usage, de participer à la science ? » (Couturier, 2009, p.25).

Finalement, en vue de répondre à mes suppositions de départ, force est de constater que la différence entre experts et profanes n'est pas si claire concernant cette thématique. Le lien entre santé, durabilité et alimentation semble difficile à appréhender de manière générale, comme nous avons pu le voir notamment chez les professionnels. En effet, le lien entre santé et alimentation, ou durabilité et alimentation semble appréhendable par les professionnels selon leur domaine d'expertise, mais il semble cependant compliqué de croiser les connaissances et les domaines. Afin de pallier à cette difficulté, il pourrait être intéressant de favoriser le travail interdisciplinaire et d'éviter les cloisonnements par thématique. En effet, comme nous l'avons vu en introduction, l'expert doit par définition « en permanence entretenir et approfondir ses compétences, notamment en participant aux débats entre experts. » (Grimaldi, 2011, pp.66-67). Grimaldi (2011) ajoute même qu'« il n'y a pas d'expertise sans contre-expertise » (p.67). Une confrontation interdisciplinaire permettrait aux experts d'approfondir et d'élargir leur connaissance sur la thématique et de l'aborder sous un nouvel angle.

Ma recherche contient néanmoins plusieurs limites. Premièrement, il s'agit ici d'une recherche exploratoire. En effet, peu de littérature existe aujourd'hui sur le lien entre santé, durabilité et alimentation, et à ma connaissance, aucune recherche n'a été menée dans une perspective de comparaison de discours. Au vu du manque d'appui scientifique, ce travail se situe donc dans un processus exploratoire, et il s'agirait de poursuivre des recherches dans cette thématique afin d'approfondir certains aspects.

Une seconde limite se situe dans la complexité de la thématique. En effet, la thématique de l'alimentation liée à la santé et à la durabilité, bien que me semblant suffisamment ciblée, s'est avérée être finalement très dense. Il y a en effet de nombreux aspects en jeu avec l'alimentation, et notamment en termes de durabilité : on retrouve des enjeux au niveau des émissions de gaz à effet de serre, mais également de la pollution des eaux, de l'air, de la biodiversité, etc. La thématique s'est donc avérée complexe, et il semblait compliqué d'aborder tous les aspects. Il s'agirait de mener de nouvelles recherches sur ce lien, car de nombreux aspects n'ont pas été explorés dans cette recherche.

Et finalement, une dernière limite à cette recherche est le choix des étudiants de l'Université pour la population de profanes. En effet, il s'agit d'une population plutôt éclairée, avec des compétences en termes de recherche d'informations et des connaissances diverses et variées. On peut donc questionner le choix de cette population pour représenter une population profane. Malgré le fait qu'il ne s'agisse pas d'experts au sens strict, une population « tout-venant » aurait peut-être été plus représentative pour un discours profane, et les résultats auraient peut-être été différents.

Il est également important de considérer ici la place du chercheur, soit ici ma place dans ce travail. En effet, ce dernier se positionne au sein d'un paradigme, d'un ensemble de croyances ou de représentations de base. De plus, il incarne une vision spécifique quant à la nature du monde, la place de la personne dans le monde et la relation de cette personne au monde (Guba et Lincoln, 1994 ; cité dans Del Rio Carral, 2016). En effet, le chercheur, de par son histoire, son parcours de vie et ses propres enjeux sociaux, a sa propre perspective pour analyser une réalité et influence la construction de la recherche, ainsi que la relation avec son objet d'étude (Santiago-Delefosse, 2006). Ici, mon statut d'étudiante notamment, a très probablement influencé la construction du discours des interviewés. En effet, la similarité quant au statut dans le cadre du focus group a pu influencer le discours des étudiants, permettant de créer notamment un cadre de discussion plus informel et plus libre. Quant aux experts, mon statut d'étudiante a également pu influencer leur discours. Cela s'est notamment ressenti lors d'un entretien, où l'expert avait également eu une charge d'enseignement lors de son parcours professionnel. Lors de l'entretien, j'ai eu le sentiment que ce double rôle professeur/étudiant s'installait au fur et à mesure, avec l'expert me posant des questions quant à ma connaissance pour certains sujets, et m'expliquant de manière très détaillée de nombreux aspects pas forcément très pertinents avec mon axe de recherche. De plus, il m'a été difficile de diriger le discours lors de cet entretien ; c'était plutôt l'expert qui guidait le discours. Il est donc important de souligner ici que les résultats de cette recherche sont finalement le résultat d'une co-construction entre le chercheur, ici moi, et les différentes personnes interrogées (Santiago-Delefosse, 2006).

Mais ces aspects personnels ont également influencé le choix de mon objet de recherche (Del Rio Carral, 2016). En effet, au vu de la diversité et de la densité de la matière, cette même thématique aurait pu être abordée de mille manières différentes. Le choix des aspects abordés est lié notamment à mon background culturel. Un travail tout à fait différent aurait pu aboutir si une autre personne avait abordé la thématique.

En conclusion, les résultats de cette recherche sont des produits historiquement situés et non pas des faits figés et décontextualisés.

Conclusion

L'alimentation est une thématique de recherche pertinente, car, comme évoqué précédemment, elle fait appel au corps, aux représentations et aux théories profanes, puisque finalement, elle concerne tout le monde. De plus, de par sa place dans la vie quotidienne, l'alimentation fait intervenir des aspects sociaux et relationnels. Et au-delà de tout ça, l'alimentation fait intervenir de nombreux enjeux, sanitaires, sociaux ou encore environnementaux ; elle se trouve être au croisement de nombreux enjeux. Et cette dernière concerne tant les profanes que les experts, qu'ils soient diététiciens, médecins ou encore spécialistes du développement durable. Ce travail exploratoire me semble donc être un élément de départ intéressant, mais de nombreux aspects peuvent encore être développés et explorés. En effet, comme discuté plus haut, la thématique est très dense, et il s'agirait de mener d'autres recherches afin d'obtenir d'autres résultats, ou de creuser plus profondément un aspect de la thématique.

Quant aux apports de ce travail pour ma formation, il m'a notamment initié à la recherche qualitative. Cette méthode de travail et notamment la conduite d'entretiens semi-directifs ou de focus group ont grandement enrichi mon cursus universitaire. En effet, le fait de passer de la théorie à la pratique permet d'enrichir ses connaissances et d'en apporter de nouvelles. De plus, cela fait prendre conscience de la tension entre théorie et terrain, et des nombreux aspects abordés en cours, tels que la place du chercheur. Une fois sur le terrain, c'est là que toute la théorie prend son sens. J'ai ici eu la possibilité de réfléchir et de mettre en perspective ma place de chercheur, et cela m'a semblé être des plus intéressants et enrichissants. Cette recherche m'a donc permis d'acquérir de nouvelles connaissances et de nouvelles compétences.

L'utilisation des méthodes qualitatives m'a également permis de couvrir un large panel de thèmes, tout en restant près du discours des individus, de leur vécu et de leurs expériences. L'utilisation du focus group pour récolter les données, par exemple, et grâce à la dynamique interactive du groupe, a fait naître des interactions et des interrogations auxquelles je n'avais pas pensé lors de l'élaboration du canevas, ce qui fait à mon sens toute la richesse de la méthode qualitative. Cependant, l'utilisation pour la première fois de cet outil a fait que quelques biais se sont certainement glissés dans ce travail. En effet, à plusieurs reprises, je me suis laissée

guider par mes suppositions et par mon guide d'entretien ; de ce fait, j'ai pu parfois trop orienter le discours, et pas suffisamment rebondir et creuser les éléments abordés par les interviewés.

Mais malgré une prise de conscience sur ces quelques biais, il me semble que ce travail est une première étape intéressante et enrichissante sur la thématique du lien entre alimentation, santé et durabilité. En ce sens, je pense que cette recherche a une certaine utilité sociale. En décortiquant les résultats, certains problèmes ont pu être pointés du doigt, et notamment une difficulté à faire le lien entre les différentes thématiques et donc à travailler de manière interdisciplinaire.

Bibliographie

- Allès, B., Péneau, S., Kesse-Guyot, E., Baudry, J., Hercberg, S., & Méjean, C. (2017). Associations entre motivations d'achats alimentaires durables et profils alimentaires chez les adultes de la cohorte NutriNet-Santé. *Nutrition Clinique et Métabolisme*, 31(1), 73. <https://doi.org/10.1016/j.nupar.2016.10.100>
- Amstutz, V. (reporteur). (2011). Jungle des labels : des garanties pas toujours garanties. [Reportage]. Dans Migy, R. (réalisatrice), *A bon entendeur*. Suisse : Radio Télévision Suisse.
- American Public Health Association. (2007). *Toward a Healthy Sustainable Food System*. Washington DC: American Public Health Association. Available at : <https://www.apha.org/policies-and-advocacy/public-health-policy-statements/policy-database/2014/07/29/12/34/toward-a-healthy-sustainable-food-system>
- Blais, L. (2006). Savoir expert, savoirs ordinaires : qui dit vrai ? : Vérité et pouvoir chez Foucault. *Sociologie et sociétés*, 38(2), 151. <https://doi.org/10.7202/016377ar>
- Blanchet, A., & Gotman, A. (2010). *L'enquête et ses méthodes : l'entretien*. 2^e édition. Paris, Armand Colin.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bruchon-Schweitzer, M., & Dantzer, R. (1994). *Introduction à la psychologie de la santé*. Paris: Presses Universitaires de France.
- Cantoreggi, N. (2010). *Pondération des déterminants de la santé en Suisse : étude réalisée dans le cadre de l'élaboration d'un modèle de déterminants de la santé pour la Suisse* (Rapport final). Genève, Suisse: Université de Genève.
- Chardot. (1995). Psychologie et gestion de la pluridisciplinarité en cancérologie. In *Psychologie, cancers et société*, 57–64.
- Commission mondiale sur l'environnement et le développement de l'Organisation des Nations Unies. (1987). *Notre avenir à tous*. Genève, Suisse : Organisation des Nations Unies. https://www.diplomatie.gouv.fr/sites/odyssee-developpement-durable/files/5/rapport_brundtland.pdf | Consulté le 28 novembre 2016

- Couturier, Y. (2009). Problèmes interprofessionnels ou interdisciplinaires ?, An interprofessional or an interdisciplinary problem ? *Recherche en soins infirmiers*, (97), 23–33.
- D' Arripe, A., & Routier, C. (2013). Au-delà de l'opposition entre savoir profane et savoir expert: une triangulation des méthodes. *Recherche Qualitative, Hors-Série (15)*, 221–233.
- Del Rio Carral, M. (2016). *Méthodes qualitatives en psychologie : concepts fondamentaux*. Documents de cours non publiés, Institut de psychologie, Université de Lausanne, Suisse.
- Doumont, D. & Aujoulat, I. (2002). *L'empowerment et l'éducation du patient*. Unité RESO, Faculté de Médecine, Université Catholique de Louvain.
- Duru, M., Hazard, L., Magrini, M.-B. (2016). *La santé comme cadre d'analyse pour penser conjointement les questions agricoles, environnementales et alimentaires*. Presented at Ecole-Chercheurs PSDR 4, Toulouse, FRA (2016-11-15 - 2016-11-18). <http://prodinra.inra.fr/record/384133>
- Esnouf, C. Russel, M. et Bricas, N. (2011). Conclusion, in : *duALLne – durabilité de l'alimentation face à de nouveaux enjeux. Questions à la recherche*. Esnouf, C., Russel, M. et Bricas, N. (Eds.), Rapport Inra-Cirad. France, 192-202.
- Food and Agriculture Organization (FAO). (2010). *Biodiversité et régimes alimentaires durables unis contre la faim*. Siège de la FAO, Rome.
- Food and Agriculture Organizations (FAO). (2015). *L'État de l'insécurité alimentaire dans le monde*. Siège de la FAO, Rome.
- Fasseur, F. (2016). *Applications Méthodologiques Qualitatives Pratiques dans le champ de la santé*. Documents de cours non publiés, Institut de Psychologie, Université de Lausanne, Suisse.
- Fasseur, F., & Santiago Delefosse, M. (2012). Comportements d'automédication et infirmières Recherche qualitative exploratoire. *Pratiques Psychologiques*, 18(4), 317–331. <https://doi.org/10.1016/j.prps.2012.03.003>
- Fischer, G. N. (2002). *Traité de psychologie de la santé*. Paris: Dunod.

- Fischer, G.-N., & Tarquinio, C. (2014a). *Les concepts fondamentaux de la psychologie de la santé*. Paris: Dunod.
- Fischer, G.-N., & Tarquinio, C. (2014b). *Psychologie de la santé: applications et interventions*. Paris: Dunod.
- Garric, N., & Léglise, I. (2012). Discours d'experts et d'expertise. In *Analyser le discours d'expert et d'expertise* (pp. 1–16). Peter Lang.
- Gremaud, R. (2012, 28 décembre). « L'alimentation fonde la société, et la transforme ». *Le Temps*. Repéré à <https://www.letemps.ch/societe/2012/12/28/alimentation-fonde-societe-transforme>
- Grimaldi, A. (2011). Les différents habits de « l'expert profane ». *Médecine Des Maladies Métaboliques*, 5(1), 66–70. [https://doi.org/10.1016/S1957-2557\(11\)70189-4](https://doi.org/10.1016/S1957-2557(11)70189-4)
- Gross, O., & Gagnayre, R. (2013). Hypothèse d'un modèle théorique du patient-expert et de l'expertise du patient: processus d'élaboration. *Recherches Qualitatives*, 15, 147–165. Institut national de la santé et de la recherche médicale (France). (2001). *Éducation pour la santé des jeunes: démarches et méthodes*. Paris: Éditions INSERM.
- Imbert, G. (2010). L'entretien semi-directif: à la frontière de la santé publique et de l'anthropologie, The Semi-structured Interview: at the Border of Public Health and Anthropology. *Recherche en soins infirmiers*, (102), 23–34. <https://doi.org/10.3917/rsi.102.0023>
- Jacot, S., Cecchini, A., & Hainard, F. (2012). *Pratiques de consommation en Suisse romande : enquête auprès des membres de la Fédération Romande des Consommateurs (FRC)*. Université de Neuchâtel. Retrieved from <http://doc.rero.ch/record/258993>
- Kalampalikis, N. (2004). Les focus groups, lieux d'ancrages. *Bulletin de Psychologie*, 57(3), 281–289.
- Kickbush, I. (2010). *The Food System: a prism of present and future challenges for health promotion and sustainable development*. Promotion Santé Suisse.
- Kitzinger, J. (1995). Qualitative research. Introducing focus groups. *BMJ (Clinical Research Ed.)*, 311(7000), 299–302.
- Kitzinger, J., Marková, Iv., Kalampalikis, N. (2004). Qu'est-ce que les focus groups?. *Bulletin de psychologie*, 57(3), 327-243

- Kjærgård, B., Land, B., & Bransholm Pedersen, K. (2014). Health and sustainability. *Health Promotion International*, 29(3), 558–568. <https://doi.org/10.1093/heapro/das071>
- Lock, K., Pomerleau, J., Causer L., Altmann D.R., McKee M.. (2005). The global burden of disease due to low fruit and vegetable consumption: implications for the global strategy on diet. *Bulletin of the World Health Organization*, 83(2),100-108.
- Lock K., Pomerleau J., Causer L., McKee M. (2004). Low fruit and vegetable consumption. In M. Ezzati et al. (eds.): *Comparative quantification of health risks: global and regional burden of disease due to selected major risk factors*. World Health Organization, Genève, 597-728.
- Longet, R. (2015, 24 septembre). Que se passe-t-il donc avec notre alimentation ? *Le Temps*. Repéré à <https://www.letemps.ch/opinions/2015/09/24/se-passe-t-alimentation>
- Marlow, H. J., Hayes, W. K., Soret, S., Carter, R. L., Schwab, E. R., & Sabate, J. (2009). Diet and the environment: does what you eat matter? *American Journal of Clinical Nutrition*, 89(5), 1699S–1703S. <https://doi.org/10.3945/ajcn.2009.26736Z>
- Mathe, T. (2009). *Comment les consommateurs définissent-ils l'alimentation durable ?* (Cahier de recherche No. 270). Centre de Recherche pour l'Etude et l'Observation des Conditions de Vie.
- Meyer, N.L. (2015). Good food, health, and sustainability: an introduction for health professionals, global challenges – local opportunities. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 19(4).
- Organisation mondiale de la santé. (1986). *Promotion de la santé, Charte d'Ottawa*. Genève : World Health Organization.
- Organisation mondiale de la santé. (2003). *Diet, Nutrition and the prevention of Chronic Diseases*. Report of a Joint WHO/FAO Expert consultation. Genève: Organisation mondiale de la santé.
- Organisation mondiale de la santé. (2004). *Stratégie mondiale pour l'alimentation, l'exercice physique et la santé*. Geneva: World Health Organization. Repéré à http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/43036/1/9242592226_fre.pdf
- Ozer, P., & Bay, M. (2009). *Alimentation durable : De la promotion des filières courtes à la promotion d'emplois durables*. Liège, Belgique. Retrieved from

<http://orbi.ulg.ac.be/handle/2268/28645>

- Peretti-Watel, P., & Hammer, B. (2012). Les représentations profanes de l'effet de serre, Lay perceptions of the greenhouse effect. *Natures Sciences Sociétés*, 14(4), 353–364.
- Phillips, F. (2005). Vegetarian nutrition. *Nutrition Bulletin*, 30(2), 132–167.
- Redlingshöfer, B. (2006). Vers une alimentation durable ? Ce qu'enseigne la littérature scientifique. *Le Courrier de L'environnement de l'INRA*, 53(53), 83–102.
- Rémésy, C. (2010). *L'alimentation durable: pour la santé de l'homme et de la planète*. Paris : Odile Jacob.
- Rossi, I. (2015). *Corps, Normes, Médecines*. Documents de cours non publiés, Institut de psychologie, Université de Lausanne, Suisse.
- Sanson, K. (2006). Pluridisciplinarité : intérêt et conditions d'un travail de partenariat. *Le Journal des psychologues*, 242(9), 24. <https://doi.org/10.3917/jdp.242.0024>
- Santiago Delefosse, M. (2002). *Psychologie de la santé: perspectives qualitatives et cliniques*. Sprimont (Belgique): Mardaga.
- Santiago-Delefosse, M. (2006). La tension entre théorie et terrain. In P. Paillé (éd.), *La méthodologie qualitative : postures de recherche et travail de terrain* (201-223). Paris : Armand Colin.
- Santiago-Delfosse, M., & Chamberlain, K. (2008). Évolution des idées en psychologie de la santé dans le monde anglo-saxon. De la psychologie de la santé (health psychology) à la psychologie critique de la santé (critical health psychology). *Psychologie Française*, 53(2), 195–210. <https://doi.org/10.1016/j.psfr.2008.03.002>
- Sarafino, E. P. (1994). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Wiley.
- Simon, J. S. (1999). How to conduct a focus group. *The Grantsmanship Center Magazine*, Fall.
- Tilman, D., & Clark, M. (2014). Global diets link environmental sustainability and human health. *Nature*, 515(7528), 518–522. <https://doi.org/10.1038/nature13959>
- Tobler, C., Visschers, V. H. M., & Siegrist, M. (2011). Organic Tomatoes Versus Canned Beans: How Do Consumers Assess the Environmental Friendliness of Vegetables? *Environment and Behavior*, 43(5), 591–611. <https://doi.org/10.1177/0013916510372865>

Annexes

Canevas du focus group

Bonjour. Tout d'abord, merci beaucoup de me consacrer du temps pour ce groupe de discussion. Aujourd'hui, nous allons aborder vos pratiques alimentaires et leurs liens avec le développement durable. Nous allons aborder les sujets par thématiques spécifiques.

Sur le campus de l'UNIL, devant Geopolis, on retrouve (trouvait avant les travaux) une fois par semaine le marché de l'UNIL avec fruits et légumes de saison, ainsi qu'un fromager, et tout ça de la région.

- Que pensez-vous de cette démarche ?
- Pensez-vous qu'il est important de consommer des fruits et légumes de saison, produits près de chez nous ? Pourquoi ?

La cafétéria de Geopolis propose 6 fois par an des journées « One Climate Day », où ils n'utilisent aucun produit importé par avion, si possible pas de légumes provenant de serres chauffées avec des combustibles fossiles ainsi qu'une cuisine à base d'ingrédients saisonniers, de la volaille et du poisson suisse. On retrouve également des journées sans viande, où la cafétéria ne sert que des plats végétariens.

- Que pensez-vous de cette démarche ?
- Que pensez-vous du végétarisme ? En termes de santé ? Et en termes de durabilité ?
- Que pensez-vous du véganisme/végétalisme ? En termes de santé ? Et en termes de durabilité ?

La santé publique nous fait régulièrement des recommandations quant à nos pratiques alimentaires.

- Que pensez-vous de la recommandation de manger 5 fruits et légumes par jour ?
- Pour vous, est-ce que ces recommandations correspondent à une alimentation saine ? Et à une alimentation durable ?
- Comment définiriez-vous un système alimentaire durable ? Une alimentation bio, est-ce que ça correspond pour vous à une alimentation durable ?

Pour finir, nous allons nous intéresser à nos pratiques alimentaires actuelles.

- Du point de vue de la santé publique, on constate un nombre grandissant de personnes en situation d'obésité ou de surpoids. Pensez-vous qu'un changement de système alimentaire vers une alimentation durable pourrait pallier à ce problème ? Comment ?

Canevas des entretiens semi-directifs pour les professionnels de la santé

Thématique	Question	Relance
Parcours du professionnel	Pouvez-vous me décrire en quelques lignes votre parcours professionnel ?	
Alimentation saine et durable	Quel est pour vous l'impact de l'alimentation sur la santé des individus ?	Pourquoi ? À quel niveau ?
	Pensez-vous que l'alimentation soit liée avec la question de la durabilité ?	À quel niveau ?
Consommation de viande	Pensez-vous qu'une diminution de la consommation de viande puisse être bénéfique pour la santé des individus ?	À quel niveau ?
	Et pensez-vous que cela puisse avoir un impact positif sur l'environnement ?	À quel niveau ?
	Pensez-vous que la population soit au courant des impacts négatifs (sur santé et/ou environnement) de la viande ?	Est-ce important de les y sensibiliser ? Comment pourrait-on le faire ?
	Selon vous, un régime végétarien est-il bon pour la santé ?	Quels seraient les bienfaits/méfais ?
	Selon vous, un régime végétalien est-il bon pour la santé ?	Quels seraient les bienfaits/méfais ?
Produits biologiques	Que pensez-vous du fait de consommer des produits issus d'agriculture biologique ?	Y-a-t'il des avantages pour la santé ? Et en termes de durabilité ?
	Est-ce que pour vous le biologique est un aspect d'une alimentation durable ?	Est-ce que pour vous, un produit issu d'une agriculture biologique est forcément plus durable qu'un produit issu d'une agriculture conventionnelle ? Pourquoi ?

	Pensez-vous que le terme « bio » soit bien interprété et compris par la population ?	La population associe-t-elle des critères qui ne sont forcément lié avec une agriculture biologique, de par la publicité notamment ?
Recommandation santé publique	Selon vous, quel est le but de la recommandation de manger 5 fruits et légumes par jour ?	Pensez-vous que cette recommandation est appliquée ? Pensez-vous que les gens voient les bienfaits d'une consommation de fruits et légumes élevée ?
	Pensez-vous qu'aujourd'hui, les gens puissent voir une contradiction entre cette recommandation et la présence de pesticides dans les fruits et légumes, présentée comme dangereuse pour la santé ?	
	Cette recommandation, est-elle suffisamment claire et complète ?	Savez-vous à quoi correspond le chiffre 5 ? Pensez-vous qu'il serait pertinent de mieux expliquer les conséquences de manger 5 fruits et légumes par jour ? Pensez-vous qu'une information plus complète pourrait être plus efficace ?
	Pensez-vous que la santé publique doive faire une plus grande sensibilisation, ou au contraire, pensez-vous que ce sont aux individus de plus se renseigner ?	Pensez-vous qu'une éducation à l'alimentation dans le cadre de l'école obligatoire puisse être bénéfique ? Quelle part de responsabilité donnez-vous aux individus quant à leur santé ?
Santé publique	Du point de vue de la santé publique, on constate un nombre élevé de personnes en situation d'obésité. Pensez-vous qu'un changement de système alimentaire vers un système alimentaire durable pourrait pallier à ce problème ?	Comment ?

Canevas des entretiens semi-directifs pour les professionnels de la durabilité

Thématique	Question	Relance
Alimentation durable	Pensez-vous que l'alimentation soit liée avec la question de la durabilité ?	À quel niveau ? Comment situez-vous l'alimentation dans le développement durable ?
Consommation de viande	Pensez-vous qu'une diminution de la consommation de viande puisse avoir un impact positif sur l'environnement ?	À quel niveau ?
	Et pensez-vous que cela puisse être bénéfique pour la santé des individus ?	À quel niveau ?
	Pensez-vous que la population soit au courant des impacts négatifs de la viande ?	Est-ce important de les y sensibiliser ? Comment pourrait-on le faire ?
	Selon vous, un régime végétarien aurait des impacts positifs en termes de durabilité ?	Lesquels ?
	Selon vous, un régime végétalien aurait des impacts positifs en termes de durabilité ?	Lesquels ?
Produits biologiques	Que pensez-vous du fait de consommer des produits issus d'agriculture biologique ?	Y-a-t'il des avantages en termes de durabilité ? Et pour la santé ?
	Est-ce que pour vous le biologique est un aspect d'une alimentation durable ?	Est-ce que pour vous, un produit issu d'une agriculture biologique est forcément plus durable qu'un produit issu d'une agriculture conventionnelle ? Pourquoi ?
	Pensez-vous que le terme « bio » soit bien interprété et compris par la population ?	La population associe-t-elle des critères qui ne sont forcément lié avec une agriculture biologique, de par la publicité notamment ?

Recommandation santé publique	Selon vous, quel est le but de la recommandation de manger 5 fruits et légumes par jour ?	D'un point de vue « développement durable », est-ce une bonne recommandation ?
	Pensez-vous qu'aujourd'hui, les gens puissent voir une contradiction entre cette recommandation et la présence de pesticides dans les fruits et légumes, présentée comme dangereuse pour la santé ?	
	Selon vous, cette recommandation, est-elle suffisamment claire et complète ?	Pensez-vous qu'une information complémentaire pourrait être bénéfique ?
	Pensez-vous que la santé publique devrait faire une plus grande sensibilisation, ou au contraire, pensez-vous que ce sont aux individus de plus se renseigner ?	Pensez-vous qu'une éducation à l'alimentation dans le cadre de l'école obligatoire puisse être bénéfique ?
	Quelle part de responsabilité donnez-vous aux individus quant à une alimentation plus durable ?	Pensez-vous que ce sont aux individus de se mobiliser dans des actions et des achats à visée durable ?
Santé	Du point de vue de la santé publique, on constate un nombre élevé de personnes en situation d'obésité. Pensez-vous qu'un changement de système alimentaire vers un système alimentaire durable pourrait pallier à ce problème ?	Comment ?

Master en psychologie : Travail de mémoire

Représentations du lien entre alimentation saine et alimentation durable

Formulaire de consentement pour les participantEs

1. On m'a informé(e) de la nature et des buts de ce projet de recherche, ainsi que de son déroulement.
2. Ma participation à cette étude est volontaire et je peux quitter en tout temps.
3. Les données de cette étude seront traitées en toute confidentialité et elles ne seront utilisées qu'à des fins scientifiques.
4. J'ai pu poser toutes les questions voulues concernant ce projet et j'ai obtenu des réponses satisfaisantes.
5. J'ai lu le présent formulaire et je consens volontairement à participer à cette étude.

Nom, prénom des étudiant-e-s

Date

Signatures

13.12.2016

Nom, prénom de l'étudiante responsable

Date

Signature

Cretter Lea

13.12.2016

Lea Cretter

Enseignante responsable

Fabienne Fasseur, MER2

Faculté des Sciences Sociales et Politiques de l'Université de Lausanne

Institut de Psychologie, Centre de Recherche en Psychologie de la Santé et vieillissement

Quartier UNIL Mouline, Bureau 4530, +41 21 692 37 52, Fabienne.Fasseur@unil.ch

Master en psychologie : Travail de mémoire

Représentations du lien entre alimentation saine et alimentation durable

Formulaire de consentement pour les participantEs

1. On m'a informé(e) de la nature et des buts de ce projet de recherche, ainsi que de son déroulement.
2. Ma participation à cette étude est volontaire et je peux quitter en tout temps.
3. Les données de cette étude seront traitées en toute confidentialité et elles ne seront utilisées qu'à des fins scientifiques.
4. J'ai pu poser toutes les questions voulues concernant ce projet et j'ai obtenu des réponses satisfaisantes.
5. J'ai lu le présent formulaire et je consens volontairement à participer à cette étude.

Nom, prénom des étudiant-e-s

Date

Signatures

13/12/16

Nom, prénom de l'étudiante responsable

Date

Signature

Cretex Léa

13.12.2016



Enseignante responsable

Fabienne Fasseur, MER2

Faculté des Sciences Sociales et Politiques de l'Université de Lausanne

Institut de Psychologie, Centre de Recherche en Psychologie de la Santé et vieillissement

Quartier UNIL Mouline, Bureau 4530, +41 21 692 37 52, Fabienne.Fasseur@unil.ch

Master en psychologie : Travail de mémoire

Représentations du lien entre alimentation saine et alimentation durable

Formulaire de consentement pour les participantEs

1. On m'a informé(e) de la nature et des buts de ce projet de recherche, ainsi que de son déroulement.
2. Ma participation à cette étude est volontaire et je peux quitter en tout temps.
3. Les données de cette étude seront traitées en toute confidentialité et elles ne seront utilisées qu'à des fins scientifiques.
4. J'ai pu poser toutes les questions voulues concernant ce projet et j'ai obtenu des réponses satisfaisantes.
5. J'ai lu le présent formulaire et je consens volontairement à participer à cette étude.

Nom, prénom des étudiant-e-s

Date

Signatures

13.12.16

Nom, prénom de l'étudiante responsable

Date

Signature

Creten Lea

13.12.2016

Lea Creten

Enseignante responsable

Fabienne Fasseur, MER2

Faculté des Sciences Sociales et Politiques de l'Université de Lausanne

Institut de Psychologie, Centre de Recherche en Psychologie de la Santé et vieillissement

Quartier UNIL Mouline, Bureau 4530, +41 21 692 37 52, Fabienne.Fasseur@unil.ch

Master en psychologie : Travail de mémoire

Représentations du lien entre alimentation saine et alimentation durable

Formulaire de consentement pour les participantEs

1. On m'a informé(e) de la nature et des buts de ce projet de recherche, ainsi que de son déroulement.
2. Ma participation à cette étude est volontaire et je peux quitter en tout temps.
3. Les données de cette étude seront traitées en toute confidentialité et elles ne seront utilisées qu'à des fins scientifiques.
4. J'ai pu poser toutes les questions voulues concernant ce projet et j'ai obtenu des réponses satisfaisantes.
5. J'ai lu le présent formulaire et je consens volontairement à participer à cette étude.

Nom, prénom des étudiant-e-s

Date

Signatures

13.12.16

Nom, prénom de l'étudiante responsable

Date

Signature

Cretter Lea

13.12.2016

Lea Cretter

Enseignante responsable

Fabienne Fasseur, MER2

Faculté des Sciences Sociales et Politiques de l'Université de Lausanne

Institut de Psychologie, Centre de Recherche en Psychologie de la Santé et vieillissement

Quartier UNIL Mouline, Bureau 4530, +41 21 692 37 52, Fabienne.Fasseur@unil.ch

Feuillet de consentement des participants des entretiens semi-directifs



Master en psychologie : Travail de mémoire

Représentations du lien entre alimentation saine et alimentation durable

Formulaire de consentement pour les participantEs

1. On m'a informé(e) de la nature et des buts de ce projet de recherche, ainsi que de son déroulement.
2. Ma participation à cette étude est volontaire et je peux quitter en tout temps.
3. Les données de cette étude seront traitées en toute confidentialité et elles ne seront utilisées qu'à des fins scientifiques.
4. J'ai pu poser toutes les questions voulues concernant ce projet et j'ai obtenu des réponses satisfaisantes.
5. J'ai lu le présent formulaire et je consens volontairement à participer à cette étude.

Nom, prénom du/de la participantE

Date

Signature

15.02.2017

Nom, prénom de l'étudiante responsable

Date

Signature

Crettex Léa

15.02.2017

Crettex Léa

Enseignante responsable

Fabienne Fasseur, MER2

Faculté des Sciences Sociales et Politiques de l'Université de Lausanne

Institut de Psychologie, Centre de Recherche en Psychologie de la Santé et vieillissement

Quartier UNIL Mouline, Bureau 4530, +41 21 692 37 52, Fabienne.Fasseur@unil.ch

Master en psychologie : Travail de mémoire

Représentations du lien entre alimentation saine et alimentation durable

Formulaire de consentement pour les participantEs

1. On m'a informé(e) de la nature et des buts de ce projet de recherche, ainsi que de son déroulement.
2. Ma participation à cette étude est volontaire et je peux quitter en tout temps.
3. Les données de cette étude seront traitées en toute confidentialité et elles ne seront utilisées qu'à des fins scientifiques.
4. J'ai pu poser toutes les questions voulues concernant ce projet et j'ai obtenu des réponses satisfaisantes.
5. J'ai lu le présent formulaire et je consens volontairement à participer à cette étude.

Nom, prénom du/de la participantE

Date

Signature

8.02.17

Nom, prénom de l'étudiante responsable

Date

Signature

Crettex Léa

8.02.


Crettex Léa

Master en psychologie : Travail de mémoire

Représentations du lien entre alimentation saine et alimentation durable

Formulaire de consentement pour les participantEs

1. On m'a informé(e) de la nature et des buts de ce projet de recherche, ainsi que de son déroulement.
2. Ma participation à cette étude est volontaire et je peux quitter en tout temps.
3. Les données de cette étude seront traitées en toute confidentialité et elles ne seront utilisées qu'à des fins scientifiques.
4. J'ai pu poser toutes les questions voulues concernant ce projet et j'ai obtenu des réponses satisfaisantes.
5. J'ai lu le présent formulaire et je consens volontairement à participer à cette étude.

Nom, prénom du/de la participantE

Date

Signature

01.03.17

Nom, prénom de l'étudiante responsable

Date

Signature

Crettex Léa

01.03.2017

Léa Crettex

Enseignante responsable

Fabienne Fasseur, MER2

Faculté des Sciences Sociales et Politiques de l'Université de Lausanne

Institut de Psychologie, Centre de Recherche en Psychologie de la Santé et vieillissement

Quartier UNIL Mouline, Bureau 4530, +41 21 692 37 52, Fabienne.Fasseur@unil.ch

Master en psychologie : Travail de mémoire

Représentations du lien entre alimentation saine et alimentation durable

Formulaire de consentement pour les participantEs

1. On m'a informé(e) de la nature et des buts de ce projet de recherche, ainsi que de son déroulement.
2. Ma participation à cette étude est volontaire et je peux quitter en tout temps.
3. Les données de cette étude seront traitées en toute confidentialité et elles ne seront utilisées qu'à des fins scientifiques.
4. J'ai pu poser toutes les questions voulues concernant ce projet et j'ai obtenu des réponses satisfaisantes.
5. J'ai lu le présent formulaire et je consens volontairement à participer à cette étude.

Nom, prénom du/de la participantE

Date

3.3.2017

Signature

Nom, prénom de l'étudiante responsable

Date

03.03.2017

Signature

Crette Léa



Enseignante responsable

Fabienne Fasseur, MER2

Faculté des Sciences Sociales et Politiques de l'Université de Lausanne

Institut de Psychologie, Centre de Recherche en Psychologie de la Santé et vieillissement

Quartier UNIL Moulina, Bureau 4530, +41 21 692 37 52, Fabienne.Fasseur@unil.ch

Master en psychologie : Travail de mémoire

Représentations du lien entre alimentation saine et alimentation durable

Formulaire de consentement pour les participantEs

1. On m'a informé(e) de la nature et des buts de ce projet de recherche, ainsi que de son déroulement.
2. Ma participation à cette étude est volontaire et je peux quitter en tout temps.
3. Les données de cette étude seront traitées en toute confidentialité et elles ne seront utilisées qu'à des fins scientifiques.
4. J'ai pu poser toutes les questions voulues concernant ce projet et j'ai obtenu des réponses satisfaisantes.
5. J'ai lu le présent formulaire et je consens volontairement à participer à cette étude.

Nom, prénom du/de la participantE

Date

Signature

8.02.17

Nom, prénom de l'étudiante responsable

Date

Signature

Crettex Léa

08.02.2017

Cee Crettex

Enseignante responsable

Fabienne Fasseur, MER2

Faculté des Sciences Sociales et Politiques de l'Université de Lausanne

Institut de Psychologie, Centre de Recherche en Psychologie de la Santé et vieillissement

Quartier UNIL Mouline, Bureau 4530, +41 21 692 37 52, Fabienne.Fasseur@unil.ch

Master en psychologie
Travail de mémoire : Représentations du lien entre
alimentation saine et alimentation durable
2016-2017

Formulaire d'information pour le/la participantE
Participation à un entretien semi-directif/à un focus group
Représentation du lien entre alimentation saine et alimentation durable

Professeur : Fabienne Fasseur, MER2, Institut de psychologie, CERPSAVI

Etudiante responsable du projet : Léa Crettex

But de l'étude : Mon travail de mémoire nécessite des entretiens semi-directifs afin d'obtenir le point de vue d'experts de la santé et de la durabilité concernant le lien entre une alimentation saine et une alimentation durable. Le but de ce projet est donc d'explorer les représentations présentes dans cette population, afin de pouvoir les étudier et les comparer par la suite avec des discours d'étudiants de l'Université de Lausanne.

Nature de la participation : Nous vous proposons de participer à un entretien semi-directif/ à un focus group, d'une durée d'environ 45 minutes environ. La participation est libre et volontaire.

Confidentialité et utilisation des résultats : Les renseignements donnés seront traités de manière strictement confidentielle. Après retranscription, l'enregistrement sera détruit et les données concernant votre identité seront codées et rendues méconnaissables.

Droit du participant : Vous pouvez à tout moment suspendre votre participation, sans fournir de justification.

Suivi de l'entretien : Cet entretien se déroule dans le cadre de la formation de la personne que vous rencontrez. Si vous vous sentez inconfortable après cet entretien ou souhaitez en parler, n'hésitez pas à en informer l'étudiante chargée du projet.

Retranscription du focus group

IR1 : Donc on va parler des pratiques alimentaires. Donc euh le lien avec la santé et avec le développement durable. Et euh l'idée c'est d'aborder le sujet par thématiques spécifiques potentiellement je vais aborder les thématiques tour à tour. Euh. Vous voulez que j'explique un peu le concept du focus groupe ?

A1 : Ouais explique

IR2 : Ouais. Bon. Dans l'idée c'est de recueillir des points de vue des expériences des opinions sur un sujet spécifique. Donc il y a pas, enfin je vais pas vous poser des questions ou vous devez répondre genre oui non c'est vraiment l'idée de faire une discussion entre vous moi je suis censée être une observatrice plus ou moins participante en fonction du moment de l'entretien. Donc, euh, donc ouais le sujet de mon mémoire c'est les représentations que se font les individus d'une alimentation saine et durable. Comment est-ce qu'ils voient le lien entre une alimentation saine et une alimentation durable. Donc vraiment c'est l'idée... je vais partir de votre point de vue. Après je vais comparer ce que des gens entre guillemets profanes, comme on dit dans le jargon, mais euh comparer avec des experts qui travaillent dans le domaine ou de la santé ou de la durabilité pour avoir une comparaison entre un discours disons de la population courante et ben des gens qui travaillent tous les jours dans le domaine. Et euh. Donc voilà le but c'est d'avoir votre avis il y a pas vraiment, enfin vous verrez c'est des questions assez ouvertes il y a pas vraiment de connaissances spécifiques à avoir, ni de bonnes réponses ni de mauvaises réponses. Enfin c'est vraiment le but de donner votre avis, de rebondir sur ce que les autres ont dit, etcetera. C'est une discussion juste qu'elle est enregistrée. Et puis ouais bon vous avez vu, mais les données elles sont enregistrées, mais traitées anonymement – Mmh mmh – donc voilà le but c'est de me dire comment vous voyez comment vous vivez certaines choses. Vous avez des questions avant qu'on commence ? – Non – Bon si vous avez des questions vous hésitez pas. Donc. Donc voilà. Donc. Euh donc sur le campus de l'uni, devant le bâtiment de Geopolis on trouve maintenant il y a des travaux, mais on trouvait avant une fois par semaine un marché, le marché de l'université avec justement des fruits et des légumes de saison, avec aussi un fromager qui viennent tous de la région environnante de l'université. Donc qu'est-ce que, qu'est-ce que vous pensez de de cette démarche, de cette façon de faire ?

A2 : Moi je trouve que c'est une très bonne démarche. Euh. Parce que ça pousse à sensibiliser, ça sensibilise les étudiants d'une certaine manière, enfin ça leur fait prendre conscience s'ils ne le sont pas déjà euh qu'il y a la possibilité d'acheter du local et du frais euh même sur le campus universitaire pas besoin d'aller très loin quoi. Ils peuvent faire leurs courses directement sur le campus. Moi je trouve que c'est quelque chose de très positif. Et puis ouais ça favorise l'économie locale donc euh pour moi c'est du positif clairement. Je ne sais pas euh

B1 : Ouais non c'est vrai c'est pas mal. Il y a pas mal de produits aussi qui vendent. Il y avait justement avant il y avait aussi un boulanger aussi donc tu peux tu peux presque prendre faire toutes tes courses directement au marché sans, enfin pour les gens qui finissent un peu plus tard c'est aussi pratique au-delà d'être pas mal au niveau de ouais au niveau de l'environnement aussi avec des produits qui viennent des environs de Lausanne. Il y a pas mal de choix aussi. Donc ouais c'est une bonne chose.

C1 : Ouais ben ouais c'est une bonne chose comme ils ont dit ça permet de sensibiliser aux, à consommer des produits locaux au lieu de prendre des produits qui sont importés par avion ou camion machin. Et qui ne sont pas de saison. Et ça a aussi un côté pratique euh pour ceux qui n'ont pas le

temps, enfin les étudiants ou autres qui ont pas le temps de faire les courses, voilà quoi, quand ils finissent tard ou je ne sais pas.

D1 : Ouais moi je rejoins les 3. Je suis assez d'accord sur le côté pratique pi je trouve ça bien de sensibiliser les jeunes à acheter du local parce que ben on peut aussi montrer que c'est très bon même si ça vient de... Fin qu'on n'est pas obligé d'acheter des fruits exotiques ou des choses comme ça pour manger alors qu'on a des très bonnes choses vers chez nous. Je pense que c'est bien de faire comprendre ça aux étudiants que c'est peut-être meilleur que les grandes entreprises alimentaires. Donc je les rejoins sur tous les autres points aussi je pense que c'est très bien.

A3 : Après je pense que. Enfin c'est assez marrant qu'il soit devant Géopolis. Ben vu que Géopolis c'est déjà un peu l'endroit où t'es déjà un peu plus sensible normalement si tu étudies à Géopolis peut-être en géosciences ou je sais pas t'es déjà un peu plus sensible déjà à ce genre de choses donc c'est vrai que c'est, l'endroit ça serait aussi plus intéressant de voir s'il serait genre devant la banane.

B2 : Ouais il me semble qu'ils l'ont fait aussi devant euh devant l'Internef je crois

A4 : Ok. Ouais ben justement

B3 : Aussi avec HEC c'est vrai que c'est assez marrant

A5 : Ouais justement je pense que c'est encore plus intéressant de pas que le faire devant Géopolis. Je ne sais pas s'il bouge ou s'il est que à Géopolis ?

B4 : Non je crois qu'il est que qu'il est qu'à Géopolis

IR3 : Il est à Géopolis

A6 : Ah. Il est que à Géopolis ?

IR4 : Ouais. Avant il était le mardi à l'Internef et le jeudi à Géopolis et maintenant

A7 : Ouais ben je pense que ça c'est quand même

B5 : Il est plus que le jeudi à Géopolis ?

A8 : Ben je trouve que c'est quand même une meilleure idée comme c'était avant

D2 : Ils pourraient faire un tournus. Franchement tu pourrais, enfin s'ils arrivent à venir que le mardi ou le jeudi ils arrivent à s'implanter genre

A9 : Ou même qu'ils fassent un jeudi sur deux euh. Enfin là ils sont nulle part à cause des travaux donc ça sert, enfin il y a même plus, mais c'est dommage du fait qu'ils puissent plus aller à Géopolis, ils sont plus à Géopolis à cause des travaux pourquoi ils iraient pas maintenant ailleurs ?

B6 : Ouais ben oui.

A10 : C'est un peu con !

B7 : Surtout que c'est aussi des étudiants et en plus les étudiants ils bougent entre bâtiments, t'es pas toujours dans le même bâtiment.

A11 : Ouais, grave.

B8 : Tu touches aussi les mêmes personnes potentiellement et d'autres personnes aussi.

D3 : Ouais pi il y a peut-être des gens de l'EPFL qui sont intéressés par ça et puis qui ont

B9 : Ouais c'est clair

A12 : Après l'EPFL je sais pas comment ça fonctionne. C'est vrai que là bas on sait pas.

D4 : Je sais que là ils ont mis des food truck devant le Rolex, mais je crois que c'est encore autre chose

A13 : Ah ouais non, mais c'est une autre politique de toute façon je pense pas que ça ...

D5 : Mais de toute façon je suis sûre que tu pourrais implanter ça un peu dans n'importe quel, devant n'importe quel bâtiment enfin il y a la place un peu partout - Lu : mais oui c'est sûr – pour euh. Je pense pas que c'est un énorme marché

A14 : non c'est une petite roulotte quoi

D6 : Voilà. Donc je pense que t'as la possibilité de la mettre partout et je pense que ça serait hyper bien de sensibiliser genre toutes les facultés à ça et pas comme tu dis que Géopolis qui est déjà quand même vachement axé sur l'écologie ou comme ça.

A15 : En tout cas moi. Je sais pas si ça a directement un rapport, mais je suis au courant d'un truc. Un gars qui voulait faire, qui avait un petit truc il voulait son petit bout de terre en permaculture pour cultiver ses trucs et ensuite il voulait justement amener une roulotte devant, dans le centre universitaire et vendre ses produits qui venaient de recueillir, etcetera et puis il a été refusé par l'université, c'était pas possible parce que voilà...

B10 : Ouais c'est marrant.

A16 : Je sais qu'il y a, je sais qu'il y a des politiques assez compliquées à l'uni par rapport à la nourriture, etcetera.

D7 : Mais partout c'est très compliqué !

A17 : Donc c'est déjà bien qu'il y ait ce petit marché qui soit là et c'est dommage qu'il ne soit plus là à cause des travaux en ce moment.

B11 : Ouais. Ouais pi après c'est vrai que, je trouve que c'est dommage que la, la boulangerie c'était pas mal encore. Parce qu'ils faisaient aussi des trucs euh pour midi aussi c'était pas mal pour euh, enfin c'était différent de juste acheter des produits que tu vas consommer chez toi. Enfin il faisait des... je sais plus ce qu'il faisait des sortes de pizza euh au feu de bois.

A18 : Ouais un truc que tu peux manger tout de suite quoi

B12 : ouais. Ça aurait pu être une alternative aussi

A19 : mais maintenant c'est vrai que t'as la cafet de Géopolis qui essaye dans la mesure du possible de

B13 : être le plus durable possible

A20 : Voilà. Donc c'est vrai que ça reprend un peu l'idée que faisait avant la boulangerie

B14 : Ouais

D8 : Ouais, mais c'est dommage que l'uni soit pas plus investie là-dedans

A21 : Ben ils essayent un petit peu

D9 : Ouais bien sûr, mais dans le sens où tout le monde, ils étaient au courant qu'il y allait avoir ses travaux et ça va durer encore pendant très longtemps et puis ben ils ont, ils auraient pu quand même s'investir un peu plus et puis proposer ça un peu ailleurs.

A22 : Ouais

B15 : Mmh mmh !

D10 : Que seulement devant Géopolis.

A23 : C'est clair. Ben remplacer l'endroit au lieu de supprimer carrément le marché parce que c'était quand même, je pense pour n'importe qui, il y avait des gens qui venaient faire leurs courses je pense qui attendaient ce marché pour tous les, enfin c'était les jeudis ?

IR5 : Ouais

A24 : Ouais voilà, pour profiter tous les jeudis de faire leurs petites courses en allant à l'uni ce qui est hyper pratique comme on l'a dit avant quoi.

B16 : Ouais pi en plus tu peux commander à l'avance - S : Ouais ouais ! – pour avoir ton panier euh avec les produits, ouais les fruits et légumes en avance donc t'avais même pas besoin de, de de choisir sur le moment quoi, tu réserver à l'avance.

A25 : Ouais pi moi je trouve aussi sympa quand t'arrives sur l'uni t'as le, la petite odeur euh. Ouais typiquement t'as les fromages, etcetera ça sent trop bon et ça c'était, c'est assez cool aussi. Ça amène de la vie aussi un peu sur le campus.

B17 : ouais c'est clair.

+++

IR6 : Ok. Et du coup euh toujours dans la même idée est-ce que vous ça vous semble important de consommer des fruits et légumes de saison produits près de chez nous ? Ou pas forcément ? Enfin qu'est-ce qui vous, qu'est-ce qui vous importe. Si vous, si, si c'est important pour vous pourquoi c'est important, ou pas ?

D11 : Ben oui c'est hyper important parce que ça fait fonctionner l'économie locale, ce qui est quand même très important de faire, permettre à tous, toutes ces personnes qui travaillent enfin les fermiers, les paysans et tout de continuer à pouvoir vivre de ça. C'est un métier qui est très difficile et pi c'est, c'est pas très bien payé on va dire parce que tout, maintenant toutes les grandes entreprises alimentaires elles importent. Et puis, enfin je trouve ça un peu. Déjà c'est beaucoup de pollution d'importer des, je sais pas des ananas des bananes des choses comme ça qu'on a pas forcément chez nous alors qu'on a pas la, on n'a pas forcément le besoin de consommer ça euh, des fruits exotiques en hiver. Enfin je dis comme ça, c'est un peu, c'est un peu du surplus je trouve. Donc je pense que c'est hyper important de, de permettre ben justement à cette économie locale de fonctionner. Parce que c'est les gens de la région et on peut très bien se satisfaire de ça plutôt que d'importer. Enfin je pense qu'on a les ressources et les capacités c'est juste qu'il faut qu'on, c'est à nous de faire en sorte que ça perdure.

A26 : Mmmh mmh. Je suis assez d'accord. En plus de l'économie locale je pense encore plus important ce que t'as dit c'est la pollution quoi. Enfin tout ce qui tout ce qui est fait autant pas que dans le transport de la pollution, mais aussi tout ce qui est fait dans la production elle-même, etcetera.

B18 : Ouais

A27 : Enfin les manières de cultiver ou... Même après socialement tu peux aussi aborder les manières de, dont les gens travaillent c'est aussi un point, enfin il y a beaucoup de choses dont on a aucune idée. Tous ces produits qu'on retrouve juste dans des rayons. Alors euh que si comme tu dis t'arrives directement à avoir, en plus comme on parlait avant la roulotte, etcetera t'as le contact directement avec le producteur lui-même donc t'as vraiment, tu peux limite engager la discussion et puis dire voilà lui demander comment ça se, comment il a produit ses trucs je sais pas

B19 : Ouais il y a des réponses directes

D12 : Ouais

A28 : Voilà il y a vraiment le producteur et le consommateur sans l'intermédiaire d'une chaîne qui qui transforme ton truc et qui euh, Où t'as plus aucun contact entre ces deux choses qui je pense qui devraient justement être beaucoup plus en contact.

D13 : Pi tu sais d'où ça vient surtout. Enfin.

A29 : Ben tu sais aussi d'où ça vient quand tu vas à la Migros c'est écrit, origine machin

D14 : Oui bien sûr, mais enfin dans le sens où là tu sais que ça va peut-être venir de la ferme qui est peut-être à je sais pas euh 20 kil, 10 kil de l'uni

B20 : Ouais

D15 : Alors que là ok c'est, ça vient d'Espagne, ça va peut-être te dire la région, mais tu sais pas genre l'état où ça a été produit enfin tu vois dans le sens où ça peut être une ferme complètement, pas du tout aux normes ou des choses comme ça, aussi comme il a dit on sait pas qui travaille là-bas comment ils sont traités ou quoi que ce soit. Alors que le fermier qui habite à 10 kilomètres de l'uni euh tu sais quand même un minimum comment il s'occupe de ses légumes et tout. Enfin. Surtout au niveau des pesticides tous les trucs chimiques qu'on utilise pour en faire en plus grandes quantités Là ben voilà il y a un marché il a pas des millions de kilo de...

A30 : Ben ça tu le sais pas forcément. Enfin c'est pas parce qu'il vend un truc au marché qu'il utilise pas de pesticides, enfin tu vois. Ça c'est peut-être un lien que tu fais dans ta tête, mais à mon avis tu peux pas faire ce raccourci. Je sais pas comment dire, mais. Ouais c'est peut-être, c'est peut-être un raccourci. Après il y a peut-être plus de normes ici sur lesquelles t'es pas, en plus t'es pas forcément au courant, des normes suisses le truc, mais c'est vrai que dans la tête des gens c'est clair que si tu dis petite ferme locale ça sonne en tout cas plus comme quelque chose de durable. Enfin en tout cas il y a pas de trucs trop de pesticides.

D16 : Il y a pas genre de surproduction surtout. Enfin je pense pas qu'ils.. Je sais pas comment dire, mais il y a des trucs on sait pas trop d'où ça vient pi ils sont un peu euh... Je sais pas comment tu dis ça, mais, enfin tu sais qui sont un peu pas dopés, mais genre euh. Enfin tu vois que t'as des légumes tu te poses quand même...

A31 : Ouais des OGM

D17 : Ouais voilà. Tu te poses quand même des questions alors que ben le marché je pense pas que... Je pense qu'il y a quand même des réglementations assez...

A32 : Je sais pas moi je suis pas forcément

C2 : Moi je sais juste que ceux qui vendent les produits locaux ils ont moins à produire que ceux qui ont en grande quantité

B21 : Ouais c'est sûr

C3 : Tu sais qu'ils utilisent peut-être moins de pesticides ou d'OGM parce qu'ils ont moins à produire aussi et puis euh ben.

A33 : Non, mais comme disait D avant

C4 : Mais c'est pas forcément le cas partout quoi donc euh

A34 : Oui, mais bon après comme on disait avant c'est un métier difficile où c'est dur de vendre des choses donc après peut-être que tu tombes vite dans la facilité d'aller euh d'aller prendre des trucs pour booster tes plantes pour avoir plus de rentabilité exactement parce que c'est un métier difficile aujourd'hui qui est peu reconnu et pas soutenu donc, enfin pas, disons. Du coup peut-être tu tombes vite dans cette idée de...

B22 : Ouais pi aussi c'est important de mettre en valeur les, enfin les producteurs qui font attention justement à l'environnement quoi. Ben justement les labélisations aussi je pense que c'est une bonne solution, aussi à ce niveau-là. Au niveau bio, au niveau, enfin il y a plein de labélisations qui existent, mais

A35 : Après la labélisation elle peut aussi être sur un produit qui vient pas forcément de suisse. Il y a la labélisation dans toute l'Europe même ailleurs. Tu peux avoir un produit d'Espagne qui est tout autant labélisé que celui de Suisse.

B23 : Ouais, mais c'est pas le même label quoi. Enfin bio suisse ça défend pas les mêmes choses que bio Europe par exemple. Ouais c'est vrai qu'il y a des tomates, ben des tomates d'Espagne qui sont produits sous serre qui peuvent être bio quoi. En Suisse, enfin, c'est quand même un peu plus strict, mais euh, mais euh ouais on peut pas chauffer les serres pendant l'année, pendant, hors saison et faire du bio avec les produits quoi. Donc il y a quand même une certaine protection, mais...

A36 : Dont tout le monde n'est pas forcément au courant, tu vois par exemple moi je savais pas ça que tu pouvais pas.

B24 : Ouais. Ouais ça c'est vrai que c'est pas, les règles, les conditions pour être labélisés bio c'est vrai qu'on, je pense qu'on n'est pas trop au courant de ça c'est vrai.

A37 : Ouais ça je suis sûr.

D18 : Tu vois bio tu te dis ah c'est bon. Enfin dans le sens.

B25 : Ouais c'est ça il y a pas de pesticides

D19 : Tu te dis qu'il y a pas de pesticides, c'est sain, c'est machin

B26 : ou pas d'engrais euh chimiques de synthèses.

D20 : Justement. Je pense que. Enfin moi-même moi je veux dire je suis la première à... Je veux dire tu vois bio tu te dis ok ben, tu vas le prendre. C'est mieux que un autre légume parce qu'on n'est pas forcément, t'es plus au courant de ça, mais ça aussi je pense que ça serait bien de sensibiliser, enfin les par rapport à ça.

B27 : Ouais et aussi ouais expliquer ce que, à quoi ça correspond.

A38 : Mmh mmh. Mais c'est pour ça aussi que comme je disais dans ce contact directement entre producteur et consommateur ça évite tout ce besoin de labéliser des trucs, de... Parce que là, parce

que, il y a encore d'autres choses que tu peux aller chercher directement dans certaines fermes directement tes produits pi là t'es vraiment en plus sur le terrain tu peux voir comment c'est fait

D21 : Ouais nous on fait ça hein, nous il y a plein de fermes qui font, qui font ça ben t'as le marché euh de la ferme. Mais bon tu vois je veux dire c'est vers chez nous. Nous ok on y va, mais je veux dire celui qui habite Lausanne il va pas monter jusqu'à Grandvaux pour aller chercher son fromage sa, tu vois ses yogourts ses machins.

B28 : Ouais pi surtout que c'est des provisions enfin plusieurs jours donc tu dois y aller plusieurs fois par semaine.

D22 : C'est ça. Nous c'est pratique enfin

A39 : Ouais pi au final si tu dois utiliser la voiture pour y aller ((rire)) à chaque fois euh à quel point c'est.

B29 : Alors ça c'est sûr

D23 : ça c'est sur. Tu t'occupes de l'économie locale, mais ça a plein de répercussions quand même.

+++

IR7 : Ok. Donc tu coup avant vous avez parlé de ... enfin toi t'as parlé de la cafèt de Géopolis donc justement six fois par an la cafétéria de Géopolis elle euh elle propose des journées qui s'appellent One Climate Day où justement ils utilisent aucun produit importé par avion, euh s possible des produits qui proviennent de serres qui sont pas chauffées ou qui si elles sont chauffées elles sont chauffées enfin qui sont pas chauffées avec des énergies fossiles disons et euh souvent ben c'est des ingrédients de saison et euh de la volaille et du poisson suisse donc je sais pas comment est-ce que vous vous voyez ça ? est-ce que ça vous enfin ça vous parle, est-ce que ça vous paraît aucun sens ?

A40 : Ouais. Ben moi je pense que c'est une super bonne idée ça c'est sûr, euh qu'ils devraient, t'avais dit que c'était combien, 6 fois ?

IR8 : 6 fois par année ouais

A41 : qu'ils devraient même mettre plus de fois encore, dans la mesure du possible parce que forcément c'est pas si facile de faire ça tous les jours, mais ça serait le but, pour moi ça serait, l'idée c'est qu'ils devraient tendre, limite augmenter chaque année le nombre de jours dans la mesure du possible pour arriver jusqu'à une année dans l'idéal, mais toujours tendre dans cet idéal d'arriver à totalement se fournir de produits locaux et avec le moindre impact sur l'environnement.

D24 : Surtout que je pense qu'une cafétéria d'étudiants a pas forcément besoin d'avoir un saumon qui vient de...

B30 : Ouais bien sûr aussi pour une question de coût

D25 : Je dis pas ouais enfin je dis pas

A42 : Ouais, mais c'est qu'il y a d'autres facteurs

D26 : Je dis pas qu'ils doivent leur servir des pâtes tous les midis tu vois, mais je veux dire on peut satisfaire tellement de choses avec juste des légumes ou des fruits que t'es pas obligé de faire un énorme truc au saumon, tu vois

A43 : Bien sûr sauf qu'après une cafétéria c'est, en tout cas Géopolis c'est privé, ça a quand même pour idée de se faire de l'argent derrière, t'as des employés à payer t'as des coûts à payer du coup ils

veulent quand même proposer, ils vont pas proposer que du végétarien tu vois ils doivent, parce qu'après tu vois la viande je sais pas typiquement quand il y a la chasse euh ben la cafétéria ils sont obligés de la prendre en Nouvelle-Zélande parce qu'ici il y en a pas assez pour euh les cafétéria donc tu vois

D27 : Mais je veux dire est-ce que t'es vraiment obligé de faire de la chasse ? Enfin oui ok après c'est privé je suis totalement d'accord, mais c'est quand même enfin...

A44 : Ben non t'es pas obligé, mais le but c'est de proposer un menu différent, non 5 ! Géopolis ils sont cinq menus différents 365 jours par année. Donc forcément, forcément eux ils doivent avoir de la variété ils doivent avoir des trucs locaux, mais ils doivent avoir des trucs rentables et ils doivent avoir. Enfin tu vois, faire des prix étudiants, genre pas dépasser les 15 francs maximum quand ils font des trucs sur le grill enfin j'en sais rien, mais. Enfin ils ont beaucoup de conditions à remplir donc je pense que c'est bien qu'ils fassent ces journées où ils font, mais pour moi si ça reste tout le temps six fois par année c'est un peu débile faudrait que ça tende à augmenter chaque année quoi

D28 : Je trouve qu'ils devraient faire ça une fois par semaine. Enfin c'est peut être un peu euh

A45 : En vrai ouais l'idéal ça serait le plus de fois possible

D29 : ça serait un rêve, mais si tu fais ça une fois par semaine

C5 : C'est trop compliqué déjà. Enfin faut aller progressivement quoi. Déjà faire une année entière c'est pas mal. Enfin une fois par mois pendant une année.

A46 : Ouais par exemple. Augmenter

C6 : Rajouter un jour par année euh tous les ans

A47 : Ouais j'en sais rien ouais ouais c'est ce que je disais.

C7 : Enfin je sais pas. Faut voir aussi ce qui est possible pour eux en plus s'ils sont privés ils doivent rentabiliser pas faire trop cher.

A48 : C'est ça il y a pas mal de conditions ouais

D30 : Mmh mmh. Je savais pas que c'était privé.

B31 : Ouais ouais c'est sûr

A49 : Ouais la cafétéria c'est privé ouais.

B32 : Ouais pi c'est vrai que c'est bien aussi dans l'idée de, enfin d'imposer ça entre guillemets aux, enfin de montrer une autre manière de faire quoi, que, à grande échelle dans une cafétéria tu sers quand même pas mal de plats par jour. Enfin c'est peut-être plus facile de faire ça chez soi parce que tu, t'as peut-être plus de temps pour faire tes courses pour aller acheter ce que tu veux, mais ouais je trouve c'est une bonne initiative quoi de regarder et puis de, enfin de sensibiliser un maximum de monde à ces problématiques

A50 : Ouais je suis d'accord ouais c'est sûr. Ouais c'est vrai qu'on pense, à grande échelle c'est plus difficilement applicable que chez soi c'est vrai. C'est clair.

D31 : Ouais et t'as tellement de conditions à remplir je veux dire chez toi t'as pas vraiment euh t'as vraiment de règles entre guillemets je veux dire

A51 : Ouais pi faut trouver un fournisseur qui fait, parce qu'un fournisseur qui fait du local en assez grande quantité pour fournir une cafète de je ne sais pas combien de personnes donc c'est pas, c'est pas facile aussi

D32 : Non c'est sûr, c'est compliqué. Mais je pense que d'aller, comme il dit C., d'aller étapes par étapes c'est, c'est bien enfin c'est une très bonne idée

A52 : Ouais.

++

IR9 : Et puis euh la même cafète ils font aussi en tout cas ils ont fait pendant une ou deux années des, une journée euh une journée sans viande, où ils servaient du coup que des plats végétariens. Et du coup comme on sait que le végétarisme en tout cas aujourd'hui c'est une pratique qui tend à être de plus en plus présente euh qu'est-ce que vous vous pensez de cette pratique alimentaire ?

A53 : Du végétarisme ?

IR10 : Du végétarisme ouais

A54 : Pas forcément dans la cafète

IR11 : Pas forcément non, de manière générale

A55 : Ouais ouais. Ben moi je respecte beaucoup les gens qui le font ((rires)). Non c'est vrai c'est quelque chose que, je sais pas j'aimerais bien ouais être capable de le faire ça serait, c'est facile de dire ouais je vais pas manger de la viande et tout, mais après faut le faire quoi. Pi faut s'y tenir. Pi ça c'est pas facile. Ouais donc je respecte beaucoup les gens qui le font pi je pense qu'ils font beaucoup de bien pi j'aimerais bien réussir à le faire un jour aussi, à tirer un trait sur la viande j'aimerais bien. Mais je sais pas si j'arriverais. Mais je sais que ça serait la meilleure chose à faire, clairement.

B33 : Ouais c'est clair pi à tous les niveaux. Enfin ouais c'est vrai qu'il y a tellement de scandales qui sortent tout le temps sur les abattoirs, sur la consommation enfin ouais le bilan carbone qui est pas extraordinaire non plus, mais ouais enfin après c'est une question de goût aussi et c'est difficile pour euh, quand tes préférences euh enfin t'aimes bien la viande de bannir complètement le truc c'est, c'est dur quoi. Mais c'est vrai qu'au, c'est respectable quoi c'est, c'est une bonne initiative et ben enfin c'est vrai que ça demande aussi pas mal de motivations il y a pas mal de, ouais enfin on te pousse pas mal à consommer de la viande un peu partout au final donc euh tu dois faire pas mal d'efforts pour garder ça.

A56 : Moi je trouve que de plus en plus t'arrives à trouver du végétarien, même au restaurant, même euh tu vois dans une sandwicherie t'as toujours moyen d'avoir ton petit végétarien

B34 : ouais c'est clair, mais ça réduit

A57 : ça réduit le choix à un truc, mais ça commence un petit peu. Enfin on voit quand même une tendance à essayer de satisfaire un peu cette demande et à innover dedans un peu aussi quoi.

D33 : C'est quand même très privilégié

A58 : Ah ben ouais c'est clair

C8 : Oui oui. Mais c'est tout nouveau encore qu'ils mettent les menus végétariens ou burgers végétariens ou je sais pas quoi.

D34 : Ouais c'est pas si veu que ça hein

C9 : Donc ça vient petit à petit quoi. Après ça sera vegan ou je sais pas

A59 : Ouais pi ben il y a pas tout le monde qui est végétarien donc aussi en termes économiques c'est clair que tu vas plus facilement vendre un burger à la viande qu'un burger végé

C10 : Oui c'est sûr.

D35 : Oui c'est sûr, mais ça augmente, il y a de plus en plus de gens qui...

C11 : Mais bon si ça augmente euh

A60 : Oui oui

B35 : Oui c'est sûr. Bon rien qu'à Lausanne là il y a pas mal de trucs qui se développent pour ça.

A61 : Ouais. Après je pense dans les villes, là on voit l'exemple des villes c'est toujours plus facile dans les villes

B36 : t'as plus de choix aussi

A62 : Ouais t'as plus de choix et pi t'as. Je sais pas t'as plus de, je sais pas peut-être plus de jeunes motivés ou j'en sais rien qui veulent lancer des trucs

D36 : Ouais, mais est-ce que c'est une mode ou pas

B37 : Ouais ça c'est aussi une question ouais

A63 : Ouais voilà, mais peu importe c'est un peu une mode, mais je veux dire t'as plus l'idée de lancer un truc dans la ville de Lausanne pi après tu sors un peu de ce monde de Lausanne pi tu vas dans d'autres trucs et puis ben il y a rien quoi je veux dire

D37 : Oui non bien sûr, mais ce que je veux dire c'est que c'est entre guillemets bien joli de dire je suis végétarien, mais si c'est pour être végétarien pendant six mois. Enfin tu vois je veux dire.

A64 : Ben pour moi c'est déjà...

D38 : Enfin, moi je respecte vraiment hein c'est pas forcément quelque chose que je pourrais faire, mais c'est quand même, si c'est juste une question de mode tu dis pendant six mois euh

A65 : Ben en vrai pendant six mois même si c'est que six mois tu fais quand même du bien pendant six moi hein. Enfin.

D39 : Oui non c'est sûr, mais bon au final après tu

A66 : Ben après tu recommences peut-être pi peut-être que tu réalises après six mois que t'as plus besoin de manger autant de viande qu'avant enfin faire six mois de végétarien, j'arriverai pas à le faire et puis je pense que si je le faisais j'apprendrai plein de choses, j'apprendrai à cuisiner plein de choses et après j'en mangerai beaucoup moins. Tu vois je pense que si tu fais six mois de végétarien tu vas pas ensuite euh reprendre ta consommation de viande comme avant enfin tu vas forcément tendre à la réduire parce que tu, t'aurais compris qu'il y aura d'autres possibilités.

B38 : Ouais pi c'est les habitudes qui changent.

A67 : Ouais pi t'auras pris d'autres habitudes

D40 : Je pense qu'on pourrait déjà commencer par diminuer notre consommation parce que c'est quand même. Enfin je pense que nous surtout les Suisses on est les plus grands consommateurs de viande quoi c'est hallucinant la quantité de viande qu'on mange tout le temps

B39 : Ouais ouais et puis à tous les repas et pi si c'est pas de la charcuterie

A68 : Bon après ça je pense que ça s'applique à beaucoup plus que la Suisse

D41 : Oui bien sûr, mais les Suisses on est vachement reconnu pour être des très grands mangeurs de viande et je pense que rien que le fait de diminuer la consommation de viande ça serait déjà un énorme impact enfin c'est un premier deal pi après je dis pas que toute la population doit être végétarienne, bien sûr que non chacun fait ce qu'il veut, mais je pense que si on peut commencer par un peu euh, enfin on devrait tous apprendre à peut-être manger un petit peu moins de viande parce qu'il y en a ils mangent de la viande tous les jours toute la semaine donc c'est vrai que tu peux euh t'as tellement de viandes différentes

A69 : Oui puis elle est tellement accessible ta viande enfin tu vas au supermarché elle est emballée bam, hop elle est coupée tu sais même pas trop quelle partie c'est, mais bon enfin, c'est facile d'avoir de la viande

D42 : Je pense qu'on pourrait aussi plus montrer que on peut faire plein de bonnes choses végétariennes et tout après voilà je pense que c'est aussi quelque chose qu'il faudrait plus en parler. Bon on parle beaucoup je dis pas que c'est un sujet tabou ou quoi que ce soit, mais je pense que c'est bien aussi de peut-être même plus sensibiliser les gens par rapport à ça.

A70 : Mais par rapport à quoi ?

D43 : à la surconsommation de viande, enfin on a clairement une surconsommation de viande et je pense qu'on pourrait réduire les quantités. Il y a une telle demande enfin je veux dire c'est affolant la quantité de viande que tu trouves quand les supermarchés ou comme ça. Il y a plein de viande qu'ils jettent parce que les gens n'achètent pas.

A71 : Tout hein

D44 : Bien sûr tout, mais la viande c'est quand même assez hallucinant le nombre de, de viande qui sont jetées.

B40 : Ouais c'est sûr le gaspillage aussi, mais bon après il se fait aussi à toutes les échelles

D45 : Ouais après il se fait sur tout on est d'accord, mais c'est vrai qu'au niveau, la viande c'est quand même.

A72 : C'est un des, un des.

D46 : T'sais je veux dire tu diminues la, la, t'essayes de diminuer un peu la consommation et puis, enfin la demande est énorme donc c'est difficile tu peux pas genre euh dire ah on commande enfin genre les grandes entreprises elles peuvent pas dire on fait tant de trucs et pi ben quand il y a plus il y a plus enfin ça peut pas fonctionner comme ça, mais c'est vrai qu'on pourrait réduire un minimum et voir comment ça fonctionne

B41 : Ouais et il y a pas mal d'alternatives qui se mettent dans les supermarchés autant euh avec ces produits un peu qui imitent la viande et puis qui sont complètement végétariens. Ouais il y a plein de trucs les saucisses les hamburgers des trucs comme ça.

D47 : Ouais ouais des steaks végétariens genre

A73 : Après c'est intéressant de voir pour quelle raison tu es végétarien. Enfin si tu es végétarien par principe écologique est-ce qu'acheter au supermarché ton truc de tofu, de soja, est-ce que c'est vraiment mieux écologiquement ? Après tout dépend il y en a qui le font parce qu'ils détestent voir des animaux crever ou tu vois il y a plein de raisons, mais je sais que si tu le fais pour une raison écologique aussi être conscient que ces alternatives elles peuvent pas forcément elles peuvent pas forcément être tellement bénéfique à ce niveau-là. Après ça dépend pour quoi tu le fais

D48 : Faut se renseigner

A74 : Faut se renseigner ouais.

B42 : Ouais ils devraient mettre aussi un bilan carbone de, de chaque produit qu'ils vendent aussi pour voir. Enfin c'est difficile de dire aussi, mais c'est pas forcément l'importation après qui euh, enfin la distance des fois a moins d'impact que la manière de cultiver enfin ou d'élever des animaux.

A75 : Ouais de toute façon je pense que la viande tu fais pas pire quoi. Rien que consommation d'eau t'imagines toute la nourriture que tu pourrais, tu pourrais être utiliser pour nourrir un être humain, mais qui est utilisé pour nourrir un animal qu'on va nous après manger enfin, les céréales ou j'en sais rien enfin c'est, ça peut être assez dingue aussi.

D49 : Non c'est sûr. Mais je pense qu'il faudrait mieux sensibiliser les gens à ça enfin tu pourrais quand même faire plus de, enfin comme il a dit genre des campagnes c'est un peu bête, mais tant de kilos de viande ça produit tant de CO2 des choses comme ça et après t'as ceux qui veulent rien entendre t'as ceux qui vont peut-être se remettre en question

B43 : Ouais, mais au moins il y a l'information qui est donnée quoi

D50 : Mais je pense qu'il y a des informations à passer quoi.

B44 : Pi après tu fais ton choix quoi

D51 : Oui après chacun fait ce qu'il veut tu peux pas forcer quelqu'un à arrêter de manger de la viande, mais du moment où tu peux sensibiliser les gens pourquoi pas le faire

A76 : Ouais c'est clair. Ben justement je pense que..

D52 : Enfin on a les moyens de le faire. Enfin on a plein d'études qui se font du coup on a largement les moyens de

A77 : Oui on sait exactement hein

D53 : On sait, mais bien sûr c'est juste qu'on le fait pas.

A78 : Ben on le fait pas ouais. Mais comme personne ici arrête de manger de la viande enfin

D54 : Ah non, mais bien sûr moi je suis la première à manger de la viande hein je suis pas en train de dire que hein je le sais très bien

A79 : C'est ça. Même si on est, est-ce que nous même si nous on serait sensibilisé en voyant un spot à la télé enfin tu vois moi je suis déjà au courant de ce que c'est et pourtant je suis pas végétarien

B45 : Peut-être ça peut faire le déclic chez certaines personnes

A80 : Certaines personnes ouais c'est clair. C'est clair, mais je pense que c'est quand même vachement compliqué parce qu'on a été habitué très jeune à manger cette viande et puis on en mangeait

beaucoup et on savait pas du tout avant et c'est dur de s'en séparer quoi. Donc euh je pense que ça commence très jeune si on veut faire en sorte que, ça se fait dans l'éducation quoi.

D55 : Il faut créer une alimentation qui est pas forcément basée que sur la viande.

A81 : Voilà et puis il faut faire comprendre que quand tu manges de la viande ben

D56 : Il y a des répercussions

B46 : tout ce que ça implique derrière

A82 : Tout ce que ça implique derrière. Voilà. Enfin on parle de la viande, mais tu pourrais aussi parler de certaines manière d'élevage de poisson ou de de surpêche ou j'en sais rien enfin il y aurait plein de trucs par rapport à l'alimentation dans lequel on devrait transmettre si nous même on est au courant. Mais c'est vrai que du coup si on arrive à rendre les gens sensibles peut-être qu'après ils pourront transmettre plus tard enfin j'en sais rien. Quitte à eux ne changeront peut-être pas leurs habitudes tout de suite, mais ils auront au moins cette conscience et peut-être qu'ils pourront le transmettre au fur et à mesure enfin j'en sais rien, idéalement.

IR12 : est-ce que vous voyez aussi des avantages en termes de santé à être végétarien ou à manger moins de viande en tout cas ?

A83 : Ouf.

C12 : Ben il y avait l'étude qui était sortie sur la viande comme quoi ça pouvait être cancérigène de trop manger de viande rouge donc il y a sûrement un avantage pour la santé, mais c'est pas obligé d'être végétarien tu peux réduire ta consommation de viande à deux ou une fois par semaine et voilà quoi et éviter, enfin, pas éviter le cancer, mais avoir une vie plus saine en mangeant moins de viande. C'est pas obligé d'être végétarien. Mais il y a des avantages.

A84 : c'est de nouveau hyper délicat à quel point si tu manges pas ta viande, mais tu manges tes légumes dégueu enfin tu vois ((rires)) il y a toujours j'ai l'impression qu'il y a toujours un peu cette balance qui doit être faite. Si tu manges pas de la viande, mais tu vas acheter tes légumes plein d'OGM plein de pesticides est-ce que ça a vraiment des avantages de nouveau sur ta santé enfin moi je pense tout ce qu'on parle là c'est une question de cohérence, c'est ça vraiment qui doit être important c'est savoir pourquoi tu fais les choses et après faire en fonction si tu veux avoir une alimentation saine c'est pas juste arrêter de manger de la viande c'est réfléchir tout ce que tu manges et te renseigner sur comment ça t'affecte ou j'en sais rien et faire en fonction de tes objectifs par rapport à ton alimentation. Chacun fait ce qu'il veut après si ton but c'est d'avoir une alimentation saine c'est pas juste arrêter la viande qui va te permettre. Peut-être ça a des impacts positifs, mais si tu le compenses par autre chose enfin qui est tout aussi négatif

D57 : Non c'est sûr. Après au niveau de la santé c'est pas hyper mauvais non plus la viande enfin je veux dire faut pas faire une surconsommation, mais je veux dire t'as tellement de, t'as des apports de nutriments qui sont dans la viande que tu vas peut-être pas forcément retrouver en assez grande quantité dans les légumes. Tu peux compenser on est bien d'accord il y a largement les manières de compenser

A85 : Moi je pense que tu peux tout compenser parce que je vois pas un végétarien en manque de quoi que ce soit.

D58 : Non, mais tu dois vachement adapter tu peux pas juste, tu dois quand même vraiment adapter

C13 : Ben tu peux pas juste enlever la viande

D59 : Non tu peux pas dire j'arrête de manger de la viande et je mange des légumes enfin je veux dire t'as quand même un certain apport de nutriments que tu dois donner à ton corps et t'es obligé genre de, c'est comme tu dis c'est toute une réflexion sur la manière de t'alimenter tu dois te renseigner sur qu'est-ce que tu perds en enlevant ça qu'est-ce que tu dois compenser avec ça. Après tu prends des légumes ou tu prends tes fruits c'est un peu un cercle vicieux tu dois avoir une certaine cohérence.

A86 : Ouais. Je suis d'accord.

D60 : mais je pense que oui bien sûr enfin c'est quand même plus sain de manger tes légumes enfin je sais pas comment dire, mais après c'est lié encore à plein d'autres choses tu peux pas juste manger des légumes après il y a aussi le sport qui rentre en compte enfin il y a plein de choses

B47 : Ouais c'est une mentalité

D61 : C'est toute une mentalité je pense pas que c'est en mangeant des légumes que tu vas être en pleine forme toute ta vie enfin c'est une manière de vivre sainement aussi je pense. Enfin manger des légumes, mais fumer comme un pompier à côté ça va rien faire

A87 : Ben ça va affecter une autre partie

D62 : Bien sûr, mais tu vois ce que je veux dire enfin au niveau de la santé ça, oui ça va t'apporter, mais c'est une pièce dans un puzzle

A88 : Ouais c'est assez délicat

D63 : Après c'est peut-être, ça va trop loin enfin je sais pas c'est encore un autre sujet, mais c'est quand même euh ouais tu peux pas dire parce que tu manges des légumes t'as une vie saine.

A89 : Non je suis d'accord tu peux pas faire ce raccourci. Enfin parce que tu manges pas de viande plutôt parce que c'est ça

D64 : Ouais, oui.

A90 : être végétarien ça veut pas dire manger que des légumes. C'est juste la viande t'as plein d'autres choses à part les légumes que tu peux manger

D65 : Oui oui non bien sûr j'ai un peu généralisé, mais je vois ce que tu veux dire

IR13 : Et puis une approche un peu plus poussée, le véganisme vous en pensez quoi ?

((rires))

C14 : Attends le véganisme, enfin

A91 : Véganisme c'est aucun

C15 : Tu manges rien de ce qui provient d'animal, mais tu portes rien de ce qui provient d'animal ?

IR14 : Ouais, mais disons-là plutôt sur l'alimentation, on peut appeler ça du végétalisme c'est égal, mais l'alimentation plutôt ciblée.

A92 : Donc là c'est vraiment...

IR1 : Ben tu manges pas de produits d'origine animale

A93 : Ouais ouais ouais, aucun produits laitiers ou genre

IR16 : Pas de miel

A94 : Ouais ouais

D66 : Bon ça c'est, enfin pour ma part c'est extrême c'est un mode de vie, mais je pense que t'es pas obligé d'être végane pour faire des bienfaits sur le tout.

A95 : En tout cas moi je pense là on parlait de trucs stricts pour compenser et là à mon avis il faut être très au clair sur ce que t'apporte chaque aliment en terme de nutriments ou j'en sais rien tout ce que t'as besoin parce que là tu coupes beaucoup de choses quand même. Mais en vrai si t'arrives à gérer ton truc et que t'arrives à apporter suffisamment de tout ce qu'il te faut pour ton organisme et que c'est quelque chose qui te, je sais pas t'es en meilleure conscience avec toi-même par rapport à ça pour moi c'est très bien quoi. Mais je pense que c'est quand même assez extrême quand même.

B48 : Ouais c'est sûr ça demande pas mal d'adaptation.

A96 : C'est énorme, c'est vraiment aller à l'encontre du système alimentaire actuel c'est vraiment

D67 : Non et puis tu deviens pas végane du jour au lendemain tu coupes tellement d'apports de nutriments alors du jour au lendemain

A97 : Non je pense que tu commences gentiment ouais

D68 : Je pense que tout va par étapes d'abord tu diminues après t'arrêtes genre la viande après le poisson parce que tu peux pas dire du jour au lendemain je mange que des graines. C'est un peu généralisé, mais je veux dire ton corps tu lui coupes du jour au lendemain la plupart des apports

A98 : Ben si tu compenses, si tu compenses directement ça change rien

D69 : Mais tu dois te renseigner enfin t'es obligé

A99 : Ouais je pense que ça c'est vraiment un choix beaucoup plus radical que la viande là c'est

D70 : C'est un choix qu'il faut bien réfléchir.

A100 : Ouais c'est clair. Ben après ça on en voit moins quand même je trouve. Enfin là on parlait de la tendance végétarienne après la tendance végane c'est encore gentiment

D71 : Mais c'est encore plus loin

A101 : Ouais ouais là c'est. Mais il y a on a déjà vu des restaurants 100% vegan

D72 : Ah mais c'est sûr

A102 : ça commence

C16 : C'est quand même, enfin c'est très dur de devenir végane quoi. Donc forcément qu'il y a moins de gens.

A103 : Ben tu bannis beaucoup de choses qu'on propose en grande quantité aujourd'hui et qu'on recommande à la limite enfin tu vois donc euh

C17 : Déjà végétarien enfin c'est pas simple de devenir végétarien alors végane.

A104 : Après en termes de santé ou tout ça j'ai aucune idée de si c'est positif ou négatif

C18 : Tu dois avoir quelques carences, mais pas suffisamment pour que ce soit dangereux

B49 : Je crois qu'il y a qu'une seule, il y a que la vitamine B12 je crois que tu retrouves pas dans les végétaux, que tu peux pas te procurer en étant végane.

D73 : Mais du coup au final ils font quoi ?

B50 : ils prennent des substituts

D74 : Ouais, super

A105 : Quoi des médocs ?

B51 : Ouais

D75 : Ouais tu manges des médocs

B52 : Ou alors des algues euh je crois dans la spiruline je crois qu'il y en a, mais un peu des compléments alimentaires un peu de synthèse ou bien des choses comme ça

A106 : Après prendre des trucs de synthèse à côté je trouve ça ridicule

D76 : Moi je trouve ça ridicule, enfin tu peux pas supprimer quelque chose pour au final aller manger des aliments de synthèse. Après c'est un choix de vie, mais moi je trouve ça ridicule, je sais pas tu peux pas dire non, mais je vais manger 14 millions de médocs à côté. Je pense pas que c'est plus sain de manger des compléments alimentaires.

C19 : Après s'il y a pas le choix voilà quoi.

A107 : Ben non ça c'est clair. Après est-ce que ces gens le font par, tu sais encore cette question pourquoi t'es végane ? est-ce que t'es végane pour ta santé ou est-ce que t'es végane par principe contre l'exploitation des animaux ?

C20 : Je pense que c'est plutôt le principe

A108 : Je pense que c'est plutôt par ça donc au final prendre des compléments alimentaires ils s'en foutent un peu parce que ils pensent pas forcément à leur santé quand ils deviennent végane.

B53 : Complètement alors moi je pense aussi. Enfin en tout cas la part au niveau écologique elle est bien plus importante si tu passes d'un régime omnivore normal à végétarien que de végétarien à végane quoi. Pi je pense que les gens qui passent de végétarien à végane c'est plus euh au niveau ben qu'on maltraite les animaux ou de ce genre-là plutôt que le niveau environnemental qui pose problème. Enfin il y a moins d'effet quoi.

D77 : Parce que ça va quand même plus loin que végétarien. Végétarien ok il y en a c'est pour la santé d'autres pour l'environnement, mais végane c'est vraiment extrême pour l'animal quoi. Je veux dire tu portes pas enfin c'est encore autre chose, mais genre tu portes pas d'habits, tout ce qui provient d'un animal tu n'y touches pas donc c'est quand même hyper. Enfin je pense là c'est comme tu dis tu touches pas vraiment le sain, mais plus ce qui est au niveau éthique tout ce qui est autour, tout ce que comporte manger de la viande ou comme ça

+++

IR17 : Ok et puis avant t'as dit que on nous recommandait certaines choses donc justement la santé publique elle nous fait souvent des recommandations par rapport à certaines pratiques alimentaires qu'on devrait avoir pour être en bonne santé. Donc par exemple on nous recommande depuis quelques années de manger 5 fruits et légumes par jour donc qu'est-ce que vous pensez de cette recommandation ?

C21 : Ben elle est bien, mais bon ça dépend où tu prends tes fruits quoi parce que ça peut être des fruits complètement bourrés de pesticides de trucs dangereux pour le corps et puis au final ça t'apportera rien de manger 5 fruits et légumes par jour

A109 : Pi après c'est un peu sorti de nulle part aussi. Enfin ces 5 fruits et légumes par jour j'ai jamais l'impression, ça venait un peu toujours à la télé genre en dessous en bas en blanc, mais après à part manger 5 fruits et légumes par jour j'ai jamais lu autre chose qui concernait pourquoi est-ce qu'il faut le faire donc j'avais un peu toujours l'impression de lire manger 5 fruits et légumes par jour et puis après ça devenait un peu une blague quoi, un peu une blague de « Ah t'as pas mangé tes 5 fruits et légumes euh aujourd'hui ».

D78 : Mais tu vois genre rien que le nom du site c'est vraiment marqué manger bouger enfin tu vois il peut pas y avoir le côté de je mange des légumes je mange des fruits comme j'ai dit avant du coup je suis en pleine santé. Enfin tu vois t'es quand même associé au fait que tu dois avoir un mode de vie qui est aussi sain donc c'est une bonne chose de dire manger 5 fruits et légumes par jour, mais il faut, comme je dis c'est un puzzle enfin c'est une des pièces. Tu dois expliquer aux gens que c'est pas en mangeant 5 fruits et légumes par jour qu'ils vont être, jamais tomber malade ou des choses comme ça. Tu dois quand même expliquer que certes il y a la nourriture d'un côté

A110 : C'est un des éléments

D79 : C'est un des éléments

A111 : Ouais pi après ce 5, ce chiffre 5 tu sais pas d'où ça sort. Après en plus fruits et légumes tu sais absolument pas ce que ça correspond, à quoi ça correspond quand tu manges euh 6 carottes c'est quoi c'est un légume ? Enfin tu vois 6 petits morceaux de carotte en boîte enfin tu vois tu sais pas ce que c'est un légume vraiment. Un fruit c'est peut-être plus facile à visualiser tu vois

D80 : Ouais, mais c'est un slogan un peu

A112 : Mais oui c'est un slogan, mais au final t'as aucune justification derrière, on comprend pas trop.

D81 : Mais c'est ce que je dis il y a pas de justification et c'est ça qui est stupide. C'est bien joli de mettre un slogan que tout monde chante machin genre tu vas répéter le truc avec le nom du site blablabla et puis ça va s'arrêter là. Ok faut manger 5 fruits et légumes t'as pris une pomme c'est bon j'ai mon fruit

A113 : ça devient un peu une blague au final

D82 : Ouais ben parce que, moi je trouve qu'il y a un manque d'information, de sensibilisation vers les jeunes ou vers les gens

C22 : Après ça dépend comment le site est fait

A114 : C'est une forme de sensibilisation, c'est une forme de sensibilisation, mais après qui va voir le site, qui va voir forcément le site tu vois ?

D83 : C'est ça faudrait faire pour que les gens comprennent directement sans devoir aller chercher sur internet ah tiens c'est pas que que ça, enfin s'ils veulent passer le message c'est à eux de bien le passer.

C23 : S'ils doivent le mettre sous les pubs c'est un peu plus compliqué. En général ils laissent un bandeau avec 5 fruits et légumes par jour manger-bouger.fr

A115 : Après toujours la meilleure méthode de sensibilisation pour moi c'est le contact direct c'est genre tu vas directement voir, je sais pas tu fais un tour dans les écoles. Tu vois quand on était petit

on avait encore des tours de policier qui venaient nous présenter des trucs dans les écoles alors ça on s'en fout complètement par contre pour des sujets un peu plus important ben typiquement l'alimentation on pourrait totalement avoir

D84 : Mais partout. T'es pas obligé d'aller que dans les écoles enfin je veux dire tu peux aller à l'université faire un

A116 : Oui oui grave. Non, mais je dis école parce que c'est comme ça que tu, tout le monde va à l'école obligatoire donc tout le monde passe par là un jour dans sa vie donc si t'as cette sensibilisation dès le plus jeune âge c'est quand même bien pour moi.

D85 : Oui, mais c'est aussi bien de faire plus tard

B54 : Mais toi t'as dit que t'avais ?

C24 : Ouais il y avait un peu quand j'étais à l'école il y avait enfin le truc de la pyramide alimentaire ou je sais pas quoi et puis à l'APEMS, enfin à la cantine il y avait la fourchette verte ou un truc comme ça. Après il y a pas tout le monde qui va à la cantine

D86 : Non bien sûr, mais tu vois moi quand j'étais en VSO on avait des cours d'hygiène alimentaire. Genre on avait des cours sur ça.

A117 : C'est quoi l'hygiène alimentaire ?

D87 : ((rires)) Je me rappelle pas. Mais genre des trucs où tu, enfin on apprenait à « bien manger » on avait genre de quoi étaient constitués les légumes de quoi étaient constitués les fruits

A118 : Ouais, mais ça c'est super intéressant

D88 : Ouais, mais pourquoi on fait ça qu'aux 7^{ème} VSO ? Super c'est stupide enfin non c'est pas stupide, mais dans le sens j'ai fait ça une année de ma vie parce que j'étais une année en VSO et du coup j'ai fait de l'hygiène alimentaire. Pourquoi c'est dans ces zones-là, mais pourquoi on pourrait pas sensibiliser en VSG, VSB, gymnase ? Enfin pourquoi tu te bases que sur les, enfin surtout que c'est pas une mauvaise idée enfin je veux dire j'ai fait ça il y a super longtemps je me rappelle pas grand-chose, mais en soi c'était pas une mauvaise idée je pense que c'est quelque chose à développer et qu'on le fait peut-être pas forcément. Je sais même pas si ça existe encore.

B55 : Ben après je pense que c'est pas mal cette mesure dans le sens où ça incite les gens à peut-être à consommer peut-être un peu plus de fruits et légumes, mais c'est enfin il faut pas juste se limiter à ça c'est sûr pour revenir à tout ce qui a été dit. Ça sert à rien de consommer un maximum de légumes qui sont vraiment bourrés de pesticides, enfin plein de produits qui sont peut-être moins bons pour ta santé au final quoi.

A119 : Ouais. Je pense que l'alimentation elle est liée à plein de trucs aujourd'hui genre la santé comme on disait, l'écologie, enfin il y a plusieurs facteurs plus que juste se nourrir, ton besoin vital de manger. Je pense qu'on a dépassé ce stade de juste survivre et manger là on a beaucoup plus de facteurs dans l'alimentation qui sont présents et on est justement on est pas assez au courant de tout ça. Enfin c'est bien joli 5 fruits et légumes par jour, mais après si on voulait vraiment approfondir le truc et comprendre il faudrait aller beaucoup plus loin que ça et c'est pas facile parce que leur but de ce message c'est pas de, de changer la mentalité des gens c'est juste de toucher le plus de monde possible et essayer d'en éveiller le plus aussi, mais voilà ils sont conscients que c'est possible alors ils balancent plein de trucs qui sont facilement accessible et puis ça touchera qui ça pourra, mais autant lancer sur le plus de monde possible c'est ça le but. C'est clair si tu pouvais avoir un entretien individuel avec

chaque personne et lui expliquer en détail ((rires)) je pense que là t'aurais toutes les personnes qui changeraient leur mode alimentaire, mais c'est impossible. C'est une méthode comme une autre elle est peut-être pas super efficace, mais ils ont essayé de faire quelque chose ils ont dit ben on a un problème aujourd'hui avec l'alimentation les gens ils mangent pas assez, ils sont pas en bonne santé ils mangent pas assez de fruits et légumes bon ben voilà on va, je sais pas ils ont du faire une étude pour fixer ce chiffre et puis ils ont dit bon ben allez, on balance ça en masse

B56 : Ouais et puis peut-être qu'ils ont dit ça aussi pour, s'ils avaient mis moins enfin les gens ils auraient tendance à en prendre moins aussi

A120 : Ben peut-être qu'ils ont dépassé ce qu'il faudrait

B57 : Ouais voilà exactement, sûrement pour viser à consommer le plus

A121 : Ouais. En soi c'est pas une mauvaise chose c'est pas forcément bien appliqué, mais c'est pas une mauvaise chose

D89 : Non bien sûr c'est pas une mauvaise chose, mais c'est mal expliqué

A122 : C'est une tentative de faire quelque chose en tout cas

D90 : Ah mais c'est mieux que rien

A123 : C'est mieux que rien

D91 : Mais je pense qu'on peut plus sensibiliser

A124 : Bien sûr, toujours.

IR18 : Mais du coup, un peu dans cette problématique, enfin pour vous comment est-ce que vous définiriez un système alimentaire, une pratique alimentaire durable ?

A125 : Durable, c'est ce qu'on a dit avant la pratique alimentaire durable c'est une question de cohérence entre acheter local, consommer local, consommer pas que local, mais aussi de saison, ça je pense que c'est super important parce que tu dois manger ce qui peut être cultivé pendant cette période. Donc local, de saison, euh et puis euh qu'est-ce que je veux dire ben justement tout ce qu'on disait par rapport aux pesticides

B58 : Ouais ouais dans des conditions de culture

A126 : Voilà exactement, avec ces labélisations et tout ce qui est le plus respectable possible. Ça je pense que c'est les trois facteurs principaux.

B59 : Peut-être qu'après il y a, au niveau durable il y a peut-être l'aspect social aussi peut-être au niveau enfin c'est difficile de vérifier aussi, mais le, la répartition des prix et des coûts dans ce que tu achètes aussi. Enfin qu'est-ce qui est reversé au producteur aussi et au grossiste a détaillant à celui qui a fait le transport. Ça c'est très difficile d'avoir des réponses là-dessus, mais je pense que ça rentre aussi en partie. Peut être dans, typiquement quand on achète au marché on a peut-être plus d'idée là-dessus.

A127 : Après dans l'idéal durable ça serait en plus d'acheter local et chez ton agriculteur pour moi ça serait, c'est encore autre chose, ça serait d'acheter chez un agriculteur qui cultive de manière vraiment durable en cultivant son sol, mais ça c'est très très dur à trouver. Mais ça c'est encore l'étape au-dessus, ça serait vraiment je sais pas, pas toutes monocultures de masses. Oui ok c'est fait selon des

bonnes conditions bio ou j'en sais rien et c'est local, mais c'est quand même destructeur pour le sol. Et ça c'est pas forcément durable donc

B60 : Ah ouais non c'est sûr, ça appauvrit les nutriments

A128 : Ouais voilà exact

D92 : Il faut trouver des alternatives, genre comme la permaculture ou des choses comme ça. Après le problème c'est que la permaculture c'est encore en test

A129 : Oui et puis c'est pas accepté dans le monde agricole surtout. Un permaculteur est pas reconnu comme agriculteur aujourd'hui, a pas de terres, enfin c'est pas une pratique

D93 : Non, mais c'est des choses qu'il faut qu'on prenne en compte parce qu'on peut pas faire de la surproduction comme ça il y a un moment où il y aura plus.

A130 : C'est ça c'est juste qu'à force d'appauvrir le sol. Et puis justement le but de cette permaculture, en plus d'être plus efficace d'une agriculture dite conventionnelle aujourd'hui, en plus d'être plus efficace ça permet toute cette étape où ça renature les sols, enfin c'est une renaturation d sol et le sol devient beaucoup plus productif à nouveau donc c'est hyper positif et ça je pense que c'est un facteur en plus

B61 : Ouais c'est sûr, il y a pas besoin d'intrants chimiques, ouais au niveau de l'énergie fossile aussi c'est assez incroyable il faut le double d'énergie fossile pour produire une seule calorie alimentaire enfin il faut deux fois plus d'énergie fossile aujourd'hui dans le modèle d'agriculture conventionnel avec euh autant pour les pesticides que pour les, que les engrais que tout ce qui est du travail avec les tracteurs, la manière de récolter

A131 : C'est ça parce que t'as aussi tout ce qui est des tracteurs

B62 : C'est dans l'ensemble aussi. C'est vrai que ça c'est une solution dans le sens durable où ça quitte le besoin en énergies fossiles ça c'est essentiel aussi. Ça peut pas être durable étant donné qu'il y a des ressources finies en ressources fossiles. Donc il faut obligatoirement pour que ce soit durable se désolidariser du système fossile pour l'agriculture et ça c'est vraiment compliqué quoi. Il y a vraiment, il y a que la permaculture qui parvient aujourd'hui je pense.

A132 : Mmh mmh, c'est ça.

IR19 : Et du coup une alimentation bio ça correspond pour vous à une alimentation durable ?

A133 : Ben pas forcément, enfin justement moi ce que je dis souvent c'est que. Le label bio, c'est ça ? Ce qu'on détermine comme bio ?

IR20 : Oui oui ce qu'on détermine comme bio

A134 : Ouais ben moi en tout cas personnellement j'ai pas de réelle idée de ce qu'il se cache derrière ce bio et à quel point il correspond avec ma vision du durable aujourd'hui. Je sais pas si, par rapport à ce que j'ai dit avant, typiquement avec les sols, j'ai aucune idée si ça c'est pris en compte dans ce qui est qualifié de bio. Donc c'est un label qui a l'air plutôt positif dans l'ensemble, mais je sais pas s'il correspond à vraiment quelque chose de durable en mon sens.

B63 : Ouais moi je pense que c'est aussi, enfin c'est pas forcément durable, mais ça l'est de toute façon plus durable qu'un produit conventionnel. Ça c'est presque indéniable là-dessus. Mais après c'est vrai que durable c'est difficile, si tu produis à grande échelle sous serre avec une main d'œuvre, enfin qui est mal payée c'est pas forcément durable quoi. Après c'est pas parce que ça se fait en bio que ça se

fait pas ailleurs donc euh. Après il y a au moins quand c'est bio, les bases c'est qu'il y a pas d'intrants chimiques dans la nourriture donc c'est au moins ça, mais ça suffit pas pour dire que c'est durable selon moi.

A135 : Ouais, je suis assez d'accord. En tout cas je mettrai pas bio = durable, ça c'est sûr. Après peut-être que l'assimilation est faite chez certaines personnes, mais pour moi ça c'est encore une sorte de publicité mensongère de ces labels où au final tu sais jamais ce qu'il se passe derrière et puis t'associes beaucoup plus que ce qu'il y a vraiment dans ce label. Tu vois l'étiquette dessus et tu te dis ben tout est bon, c'est bon c'est sain c'est local c'est tout bon pour la nature.

D94 : Ils disent c'est bio c'est bon machin

A136 : Ouais après c'est détourné par la publicité aujourd'hui quoi.

D95 : Tu retiens juste le mot bio après tu vois c'est marqué bio tu dis ah je prends ça.

A137 : Donc là encore il y a toute cette notion dont on parlait avant d'information.

D96 : Ouais, on est mal informé

A138 : Je pense que l'information est là c'est juste qu'on va pas se renseigner.

C26 : Ben faut la trouver quoi c'est ça

A139 : Mais non c'est pas compliqué de la trouver tu vas sur internet tu tapes ça tu la trouves

C27 : Oui. Mais il faut déjà aller la chercher, il faut déjà vouloir aller la chercher.

A140 : Oui, c'est ça c'est plus vouloir la chercher. En Suisse à mon avis t'as des restrictions assez sévères et puis le bio il doit être détaillé de A à Z de ce que c'est. Après personne va chercher.

B64 : Ouais ouais ça c'est sûr, mais c'est un gros document.

C28 : Après faut lire.

B65 : Ouais après moi j'avais cherché pour mon mémoire, mais c'est compliqué quoi vraiment, et puis c'est vraiment un gros pavé c'est pas juste trois exigences comme ça et puis ça dépend de au cas par cas par exploitation, ça dépend de la taille de l'exploitation. Ils doivent toujours garder aussi une surface en jachère où ils cultivent rien dessus pour justement régénérer aussi les sols, mais euh, mais c'est vrai qu'il y a plein d'exigences qu'on est pas du tout au courant.

A141 : Et puis qu'on a pas forcément envie de s'investir pour les connaître.

B66 : Ouais, mais pourtant ils pourraient s'axer sur les principales et puis les, au moins les expliquer. Et puis en quoi ça contribue à ce que soit meilleur ou plus durable

A142 : Et puis en plus bio c'est pas, enfin bio suisse enfin comme tu disais avant il y a bio suisse et bio européen alors si tu me dis bio, bio suisse à la limite c'est encore plus durable que bio européen ou que bio je sais pas quoi. Donc il y a encore différents niveaux au sein du bio qu'il faut déterminer.

IR21 : Ok. Donc euh là on va revenir à un point de vue un peu plus santé. On sait qu'au niveau de la santé publique il y a de plus de plus de personnes qui sont soit en surpoids soit en situation d'obésité, et est-ce que selon vous si on se dirige vers un système alimentaire plus durable est-ce que ça peut avoir un impact sur la santé générale de la population, selon vous ? ou c'est pas forcément lié ?

A143 : Si on tend vers quelque chose de plus durable est-ce que ça aura des effets positifs sur la santé, c'est ça ?

IR22 : Ouais est-ce que ça aura des effets positifs sur ce, enfin stopper l'hémorragie d'obésité ou réduire le nombre de personnes obèses ? Ou est-ce que pour vous c'est-

A144 : Je pense que si on va vers quelque chose de plus durable comme on l'a défini avant euh typiquement je prends l'exemple de la permaculture, si on utilisait plus de permaculture et on vendait plus de produits au marché de permaculture je pense que si tu te nourris de ces aliments je pense que ça a un impact positif. Mais après c'est encore ce changement de mentalité où les gens devraient aller, parce que je veux dire que tu fasses une alimentation plus durable dans ton pays ça empêchera pas qu'il y aura toujours des chips au supermarché. Donc après s'il y a plus d'offre durable oui ça va convaincre un peu plus de personne, mais ça va pas, ça va peut-être pas réduire l'obésité parce que voilà ceux qui voudront manger de la merde et bien ils iront toujours.

B67 : Et puis c'est une mesure parallèle que d'autres industriels peuvent complètement mettre plus de moyens pour faire de la pub pour d'autres trucs, des macdos des choses comme ça ou au fond ils ont toujours un pouvoir. Dans l'ensemble que ce soit plus durable dans le système alimentaire enfin ça aura peu d'impact tant que tu mets les moyens pour maintenir tous ces fast-foods, enfin ça aura toujours un impact négatif sur la santé et puis ça on sait, tout le monde le sait à mon avis.

D97 : Surtout qu'il y a tellement de type d'alimentation que c'est pas parce que les légumes fruits machin c'est durable que comme t'as dit il y aura plus de biscuits, machin, chips, dont les gens se nourrissent. Et puis c'est de là qu'est aussi tirée un peu l'obésité. C'est parce que les gens grignotent entre les repas c'est parce que les gens mangent n'importe quoi et ils font pas de sport, ils bougent pas, ils portent pas d'importance sur ce qu'ils achètent. Donc ouais je pense pas que ça ait vraiment un lien avec l'obésité.

A145 : Ouais. Je pense que si on a, tu fais un graphique avec l'augmentation de la durabilité t'auras pas une corrélation directe avec une baisse de l'obésité. Moi je suis pas persuadé.

D98 : Moi je pense que c'est une question de mentalité.

A146 : Ouais, c'est ça. Moi je pense que si t'arrives à augmenter la sensibilisation peut-être, et en plus fournir l'offre qui correspond à ta sensibilisation, là si t'arrives à faire les deux.

D99 : Je pense qu'il y a toute une étape de sensibilisation

A147 : Oui, mais si tu sensibilises et que t'as pas l'offre à côté ça sert à rien. Tu vois il faut avoir les deux.

D100 : Mais déjà sensibiliser les gens à manger mieux, d'abord, enfin tu vois il y a toute une étape avant d'arriver à ok et en plus il faut manger durablement, c'est encore un peu. Je pense pas que c'est lié plus que ça.

B68 : Ouais. Et puis après il y a plein d'entreprises qui peuvent justement s'approprier le terme durable à leur sauce, parce que étant donné que c'est assez flou et puis qu'il y a personne qui a une définition claire et nette enfin au niveau des individus, après il y a plein d'entreprises, typiquement après c'est pas forcément alimentaire, de voiture qui vendent des voitures qui sont dites durables et c'est quand même aberrant parce que c'est complètement contraire au principe de la durabilité. Donc si macdonald's lance un burger durable ça contribuera pas à réduire, à améliorer la santé publique.

A148 : Ouais, et c'est sûr que ça arrivera.

IR23 : Ben je crois que j'ai plus ou moins fait le tour. A moins que vous avez quelque chose à rajouter, mais sinon j'ai traité toutes les questions que je voulais.

A149 : Non c'est bon.

D101 : C'est bon

IR24 : Ok, alors merci beaucoup.

Retranscription des entretiens semi-directifs

Entretien n°1

IR : Alors euh ben si vous voulez je vous explique un peu brièvement. Donc euh moi mon idée c'était de m'intéresser aux représentations du lien entre une alimentation saine et une alimentation durable et euh aussi de voir un peu les tensions entre un discours de personnes un peu plus experts ou qui travaillent dans le domaine et puis une population un peu plus profane. Donc c'est un peu le but de mon travail. Et puis j'ai déjà rencontré, ben j'ai fait un focus groupe avec des étudiants de l'UNIL et puis j'ai rencontré euh 4 professionnels de divers horizons pour un peu traiter cette question. Et puis c'est un peu le but

FP : Ok

IR : Ok. Je ne sais pas si vous avez des questions ou si ça ?

FP : Non non

IR : C'est bon. Ok. Alors est-ce que vous pouvez euh vous me décrire en quelques lignes, en quelques mots votre euh profession ou votre euh ?

FP : Donc je suis, moi je suis médecin, je suis spécialisé en santé publique euh donc en gros la, l'ensemble des pratiques, des savoirs qui s'occupent d'élaborer des réponses pour les besoins de santé de la population et donc pour ça on utilise beaucoup l'épidémiologie pour décrire, analyser ces besoins. Et puis pour mesurer l'impact de l'intervention préventive dans ces populations. C'est donc, c'est, cette médecine qu'on appelle cette médecine de population qui est la médecine des épidémies, des endémies, des problèmes de santé qui se posent au niveau des populations. Donc on s'occupe surtout de maladies fréquentes, je veux dire de maladies qui ont un impact sur l'état de santé et puis on s'efforce de, de regarder quels sont les déterminants principaux de l'apparition ou la disparition de ces maladies de façon à mettre au point des stratégies, en gros préventives, de prise en charge de ces maladies

IR : Ok. ++. Et pour vous l'alimentation c'est, il a quel impact sur la santé des individus ?

FP : donc d'une façon générale c'est un des très vieux thèmes de santé publique, euh surtout parce que la famine a été pendant très très longtemps un des problèmes de santé publique majeur, enfin ça l'est encore, la sous-alimentation vous l'avez encore dans pas mal de régions du monde, mais dans les pays développés l'alimentation est revenue parce que c'est un déterminant des maladies chroniques. C'est les, dans ces maladies non transmissibles comme on dit les NCD, non-communicable disease, donc les 4 plus grands groupes de maladies c'est d'une part les maladies cardiométaboliques, cardiaques, mais aussi diabète, les maladies respiratoires, maladies rénales. Ca c'est ce premier groupe

des maladies cardiométaboliques. Il y a un deuxième groupe qui est celui des cancers, un troisième qui est celui des affections neuropsychiatriques. Alzheimer, mais aussi dépression et des maladies qui sont liées à l'âge de la population et puis le dernier groupe c'est l'arthrose, dont on parle moins parce que c'est une maladie moins mortelle, mais qui est une cause gigantesque d'incapacité de travail, de mauvais état de santé ou de mauvaise appréciation de leur état de santé par les gens qui souffrent de ces arthroses. Donc l'alimentation est particulièrement importante pour les deux premières pour le cancer et pour les maladies cardiométaboliques, en partie par une surabondance de calories, mais aussi la composition de cette diète qui dans nos pays euh comportent beaucoup de matières grasses d'origine animales qu'on pense être, qu'on pense être de, d'avoir une mauvaise influence sur, sur les cancers notamment par la consommation de viande, en particulier de ces viandes préparées, qui ont beaucoup de saumure et de. Mais aussi à cause de la quantité de graisse animale comme je disais tout à l'heure, mais aussi à cause de la relative faible proportion de, de produits avec des fibres enfin qui forment un ballaste suffisant. Donc l'alimentation est un de ces, donc ces 4 groupes de maladies sont en gros soumises à 4 principaux déterminants de ces maladies qui sont le tabac, l'alcool, la sédentarité et l'ex- l'alimentation. L'alimentation c'est le, c'est le, c'est le plus compliqué parce que c'est là, parce qu'il y a beaucoup d'interactions, c'est difficile de faire l'épidémiologie des pratiques alimentaires parce que, enfin bref, les moyens qu'on a maintenant sont limités quoi on est réduit à demander qu'est-ce qu'ils ont mangé le jour d'avant, qu'est-ce qu'ils mangent habituellement ou qu'est-ce qu'ils mangent durant la semaine précédente. Et un institut comme le nôtre, enfin cette institut qui consacre une bonne quantité de ces ressources à des recherches sur l'alimentation, y compris dans le cadre d'un programme national qui s'occupe assez directement de ce qui vous intéresse, qui s'appelle le « healthy diet and sustainable agriculture », qui là devenu évidemment, ce problème de la durabilité de l'alimentation est devenu un nouveau thème très important pour la suite parce que le coût de productions de calories animales est 10x plus élevé que la production de calories végétales. Et disons dans un monde où la population mondiale s'accroît, en tout cas jusqu'en 2050, avec probablement des changements climatiques qui euh qui signifieront sûrement qu'il faudra produire, en gros doubler la production d'aliments avec probablement moins d'eau, moins d'énergie ou une énergie plus cher, euh et puis aussi avec un contexte spécifique à la Suisse qui est assez compliqué, qui est ouais compliqué pour la Suisse, c'est que d'une part la Suisse ne produit que 50% de son alimentation consommée et d'autre part le, les possibilités de développement de l'agriculture en Suisse sont assez limitées parce que c'est un pays de moyenne montagne en fait. Et en moyenne montagne il n'y a pas des milliers de choses à faire à part faire paître des vaches. Ou bien les, je sais pas en Valais jusque dans les années 195 ils avaient des cultures assez hautes, par exemple à Saint-Luc dans le val d'Anniviers ils avaient des cultures de seigle et de pomme de terre assez haute, mais c'est des rendements qui sont très faibles. Enfin même si on convertissait une partie de ces espaces, on les reconvertissait à l'agriculture de légumes ou de, voire de fruits, ça serait compliqué à cause du rendement très bas donc ça signifierait que ça serait une agriculture comme ils l'est déjà maintenant, mais massivement subventionnés et voilà

IR : Mmh mmh. Mais euh du coup est-ce que vous pensez que dans la population générale les gens sont au courant de tous ces impacts négatifs de la viande notamment sur la santé, mais aussi sur l'environnement ?

FP : Ben je pense, enfin pour la viande il y a encore un autre facteur qui est la sensibilité nouvelle de la population à, aux souffrances animales et à ces choses-là qui est je pense un facteur très puissant. Disons on assiste à une diminution spontanée de la consommation de viande qui est moins due je crois à ces, ou pas encore dû à la croissance de cette conscience à l'égard des animaux, mais surtout parce que l'appétence pour la viande diminue chez beaucoup de gens et en particulier chez les personnes âgées et dans une population qui vieillit la demande de viande décroît, ce qui est un problème en

Suisse, mais en Europe parce qu'une grande partie des politiques agricoles sont destinés à financer la production de viande

IR : Mmh mmh, tout à fait

FP : Et on sait plus où le mettre quoi, le lait en particulier. Euh enfin, mais pour votre question si la population est consciente c'est un peu le paradoxe c'est que les gens sont, je crois, tous persuadés que la nourriture est une partie du problème ou une partie de la solution. Je ne suis pas sûr en revanche qu'ils apprécient bien les risques liés à ces, à ces différents éléments. Paradoxalement, les gens surestiment souvent l'importance de l'alimentation et je pense aussi à tout ce discours contre les pesticides, qui est un discours réel, mais en général ce risque il est complètement sur estimé alors qu'ils sous-estiment considérablement les risques du tabac ou de l'alcool. L'alcool est un cancérigène puissant, c'est, c'est une bonne partie de, enfin c'est à l'origine d'une partie des cancers et c'est quelque chose qui a beaucoup plus d'impact sur la santé de la population la consommation moyenne d'alcool que la consommation de viande rouge

IR : Mmh mmh ok

FP : Et c'est, mais comme beaucoup de domaines en prévention, disons les gens euh surestiment certains risques pour euh, ça c'est en partie des campagnes qui sont orchestrées par les cigarettiers ou surtout par les cigarettiers disons pour dire regardez là-bas. C'est là-bas que ça se passe et les gens sont encore très sensibles ou soumis à ces analyses

IR : Mmh mmh. Et est-ce que pour vous un régime végétarien c'est un régime qui est bon pour la santé ?

FP : Ouais enfin il faut, faut, ça dépend ce qu'on entend par végétarien. Faut se méfier des gens qui sont des monomaniaques d'un type d'alimentation et je pense qu'un des grands progrès de santé publique qu'on a fait, que les gens ne mesurent plus du tout maintenant, mais c'est la diversité de notre alimentation. Quand même pendant des siècles, on parle en Suisse, jusque dans les années 50 on mangeait de la soupe euh en tout cas chaque soir, quand on avait la chance de manger le soir. Et, et la viande était rare, etc. et le fait qu'on ait beaucoup plus de ces produits c'est une bonne chose. Les apports, il y a pas d'apports vraiment complètement spécifique de la, de la viande, mais l'avantage de la viande c'est que ça rend les produits beaucoup plus facilement absorbables. C'est le cas par exemple du zinc, du fer. Le fer on en trouve beaucoup par exemple dans les lentilles ou les, mais il faut manger des quantités extraordinaires de lentilles, même pour ceux qui aiment beaucoup ça, comme moi ((rires)) pour avoir, pour absorber la même quantité de fer qu'on absorbe quand on mange un steak. C'est un produit qui est immédiatement disponible dans l'alimentation carné alors que dans beaucoup de, d'alimentations à partir des légumineuses par exemple, c'est des produits qui sont capsulés dans des, dans des grosses protéines, des gros éléments de fibres et faut passablement de temps pour les absorber. Donc en gros il me semble ce qui serait une bonne alimentation du futur serait une alimentation avec une consommation faible de viande, je dirais je sais pas, 2 ou 3, 2 ou 3 doses par semaines, une dose je dirai que c'est à peu près 200g de steak, ou équivalent. On est clairement au-dessus clairement, les, je sais pas si vous aurez l'occasion, quand est-ce que vous devez rendre votre euh ?

IR : Si j'arrive en juin, mais

FP : Parce que là je pense qu'il y aura déjà les premières analyses du, de cette enquête qui s'appelle Menu CH, qui est la première enquête alimentaire qui a été faite en Suisse, qui est payée par la

confédération et qui a été effectuée depuis ici. On a interrogé 20'000 personnes sur leurs habitudes alimentaires, notamment la quantité de, de viande qu'ils mangent

IR : Ok. Ah ouais intéressant

FP : Mais encore une fois je crois que la, la, enfin je sais pas je pense c'est le maintien de cette diversité et euh et si possible en termes de durabilité en favorisant les circuits courts c'est-à-dire en mangeant des pommes quand enfin ouais en mangeant des pommes ouais tout le temps, mais surtout en automne et en mangeant du raisin en automne, des petits fruits là en. J'ai vu l'autre jour à la, ou c'était à la coop ou à la placette, là il y avait déjà des, des framboises qui venaient de je sais pas où ((rires)) d'Afrique du Sud. Enfin bon c'est pas très raisonnable

IR : C'est sûr, c'est problématique. Et pour vous est-ce que, qu'est-ce que vous pensez de consommer des produits qui sont issus d'agriculture biologique ?

+++

FP : ça peut pas faire de mal ((rires))

IR : Est-ce que en terme de durabilité vous voyez des avantages ?

FP : Je, je dois dire que je connais assez mal ces, pour moi agriculture biologique si je comprends bien c'est une agriculture qui se fait sans euh

IR : Sans intrants chimiques, sans pesticides, etc.

FP : C'est ça. Bon ça encore c'est, c'est une question, sûrement que ça doit avoir un impact sur la santé enfin je réserve le cas des, euh, comment on dit, des opérateurs hormonaux

IR : Les OGM ?

FP : Non. Ceux qui agissent, tout ce qu'on met, ces œstrogènes qu'on met en particulier pour la croissance des animaux, qui, qui présentent un problème probablement assez sérieux, mais général, je pense que le discours sur les pesticides est en général un discours qui surestime l'impact euh sanitaire de ça. Sûrement qu'il y en a un, mais c'est un peu comme la viande rouge, ça représente euh je sais pas, peut-être 20 ou 30 décès par année en Suisse sur les 60'000 qu'on a

IR : Ouais c'est pas beaucoup

FP : C'est vraiment en termes d'impact hein. Mais vous savez c'est ce qu'on voit, là on vient de terminer une enquête là dont ils parlaient d'ailleurs ce matin à la radio, sur le mercure en Valais. Ils nous ont, il y a eu une pollution massive par la Lonza et effectivement on trouve ce mercure dans le sol, on le trouve dans quelques-unes des productions locales, il y a, mais on voit toujours pas d'effet sur la santé. Euh probablement parce que la, la quantité de ces, de ces métaux lourds n'est pas assez lourde pour influencer sur, par exemple le développement neurologique, qui est une cible. Il faut vraiment des expositions massives à ces produits pour qu'il y ait un effet, comme le saturnisme, la névrite des peintres, avec le plomb dans la peinture, la, ou ces expositions comme il y a eu à Minamata au Japon où il y a une usine de mercure, enfin qui utilisant du mercure a déversé en masse pendant des décennies du mercure qui était qui se trouvait tous dans le patient où là il y a eu je crois pas mal de cas d'infirmité neurologique, mais c'était des expositions euh absolument gigantesque

IR : Donc pour vous on surestime un peu quoi c'est

FP : Ouais. Parce qu'il faut surveiller ça et c'est agréable pour personne de consommer des produits qui sont envahis par des, des, des métaux lourds, des trucs un peu dégoutants enfin. Mais je pense pas que les, encore une fois les gens qui fument devrait d'abord s'occuper de ça euh

IR : Et euh depuis quelques années maintenant on entend pas mal cette recommandation qu'il faut manger 5 fruits et légumes par jour, qu'est-ce que vous pensez de cette recommandation ?

FP : Ah ben c'est probablement une des rares recommandations qui est, qui est facile à passer. D'abord parce que les euh ouais parce que ça attire l'attention sur le fait que les fruits et les légumes sont aussi des aliments, pas seulement des, quelque chose qui accompagne son steak ou son, ou ces choses-là. Je pense que c'est une bonne idée aussi d'étaler dans la journée la prise alimentaire. Euh et puis il faut insister sur le fait que, encore une fois si ce, si ces, ces 5 doses peuvent favoriser les circuits courts et les, y compris en termes d'adaptation à la saison, euh faut, faut aller. Et puis, évidemment que c'est une chose, un peu comme les préservatifs pour le SIDA, c'est-à-dire qu'il y a une industrie, en l'occurrence la grande distribution, qui est, qui est intéressée par ça. Et on, on a vu d'ailleurs c'était un slogan repris par tous les distributeurs, en tout cas la Migros, la Coop et euh

IR : Effectivement je crois que c'était pas mal repris ouais

FP : Ouais. Et là il faut, il faut. C'est pour ça que je dis il faut faire attention à ces discours qui exagèrent par exemple le danger des pesticides parce qu'il y en a qui disent par exemple, mais euh si on multiplie par 5 ou enfin je sais pas combien la quantité de pesticides qu'on prend. Il faut dire que le rôle, ce qu'on gagne en effets protecteurs, en termes fibres, et également en termes de vitamines euh avec ces fruits et ces légumes frais euh dépasse largement le, le, les inconvénients liés à l'augmentation de la prise de pesticides

IR : Ok, ok. Et ça vous pensez que c'est, c'est clair pour la population ou plutôt inversement ?

FP : Je crois pas, non. En, en général les messages préventifs hein sont, sont souvent pas clair, d'abord parce qu'il y en a trop. Et certainement une des vertus là du plan de l'OMS, qui est adopté en Suisse, de désigner 4 maladies non transmissibles qui sont déterminés par 4 groupes de facteurs de risque, en soi c'est un gain très important parce que ça focalise, enfin c'est un plan stratégique, c'est-à-dire, alors que chaque fois qu'on ouvre le journal on apprend que la consommation de myrtilles est mortelle, ça va pas je veux dire, ça va pas

IR : Non c'est clair

FP : C'est pour ça que je dis je pense que la, bon il y a beaucoup de responsables là-dedans euh sûrement que les, les désaccords entre les spécialistes sont, sont jamais très très bon. Mais ce qui est aussi très embêtant c'est encore une fois ces mono maniaques de la myrtille et du pesticide lambda. Eux détruisent beaucoup euh, menacent beaucoup le, la crédibilité des messages que les gens reçoivent

IR : Mmh mmh. Et est-ce que vous pensez que c'est quand même plus au rôle de la santé publique de transmettre des messages plus clairs ou est-ce que c'est quand même, l'information est là et c'est aux individus de se responsabiliser ?

FP : Ben c'est pour ça que je disais tout à l'heure, ce dont on s'occupe ici principalement c'est-à-dire l'alimentation euh, est le domaine le plus difficile parce que c'est là où euh objectivement il y a beaucoup d'incertitudes. Je dis par exemple 5 euh. Et en fait on est obligé de choisir des messages dont on est sûr qu'ils soient inoffensifs. Euh de ce point de vue-là la situation de l'alimentation est assez différente de celle du tabac, de l'alcool, parce que là on est sûr de pas se tromper, si on dit aux

gens ne fumez pas enfin vous devriez pas consommer à fumer, si vous avez commencé vous devriez arrêter le plus vite possible euh, etc. Ca on est sûr. On est sûr aussi que l'alcool est pas bon pour la santé, mais c'est bon pour autre chose, en particulier pour le goût et c'est probablement plus difficile de, pour une population, pas seulement la population vaudoise ou valaisanne avec ces vignes, mais pour une population de bannir complètement l'alcool. Dans ce cas-là il faut essayer de diffuser au maximum ces messages du genre euh 1 verre, enfin 1 dose par jour pour les femmes, 2 pour les hommes, comme, comme maximum à atteindre. Et puis pour l'exercice physique on est sûr qu'il y a pas d'effet négatif et que, ou que les fractures ou les trucs comme ça sont largement compensés par le bénéfice qu'on a à, et même avec un, un effet tout petit, enfin des doses très modestes d'activité physique, on a son risque en particulier cardio-vasculaire et probablement sur pas mal de cancers. En revanche face à ces trois messages simples, ou ces trois déterminants, l'alimentation encore une fois c'est difficile et on, on a encore beaucoup de choses à apprendre là-dessus. Par exemple sur les effets du sel euh qui est extrêmement abondant dans notre, notre société pour toutes sortes de raisons euh il y a, il y a pas mal de controverses encore maintenant même si la Suisse fait une campagne je crois raisonnable pour diminuer, mais pour l'instant le sel alimentaire a une. Bon il entre dans la composition d'un produit national qui est le fromage, avec des taux qui sont très très élevés hein de sel euh en particulier ces, je crois l'appenzeller il y a des quantités qui sont beaucoup plus importantes que dans l'Emmental par exemple, ou bien ces, ces produits, ces fromages transalpins comme la mozzarella, ou la, la ricotta qui est peu salée. Il y a un, il y a un mouvement des gens vers ces fromages, maintenant je pense qu'il y a même une production suisse de mozzarella, n'est-ce pas ?

IR : Oui, oui tout à fait

FP : Et ça c'est des signes de changement probablement que les gens, en fait pour moi la raison essentielle de diminuer le sel dans l'alimentation c'est au moins autant une redécouverte des goûts euh parce que le sel masque beaucoup les goûts. Les gens pensent en général que les choses qui ont du goût c'est les choses salées euh, mais en fait il y a un goût qui est plus discret quand on mange un, c'est un peu, c'est un peu comme le sucre quoi le sucre est un goût qui assume le goût par exemple des fruits. Et là je pense qu'il y a une évolution spontanée de la population vers ces. Et les populations sont, enfin il y a beaucoup d'expériences chez les enfants par exemple qui perdent le goût du sel assez vite, dans des sociétés qui mangent euh peu salés comme par exemple la société africaine en général, mais magrébine par exemple, ils trouvent que le fromage d'ici est très fort comme ils disent alors qu'eux emploient du piment

IR : ((rires))

FP : Euh, mais c'est un goût qu'on perd. Enfin moi je mange assez peu salé depuis assez longtemps en partie pour des raisons de médecine préventive, mais pas seulement. Moi je trouve qu'en général tout est trop salé quand on mange au restaurant

IR : Ouais effectivement

+++

IR : Et est-ce que vous pensez que l'argument santé pourrait être un levier pour aborder la problématique de la durabilité ?

FP : +++ . Bon ça sera, euh, il y a ce programme national là dont je vous parlais tout à l'heure, qui est censé répondre précisément à cela. Le prospectus-là qui était le premier [Bruits de feuilles]

IR : Ah ouais ok

FP : Euh. Ouais en tout cas a priori encore une fois si la part des légumes doit augmenter, des fruits et des légumes doit augmenter dans notre alimentation, là on est en ligne avec la durabilité

IR : Mmh mmh. Et euh une question encore de santé publique on sait aujourd'hui, bon il y a un nombre élevé de personnes en situation d'obésité ou de surpoids, est-ce que pour vous si on, si on se dirige vers une alimentation plus durable ça pourrait avoir un impact sur ce problème ? Améliorer la santé des gens ?

FP : Bon euh. La question du surpoids est une question justement qui est assez compliquée. Alors c'est un, un des aspects compliqués euh. Le, le surpoids vient en fait d'une mauvaise balance entre la, j'entends en général hein il y a des maladies, mais c'est pas le problème-là qui est sur la table maintenant. La question du surpoids et de l'obésité vient d'une espèce d'absence de régulation entre les apports et les, et la dépense. Régler la dépense c'est plus facile que régler la, les apports. Euh. Et c'est plus facile maintenant de, de proposer aux gens de se bouger plus, c'est-à-dire de profiter de toutes les occasions qu'il y a de bouger, de descendre un arrêt de bus avant enfin vous connaissez ce, de faire 10'000 pas par jour. Enfin bref c'est plus facile de promouvoir ça que de promouvoir des changements dans l'alimentation. Euh. Dans la, parce que encore une fois il y a beaucoup de choses qu'on connaît assez mal euh. Ici, enfin dans l'institut il y a un débat, d'ailleurs les gens ne sont pas tellement d'accord entre eux. Moi je fais partie d'une, d'une tendance qui pense qu'on en fait trop sur le, que les gens se pèsent trop. Et alors il y a des raisons esthétiques ou d'identité corporelle et les gens se voient euh. Mais moi je pense que c'est un domaine sur lequel il faudrait plus lâcher le pied euh pour toutes sortes de raisons, euh, peut être au moins deux. Euh. D'une part il y a beaucoup de raisons épidémiologiques qui font penser que le lien entre l'obésité, enfin le surpoids et les maladies cardio-vasculaires est si évident que ça. Je crois qu'il faut pas oublier que, aux États-Unis, où pourtant ils ont un surpoids, un problème quasiment esthétique, le, le, une population avec un nombre considérable de gens qui sont obèses, ou super obèses, au-delà de 35 ou 40 kilos par m². Ils sont euh, cette épidémie d'obésité a démarré aux États-Unis au moment où la mortalité cardio-vasculaire s'est mise à diminuer. Donc il y a peu d'arguments hein, et l'obésité continue à augmenter maintenant dans un pays comme la Suisse, il y a des niveaux extrêmement inférieurs, beaucoup plus faibles qu'en Amérique du Nord ou dans d'autres populations d'ailleurs, au Moyen-Orient, etc. enfin l'Europe occidentale est plutôt peu grosse. Euh donc là il y a contradiction épidémiologique donc il y a quelque chose d'autre qui agit pour faire diminuer, qui est supérieur probablement à ça. La deuxième chose c'est que, diminuer, enfin l'alimentation est un thème très difficile pour la prévention. Euh. C'est très difficile, c'est d'autant plus difficile dans une population où il y a beaucoup de variations et où il y a beaucoup de vieux. Chez les vieux c'est plutôt la sous-alimentation qui est un problème hein, et puis c'est une alimentation monotone, etc.. Et c'est compliqué hein de faire un message qui s'adresse à des tranches de populations particulières, il faut aussi, les vieux sont plus soustraits à la sous-alimentation et les jeunes femmes sont soumises à d'autres troubles alimentaires euh. Et je dois dire que à voir quelques unes de ces adolescentes, vous savez quoi, celles en particulier qui, qui se produisent dans des magazines de mode ça fait un peu soucis, on va pas aller leur dire mangez moins

IR : Ouais tout à fait. Non c'est vrai

FP : Et c'est pour ça que je dis, je pense que dans ce domaine, si on reste avec l'idée qu'effectivement ces problèmes de, de surpoids sont mal adaptés avec le le, ces, enfin il y a une espèce de divergence entre la quantité d'énergie dépensée et la quantité d'énergie absorbée, on a meilleur temps maintenant d'insister sur le fait qu'il faut plus dépenser. Et probablement que physiologiquement, enfin en terme darwinien, d'évolution, euh nos ancêtres étaient probablement soumis à des régimes d'alimentation qui étaient beaucoup plus caloriques. Parce que si vous devez vous, vous, courir à toute vitesse pour échapper à un ours, il faut que vous mobilisiez, probablement qu'on était, en ce temps-

là, plus autour de 4000, 5000 calories euh alors maintenant on est probablement, 2'000 calories suffisent pour notre niveau d'activité physique

++++

IR : Donc vous mettriez plutôt l'accent, l'alimentation ça reste secondaire. Enfin important, mais peut-être plus difficile ?

FP : Ouais. En tout cas je trouve que c'est, que c'est mieux de, de promouvoir l'activité physique que les régimes alimentaires hypocaloriques. En termes de santé publique je pense qu'on est plus tranquille avec ça. Et puis il y a encore pas mal de choses qu'on peut gagner sur l'activité physique, en particulier maintenant il y a tous ces plans. Malheureusement on a raté l'occasion de faire des mesures avant et après l'arrivée du métro, mais ça par exemple ça change drastiquement la quantité de pas que les gens, qu'une population euh fait dans une journée hein. Et tous ces plans, il y a tous ces plans d'urbanisme qui maintenant tâchent d'intégrer le fait d'avoir une ration d'activité physique quotidienne suffisante. Et, et ici par exemple c'est un contre-exemple, ce qui est en gros quand on arrive dans l'Institut c'est deux ascenseurs et il y a un, il y a un escalier sombre, qui ne s'ouvre pas quand on arrive aux étages enfin c'est, c'est ce genre de mentalité ou d'a priori qu'on devrait changer

IR : Effectivement ouais. ++++. Ben je crois que j'ai un peu fait le tour je sais pas s'il y a quelque chose que vous vouliez rajouter ?

FP : Pas du tout. Bonne chance

IR : Merci ((rires))

Entretien n°2

IR : Je vais d'abord vous présenter brièvement mon travail.

LM : Bien sûr

IR : Donc du coup, euh, enfin je m'intéresse à la représentation du lien entre une alimentation saine et une alimentation durable et aussi le but c'est d'essayer de faire un parallèle entre le savoir des profanes et le savoir des experts, pour voir les points communs ou les distinctions. Donc du coup pour ça j'ai fait un focus-groupe avec des étudiants de l'université déjà pour avoir un premier aperçu et puis maintenant je suis en train de m'intéresser aux professionnels, pour voir un peu tout ça.

LM : D'accord. Pour vous les profanes c'est des étudiants de l'UNI ?

IR : Ouais. Enfin disons c'était plutôt pour une question de logistique c'était plus facile, mais c'est aussi un biais forcément, c'est pas tout à fait les plus profane dans la population ça c'est sûr

LM : Voilà, mmh mmh.

IR : Alors voilà, du coup j'ai un peu préparé une grille d'entretien, je vais un peu commencer par deux trois questions plus générales et puis ensuite des thématiques plus spécifiques.

LM : D'accord

IR : Donc du coup est-ce que vous pourriez déjà décrire en quelques lignes votre profession ?

LM : Ouais. Alors moi je suis diététicienne et je travaille à l'Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire, où nous sommes aujourd'hui. Donc c'est tout ce qui est soutien aux équipes dans les établissements scolaires pour mettre en place des projets ou des actions visant à faire en sorte que l'environnement soit favorable aux élèves pour faire en sorte que leur alimentation et leur possibilité de mouvement soit adéquate.

IR : D'accord

LM : Et puis par ailleurs, c'est là où vous m'aviez contacté, je travaille pour le programme cantonal « ça marche », qui est le programme bouger plus, manger mieux, pour le canton de Vaud, et qui vise lui aussi à faire en sorte que les gens qui vivent dans le canton de Vaud bougent plus et mangent mieux.

IR : D'accord, ok

LM : Et puis dans ce pack-là je gère un projet qui s'appelle Fourchette verte et qui est un label qui met en évidence des critères de qualité pour la restauration collective avec ces temps-ci un module en lien avec le développement durable qui est en pilote.

IR : D'accord, d'accord ok. Ok. Alors euh, assez largement, pour vous quel est l'impact de l'alimentation sur la santé des individus ?

LM : Alors c'est clair que l'essence-même de mon métier c'est de dire que ça a un lien. Ce n'est pas l'unique lien qui permet de maintenir la santé, mais c'en est un.

IR : Et du coup à quel niveau pour euh pour vous ça se relie les deux, les deux thématiques santé et alimentation ?

LM : Pour moi c'est 100%. Alors vous avez toujours les cas de personnes qui mangent n'importe comment et qui sont jamais malade. Mais à travers les études sur les grands collectifs on remarque quand même qu'il y a des facteurs évidents, des facteurs de risque alimentaire et des facteurs de protection.

IR : Et du coup pour vous est-ce que l'alimentation elle est aussi liée avec la question du développement durable ?

LM : Alors c'est en tout cas une question qui nous est régulièrement posée depuis 5 ans, avec peut-être des dérives au niveau de l'information où trop souvent l'aspect durabilité, encore faut-il qu'on définisse ensemble ce que vous entendez par durabilité, est synonyme de qualité nutritionnelle et de promotion de la santé. Clairement, je prends des biscuits bio, pour bien des gens, ce seront des biscuits santé. Alors que des biscuits bio peuvent être bourrés d'huile de palme bio, de sel et de sucre de canne bio. Donc euh là je pense qu'il y a une représentation et à terme ça m'intéressera d'avoir votre retour, quand bien même je peux imaginer que le collectif d'étudiants à l'uni soit déjà un collectif plus sensibilisé ou plus instruit, mais ce gap là il existe et je pense que ça vaut la peine de le dire, comme de dire que par ailleurs, selon le type de produits qu'on achète, euh, si je prends simplement les fruits et les légumes, faire la promotion du local et régional, sans forcément avoir la plus-value du label bio, permet quand même d'avoir des bons critères de fruits et de légumes de bonne qualité. Et que pour toute une partie de la population ça serait aussi important de valoriser ce type d'aliment là parce que trop souvent ils ont la représentation, de nouveau, inverse, c'est que s'ils mangent que ça c'est forcément des aliments malsains. Et ça peut peut-être même, la question que je me pose, décourager quand on met la barre aussi haut, décourager certains qui auraient pu faire le pas pour l'aspect régional et de saison qui a une bonne qualité nutritionnelle, et le fait de faire la promotion que des labélisés du coup ils baissent les bras et puis ils mangent moins de fruits et légumes que ce qu'ils auraient pu

manger précédemment, ce qui à mon avis a bien plus d'impact que la plus-value nutritionnelle du produit bio.

IR : D'accord, ouais. Alors justement je me demandais qu'est-ce que vous pensiez du fait de consommer des produits d'agriculture biologique ?

LM : Alors, moi je pense que c'est un plus, d'autant plus si on est sensible aux conditions d'élevage par exemple des animaux ou aux conditions sociétales des employés qui sont sur les champs de fruits et légumes. Parce que selon, mais ça vous le savez mieux que moi, mais selon les labels c'est des choses qui sont prises en compte, donc selon la sensibilité qu'on a à ces phénomènes-là ben c'est clair qu'on peut valoriser ce type de label-là. Mais clairement, du point de vue nutritionnel, et là il y avait une bonne étude qui est sortie l'année dernière en tout cas dans la presse, mais je pense qu'elle datait, mais j'imagine que vous la connaissez c'est une en Angleterre en tout cas, je sais plus si c'est Oxford ou Birmingham, qui montrait bien qu'il y avait une petite plus-value nutritionnelle sur des micronutriments, mais mine de rien, la base de l'intérêt des fruits et des légumes c'est pas seulement sur ces micronutriments c'est essentiellement sur le reste.

IR : Mmh mmh.

LM : Et à l'heure actuelle, l'alimentation biologique en Suisse est, de l'ordre d'un cad, est 40% plus cher quand il est bio que quand il est non-bio. Ben je pense que pour certaines personnes c'est important de se dire qu'il n'y a pas besoin forcément de mettre ces 40% de plus. Pour moi c'est un « nice to have » si on a la possibilité et qu'on y est sensibilisé, mais c'est pas une obligation.

IR : D'accord, mmh mmh. Et pour vous le biologique c'est aussi un aspect d'une alimentation durable ?

LM : Alors, qu'est-ce que vous mettez sous le terme de durable ?

IR : Euh, enfin moi je définis le durable selon la définition plutôt officielle donc selon les critères écologiques, sociaux et économiques. Donc pour moi c'est la définition officielle.

LM : Voilà. Alors euh simplement parce que dès le moment où on met l'aspect sociétal c'est pas forcément partagé par tout le monde, donc je voulais savoir ce que vous vous évoquiez.

IR : Oui tout à fait, même pour beaucoup c'est perçu, durable, ça équivaut presque uniquement à l'environnement.

LM : Exactement. Ouais. Donc ça vaut le coup de penser plus large. Et bien sûr qu'en ce sens-là l'alimentation bio entre dans les critères, mais ce ne sont pas les seuls.

IR : Et puis euh de nouveau est-ce qu'un produit issu d'une agriculture biologique est forcément plus durable pour vous qu'un produit qui est issu d'une agriculture conventionnelle ?

LM : Alors euh récemment j'ai eu une demi-journée de formation pour le label qu'on va mettre en place sur le canton de Vaud, Ama Terra, en tout cas en phase pilote, et euh moi je suis très interrogative, toujours à cause de cette efficacité du produit, c'est-à-dire le coût efficacité. Donc euh ben je lis tout ce qui se fait dans les journaux consommateurs je suis les émissions aussi grand public, dans la mesure où régulièrement, si je prends A bon entendeur ou le magazine de la fédération romande des consommateurs ou le bon à savoir, l'avantage c'est qu'ils font des tests sur les produits que consomment les gens que je rencontre, parce que si on va sur des choses plus internationales après on a toujours l'interrogation de dire ouais, mais est-ce qu'en Suisse c'est vraiment comme ça. Et récemment, dans le journal de la fédération romande des consommateurs, je crois que c'était là, il y avait un test sur les pesticides dans les carottes, et mine de rien le paquet de carottes qui s'en sortait

le mieux c'était le M-Budget, non-bio. Alors je présente ça à ma collègue diététicienne qui donnait la formation en disant je ne comprends pas et comment veux-tu que je valorise du bio si pour finir, toujours dans cette idée de coût efficacité, le M-Budget est meilleur. Et puis elle me dit ouais, mais ce que ne savent pas toujours les gens et en tout cas moi je l'ai appris cette fois-là, c'est que l'alimentation bio peut avoir des pesticides, dans la mesure où c'est des pesticides non-chimiques. Moi je savais pas. D'où le fait que effectivement, quand toujours, et c'est ce que je mets en avant, régional et de saison, on peut avoir des produits qui ont bien moins de pesticides que même l'alimentation bio.

IR : Et euh, ouais du coup on revient un peu à cette question, mais est-ce que selon vous bio c'est bien interprété par la population plutôt générale ou est-ce qu'on a réussi à, via le marketing ou des choses comme ça, il y a beaucoup plus qui est pris en compte que ce à quoi ça correspond vraiment, ou beaucoup moins ?

LM : Moi je trouve qu'il y a des raccourcis qui sont fait et comme je le disais en introduction vous pouvez avoir une saloperie bio. Et ça c'est pas toujours clair dans la tête des gens. Je pense aussi que c'est un marché commercial. L'été dernier je me trouvais à la coop, c'était pas une coop que je connaissais bien, et puis je vais me servir de légumes parce que voilà j'étais pressée et j'en avais plus dans mon frigo, je vais à la caisse et puis je regarde le prix et je me dis, mais c'est juste pas possible que des aubergines coutent si cher. Ça, ça a quand même tilté dans mon cerveau. Et puis je retourne dans le rayon et puis je vois qu'en fait à la coop j'avais plus tellement le choix il y avait plus que du bio. Et que, j'ai vraiment dû chercher, parce que quand c'est de saison et bien je vais prendre le non-bio, et du coup j'ai vraiment dû chercher. Et je me suis dit ben là, toujours dans cette idée que les produits bio quelque part sont plus rentables, en tout cas pour le grossiste, enfin le grand supermarché, parce qu'eux ils tractent et apparemment ils ont des contrats vraiment sévères et où c'est difficile pour les agriculteurs de s'en sortir. Donc eux ont bien compris qu'ils pouvaient se faire du fric là-dessus.

IR : Ouais. ++ .Du coup, pour rester dans les fruits et légumes, on, depuis quelques années on a beaucoup entendu parler de la recommandation de manger 5 fruits et légumes par jour. Pour vous qu'est-ce que c'est le but de cette recommandation ?

LM : C'est vraiment inciter les gens à manger plus. Le 5 c'est un objectif. alors j'ai fait un CAS il y a deux ans et puis je cherchais un travail de mémoire à un moment donné et je m'étais posée la question savoir si creuser le fait que – mon interrogation c'est de dire quand je parle de la viande, parce qu'à l'époque il y avait de nouvelles recommandations qui étaient sorties et c'était du style manger trois fois par semaine de la viande. Après je regarde la consommation des Suisses et c'est 52 kilos en moyenne par année et par personne, c'est-à-dire un kilo par semaine, ça veut dire que dans une famille vous achetez 5 kilos de bidoche si vous êtes 5, chaque semaine. Moi ça me paraît énorme. Mais c'est les statistiques. Et là-dedans il y a des végétariens, des gens qui n'y touchent jamais, donc ça veut dire qu'il y a vraiment des gens, non seulement le 1 kilo par personne c'est énorme, mais en plus il y a sans doute des gens qui font monter pour arriver au 1 kilo et qui doivent en manger plus. À ceux-là on leur dit, à tous on dit, trois fois par semaine, 100 à 120 grammes, 360 grammes, trois fois moins. Est-ce que quand j'arrive avec un objectif de dire vous faites ça, mais il faudrait trois fois moins, ça stimule ? Ou au contraire est-ce que ça fait poser les plaques ? La même chose avec l'aspect du bio pas bio sur les légumes. J'ai pas eu l'occasion de creuser parce que la brève recherche de littérature que j'avais faite, juste pour savoir où j'allais, chaque fois on m'expliquait qu'il y avait des recommandations alimentaires et que ceux qui les suivaient pas c'était les pauvres et les illettrés. Et jamais on s'est posé la question de savoir l'adhérence à ces recommandations. Donc voilà, moi je, quand je présente, parce que ça m'arrive régulièrement d'aller dans des groupes faire des formations, d'écrire pour le site internet, etc. ce que j'explique c'est que c'est l'idée de viser plus et après peut-être ça vaut aussi la peine d'expliquer ce que c'est une portion. Parce que pour bien des gens ils disent 5 portions c'est 5 grosses pommes

tous les jours, c'est chiant. Non. Un verre de jus de fruit c'est une portion, une sauce tomate dans les pâtes c'est une portion, une tarte aux pommes c'est une portion. Et peut-être que quand on explique tout ça, et ben tout à coup, je passe pas de zéro à 5, mais je passe peut-être, la moyenne je crois c'est, on est à 3.5, et puis déjà si on visait le 4, 4.5 ce serait un plus.

IR : Ouais tout à fait. Ouais justement parce que dans le cadre de mon focus groupe il y a aussi cette question, le chiffre 5 on ne sait pas vraiment à quoi ça correspond, est-ce que manger 5 carottes ça fait la même chose.

LM : Ouais c'est ça. Moi je donne l'exemple de dire ben c'est 5 framboises ou c'est 5 pastèques.

IR : Ouais, ouais tout à fait.

LM : Alors que c'est ce qui tient dans votre main.

IR : Ouais tout à fait. Alors ça je me demandais si vous pensiez que si, enfin est-ce qu'une information plus complète pourrait être donnée ou est-ce que selon vous ça aurait pas d'impact sur la consommation.

LM : Moi j'ai toujours confiance que quand on explique ça aide à faire passer le message. Après je pense qu'il y a d'autres biais que simplement remplir le cerveau. Euh le fait d'avoir une attitude de gens qui font la promotion et qui valorisent le comportement, dans une école typiquement, si les adultes adoptent l'attitude recherchée, ça aura plus d'impact - mais on a la même chose avec la clope ou la bière. Si les enseignants - un temps la seule pièce de l'établissement scolaire où on pouvait fumer c'était la salle des maîtres. Mais au secours ! Quel message on donne ? Donc l'attitude a de l'importance, mais aussi ce pourquoi on se bat, et à travers Fourchette Verte c'est aussi ça, c'est de dire lorsque le milieu est favorable, lorsque vous allez au restaurant scolaire et qu'il y a des fruits et des légumes qui sont vendus à un coût intéressant, vous aurez plus d'adopter ce comportement-là que si on vous a juste dit pendant le cours mange tes légumes c'est bon pour la santé. Parce que en plus selon l'âge des enfants la santé ils s'en tapent, ce n'est pas ça qui les intéresse, voir même au contraire ça sera - ils seront dans l'opposition. Et puis ce qu'on a pu montrer aussi c'est qu'en termes d'augmentation des fruits et des légumes ce qui est porteur c'est pas simplement de dire aux gens ah tu manges trois portions ben c'est simple tu fais tout à double, comme ça t'arriveras à 6. Ce qui est plus attractif c'est d'augmenter le nombre de possibilité de prise alimentaire dans la journée, donc si déjà le matin il y a la possibilité de manger un fruit, dans la matinée, un - alors je ne sais pas si vous mangez des carottes à 10 heures, mais ça pourrait être ça, à midi avoir des légumes plus de la sale plus un fruit enfin tous ces moments-là. Avoir 400g d'épinards dans une assiette c'est décourageant, mais avoir 200g plus une pomme on arrive à la même quantité et on n'a pas eu l'impression de se bourrer.

IR : Tout à fait, ouais, effectivement.

LM : Donc on peut jouer, par toutes ces choses-là et pas simplement sur le fait de je t'ai dit de faire et puis tu n'as qu'à faire. Moi je suis spécialiste de l'alimentation, je pense que mets vraiment bien en pratique ce que je prône parce que j'y crois. Mais parlez-moi d'activité physique. C'est là où je prends conscience que c'est, ce n'est pas tout de savoir, après tous les jours faire ses 10'000 pas, faut y aller.

IR : Tout à fait. C'était aussi quelque chose qui ressortait de dire après si on y est sensibilisé est-ce que ça a un impact oui ou non. Pas forcément disons, ce n'est pas toujours le cas. Juste de savoir ça ne suffit pas forcément toujours.

LM : Non, non non. Et c'est des choses que je travaille aussi dans les groupes d'enseignants en disant, mais il ne suffit pas - bien sûr quand on est à l'école on a envie de transmettre, on a envie de remplir

le crâne, mais on peut faire plein d'autres choses. Je crois beaucoup plus à la dégustation des produits dans les petites classes, à la découverte de la façon dont poussent les fruits et les légumes, à la visite d'une ferme pour voir un petit cochon. Bon après vous me direz ouais, mais si c'est pour manger le petit cochon ça peut être pervers ou je ne sais pas (rires). Mais vous voyez, toutes ces choses-là qui en font quelque chose de ludique, d'attractif, de positif et pas simplement de dire mange pas de saucisse parce que ça te bouche tes artères.

IR : Ouais, ok. +. Et du coup moi j'avais aussi une question par rapport à la viande, vous avez dit en moyenne c'est 1 kilo, est-ce que du coup vous pensez qu'une diminution de la viande chez les individus ça peut être bénéfique pour la santé ?

LM : Bien sûr ! Ben je vous dis les recommandations de la société suisse de nutrition c'est trois fois par semaine, 100-120 grammes. Alors bien sûr que ça a un impact sur la santé. Les populations végétaliennes ont des meilleurs facteurs de protection, je veux dire ils sont moins malades dans les maladies non transmissibles, cardio-vasculaires notamment. Après il y a toujours le biais de dire c'est souvent des gens sensibilités qui vont peut-être avoir plus d'activité physique, moins fumer, moins boire d'alcool donc c'est difficile de focaliser que sur la consommation de viande. Mais en plus, du point de vue écologique, ça a aussi un gros impact, bien plus - on parle toujours des fruits et des légumes bio, mais la quantité de viande ou de poisson dans l'assiette, sur l'empreinte écologique, c'est bien plus intéressant de travailler là-dessus. Par contre, alors pour mettre en place la Fourchette Verte qui est justement un label où les quantités de viande sont présentes, mais limitées, quand vous parlez à certains adultes multiplicateurs, les éducateurs dans les garderies, souvent c'est plus eux qu'on doit inciter à diminuer la viande que les enfants qui voudraient se servir d'une quatrième fois. Oui il y en a bien sûr, mais si l'adulte sait pourquoi il le fait, ça a plus de sens que simplement si on laisse faire au nom du plaisir de l'enfant.

IR : Ouais. Et est-ce que vous pensez que la population est au courant des impacts négatifs, et sur la santé et sur l'environnement, de la viande ?

LM : alors je pense que les vidéos des porcheries ça a bien passé dans la population. Mais après combien de temps ça va durer, est-ce que la prochaine st-martin ça va faire en sorte qu'ils mangent moins de viande ? Je n'en sais rien je pense qu'il faut beaucoup de choses.

IR : Est-ce que pour vous ça serait important de les sensibiliser plus ?

LM : Alors je pense que c'est un tout hein c'est que pour faire passer les mesures structurelles dont je vous ai parlé il faut qu'il y ait eu la sensibilisation de certaines personnes par la communication de la notion. C'est un tout. Mais simplement dire de faire ça ne suffit pas. Et typiquement pour imposer ou faire en sorte que la fourchette verte passe dans la restauration scolaire ou des garderies, notre meilleur soutien c'est les politiques. Dès le moment où c'est une demande du financeur, de la commune, les choses se mettent en place. Mais pour y arriver il faut avoir pu sensibiliser, et puis là vous avez des tels enjeux. Parce que tout le monde est d'accord sur le fait que les enfants devraient bien manger, mais, par ailleurs pour finir mon mémoire de CAS je l'ai fait sur les distributeurs dans les écoles, vous avez encore de gens qui pensent que même dans l'école obligatoire c'est juste la liberté de commerce de mettre une machine avec des saloperies dedans. Il en reste 8 dans le canton, dans l'obligatoire, et moi j'aimerais qu'on dise maintenant c'est supprimé. Qu'est-ce qu'on va se casser la tête pour 8 ? On supprime, c'est interdit, on n'en parle plus. Mais quand ça avait passé au Grand Conseil, c'était en 2009, au nom de la liberté économique.

IR : Ouais ok.

LM : Il n'y a pas de que gens – enfin on a pas tous les mêmes intentions.

IR : Non effectivement, ouais. Et euh pour une question un peu plus, plus globale, on sait que du point de vue de la santé publique on sait qu'il y a un nombre de plus en plus élevé ou en tout cas très élevé de personnes en situation d'obésité ou de surpoids. Est-ce que pour vous, si on se dirige vers un système alimentaire un peu plu durable, ça pourrait potentiellement palier à ce problème, enfin est-ce que ça pourrait avoir un impact ?

LM : Alors, selon vous, quels aspects de la durabilité pourraient avoir un impact sur l'obésité ?

IR : Alors. Moi je verrai typiquement une consommation de fruits et légumes plus locaux, euh ça aurait forcément un impact si les gens mangeaient plus local et plus de fruits et légumes, et puis aussi également moins de viande, je me dis si on adopte un système alimentaire comme ça est-ce que ça pourrait avoir un impact sur la santé des individus ?

LM : donc là vous avez à la fois pensé au mode de production, mais vous avez aussi pensé aux quantités. Et en ce sens-là, je dirai oui, la modification de la qualité en termes de quantité dans l'assiette a une influence sur l'obésité, le fait que ce soit bio ou pas bio je pense pas qu'on puisse le montrer. Et puis après si dans l'aspect sociétal on fait en sorte que les gens s'entendent mieux entre eux et se dévalorisent peut-être moins simplement sur le physique, parce qu'on pourrait simplement arriver à ça. Il y a quand même une pression lourde sur l'ensemble de la population pour respecter un certain profil de poids qui à mon avis plus on met la pression moins les gens peuvent y arriver. Alors peut-être il y a cette dimension-là dans le – et puis il y a beaucoup de choses, la problématique de l'obésité c'est pas juste une question de calories dans l'assiette. L'activité physique, il y a encore des, au niveau des microorganismes dans l'intestin ça reste, en tout cas c'est une piste d'avenir donc peut-être qu'il y a des particularités individuelles qui font qu'effectivement il y a des gens, quand ils regardent un verre d'eau ils prennent plus facilement du poids que ceux qui mangent des pâtisseries, ce n'est pas juste, mais c'est comme ça. Enfin il y a, ce n'est pas juste qu'une balance calorique.

IR : Ouais ouais. ++. Et puis euh, ben une dernière question je me demandais quelle part de responsabilité vous donnez aux individus quant à leur santé, est-ce que vous estimez que la santé publique ou la sensibilisation devrait prendre une plus grande place, ou est-ce que vous estimez que c'est, l'information est là et les gens devraient se renseigner par eux-mêmes ?

LM : Alors, évidemment moi je travaille depuis 30 ans en santé publique, je crois beaucoup à la responsabilité étatique. On doit avoir des lignes directrices, on doit aider à les mettre en pratique et les projets dans lesquels je travaille visent à ça. Donc je ne peux pas scier la branche à laquelle je crois. Je pense aussi qu'il y a une certaine responsabilité individuelle et que se prendre en charge ça fait partie de ça. Je n'en suis pas à dire que les obèses devraient payer plus d'assurance maladie, parce qu'on peut arriver jusque-là. Mais simplement dire je n'ai pas de bol, j'ai mal été nourri pendant les 6 premières années et puis je pleure pendant les 70 autres années qui me reste, je trouve ça triste.

IR : Ouais, ouais, tout à fait. +++ Ok ben je crois que j'ai un peu fait le tour de toutes mes questions.

LM : Ok. Est-ce que c'est ce que vous imaginiez que j'allais répondre ?

IR : Ouais, ouais, mais c'est intéressant il y a pas mal d'éléments qui, qui, ouais de nouveaux apports quoi, disons en littérature et après quelqu'un sur le terrain c'est toujours différent quand même donc ouais ouais il y a pas mal

LM : Si vous avez besoin après de références, statistiques ou tout ça, vous me dites et puis je cherche.

IR : D'accord, merci beaucoup. Je ne sais pas si vous vouliez rajouter vous quelque chose ?

LM : Vous avez rencontré d'autres personnes de terrain ?

IR : Alors pour l'instant, je commence avec vous. Cet après-midi je vais rencontrer le médecin qui s'appelle Yves Schutz, donc je le vois cet après-midi et ensuite je vais aussi voir quelqu'un -

LM : À quel titre vous le voyez lui ? Parce qu'il était à l'institut de physiologie il s'est beaucoup battu pour tout ce qui était obésité de l'enfant parce que sa femme a un projet sur Vevey. Comment vous êtes arrivés chez lui ?

IR : Alors euh en cherchant un peu des spécialistes médecin de l'alimentation c'est un peu lui qui ressortait beaucoup

LM : Ah ouais, ouais parce qu'il a fait la formation à l'institut de physiologie et de nutrition clinique

IR : Ouais c'est ça c'est ce que j'ai vu, donc du coup c'est un peu lui qui ressortait et puis je me suis dit que c'était intéressant d'avoir quelqu'un qui avait la casquette à voir ce que ça donne. Ensuite je vais normalement rencontrer une doctorante en durabilité donc là ça sera plutôt un autre point de vue.

LM : Ok, à l'uni ?

IR : Ouais

LM : Parce qu'il y a un projet sur l'uni, tout ce qui est développement durable.

IR : Ouais, volte face ?

LM : Non, swiss, swiss je sais plus quoi.

IR : Ouais, ben il y en a sûrement plusieurs de toute façon. Donc je vais rencontrer cette personne et après euh après je cherche encore sûrement une personne ans la durabilité, je ne sais pas si je vais essayer de me tourner vers quelqu'un de plus agriculteur ou quelqu'un dans ce, te après encore quelqu'un qui est peut-être médecin ou je sais pas

LM : Ouais. Si jamais à l'État de Vaud il y a un secteur durabilité avec Viviane Keller qui est responsable de ça. Elle elle a justement mis en place des normes pour les EMS sur l'aspect de l'alimentation durable.

IR : Viviane Keller vous avez dit ?

LM: Keller, K-E-L-L-ER

IR : D'accord, ok, je vais regarder alors

LM : Vous googeliser et vous regarder son titre et si ça vous va.

+++

LM : Ouais je cherche qui pourrait... Ouais non, je pense qu'elle. En tout cas nous on l'utilise pour certains apports

IR : Ok, ouais. Alors intéressant je vais regarder

LM : Notamment l'économicité des produits durables dans les EMS.

IR : Ouais intéressant. Je vais la chercher et je vais regarder et on verra ce que ça donne

(rires)

LM : Ok, très bien.

IR : Ben voilà, merci beaucoup.

LM : Et puis vous alors vous êtes végétarienne et puis vous mangez euh ? Non ? (rires)

IR : Non. J'aimerais bien, mais euh ce n'est quand même pas si simple que ça

LM : C'est un journaliste qui m'a téléphoné et la première question c'était : êtes-vous végétarienne ? J'ai dit, mais je ne réponds pas à ce genre de questions. Bon, après à la voix je me suis dit ouh celui-là il est stagiaire et puis effectivement. Ouais non, mais. Et puis en quel, de quel, est-ce que ça change la qualité de ma réponse si je suis végétarienne ou pas, parce qu'il ne me contacte pas en tant que végétarienne il me contacte en tant que diététicienne.

IR : Ouais c'est clair. Ouais non après, ouais c'est vrai que ça c'est une problématique intéressante, mais en tout cas j'essaye, enfin plus on en apprend plus c'est difficile de passer outre et de consommer n'importe comment, en tout cas aussi d'un point de vue durable consommer d'un point de vue social et économique aussi, de savoir ce qu'on achète, de savoir que ces agriculteurs ils travaillent donc pas toujours acheter des ananas qui viennent d'Afrique du Sud, on sait pas les conditions, tout ce genre de choses c'est sûr que je mets en pratique après la viande euh. Ouais.. Je ne suis pas sûr que j'arriverai d'un jour à l'autre à arrêter complètement.

LM : Ce n'est pas le but non plus.

IR : Je n'en mange pas souvent et quand j'en mange j'achète de la bonne viande

LM : Flexitarienne

IR : Voilà, c'est qui ressort aujourd'hui

LM : Ben moi je me retrouve là-dedans. Pas tout supprimer, mais effectivement, c'est un discours que j'avais aussi pour l'alcool, peu, mais du bon.

IR : Voilà, mais je pense que ça s'applique à pas mal de choses. Et puis revenir un peu à des choses plus locales aussi, je pense que ça c'est important aussi pour l'écologie le transport par avion au bout d'un moment ça va, c'est plus possible

LM : Ouais. J'ai une copine qui est très branchée et je cherchais des témoignages de famille végétarienne et après on parlait de vacances et elle me dit ah nous on fait des vacances, mais toujours en transport public. Et pas d'avion en plus.

IR : Ouais, ça c'est pas mal. Surtout quand t'es une famille

LM Ouais justement, 4 enfants. Chapeau.

IR : Ouais

++

LM : Ok ben écoutez, désolée encore de vous avoir fait attendre.

IR : Ah non, mais pas de soucis, merci pour votre temps.

Entretien n°3

IR : Alors. Ben du coup, bon vous avez déjà un peu lu, mais je peux vous présenter brièvement

NN : Oui, volontiers ouais

IR : Donc euh ouais ben dans l'idée je voulais m'intéresser aux représentations du lien que les gens se faisaient entre une alimentation saine et une alimentation durable. Et euh et aussi l'idée c'était de faire un focus groupe avec les étudiants de l'université pour voir quelles étaient les représentations de la population un peu plus profane et puis euh après interroger des experts de domaine qui ensuite pouvaient faire un contraste entre les deux, c'était un peu l'idée, c'est un peu l'idée de mon travail. Donc j'ai déjà rencontré, ben j'ai déjà fait mon focus groupe j'ai déjà rencontré deux euh professionnels plutôt de la santé, une diététicienne et puis un médecin donc comme ça j'ai déjà un peu diversifié et puis je vais encore rencontrer une cheffe du développement durable à l'État de Vaud

NN : Ouais, Madame Y ?

IR : Oui exactement. Et puis euh quelqu'un à l'IMUSP, Monsieur X qui est aussi un médecin qui fait aussi un projet de recherche sur cette thématique

NN : D'accord.

IR : Donc voilà l'idée de mon travail

NN : Ok

IR : On verra. Et puis euh et puis voilà

NN : Ok d'accord

IR : Alors euh du coup j'ai préparé une grille après euh on va faire un peu comme, je vais faire un peu des questions un peu générales et après si certaines questions vous paraissent pas pertinentes pour vous vous me dites seulement hein

NN : OK d'accord ça marche

IR : Donc déjà ouais si vous pouvez déjà un peu vous présenter vous en quelques lignes, votre domaine de recherche, etc.

NN : Ok. Alors euh donc moi de formation je suis architecte EPFL, et puis j'ai fait mon diplôme d'architecture sur la gestion des déchets à Tokyo. Donc c'est ça qui m'a un peu ancrée sur les questions environnementales. Après j'ai travaillé comme urbaniste à la CEAT, qui était aussi un labo de recherche entre lien entre terrain et euh et finalement et privé, quelque part c'est un peu un institut hybride.

IR : D'accord ouais

NN : Et puis là j'ai travaillé pas mal sur les processus participatifs dans l'aménagement du territoire et puis ben je me suis rendu compte qu'il faudrait que je développe ces questions sur l'environnement, enfin que je finalement en ayant fait des études d'architecture j'étais pas du tout experte là-dessus donc j'ai décidé de commencer une thèse de doctorat que j'ai fait à l'Université de Lausanne dans la faculté des Géosciences et de l'Environnement sur euh l'agriculture urbaine, donc sur les questions de, ben voilà agricoles donc ça se lie un peu aux questions de l'alimentation et sur la durabilité des villes. Donc j'ai travaillé là-dessus et je suis partie, dans ce cadre-là je suis partie 1 ans et demi étudier au Japon pour étudier l'agriculture urbaine et les pratiques qu'il y avait là-bas et puis ensuite en parallèle j'ai fait un projet de recherche avec les paysans vaudois qui s'appelaient Vaud 2030 où j'ai travaillé sur cette question d'agriculture toujours. Et puis ensuite je suis partie comme urbaniste à la ville de Morges après je suis revenue et puis maintenant je dirige la plateforme de projet Volteface qui est une plateforme de recherche sur la transition énergétique, et on a 13 équipes de chercheurs qui travaillent

là-dessus. Euh dont une équipe qui est celle de Marie Santiago qui travaille sur ces représentations entre santé et transition énergétique finalement

IR : Ok, génial

NN : Ouais c'est cool ouais

((Rires))

IR : Joli parcours. Euh donc du coup vous comment est-ce que vous situez l'alimentation dans le développement durable ?

NN : Alors euh déjà nous on parle de durabilité maintenant parce qu'en fait développement durable ça voudrait dire qu'on peut continuer une croissance infinie et puis ouais. Donc on est plutôt parti sur la durabilité. Euh après comment euh je mets la place dans l'alimentation c'est ça dans la durabilité ? Ben pour moi c'est une place essentielle, d'une part parce que l'alimentation elle a un impact énorme en termes de euh en terme de durabilité d'une part euh ben des impacts environnementaux et alors là on peut passer, si on commence au début de la chaîne ben les pratiques agricoles euh ben voilà ça a un impact sur la pollution des eaux, sur le réchauff – enfin sur le climat, euh ça a un impact aussi ben social, enfin à chaque fois il y a des impacts sociaux qui vont avec. Donc ça c'est sur la production alimentaire. Après il y a la question aussi de ben de la mobilité des produits, enfin si on prend toute la chaîne il y a mobilité, après on déplace des productions euh d'un bout du monde pour l'amener chez nous. Après il y a tout ce qui est emballage pour la vente et après il y a tout ce qui est déchet de l'alimentation. Donc là ça pose beaucoup de questions, enfin concrètement l'alimentation elle a un impact environnemental et en termes de durabilité énorme. Euh après moi ce que je trouve intéressant dans l'alimentation c'est que finalement pour moi c'est un bon levier pour parler de durabilité parce que, parce que tout le monde mange ((rires)) et tout le monde est préoccupé par l'alimentation, notamment parce que ça touche la santé. Et c'est là où moi je trouve que l'approche santé, dans tout ce qui est durabilité, elle est pas encore tellement développée, elle est intéressante parce que c'est un levier qui parle aux gens parce que ça s'intéresse à, à leurs corps. Et ça je trouve que c'est une optique intéressante parce que sinon souvent la durabilité c'est hyper abstrait. Ou le réchauffement, par exemple le réchauffement climatique les gens ils font ouais, mais en quoi ça touche à, à ma vie à moi et puis finalement, souvent on dit ça, pourquoi c'est pas aux chinois de faire quelque chose et pourquoi c'est moi, pauvre petit suisse à faire quelque chose ? et là vraiment ça touche vraiment les gens.

IR : Mmh mmh

NN : Et puis on se rend compte que, moi ce que je trouve aussi intéressant dans l'alimentation c'est que ça permet de voir comment finalement un truc super simple genre une tomate en fait c'est hyper complexe. Et voilà, et puis il y a plein de trucs derrière l'alimentation je trouve ; les représentations culturelles, les euh ouais enfin les agriculteurs, leurs pratiques derrière ça, aussi notre euh le budget des ménages qu'on consacre à l'alimentation. Là sur Vaud 2030 on avait vu que dans les années 50 c'était genre, je sais plus exactement les chiffres, mais c'était genre 40% du budget des ménages qui étaient consacrés à l'alimentation et puis maintenant on est à 11%, et puis on dit que c'est trop cher, on peut pas manger bio parce que c'est trop cher et puis on est là oui, mais avant on y arrivait bien.

IR : Oui tout à fait

NN : Alors, peut-être qu'on faisait moins de voyages, on avait moins d'argent pour les loisirs, mais on avait plus d'argent pour l'alimentation

IR : Ouais. Et pour revenir sur un truc, sur quelque chose que vous avez dit euh pour vous est-ce que vous pensez quand même que la population elle soit sensibilisée à, au, enfin tous ces enjeux alimentaires, sur l'impact euh

NN : Sur l'impact environnemental ?

IR : Ouais

NN : Euh. Moi je pense que quand même ils sont assez sensibles parce que je vois il y a eu plein de ben les gens ils se posent des questions sur leur alimentation parce que en effet ça touche à leur corps, ça touche à leur famille donc ils sont assez sensibles. Après je pense que nous en tant que scientifique je pense qu'on joue un rôle perturbateur quelques fois parce qu'il y a plein d'informations contradictoires. Par exemple il y a eu ce cas du saumon bio, il y a eu une émission qui a dit, mais finalement saumon bio c'est le saumon dans lequel il y a le plus de, de trucs toxiques, par rapport à un autre saumon qui est pas bio. Et puis là les gens ils se disent bon ben moi j'achète bio parce que voilà c'est, c'était, je pensais que c'était meilleur pour ma santé, finalement on me dit la chose inverse euh. Voilà ou même moi quand je vais faire mes courses à la coop je me dis bon ben voilà, il y a par exemple euh je veux prendre un truc bio parce que je pense que c'est meilleur, mais il vient de l'autre bout du monde alors que l'autre truc il est pas bio, mais il vient de Suisse. Ou il vient d'Europe. Qu'est-ce que je prends en fait, qu'est-ce qui est juste ? Est-ce que je dois rien prendre, mais alors il reste plus grand-chose euh. Alors je dirai oui je pense que la population elle est quand même informée par, par des petits trucs, mais qu'il y a plein d'informations contradictoires et que souvent ils sont un petit peu perdus.

IR : Mais à ce niveau-là vous pensez que c'est plutôt aux instances publiques, comme les scientifiques ou l'Etat etc. de transmettre plus d'informations ou une meilleure information ou c'est plutôt aux individus de, de plus se renseigner, de mieux s'informer ?

NN : Moi je, euh, des fois j'ai l'impression que, en fait il faut, il faudrait remettre au goût du jour le bon sens. C'est à dire qu'à un moment euh, ben les informations selon le périmètre qu'on étudie, enfin on le voit dans des études scientifiques, selon ben voilà quel type de périmètre qu'on étudie, selon le type de vision, on peut faire dire n'importe quoi. Par rapport aux chiffres aussi, souvent les gens ils disent ouais, mais c'est chiffré donc c'est sérieux alors que finalement les études qualitatives comme celle que vous faites elle a plus de sens parce que vous passez plus de temps avec les acteurs que quelqu'un qui va faire un sondage sur 10'000 personnes. Voilà, euh. Sauf que les gens ils vont plus croire le sondage, les pourcentages, etc.

IR : Oui tout à fait

NN : Et puis euh, et donc je me dis, mais à un moment est-ce qu'il faudrait pas remettre le bon sens et puis juste se dire, mais est-ce que vous pensez que c'est mieux, concrètement est-ce que vous pensez que ça c'est mieux ? Est-ce que vous pensez que c'est normal d'avoir des fraises en hiver ? Est-ce que pour vous ça vous paraît normal ? Et puis je pense qu'il y a une espèce de bon sens on va dire ben non, en fait c'est pas normal. Est-ce que c'est normal que tout soit emballé 10'000 fois ? Voilà est-ce que c'est juste en fait ?

IR : Ouais tout à fait

NN : ça je pense qu'il faut se fier au bon sens. Après bien sûr qu'il faut de l'information, mais moi j'ai l'impression que maintenant il y a tellement d'informations, il y en a partout et puis euh ça devient un débat. Là on est en train de faire une étude, en fait ça s'est fait à la faculté des Géosciences et de l'Environnement, pour savoir qu'est-ce qu'un café durable ?

IR : Ok ouais intéressant

NN : Donc alors c'est une équipe de chercheurs, enfin ils se sont posés ça comme question dans un institut et ils se sont dit bon ben on va faire une analyse de cycle de vie. C'est à dire qu'on prend du début à la fin en gros et puis ils vont comparer le café lyophilisé, la capsule Nespresso, et puis d'autres, et puis le système italien où on met un café dans un truc machin. Le résultat de l'étude pour l'instant c'est que c'est les capsules Nespresso qui sont le plus durable

IR : Ok

NN : Donc là ça pose quand même une question parce qu'on se dit comment c'est possible ?

IR : Ouais ((rires))

NN : Sachant qu'il y a de l'alu, en fait là ils parlent des petits coussinets, par vraiment des capsules, mais bon c'est un peu le même système

IR : Ah oui, ouais je vois

NN : Et puis ben voilà nous on reçoit les résultats de cette étude et puis je me dis ben, mon bon sens me dirait que c'est pas vrai

IR : Ouais tout à fait

NN : Parce que je vois pas comment c'est plus durable d'avoir un objet dans lequel il y a un emballage qui est fait à base d'aluminium, enfin il y a aussi du plastique dedans, mais bref. Et puis après je me dis, mais qu'est-ce qu'ils ont pris en compte ? Et là on se rend compte qu'ils ont pris en compte l'impact euh, ils ont fait une ACV donc ils prennent des bases de données machin, mais ils ont pas tenu compte par exemple de l'impact de la biodiversité, de la pollution de l'eau, euh voilà. Et puis en fait leur étude elle montre que ce système il est, il serait « plus durable » parce qu'il y a moins de café dedans, on peut doser exactement, c'est dosé au millimètre près, sauf que, au milligramme près. Sauf que finalement euh et que l'emballage il n'a pas tant d'impact que ça. Mais finalement est-ce que l'idée à la fin de ce rapport c'est pas de dire, mais est-ce qu'il faut pas boire moins de café ? Parce que finalement en effet le café ça a un impact énorme, la consommation de café elle a énormément augmenté. Est-ce qu'on a besoin de boire 4 cafés par jour ?

IR : Mmh mmh

NN : Est-ce que finalement le café c'est pas une denrée de luxe ? C'est peut-être qu'on devrait moins en manger, enfin moins en boire. Et voilà je trouve que ce genre d'études c'est hyper perturbant parce que si on la mettait dans le public le public se dirait ah ben c'est super Nespresso c'est durable. Mais non, en fait. Et puis en fait eux ce qui montrent c'est pas la capsule, eux ce qu'ils montrent c'est que le café lyophilisé qui est le meilleur, mais là ça pose aussi question parce que le processus pour lyophiliser du café c'est hyper énergivore donc euh on se dit bon ben c'est bizarre. Voilà et puis maintenant ils vont refaire l'étude, en reprenant d'autres éléments en compte parce qu'ils se rendent compte que

IR : ça ne va pas pas ouais

NN : Ben que c'est bizarre en fait, selon ce qu'on décide comme, enfin. Voilà et puis après dans leur étude ils reprennent aussi une étude qu'a fait Nespresso donc voilà Nespresso ils sont pas objectifs.

IR : Ah ouais, ben non

NN : Forcément leurs trucs ils sont toujours plus durables que les autres, ben voilà selon ce qu'ils prennent en compte et bien ils peuvent manipuler un peu les chiffres. Donc voilà je pense qu'il faut

pas plus d'information je pense qu'il faut plus de bon sens, mais il faut se rendre compte que c'est complexe. Parce que par exemple il y a eu une étude qui montrait que les tomates genevoises, c'était une étude commandée par les agriculteurs genevois qui voulaient montrer comme quoi les tomates genevoises elles étaient hyper durables, enfin environnementalement intéressantes quoi, disons. Et puis euh et bien ils ont fait l'étude l'équipe qui était mandatée pour ça et ils se sont rendus compte que oui c'était beaucoup mieux en terme environnemental, d'impact environnemental de manger des tomates genevoises, sauf en hiver. Où là elles sont produites sous serre, il faut énormément d'énergie pour euh que ça pousse. Et que là il fallait mieux importer genre de Tunisie les tomates. Sauf que ben voilà politiquement parlant c'était mandaté par des agriculteurs genevois donc ils allaient pas mettre ça. Donc finalement ils ont rajouté les impacts sociaux et c'est devenu voilà, et ils se sont rendus compte que en effet, dans les cultures en Tunisie ils utilisent euh – je sais pas si c'était Tunisie ? J'a un doute. Non c'était Maroc je crois. Et bien ils utilisent des produits qui ont un impact sur la santé des travailleurs qui est, qui est assez mauvaise donc finalement ils ont recalculé leur truc et puis les tomates genevoises sont re devenues. Mais voilà c'est hyper, enfin je trouve que c'est hyper complexe quand on se lance là-dedans donc là je pense que c'est aussi difficile

IR : Ouais. Ouais justement, moi je me demandais aussi si vous pensiez que les gens ils pouvaient voir une contradiction entre justement les recommandations de la santé publique par exemple de manger 5 fruits et légumes par jour, et ensuite d'autres informations qui nous disent aujourd'hui qu'il y a des pesticides hyper dangereux pour la santé ? Enfin ça rejoint un peu ce que vous dites hein, beaucoup d'informations et pas facile

NN : Moi j'ai l'impression que là le consommateur il ne sait plus trop. En fait il ne sait plus trop ce qui est bon, pas bon, euh. Parce que ouais enfin par exemple le lait typiquement moi quand j'étais petite on me disait ouais le lait c'est super, il faut en boire tout le temps, etc. Maintenant toutes les études elles disent faudrait pas trop donner de lait, vaut mieux les laits végétaux. Mais en même temps les laits de soja on peut se dire ben le lait de soja, ben le lait de soja, le soja ça a un impact, la culture du soja donc euh ça devient un peu. Et puis au bout d'un moment on fait un peu « pfff ». Là je parle en tant que consommatrice je ne sais plus quoi faire, et puis même en temps que, enfin ayant travaillé dans le domaine de la recherche là-dessus ben

IR : C'est peut-être pas mieux ouais ((Rires))

NN : C'est hyper compliqué quoi enfin. Et puis après on se dit ben puisque c'est comme ça, c'est ce que je voyais dans l'agriculture urbaine, c'est je vais cultiver moi mon jardin. Sauf qu'on se rend compte que, bon il y a des gens qui font tout en bio, et il y aussi qui mettent un peu de produits, qui se disent ouais, mais moi j'en mets pas beaucoup. Mais sauf qu'un petit bouchon pour une petite surface de jardin c'est beaucoup plus proportionnellement que ce que met un agriculteur dans ces champs. Et puis ça les gens ils se rendent pas compte aussi que ça a un impact. Et puis après, par contre bon après je suis pas très structurée dans mes

IR : C'est pas, c'est pas grave

((Rires))

NN : Mais euh par contre ce qui est intéressant c'est que les gens ils sont plus attentifs sur, dans l'agriculture urbaine ils disent tous ouais, mais si on plante les choses en ville, est-ce que c'est bon pour la santé ou pas quoi ?

IR : Ouais, ouais avec la pollution

NN : Parce que là il y a la pollution, etc.

IR : Oui c'est vrai que ça ressort beaucoup ouais

NN : Alors que finalement ben quand ils amènent des choses en camion ou que les étalages sont au bord de la route c'est pareil, enfin c'est... Mais ça c'est assez intéressant de voir, ça leur permet de percevoir plus la, la pollution. Mais c'était quoi déjà la question ?

IR : J'avais demandé ah oui est-ce que les gens pourraient voir une contradiction entre la recommandation de manger 5 fruits et légumes par jour et justement une information qui nous fait super peur avec toute cette présence de pesticides dangereuses, etc ?

NN : Ouais, moi je pense que oui. Je pense qu'ils sont un peu tiraillés entre euh ouais ce qui est bon pour la santé et ce qui, enfin qu'est-ce qui est bon pour la santé ou pas ? Et puis même l'autre jour j'en discutais avec une copine biologiste qui me disait, mais il faut arrêter de croire que les légumes bio c'est bon pour la santé et puis je disais ben quand même euh ((rires)) et elle me disait, mais non, mais parce qu'en fait sur les produits en fait qui sont traités on supprime les champignons et euh, mais en fait les champignons c'est pas bon pour la santé donc en fait on a intérêt à ce qu'ils soient pas là. Donc là je me disais ah ouais ça veut dire qu'on mange les champignons qu'on devrait pas manger, donc en fait ça c'est, quand on utilise des produits c'est bien parce qu'il y a plus ces champignons, mais en même temps euh on mange les produits donc euh. Ouais c'est très compliqué moi je trouve. Mais euh, mais oui je pense que, enfin je pense que les gens ils voient cette complexité, voilà. Et puis sur les légumes oui manger 5 légumes par jour, mais euh après en hiver est-ce que c'est juste de dire il faut manger des fruits, alors que nous on en a pas localement, sinon on mangerait que des pommes, des pommes des poires, enfin des trucs de gardes. Et puis il y a, ouais, je pense que c'est pas du tout évident

IR : Mmh mmh.

NN : Parce que, ben par exemple il y a beaucoup de véganes maintenant, enfin un courant qui va là-dedans, mais en même temps être végane c'est pas forcément être durable. Parce que être végane ça veut dire qu'on va, on va peut-être manger des lentilles, on va manger des pois chiches, on va manger euh, ça veut pas dire forcément – et être végane ça veut pas dire forcément que c'est bon pour la santé non plus parce que ben on va remplacer par d'autres choses et puis peut-être ce qui est bon pour la santé c'est peut-être de manger un peu de viande de temps en temps ou de produits animaux. Je ne suis pas spécialiste de la diététique, vous avez d'autres entretiens pour ça, mais

IR : Ouais ouais tout à fait.

NN : Mmh mmh

IR : Mais euh pour vous végétarien ça serait quand même un régime qui aurait des impacts positifs ?

NN : Oui alors clairement, c'est clair que la viande, moi disons que, enfin la viande ça a un impact énorme sur l'environnement. Mais il faut bien voir que euh en fait la viande c'est aussi, par exemple en Suisse, c'est intéressant la viande parce que les vaches elles vont aller manger dans des espaces où on peut rien faire d'autres en Suisse. Dans les alpages ben vous allez pas faire un champ de maïs. Donc en fait elles permettent de garder des espaces intéressants pour pas que la forêt elle avance aussi

IR : Ah ouais

NN : Euh donc voilà moi je pense qu'il faut un régime où il faut un peu de viande. Là je pense qu'on en mange énormément, beaucoup trop, euh, mais c'est clair qu'être végétarien ben c'est intéressant dans le sens où il faut moins de surface euh et puis euh ben voilà. Mais c'est, moi je trouve qu'il faut plus voir, c'est complémentaire finalement, dans le sens où, enfin moi je ne suis pas pour, j'ai été

végétarienne à un moment, pour des questions environnementales, mais en fait je crois que c'était pas juste

IR : Ouais

NN : Enfin je veux dire dans le sens où il y a une complémentarité et puis que normalement ben si on prend une sphère idéale, la manière dont ça devrait fonctionner c'est que les déchets par exemple des cochons ben sont réutilisés dans l'agriculture comme fertilisants et puis qu'il y a un cycle comme ça qui s'instaure et c'est ça qui est intéressant. D'avoir que l'un ou l'autre en fait en terme environnemental c'est pas intéressant, mais par contre c'est clair qu'être plus végétarien par rapport au régime typique actuel je pense c'est bien. Manger une fois par semaine au lieu d'en manger tous les repas ou une fois par jour ben ça serait mieux. Ouais ça je pense clairement, c'est clair que le régime alimentaire.

IR : Mmh mmh. Et puis on parlait aussi un peu des produits biologiques, est-ce que vous pensez quand même que c'est, qu'est-ce que vous pensez du fait de consommer des produits qui viennent, des produits de l'agriculture biologique ?

NN : Ben moi je dirai que c'est euh. En fait, moi je défends quand même les produits biologiques, mêmes si ben ils ont plein de, bien sûr s'ils viennent de l'étranger on peut se dire ben est-ce que c'est vraiment. En fait le mieux c'est du biologique local ((rires)) on va dire. Après bon ben c'est pas toujours possible selon les saisons, etc. Mais moi je trouve que c'est quand même intéressant à plusieurs titres : pour tout ce qui est pollution de l'eau, des terres, etc., pour la biodiversité c'est quand même plus intéressant, et puis ensuite en termes d'impact énergétique il faut bien voir que tout ce qui est produits phytosanitaires donc qu'on met sur les cultures, engrais, des trucs comme ça, pesticides, c'est issu du pétrole. Donc à un moment euh et puis tout ce qui est euh, l'agriculture biologique elle implique aussi qu'on fait beaucoup de choses à la main, qu'on utilise moins d'énergies dans les machines. Et ça je me demande si quand même à force c'est pas une, une stratégie qui est bonne sachant que normalement on devrait avoir moins de pétrole, de moins en moins, et que si on veut une société, faire une transition énergétique, en fait c'est intéressant d'être moins dépendant de ce pétrole caché dans l'alimentation. Voilà. Mais je ne me rappelle plus ce que c'était la question

IR : Si c'était pour vous

NN : Oui ben je pense que c'est intéressant. Mais je sais que c'est pas évident, enfin que ça pose plein de questions, en tout cas pour les paysans c'est difficile de passer à l'agriculture biologique quand ils ont vraiment été dans l'agriculture conventionnelle, etc. Mais euh je pense que c'est à soutenir ouais parce que c'est des pratiques qui sont plus intéressantes et je trouve que c'est des pratiques qui valorisent le rôle du paysan. Parce que d'un coup il y a son savoir-faire, il y a un peu ses connaissances de la terre, alors que finalement dans l'agriculture classique, euh, ben finalement en gros grâce à des produits on peut faire un peu n'importe quoi et puis ça va pousser, alors que là c'est remettre le paysan au centre de son exploitation et pi je crois que c'est ça aussi la durabilité c'est aussi ben prendre les connaissances qu'ont les gens de leur milieu et faire des cultures qui respectent le milieu.

IR : Ouais

NN : Donc ça, pour ça c'est intéressant. Après moi je demande toujours pourquoi les gens ils achètent du biologique ? Est-ce qu'ils l'achètent parce que c'est bon pour leur santé ? Ou est-ce qu'ils l'achètent parce que c'est bon pour l'environnement ? Est-ce que c'est un but purement individualiste ou un but euh ouais pour la société en fait. Ça je me demande toujours et puis même moi, moi c'est clair que c'était au niveau des questions environnementales, mais maintenant je me dis aussi, ouais, enfin

récemment j'ai eu un bébé et puis pendant ma grossesse je me disais je prends du bio parce que c'est mieux, enfin moi à la limite bon, mais c'est mieux pour mon enfant. Donc voilà quoi, ça change aussi. Mais c'est peut-être aussi pour ça intéressant, c'est parce qu'on peut dialoguer sur ces deux, ces deux niveaux, euh le biologique

IR : Est-ce que vous pensez que ce terme bio il soit bien interprété dans la population, bien compris ?

NN : Euh. En fait le problème, enfin je dirai que le problème du bio c'est que c'est un label.

IR : Ouaï

NN : Donc ça veut dire en gros que les paysans ben ils doivent payer pour être bio. Mais ils pourraient produire, enfin utiliser les principes de l'agriculture biologique

IR : Mais pas avoir le label

NN : Mais pas avoir le label, sauf qu'après est-ce que les gens sont d'accord ? Voilà. Alors est-ce qu'il est bien compris par la population le label bio. Euh. Je ne sais pas des fois je trouve qu'il est un peu dévié parce que j'entends des gens qui disent euh ouais, mais ça, euh pour des trucs qui ne peuvent pas être bio parce que c'est des produits (rires) enfin genre euh. Je sais pas de la lessive ça peut pas être bio, et ils disent ouais, mais ça c'est bio, si c'est bio. Enfin ça devient plutôt, finalement c'est une appellation qui devient un peu plus générale et souvent les gens, je suis pas sûre, en fait pour eux bio c'est une représentation de ce qui est plutôt environnementalement friendly, mais en fait ils connaissent mal ce que ça implique en termes de pratiques. Concrètement. Euh ouais c'est devenu un label je pense c'est devenu je sais pas un. Ouais mes amies quand elles parlent elles disent ouais ben lui tu vois c'est un peu genre du gars bio. Et puis là on se dit ben oui, tout de suite on a un imaginaire, c'est le gars un peu écolo bobo machin. Mais voilà, après je pense qu'il y a des gens qui ne se retrouvent pas dans le label bio parce que c'est un peu comme le label fine food ou, c'est un statut social qu'il y a derrière et puis on se dit si c'est bio c'est pas bien. Parce que, voilà, moi je suis pas un bob qui habite sous gare à Lausanne et puis ben, ça devient un marqueur social aussi je pense.

IR : mmh mmh

NN : Donc je suis pas sûre, en fait, je pense que les gens ils ont tous une représentation de ce qu'ils mettent derrière le bio, mais je suis pas sûre qu'ils mettent les, les choses euh, les vraies choses derrière. Mais je repensais à un exemple et je ne me rappelle plus maintenant. Qui justement montrait très bien cette contradiction, mon compagnon me disait oui, mais ça c'est bio alors que c'est pas du tout bio. Il avait pas compris en fait le.. Mais je sais pas

IR : Ouais ok. Et la même question en fait est-ce que vous pensez que le terme un peu durable aujourd'hui il est bien compris ou bien utilisé ?

NN : Non. En fait. Je me demande si, c'est devenu, enfin comme le développement durable, on peut tout faire un peu, toute est durable et puis euh. Et je crois pas que c'est bien compris en fait. C'est euh, il y a eu beaucoup de Ouais tout le monde s'est positionné là-dessus, mais euh je suis pas sûre qu'on comprenne vraiment l'essence de ce ça implique. Et puis aussi il y a plein de courants différents, genre à l'Université il y a plein de courants différents, on parle de

IR : Ouais, de durabilité forte et de durabilité faible

NN : Ouais. Et bien ça

IR : Et puis ils peuvent pas se supporter entre eux

NN : Ils peuvent pas se supporter .En même temps la personne extérieure, pour elle la durabilité c'est tout pareil quoi, elle voit pas qu'il y a ces tendances, et en même temps ces tendances elles sont quand même très très différentes

IR : Tout à fait

NN : Donc euh je, enfin ouais je crois pas que ce soit compris vraiment. Ben les gens sur la question de la durabilité, ils ont une représentation. Mais par exemple l'étude qu'a fait ben Maria Del Rio sur les étudiants on voit que, durabilité, transition énergétique euh ben ils en ont entendu parler. Mais si vraiment ils devaient définir euh. Et puis on n'a pas vraiment aussi. C'est vrai que développement durable. Il y avait toujours cette définition avec les trois cercles qui se croisent machin

IR : Oui tout à fait

NN : Mais durabilité ça devient un peu plus abstrait et puis moi je me demande si on doit pas changer de termes ((rires)), à un moment si on doit pas parler de transition voilà et puis dire on doit changer nos modes de vie et aller, on doit transiter vers un autre modèle, comme on a transité vers un modèle qui était la société de consommation qu'on a construit de toute pièce, et bien là on doit transiter vers un autre modèle. Et voilà je me demande si euh. Ou peut-être plus parler de limites, de se dire, déjà comprendre qu'il y a des limites c'est déjà, c'est déjà comprendre qu'on peut plus faire pareil. Donc ouais durabilité, je sais pas. Et puis je pense qu'il y a, enfin dans les médias on parle beaucoup de durabilité, mais je suis pas sûre que derrière. Mais moi-même je ne suis pas sûre que j'utilise les bons termes. Parce qu'une fois je parlais dans une vidéo et puis j'ai dit développement durable et puis après j'ai dit au réalisateur ouais faut qu'on la refasse pour que je dise durabilité, et puis lui il m'a dit non non on garde développement durable parce que durabilité, personne ne sait ce que ça veut dire alors on garde développement durable parce que c'est l'expression qui y est consacrée. Et puis je me suis dit ben finalement j'augmente la confusion quoi. C'est pas forcément clair

IR : Ouais ouais. Ouais je me demandais aussi, un point de vue un peu santé publique, ben on sait qu'aujourd'hui il y a un nombre élevé ou en augmentation de personnes en situation de surpoids ou d'obésité. Et est-ce que vous pensez du coup transiter vers un système alimentaire plus durable ça pourrait remédier à ce genre de problèmes ou pour vous c'est pas, c'est pas forcément lié ?

NN : Ben oui, je pense que. Enfin, après je ne suis pas spécialiste sur la question d'obésité, mais moi j'avais l'impression qu'une alimentation durable c'est une alimentation qui est quand même plus, enfin moins, en tout cas moins manufacturée, enfin moins transformée. Parce que ouais transformée il y a des pertes, ça prend de l'énergie, ça prend des ressources, etc.. , c'est emballé. Et donc finalement il me semble que dans l'obésité un des problèmes c'est que les gens, enfin les gens ils consomment pas des pommes. Ils consomment des barres, des trucs qui sont préfabriqués en fait. Et puis je pense que si on est obèse et qu'on se dit qu'on, qu'on consomme que des trucs bruts, enfin pas transformés, il y a peu de chances qu'on devienne obèse. Enfin manger des kilos de pommes c'est possible, mais je pense qu'à un moment c'est. Donc, donc je pense que, ouais, oui je pense qu'il y a quand même un lien. Parce que, pour moi l'obésité, alors je pense qu'il y a des facteurs génétiques, etc., mais il y a le facteur aussi cette société de consommation qui fait que plus rien n'a de la valeur, on peut acheter, enfin la viande c'est cher, mais finalement c'est pas si cher et euh. Les boissons, ben le coca, les trucs comme ça, ben là il y a plein de sucre il y a plein de trucs. Et puis pour moi en fait si je regarde, je me dis si je regarde les trucs qui font grossir, si on regarde ça et ben en effet je dirai que c'est que des trucs qui sont pas durables. Parce que je me dis bon qu'est-ce qui fait grossir ? Ben toutes les boissons genre coca, etc., ça dedans ben c'est clair que, après je me dis le Nutella, un Nutella en termes de questions environnementales, il y a de l'huile de palme c'est vraiment le truc pas terrible. Après il y a tout ce qui est petit gâteau, machin, mais là aussi c'est bourré d'huile de palme, enfin voilà c'est que des

ressources. Enfin il y a du chocolat, moi j'adore le chocolat, mais c'est clair que c'est pas très durable non plus. Euh tout ce qui, ouais toutes les ressources. Après qu'est-ce qui fait grossir, c'est tout ce qui est ben huile. Ben ça aussi selon le type d'huile, et puis aussi comment on les recycle c'est quand même, ben ça c'est pas encore très bien développé. Euh. Après il y a l'alcool aussi qui fait grossir. Mais ça aussi l'alcool ben ça prend énormément de ressources. Enfin il faut beaucoup, il faut beaucoup de matières premières pour arriver à un produit fini. Tout ce qui est produit laitier ça fait grossir aussi, mais ça ben impact environnemental il est pas bon. Il faudrait manger moins de lait, moins de fromage parce que aussi. Le pain, ça fait grossir, mais en même temps la farine elle peut être locale et puis, et puis là typiquement, ben en Suisse c'est assez le cas, on ne le dit pas, mais la plupart des pains que vous achetez à votre boulangerie ils sont issus de farine locale. Donc ouais je pense qu'il y a quand même un lien. Et puis aussi je trouve que, euh, ouais je pense que, enfin, l'offre elle est, enfin, être dans une alimentation durable c'est peut-être moins manger.

IR : Mmh mmh.

NN : Euh, on mange trop en fait. Moi je pense, moi la première moi j'adore manger et puis euh je sais pas que c'est pas forcément, ou pour ma santé ou pour l'environnement c'est pas forcément le truc, mais euh voilà enfin est-ce que, est-ce qu'être dans une alimentation durable c'est pas, je pense c'est de manger moins et puis là il y a pas mal de théories sur le jeûne. Je pense que des gens qui jeunent c'est aussi des gens qui ont conscience des préoccupations. Enfin il y a leur santé, mais il y a aussi des préoccupations de, enfin tous ceux que je connais qui font des jeûnes, parce que c'est assez la mode hein, ils sont souvent assez écolos quand même.

IR : Ouais

NN : ça va un peu avec donc euh. Ouais moi je dirai que l'alimentation durable elle peut quand même euh.. Après je dirai que la durabilité en général elle peut participer à limiter l'obésité parce que finalement ben moi je vois autour de moi les gens qui sont, qui ont du surpoids, c'est pas des gens qui viennent à vélo

IR : Mmh mmh

NN : Et à un moment si on allait vers une transition, vers une société, un autre modèle de société, peut-être qu'on prendrait moins la voiture. Donc voilà si on vient à vélo déjà peut-être que ça limite un petit peu quand même. Ça veut pas dire qu'on sera hyper mince, mais ben voilà on fera un peu d'exercice, ça veut dire que les ascenseurs on va peut-être moins les utiliser parce que ben ils consomment de l'énergie, euh, et puis on aura peut-être une, enfin c'est un peu la vision que moi j'ai de cette société c'est que finalement l'énergie qu'on a de notre corps elle va plus servir à aller au fitness, mais elle va servir à des trucs utiles, peut-être cultiver en effet des légumes ou euh voilà donc ça. Je dirai plus largement je pense la durabilité pourrait permettre. Et puis après je me dis ben pourquoi on mange aussi dans nos sociétés ? Moi j'ai l'impression que je mange quand je suis stressée ou que je suis malheureuse ou qu'il y a ça aussi, il y a un côté un peu impulsif. Et puis je me dis qu'est-ce qui, enfin, est-ce que si j'avais plus de temps, si j'étais dans une société où j'allais cultiver avec d'autres gens mon petit lopin de terre, je prends cet exemple, mais ça pourrait être autre chose, ou j'étais dans une coopérative d'habitation, finalement je me nourrirai peut-être plus des rapports sociaux et je mangerai peut-être moins, je sais pas

IR : Mmh mmh, ouais

NN : Donc je pense que, de façon générale, avoir une société plus durable c'est peut-être aussi aller moins vers des, enfin avoir plus de contacts. Enfin après c'est peut-être une vision utopique hein, mais

peut-être qu'on serait moins dans l'individualité, dans sa sphère et donc dans l'alimentation. Après il faudrait. Ça serait intéressant de poser les questions à quelqu'un qui est obèse en fait. De voir si pour lui c'est important de, ces labels bio ou si c'est pas sa préoccupation. Après moi j'ai l'impression que quand même les trucs bios c'est lié quand même à un milieu social. Bon ça c'est ma petite analyse sans vraiment d'analyse scientifique, mais disons quand je vais à la coop et que je regarde, enfin les caddies des gens, ben voilà enfin, si je fais ma petite, enfin je suis pas sociologue, mais si je vois un peu près le milieu social dont la personne est issue ben ça correspond assez bien à ce qu'il y a sur son- Et puis je me demande, on a un projet de recherche là-dessus sur le matérialisme vert, mais si le fait d'acheter bio et de montrer qu'on a un label et de montrer, parce que c'est assez distinctif les produits bios ils sont pas au même endroit dans les étalages, euh ils sont signalés par des étiquettes. Je sais pas il y a une espèce de prestige social de se dire ben voilà moi j'achète bio parce que j'ai les moyens et que j'affirme et je prends pas des trucs M-Budget. Mais bon ça c'est un petit peu autre chose

IR : Mmh mmh. Ben je crois que j'ai plus ou moins fait le tour de tout ce que je voulais demander

NN : Mais c'est pas. Mais je pense qu'à l'inverse de rentrer pour la santé pour valoriser le bio. Finalement vous me posiez la question est-ce que, enfin, amis à l'inverse si on renverse le processus je pense que rentrer par la santé pour valoriser le bio ça peut être une approche intéressante. Parce que là, autant le bio ça peut être un peu bobo autant la santé je pense qu'à un moment les gens ils pensent quand même à leur santé, tous, peu importe leur catégorie sociale et ça ça peut être un moyen d'ouvrir plus à d'autres catégories de population qui ne se retrouvent pas dans le mouvement un peu écolo, bobo et qu'ils le fassent pour ça. Après je trouve que l'alimentation, enfin quand on demande aux gens, mais qu'est-ce que vous faites pour l'environnement, l'alimentation c'est le premier truc qui va sortir parce que je pense que ça touche plus profond. Ils vont pas dire, la mobilité ça va venir, mais très longtemps après ou euh ou les produits ménagers je dis n'importe quoi, mais ça ça va être aussi loin après. Le premier truc ça va être de dire ben des fois j'achète des trucs bios.

IR : Ouais c'est vrai

NN : Mais euh. Ouais, mais je pense qu'il faut vraiment rentrer par cet angle de la santé, mais en effet c'est pas non plus évident parce que les liens ils sont pas non plus avérés tout le temps.

IR : Ouais il y a beaucoup de discours contradictoires comme on disait et des fois c'est difficile je pense pour les gens de s'y retrouver

NN : Mmh. Moi je trouve que c'est pas, enfin, ouais c'est pas évident, mais euh, mais euh je pense qu'il y a, enfin qu'il y a quand même un truc. Par exemple les habits, parce qu'on voyait aussi dans l'étude de Maria, c'est que les habits ça touche moins aux gens. L'alimentation ils vont se dire ah ben oui j'ai mangé de la viande, j'ai mangé du poulet, mais c'est un poulet qui est élevé – ils vont avoir un imaginaire derrière qui est un peu, mais euh le t-shirt on va se dire oui bon ben je l'ai acheté chez H&M, mais on se dit moins ça va avoir un impact sur ma santé. Par contre on sait que, enfin je travaille avec une chercheuse qui, que vous pourriez peut-être interroger si vous avez le temps, qui s'appelle XY qui travaille chez nous. Elle eh bien typiquement quand on a travaillé ensemble elle me disait ben les colorants, enfin c'est pas des colorants, mais les trucs pour teinter le tissu, les teintures, ben c'est horrible en termes d'impact sur la santé faut faire hyper gaffe, c'est pour ça qu'il faut tout laver avant de les mettre, le pire c'est le rouge j'étais un peu là ah oui ok. Mais voilà. Mais elle c'est vrai qu'elle pourrait être intéressante, elle elle travaille sur la pollution de l'eau, les micro-polluants mais euh, mais voilà je pense qu'elle voit ses tensions aussi. Et puis elle, ouais c'est toujours difficile de dire ce qui est bon ou pas pour la santé. Par exemple toujours les gens ils disent oui, mais alors qu'est-ce qu'il faut que j'utilise comme crème. Et puis une fois j'étais avec elle c'était marrant dans les magasins et puis je lui ai dit bon ben vu que t'es là dis-moi quelle crème je dois choisir. Et puis elle me dit, mais c'est

tellement complexe, nous on ne sait pas tous ces produits ce que c'est, donc en fait il faut prendre, il faut faire appel à ton bon sens et il faut prendre la liste qui est la moins longue ((rires)), comme ça t'as moins de chances d'avoir des risques. Ben voilà, c'est un truc tout simple, mais moi j'attendais qu'elle me dise oui alors ben ça, les parabènes c'est pas bien et puis elle me disait, mais il y a tellement de trucs que ton ben sens va te dire tu minimises le risque, tu prends là où il y a le moins de

IR : Ouais ok

NN : Ben voilà, c'est simple en même temps et puis après je me disais ben oui forcément. Mais moi j'étais en train de me dire oh mon dieu s'il faut que je cherche dans Google tout ce que c'est, de toute façon je vais pas comprendre je ne suis pas du domaine et puis voilà quoi, c'est un peu. Mais euh, mais c'est complexe, je trouve.

IR : Mmh mmh. Mais je pense que c'est aussi quelque chose qui se retrouve dans la population, qu'on attend à ce qu'on leur dise ça c'est bien pour la santé ça c'est pas bien, vraiment précisément. Et puis je pense pas que c'est si simple. Effectivement, peut-être que bio c'est bien pour certaines choses, mais après d'autres impacts sont négatifs. Est-ce que c'est mieux d'acheter bio espagnol ou local suisse ? Enfin voilà

NN : Ah non il y a plein de contradictions

IR : Et puis du coup on aimerait une réponse pour tout et je pense que ça c'est aussi difficile à donner aux gens

NN : En fait les gens ils aimeraient bien une réponse, enfin ils n'ont pas le temps de faire, passer 2 heures quand ils font leurs courses et ils aimeraient une réponse toute faite où on leur dit ben ce produit il est super et en fait ce produit je crois qu'il existe pas, enfin quelque part il existe pas. Enfin un produit qui est environnementalement intéressant, éthiquement intéressant, enfin je veux dire socialement qui voilà, qui en termes de santé soit bon

IR : C'est difficile

NN : euh je sais pas s'il restera grand-chose franchement. Et c'est hyper complexe et puis je pense que, de plus en plus, je sais pas c'est pas un discours qui passe forcément hyper bien, mais je pense qu'il faut consommer moins aussi. Ben je sais pas moi je me dis toujours les bananes c'est un truc, ben c'est facile les bananes c'est emballé, ça se garde, mais en soit une banane c'est vraiment pas, et puis en même temps c'est un des premiers trucs qu'on donne au bébé. Et puis c'est bon une banane, mais en même temps c'est pas du tout, on devrait enfin, on devrait manger des pommes et des poires en Suisse et puis c'est tout

IR : Ouais l'hiver ouais

NN : Mais euh et encore les pommes il faut voir le type de pommes ((rires)). Et puis en été on devrait manger plus de trucs et puis là c'est marrant parce qu'à la crèche ils me disent toujours « ah, mais vous en êtes où de la diversification alimentaire ? Il n'a pas encore mangé d'abricots ? », des trucs comme ça et moi j'étais là ouais ben les abricots pour les trouver maintenant enfin ou des fruits rouges ils me disaient les fraises, vous avez pas testé les fraises ? parce que ça serait bien pour sa santé justement qu'il ait plus de. T'es un peu là ben super, et puis en même temps ça fait la mauvaise mère qui dit moi je prends des produits de saison alors mon gamin il va pas manger ça et il en mangera plus tard. Et puis au final j'ai trouvé des petits pots avec des fraises quoi alors que je me disais ben c'est pas grave s'il en mange dans 4 mois ça va pas changer sa vie quoi

IR : Ouais

NN : Non, mais c'est une, mais je trouve que ouais, enfin la durabilité je trouve que ça montre comment c'est complexe et je pense que la société de consommation elle nous a appris que tout était simple. Et en fait tout est compliqué et tout est complexe et tout a une répercussion sur un autre, etc.. Sauf que face à ça c'est pas très vendeur ((rires)). Dire aux gens ben voilà vous voulez vous nourrir durablement et sainement, ben bon courage quoi. Enfin. Après c'est vrai que les liens comme le régime végétarien je pense que c'est meilleur, enfin je pense que c'est aussi bon pour la santé ça je ne suis pas une experte de la chose, mais il me semble que de manger trop de viande ou de charcuteries c'est pas non plus bon pour la santé donc on peut trouver des corrélations, mais c'est pas toujours évident à faire. Enfin je vois, même ici à la cafétéria c'est pas évident. Parce qu'à un moment on se dit bon alors le poisson ça serait pas mal que j'en mange, c'est bon pour la santé, mais en même temps il vient de l'autre bout du monde, comment il a été produit. Et en même temps si je suis que végétarienne a la cafèt ben ça peut être super triste aussi, c'est pas du tout équilibré, c'est pas bon pour la santé. Donc ça demande une offre, enfin de repenser l'offre végétarienne quoi.

IR : Mmh mmh

NN : Et puis c'est vrai que, je vois par exemple le Tibits, vous voyez à Berne ?

IR : Oui oui. Ça va pas ouvrir sur Lausanne aussi ?

NN : Oui exactement. Eh bien là, c'est super cool hein j'adore ce restaurant. Il y a plein de buffets énormes, il y a plein de trucs, mais c'est que végétarien. Mais euh ça a l'air super écolo comme ça, mais en fait ça l'est pas concrètement. Parce que quand je vois ce qu'il y a comme offre, il y a plein de trucs avec des poivrons, des trucs qui viennent de l'autre bout du monde, c'est pas forcément bio. Et puis après on peut se poser la question de si c'est bon pour la santé même des fois parce qu'il y a pas mal de trucs frits, parce que c'est pas, faut être compatible avec le régime végétarien.

IR : Ouais

NN : Non c'est complexe hein

IR : Ouais c'est vraiment complexe ouais. Mais la cafétéria de Géopolis ils font je crois, ils ont fait l'année passée, 5 fois dans l'année des journées sans, sans viande je crois ou quelque chose comme ça

NN : Mmh mmh, ouais

IR : ça je pense que c'est intéressant

NN : Ouais. Mais je pense là aussi il faut repenser le discours parce qu'on dit sans viande comme si on allait perdre un truc alors qu'on gagne en fait

IR : Ouais tout à fait

NN : Faudrait le vendre autrement on dirait qu'on se prive. Il faut changer de discours aussi. Mais en même temps je sais pas trop comment ((rires))) je fais pas du marketing, mais quand même faudrait voir le truc autrement. C'est pas forcément évident ouais ça pose plein de questions

IR : Ouais

NN : Et puis vous dans votre étude vous voyez des différences entre ce que disent les étudiants et ce que disent euh ?

IR : Euh. Ben j'avais des étudiants qui étaient quand même un peu sensibilisés donc euh. Il y a pas mal, ouais ils étaient déjà pas mal euh, surtout peut être sur des questions environnementales que santé, donc euh ils me disaient pas mal oui, mais des fois les labels on sait pas toujours à quoi ça correspond

et plutôt valoriser des produits locaux et régionaux. Après euh ce que je trouve intéressant surtout c'est que bon, forcément hein, mais entre tous les experts j'ai eu que des discours hyper différents, Mais ce qui est assez logique hein

NN : Oui ben selon leur

IR : Et du coup ouais c'est

NN : Ben oui c'est clair selon leur domaine qu'ils défendent ben

IR : Ouais. Et puis ouais c'est difficile, c'est difficile de tout inclure quoi. Enfin.

NN : Parce que par exemple, moi je suis curieuse, les gens qui sont dans la santé pour eux manger bio c'est bon pour la santé ?

IR : Alors euh ben j'ai rencontré une diététicienne la semaine passée et elle me disait justement que, elle dit, enfin elle, elle estime que c'est beaucoup plus intéressant pour la santé de manger des produits locaux et de saison, donc produits frais que des produits bio que niveau, ça a quelques apports au niveau des micronutriments, mais pas, si, si tu peux te permettre du bio parce qu'elle disait que du coup c'est 40% plus cher en moyenne, ben voilà si tu peux te permettre du bio ça vaut la peine, mais elle me disait c'est mieux de valoriser d'abord pour des gens qui mangent peu de fruits et légumes d'abord du local et de saison avant d'aller vers le bio parce que peut-être pour eux c'est déjà trop cher et du coup ils abandonnent assez vite. Donc pour elle c'était une plus-value, mais pas le must absolu.

NN : Ouais, mais je pense que

IR : Ouais ouais, mais c'est intéressant comme euh. Après effectivement c'est la vision un peu plus apports nutritionnels hein après le bio c'est pas que à ce but-là non plus

NN : Mais c'est vrai qu'elle a raison même en termes d'impact environnemental, selon les saisons, mais si on mange local en Suisse aussi il y a des normes qui font que ça reste quand même relativement intéressant

IR : Oui, ouais

NN : Donc euh sur ça je pense qu'elle a tout à fait raison. Mais ouais. Non, mais c'est intéressant de voir que. Parce que je pense que dans les gens qui mangent bio, enfin j'imagine, ça serait intéressant de faire un sondage là-dessus, pourquoi ils le font ? Moi je pense qu'ils le font quand même euh plutôt pour des préoccupations de santé que des préoccupations environnementales

IR : Moi j'aurai aussi tendance à dire ça

NN : Mais j'en sais rien en fait ((rires))

IR : Ouais non moi non plus je sais pas, mais j'aurai aussi tendance à dire qu'on a eu tellement de scandales sur tous ces pesticides toutes ces choses euh. Parce qu'on au fond je me dis, si je regarde un peu, évidemment pas non plus très scientifique, mais si je regarde les gens faire leurs courses, ils sont quand même très attirés par ce rayon bio, mais après, le fait que ça vienne de l'autre bout du monde ils s'en foutent un peu donc je pense pas du coup que c'est forcément environnemental comme +

NN : Ouais comme démarche

IR : Comme but ouais c'est ça parce qu'à ce moment-là enfin on se pose la question, après on peut le prendre ou pas. Par exemple je sais pas quand il y a le même produit bio ou pas bio et qu'ils le prennent bio, mais qu'il vient pas de Suisse après je me dis ben c'est forcément plus pour des raisons de santé.

NN : Ouais non c'est clair

IR : Après je sais pas hein

NN : Après il y a aussi le système des paniers qui est pas mal je trouve. Mais là voilà c'est clair qu'en hiver il y a moins de trucs. Mais bon

IR : Après je pense qu'on a aussi été très habitué au fait d'avoir tout, tout le temps et on n'a pas appris à faire autrement. Enfin je pense moi mes grands-mères à l'époque y avait pas le choix et tout le monde avait très bien vécu

NN : Ouais ouais c'est clair

IR : Et aujourd'hui on est content de pouvoir avoir des tomates en décembre

NN : Et puis même on sait pas, on sait pas quoi faire, enfin on se dit mon dieu, mais s'il y a pas de tomates comment faire une salade en fait ?

IR : Ouais ouais c'est vrai on s'est stabilisé et ça prend du temps à réapprendre à cuisiner. Et en plus en hiver euh si tu utilises que des produits bon ben ((rires))

NN : Ouais c'est pas très fun

IR : Il y a beaucoup de fromages. Si tu utilises que des poireaux, tu vas manger des poireaux sautés tous les soupers. Après peut-être les gens se disent « je peux manger mieux si je mange des tomates, c'est plus sain enfin c'est moins gras »

NN : Mais c'est vrai que d'ailleurs le discours sur la santé il dit plutôt ça il dit plutôt il faut varier machin sauf qu'en fait si vraiment on veut être durable il faudrait manger des poireaux et puis des pommes de terre et puis de navets et puis des trucs d'hiver

IR : Tout à fait. Bon après je pense que c'est aussi peut-être une vision plus, plus longue. Peut-être aussi sur une semaine, je me dis sur une année on s'équilibre aussi. Je pense l'été on diversifie beaucoup plus parce qu'il y a plus d'offre, l'hiver euh. Après ouais je sais pas on peut aussi, les gens prennent peut-être un peu de poids l'hiver, mais forcément avec ce genre d'alimentation et puis après l'été. Je pense que c'est peut-être aussi l'équilibre. J'en sais rien hein ça c'est mon avis personnel

NN : Après sur le jeûne moi je me rends compte que, parce que je trouve que des fois dans le débat on dit toujours est-ce que c'est mieux ça ou ça ? Mais je pense qu'à un moment il faut se poser la question est-ce qu'il faudrait pas faire moins ? Et puis euh et puis sur le jeûne j'avais vu un reportage sur ARTE, euh, où finalement ils montraient que le corps humain il est en meilleure santé si on jeûne de temps en temps parce que, comme euh origine on était fait pour la cueillette et puis la chasse eh ben il y a des moments où on mangeait rien, et puis notre corps il est fait pour ça. Sauf que quand on mange tout le temps ben c'est là où on développe des maladies et puis ils ont fait des, ils montraient en fait l'expérience d'un chercheur qui faisait jeûner les gens enfin par rapport au cancer et puis il y avait des trucs assez intéressants qui en ressortaient

IR : Ah ouais ?

NN : Mmh mmh.

IR : Ouais je pense c'est une pratique, en tout cas ça se fait beaucoup aujourd'hui je pense. Enfin on en entend beaucoup parler après est-ce que ça se fait plus je sais pas

NN : Ouais. Bon après j'avoue j'ai essayé une fois de faire un jeûne et puis au bout de deux jours moi franchement j'en pouvais plus. Mais je crois que c'est les deux jours les plus durs. En fait je me suis rendue compte que déjà 1 manger c'est une pratique sociale, quand on mange plus ben moi j'avais plein de temps je ne savais plus quoi faire. Parce qu'il y a plus ce repas à préparer, il y a plus ce moment autour de la table, et tout alors finalement avec mon compagnon on se retrouvait au cinéma genre à 12h où il y avait personne. Et on savait pas quoi faire ((rires)) enfin c'était assez bizarre. Et puis après on se rend compte qu'on a vite un espèce de manque, en fait qu'on est un peu drogué à la nourriture parce que on a des manques en sucre, lui il boit pas mal de cafés donc genre il était en manque quoi. Et puis il avait super mal à la tête, on se sent pas bien. Et puis après tout le monde m'a dit, mais si on dépasse ces deux jours, deux-trois jours en fait après on est bien. Mais euh j'ai pas réussi. Non pi après je me disais, mais moi je dois bosser, enfin je peux pas me permettre d'être toute raplapla ((rires)) et puis d'arriver genre. Mais après ce qui est bien dans le jeûne c'est qu'après, le premier truc que j'ai remangé c'est une banane, et là vraiment je me suis dit c'est trop bon les bananes.

IR : ((rires))

NN : Et ça a pris de la valeur alors qu'avant finalement ben l'alimentation n'avait pas tellement de valeur

IR : Ouais ça je pense que ça peut avoir cet impact ouais

NN : Mmh. Donc euh. Non, mais c'est chouette en tout cas, votre euh

IR : Ouais c'est intéressant. Mais c'est pas facile j'ai un peu de la peine à me, enfin je me rends compte que plus je m'y intéresse, plus, enfin c'est sans fin disons, je pourrai faire une vie à m'intéresser à ça ((rires))

NN : Ah ouais non, mais c'est clair

IR : C'est pour ça parfois je me mets des limites et tout. Mais c'est hyper intéressant

NN : Ouais, mais en même temps je me demande s'il faut pas aussi le tourner en se disant ouais, mais c'est peut-être ça le problème de notre société c'est que c'est pas

IR : Ouais on peut pas le réduire à un, ouais ouais

NN : C'est hyper compliqué. Et puis même on dit toujours ben l'idéal c'est d'avoir des produits bios et locaux. Sauf qu'en fait il faut sortir de l'illusion qu'on peut localement nous nourrir, on peut pas. On est trop nombreux, on est trop localisé dans des zones. Là où ça produit plus ben c'est pas chez nous. Euh. Voilà alors après est-ce qu'il faut continuer à croire qu'on peut être que local ? Ben non en fait. On est dans une société où on peut pas en fait, on a besoin des autres pays pour nous donner à manger. Est-ce que c'est juste ou, voilà est-ce que c'est pas juste ? Est-ce qu'on est en train d'utiliser des ressources des autres alors qu'eux ils ont pas ? Mais ouais ça pose plein de questions après, géopolitique, enfin ça devient très complexe je trouve

IR : Ouais tout à fait

NN : Ouais, mais en même temps je pense que c'est une bonne illustration de la tension qu'il y a dans ce domaine qui est l'alimentation qui a l'air tout simple en théorie, mais qui est hyper complexe. Alors quand on demande aux gens de se positionner sur des enjeux euh par exemple énergétique où c'est encore plus abstrait, parce que l'énergie c'est hyper abstrait enfin on sait pas. L'alimentation c'est quand même très concret et déjà on n'arrive pas. Comment on gère cette complexité, cette incertitude ?

IR : Ouais totalement

NN : Et puis au bout d'un moment est-ce que ça nous décourage pas aussi, est-ce qu'on se dit ah pff je sais plus ce qu'il faut faire quoi

IR : Ouais c'est clair. Mais moi parfois personnellement aussi je me retrouve devant mes produits Migros ou je sais pas où et je me dis qu'est-ce que j'achète ((rires))

NN : Et puis après il y a aussi toute la pub qu'il y a derrière, genre par exemple MacDo moi je trouve qu'ils, ils sont. Ben voilà sur tous les camions c'est marqué chez nous il y a de la viande suisse, enfin on se dit ben au bout d'un moment on se dit en fait MacDo c'est super. En plus ils ont changé c'est plus rouge c'est vert. Ça a l'air super, voilà, ça a l'air presque sain et écolo. Donc en plus ils alimentent ce, ça aussi

IR : Ouais ouais c'est ce qui était ressorti aussi dans mon focus groupe ils disaient ben pour eux, durable ça voulait rien dire parce qu'il y a même des voitures qui sont durables alors que par définition c'est pas possible quoi. Et puis ils disaient ben ça pourrait tout à fait être le cas dans 5 ans au MacDo ils sortent un burger durable et puis les gens ils auront l'impression de manger durable et du coup il y aura aucun impact positif sur leur santé. Donc ça je pense que c'est aussi compliqué de garder ce terme

NN : Ben ouais d'ailleurs ça a été repris

IR : Après tous les termes peuvent être repris, mais aujourd'hui ça veut rien dire, durable. Je crois que, moi je fais un stage là dans la prévention, au CIPRET dans la prévention contre le tabac, et puis je vois, je regarde un peu les sites Philippe Morris et puis ils ont tous un petit onglet « développement durable ». Partout maintenant ça devient marketing presque de

NN : Ouais moi c'était marrant parce que j'ai fait un workshop où il y avait une étude de Philippe Morris. Et Philippe Morris maintenant ils ont sorti une nouvelle cigarette où il y a, en fait on rajoute, enfin c'est un truc électronique en fait

IR : L'iQos ouais

NN : Ouais et puis dedans on met un truc. Bref et puis on fait c'était un workshop qui réunissait des gens qui, des entrepreneurs, enfin moi j'étais pour l'UNIL, et on leur donnait des études de cas concrètes pour penser différemment et résoudre des problèmes. Et puis en fait ça c'était une étude de cas. Déjà moi j'étais un peu choquée je me suis dit, mais est-ce que finalement je dois mettre mes compétences sur un truc de base que je défends pas, le tabac. Bon. Et puis après je me suis dit bon je reste quand même ça va être intéressant de voir. Et puis l'étude de cas c'était « Alors euh bonjour nous sommes Philippe Morris et nous avons un gros problème environnemental. C'est-à-dire que nos mégots qu'on met à l'intérieur de ces cigarettes électroniques ben on les retrouve par terre. Ça pose un problème de littering et puis un mégot c'est, c'est je ne sais plus combien d'années pour se bio dégrader

IR : Ouais c'est beaucoup

NN : Bon. Mais est-ce que c'est vraiment ça le problème ou est-ce que c'est la batterie qui va avec le truc parce qu'il y a 12'500 batteries pour recharger le truc. Euh. Enfin je sais pas. Et puis je me disais, mais est-ce qu'on pose vraiment le problème de la bonne façon ? Et puis là Philippe Morris ils me disaient oui, mais parce que, et puis je leur disais oui, mais la batterie, est-ce que vous avez réglé parce que moi ça me paraît complètement anodin là votre mégot comparé à toutes les ressources que vous avez utilisé pour votre batterie et si les gens ils jettent la batterie c'est carrément plus d'impacts que vos trois mégots quoi. Et puis ils me disaient non, mais ça c'est tout réglé, ça c'est tout réglé c'est hyper

efficace, pas de soucis. Ben je suis désolée, non, il y a un souci quand même. Et puis est-ce que c'est juste ? Enfin ce qui était, le plus terrible c'est que dans mon groupe, la solution, il fallait imaginer une solution pour récupérer les mégots

IR : OK ouais

NN : Et puis il y a un gars qui a proposé qu'on fasse un concours pour les enfants et que c'est les enfants qui doivent reprendre les mégots qu'ils trouvent

IR : ((rires))

NN : Et ils les renvoient et ils ont un cadeau de Philippe Morris

IR : Mais quelle horreur

NN : Et puis moi je leur dis, mais ça vous pose pas un problème éthique là ? ((rires)) Ah ben non moi quand j'étais enfant c'est moi qui ai fait arrêter ma mère de fumer. Et puis je dis ben justement les enfants ils vont faire arrêter leurs parents de fumer, ils vont pas ramasser les mégots

IR : Et recevoir un cadeau de Philippe Morris

NN : Enfin je. Et puis. Enfin je sais pas. Et puis il disait ah bon. Et puis les gens ils. Enfin c'était un peu de se dire mon dieu. C'est quand même assez particulier. Non, mais bon. Ils sont obligés maintenant avec la responsabilité sociale d'entreprise, des trucs comme ça, ils sont obligés de faire une politique verte. Sauf qu'à un moment ben c'est pas vrai, enfin

IR : Non c'est clair c'est du green washing c'est clair

NN : Et puis en même temps le tabac c'est intéressant parce que maintenant sur le tabac, enfin depuis un certain nombre d'années il y a ces photos dégueu. Mais est-ce que ça, ça marche ou pas ?

IR : Ben, enfin ils disent, toutes ces grandes interdictions elles ont des impacts un peu, mais je pense qu'elles ont plus d'impact que sur les gens qui hésitent à commencer à fumer, mais sur les fumeurs ça change pas grand-chose en fait. Mais il y a encore trop de choses. Enfin ce qu'ils voudraient dans l'idéal c'est déjà faire ces paquets neutres, où la marque n'apparaît plus, enfin tu vois par exemple Malboro c'est plus rouge et blanc, etc.. c'est juste écrit Malboro en petit en noir en bas et 60% du paquet c'est des messages sanitaires. Mais ça par exemple c'est, enfin Philippe Morris ils font que de porter plainte euh contre tous les pays qui essayent de lancer ça. Le but ça serait aussi d'avoir une restriction absolue, aucune publicité autorisée. En Suisse c'est pas du tout le cas, je crois qu'il y a 3 pays en Europe qui ont le droit à la publicité, dont la Suisse quoi. Mais bon en même temps on a 3, ils sont tous chez nous

NN : Ben ouais c'est clair ((rires)). En même temps donc là ils vendent le stick-là, le gars il présentait ça, limite c'est bon pour la santé quoi

IR : Ouais ouais, c'est ce qu'ils disent parce que le tabac n'est pas brûlé, parce que le, le cheval de batailles des gens de la prévention c'était de dire que c'est le fait de brûler le tabac qui fait que t'ingères beaucoup de choses très mauvaises qui déclarent les cancers. Et puis eux du coup ils ont enlevé cet aspect très négatif du brûlé pour juste chauffer, donc du coup bon ben t'as plus du tout d'impact négatif. Enfin c'est probablement pas vrai hein, mais euh ben voilà finalement pour eux ils ont trouvé la brèche

NN : Et puis ouais en fait lui il disait si vous voulez pas avoir de cancer, fumez-ça et puis toi tu as envie de dire ben non si vous voulez pas avoir de cancers fumez pas du tout. Ouais je sais pas je trouve que c'est un peu. Mais ils ont des énormes moyens aussi enfin, donc euh ouais. Enfin je sais pas moi je

trouve que ça pose vraiment questions. Ben voilà sauf que eux ils sont bons en marketing aussi. On dirait que fumer une cigarette c'est être libre, enfin je sais pas tous ces imaginaires du cow-boy machin et tout. Et puis être durable c'est quoi ? Moi je me rappelle la première fois que j'ai organisé l'événement volte-face là, même le responsable de l'événement qui est un type super chouette et tout, il me fait ah super un événement avec des gars en Birkenstock

IR : Ouais c'est vrai que ((riress))

NN : et j'étais un peu là ben non c'est pas ça. Ben oui parce qu'on n'arrive pas à donner une image cool

IR : Ben ouais parce que durable = écolo et écolo = les gens qui se ne lavent pas et puis

NN : Après non, enfin je veux dire c'est pas

IR : Après non, enfin je veux dire tu peux hein, mais il y a plein de gens qui font attention et qui sont pas comme ça

NN : Mais par contre moi je voyais il y avait un truc qui était ressorti, enfin ça a un peu rien à voir, mais un peu quand même, c'était un truc qui était ressorti de mes entretiens Volte-face j'avais fait un peu le même boulot que vous, mais j'étais allé voir un certain nombre d'acteurs pour voir qu'est-ce qui faudrait faire pour la transition énergétique et eux ils me disaient dans les contradictions qu'ils voyaient dans la santé et la transition énergétique c'est que par exemple on dit ben voilà pour plus qu'il y ait, pour que vos habits soient sains quelque part il faut les laver à 90, ou à 70 ou à. Mais ça énergétiquement parlant ça a un impact énorme. Ou euh ils disaient dans les hôpitaux on jette beaucoup, enfin tous les trucs qui sont utilisés ils sont jetés parce que, pour des questions sanitaires on peut pas réutiliser, sauf que en fait l'impact environnemental il est énorme de ces trucs. Ben du coup comment on fait, c'est une question d'intérêt ? Est-ce qu'il y a des moyens ou est-ce qu'il y a des trucs qu'on peut, ou est-ce que c'est trop de risques et puis qu'on peut pas le prendre parce que voilà il y a eu plein de scandales et puis voilà. Ça pose une question. Et puis après c'est vrai, avec X on avait discuté sur la santé comme levier pour parler de transition énergétique, où elle disait ben à un moment si on a moins d'énergies, qu'est-ce qui est prioritaire ? Ben c'est la santé, c'est que les gens, si une personne elle est en train de mourir parce qu'elle a une crise d'appendicite ben on veut qu'il y ait de l'énergie dans le bloc pour pouvoir l'opérer. On s'en fout après de partir en voyages avec Easy Jet. Donc c'est peut-être remettre les priorités au bon endroit la santé, c'est de dire ben ce qui est important c'est que, ben que les gens ils aillent bien et puis euh ben après

IR : Ouais non tout à fait

NN : Donc c'est là aussi où le levier de la santé il est intéressant

IR : Ouais je pense ouais

NN : De recentrer les priorités, c'est ça finalement l'important. Bon c'est pas directement avec votre truc, mais bon. Non, mais c'est intéressant je me réjouis de, vous m'enverrez

IR : Ouais

NN : Parce que là vous finissez bientôt ?

IR : Dans l'idée j'aimerais le rendre, le défendre en juin, si j'arrive, si j'arrive à tout synthétiser dans un ((rires))

NN : Ouais. Mais après il faut peut-être pas, enfin il faut peut-être se dire qu'il y a des positions hyper différentes et puis que vous arriverez pas à un truc

IR : Ouais non je m'en doute

NN : Après il y a peut-être des points convergents, justement le fait que durabilité ça soit pas, enfin que les gens aient pas une idée claire

IR : Ouais non tout à fait, ça je pense qu'il y a des choses qui vont se rejoindre sur pas mal de choses et d'autres où je pourrais, je pourrais pas essayer de synthétiser en disant ouais voilà ce qui ressort tout bêtement, mais ouais après c'est pas non plus le but. Ça ouvre aussi sur plein de choses et après je pense que c'est un travail qui peut, enfin qui peut être repris quoi

NN : Ouais

IR : Enfin une thématique qui peut être plus recherchée pour un doctorat ou même plus quoi donc je me dis que c'est pas non plus le but de la réponse

NN : Après le truc, e qui est intéressant c'est un exemple, enfin on pourrait extrapoler à tout euh, tous les domaines finalement, mais finalement je pense que cette tension entre ouais enfin entre ouais les représentations les actions les euh. Ça ça se retrouve un peu partout. Mais c'est vrai que quand même l'alimentation c'est le premier truc quand on demande aux gens ben qu'est-ce que vous faites pour être durable ils vont dire j'achète, je mange pas de fraises en hiver, ou je mange moins de viande. C'est le premier truc qui ressort systématiquement dans les tests donc euh ça c'est aussi intéressant. Voilà. J'espère que je vous ai aidé et puis si jamais vous avez besoin de, d'autres contacts ou

IR : Ouais je vais déjà reprendre tout ça et puis si jamais je vous recontacterai ouais. En tout cas merci beaucoup

Entretien n°4

IR : Voilà. Alors euh bon je peux vous présenter rapidement en quelques lignes ce que, ce que

M : Mais oui alors volontiers bien sûr

IR : Alors euh mon but un petit ambitieux ((rires)) je voulais, je voulais m'intéresser aux représentations euh du lien qui pouvait exister entre une alimentation saine et durable et euh l'idée aussi c'est de potentiellement dégager des différences ou des similitudes entre des discours de personnes qui sont plutôt expertes donc qui travaillent dans les domaines et des profanes qui sont plutôt des étudiants de l'Université. Un peu voir s'il y a un gap entre ben entre ces deux populations donc voilà. J'ai déjà fait un focus groupe avec des étudiants de l'Université pour déjà voir les thématiques qui sortaient et j'ai déjà effectué trois entretiens avec des professionnels variés. J'ai interrogé une diététicienne, Madame X, peut-être que ?

M : Oui, tout à fait, j'ai rendez-vous avec elle demain

IR : ((rires)) Ah ben voilà. Je l'ai interviewé. J'ai rencontré aussi un médecin de l'alimentation et euh j'ai rencontré une euh doctorante en durabilité à l'Université de Lausanne

M : D'accord, c'est qui ?

IR : C'est Madame N ?

M : Ah oui tout à fait, oui oui

IR : Et puis je vais rencontrer encore vendredi euh Monsieur P de l'IUMSP

M : Ok alors lui je le connais pas, mais les autres, ok d'accord

IR : C'est la santé publique donc c'est un peu différents domaines que je voulais un peu traiter. Donc voilà c'est un peu mon but on verra ce que ça donne tout ça

M : Mmh mmh, mmh mmh. Et puis vous êtes tout au début de votre recherche ou ?

IR : Euh ouais au milieu je dirais j'ai déjà fait un état de littérature

M : Bien sûr

IR : Un peu fait les entretiens. Après on verra comment ça se construit par la suite

M : Et puis vous voulez finir pour le mois de juin ?

IR : ça serait dans l'idée ouais si c'est possible ((rires)), on verra bien. Alors voilà je sais pas si vous avez des questions ou ?

M : Ecoutez non. C'est vrai que quand vous dites le gap, ça veut dire qu'il y a des, un focus groupe qui potentiellement a un type de représentations et un autre qui en a moins et puis. Mais c'est vrai que, la, euh quand vous dites entre l'alimentation saine et durable vous estimez qu'entre une alimentation saine et puis une alimentation durable il y a une différence ou ? Comment vous voyez ça vous ?

IR : Euh moi je voyais plutôt ça comme il y avait pas mal de liens plutôt entre ces deux choses

M : Oui voilà

IR : Et puis qui finalement sont présentées très distinctement de manière générale. Il y a très peu de liens qui sont établis je trouve dans les discours généraux donc je voulais un peu m'intéresser à ça. Et puis voir si les gens étaient aussi conscients, voyaient des liens oui ou non

M : Et puis vous savez pourquoi il y a peu de liens qui sont établis ?

IR : Pas vraiment ((rires)) ça j'arriverais pas à dire

M : Je comprends, ouais

IR : Je pense il y a pas mal de raisons hein, mais euh c'est compliqué c'est des domaines compliqués, plus je travaille dessus plus je me rends compte, c'est déjà deux gros domaines séparés alors ensemble c'est, c'est beaucoup quoi, mais. Passer des infos après on a un peu discuté avec euh notamment Madame N qui travaille aussi sur un projet santé et transition énergétique

M : Volte-face ?

IR : Ouais. Et puis elle disait que pour elle, l'argument santé était potentiellement un bon levier pour parler de durabilité parce que les gens sont potentiellement parfois assez intéressés par leur santé tandis que l'environnement c'est un peu plus secondaire. Après euh en théorie ça me paraît aussi juste après en pratique je sais pas ((rires))

M : Ouais. Non les enjeux sont grands vous avez raison. Mais vous aimeriez que je procède comment ? Vous avez des questions et vous aimeriez que je réponde un peu librement et puis on peut faire des vagues comme ça ?

IR : Alors j'ai préparé des questions et puis ouais on peut faire comme ça si ça vous va ?

M : Mais bien sûr

IR : Et puis après il y a peut-être des questions qui sont peut-être pas forcément pertinentes ou auxquelles vous savez pas forcément répondre c'est un peu, enfin c'est une tentative hein ((rires))

M : Non, mais il y a pas de soucis, je vous fais confiance. Mais c'est vrai que sur les peu de liens établis moi j'ai, j'ai un avis, mais. Mmh mmh. Mais on verra à l'occasion

IR : Mais du coup je me demandais si vous pouviez vous présenter en quelques mots ?

M : Oui tout à fait. Donc moi je m'appelle Madame M, je travaille pour l'unité de développement durable de l'État de Vaud qui est une unité donc le, les missions c'est d'être un centre de compétence en développement durable donc on vient en appui aux services et aux communes et aux entités parapubliques qui souhaitent intégrer des aspects de durabilité dans leur projet. On est rattaché donc au secrétariat général du département des infrastructures et des ressources humaines, mais on a une mission vraiment transversale. Euh on travaille euh sur des projets assez précis comme les indicateurs, des outils d'évaluation et puis on contribue régulièrement à des, des réponses à des interventions parlementaires et dans le cadre de l'alimentation il y a une intervention parlementaire qui demandait qu'est-ce que le conseil d'État faisait pour appliquer l'article 23 de l'agriculture, de la loi sur l'agriculture qui dit que le Conseil d'État fait la promotion des produits locaux et de saison euh je me souviens plus monstre précisément, mais je pourrais vous l'envoyer par email si jamais. Je pourrais vous envoyer aussi des documents, j'ai rien pris ici

IR : Pas de soucis, mais volontiers ouais

M : Mais il y a pas mal de choses donc après je voulais pas vous, vous, vous fournir trop de papier, peut-être que je vous enverrais des trucs par mail ou des liens

IR : Ouais volontiers

M : Et puis cet article 23, donc le conseil d'état est censé, enfin doit promouvoir les produits locaux et de saison donc dans les cafétérias, lors des apéros qui sont organisés par l'administration et puis dans les entités parapubliques. Et puis en fait quand il y a une intervention parlementaire c'est un député qui pose une question au conseil d'état, ce député il est soutenu par un certain nombre de députés, ils doivent être une vingtaine, ils doivent être 20 à signer sa demande et puis ensuite c'est traité au sein d'une, c'est renvoyé au conseil d'état et puis là on va collaborer au sein d'un groupe transversale au sein de l'administration avec le département de l'administration et de la jeunesse parce qu'ils ont beaucoup de cafétérias, le service de l'agriculture, enfin bref on avait vraiment un groupe de travail très transversal. Et puis on s'est rendu compte que dans le fond, euh, il y a deux modes de gestion des cafétérias, il y a un mode de gestion qui est concédé, ça veut dire que c'est les prestataires externes comme Novae, SV Group comme vous avez à l'Université ou alors c'est des cuisiniers qui sont employés de l'entité. Dans un EMS par exemple le cuisiner il est employé-il est collaborateur comme les infirmières et les infirmiers. Et puis dans le fond on s'est rendu compte qu'à l'État de Vaud, la majorité des cafétérias sont en gestion concédée, donc ça sous-entend qu'on doit faire des appels d'offre publique au moment où on doit trouver un nouveau prestataire privé. Et puis que dans le fond avec la loi sur les marchés publics on n'a pas beaucoup de, on n'a pas beaucoup de marges de manœuvre pour imposer des choses. On pourrait pas imposer une entreprise en disant ben maintenant vous devez prendre que des produits de saisons, que des produits suisse parce qu'en fait c'est discriminant donc la loi sur les marchés publics est assez restrictive. Et étant donné qu'on s'est rendu compte que l'état de Vaud, même s'il agissait, mais ça serait pas un acteur très important parce qu'il y a 18 millions de repas ((raclement de gorge)) pardon, qui sont pris dans la restauration collective dans le canton de Vaud, mais au fond l'État il a peu de responsabilités. Alors du coup on s'est rendu compte que dans les EMS où ils ont des cuisiniers qui sont collaborateurs euh et puis aussi dans les entités qui s'occupent

de personnes en situation de handicaps. Alors on s'est dit que ces stratégies euh c'était bien si elle pouvait concerner l'état de Vaud bien sûr, mais aussi les entités parapubliques qui sont d'une manière ou d'une autre subventionnées par l'État. Et puis quand un cuisinier est employé, ça veut dire que quelque part si le directeur veut faire quelque chose et ben le cuisinier il achète comme le directeur veut. Si vous voulez la chaîne décisionnelle elle est directe c'est pas pour respecter la hiérarchie ni rien du tout, mais ça passe pas par un contrat avec un prestataire

IR : Mmh mmh

M : Alors on s'est dit on va proposer deux axes. Un axe= je fais juste un petit résumé mis après vous aurez les documents par écrit

IR : D'accord

M : Il y a un axe qu'on a proposé c'est la formation des cuisiniers et puis que les entités qui ont justement des cuisiniers comme collaborateur fassent une évaluation des achats, dans le sens que on mandate bilan qui est une entreprise de l'école hôtelière, qui analyse en fait tous les tickets d'achat et puis qui regarde l'impact environnemental. Et puis de manière indirecte ça regarde aussi l'impact quelque part pour la santé parce qu'en fait les produits qui sont labélisés bio ou qui sont certifiés avec des cahiers des charges assez strictes, et bien quelque part de manière indirecte ils sont bien pour l'environnement, mais de manière indirecte ils sont bien pour la santé. Donc ça c'est les actions que l'UDD conduit, c'est encourager les EMS, les crèches, etc.. à travailler, à s'engager à faire bilan donc analyser les tickets d'achat et ensuite former les cuisiniers. Mais c'est vrai que, une des difficultés qu'on a, mais ça je pense aussi que c'est une des raisons pour laquelle le lien entre la santé et le développement durable il est peut-être pas établi, c'est que si vous voulez euh par exemple dans un EMS de manière très concrète, il y a toujours des diététiciens et des diététiciennes et puis les personnes âgées en elles ont besoin de textures différentes, enfin ils doivent pouvoir adapter les produits enfin les protéines, etc.. enfin tout est très cadré par la diététique et puis le cœur des préoccupations c'est l'état de santé du patient par rapport à la diététique et puis après s'il mange des fraises en février euh, etc. euh voilà. C'est pas le cœur du métier de la diététicienne

IR : Tout à fait

M : Et puis si vous voulez euh l'avantage qu'il y a avec notre action c'est que si on analyse que les achats, si le cuisinier veut mettre euh le kilo de viande entre le lundi et le mercredi et puis que le reste du mois, enfin les 400g de viande et puis que le reste du mois le patient a plus que des légumes, ça nous est égal qu'est-ce qu'il met dans l'assiette, si vous voulez

IR : D'accord, ouais

M : S'il met trop, pas assez, trop de féculents ça nous est égal. Donc en fait on a touché une chaîne décisionnelle. Parce que si on touchait une chaîne décisionnelle qui touchait aussi euh les aspects diététiques en disant, mais peut-être qu'il faudrait manger moins de viande par exemple, et bien tout à coup on, on perdrait des clients parce que tout le travail qu'on fait c'est sur une base volontaire. Alors si vous voulez, c'est pour ça que nous on regarde que les achats. Et puis ensuite ben le diététicien il peut continuer à travailler, le cuisinier il doit si vous voulez s'engager à faire des achats plus durables au niveau écologique, environnemental, qui de manière indirecte sont meilleurs pour la santé. Mais quelque part il est aussi tenu de répondre aux exigences des diététiciens. Et puis en fait ce qu'il se passe, par rapport au développement durable enfin l'environnement et la santé, c'est que si vous voulez les produits bios ou les choses comme ça, pendant de longues longues longues années on a, pas forcément les produits bio bio, mais les produits qui sont favorables pour l'environnement, on a

pas réussi à prouver scientifiquement qu'ils étaient bons pour la santé. Ça a été des grandes inconnues. Alors maintenant avec les pesticides, les perturbateurs endocriniens, endocriniens, je sais plus comment on dit. Moi je suis architecte donc tous ces trucs médicaux je connais pas trop. Euh c'est des choses qui sont assez récentes. Si vous voulez l'alimentation, parce que maintenant les pesticides il y en a partout que pour finir ils arrivent plus à être dégagés dans l'eau enfin je veux dire on les, on les remange et puis on arrive à un point où tout est tellement pollué que ça commence à devenir effectivement mauvais pour la santé et je pense qu'il y a des moyens qui ont été mis pour faire de la recherche. Mais pendant longtemps on savait que c'était bon pour l'environnement, mais la preuve que c'était bon pour la santé on l'avait pas de manière scientifique donc c'était deux mondes qui se sont séparés. Et puis aujourd'hui quand vous prenez un produit bio, il est peut-être cultivé de manière bio euh je sais pas un produit bio, un avocat bio qui vient de Bolivie il est peut-être bio pour la Bolivie et puis après il est transporté. Bon par exemple le label bio, ben déjà la bio c'est pas protégé, après c'est chaque fois des cahiers des charges, le bio ça veut rien dire quelque part parce que bio c'est la vie quoi. Ça veut dire qu'il est bien pour la Bolivie parce qu'on pollue moins l'eau là-bas et puis il y a aussi des aspects sociaux qui sont souvent pris dans ces labels. Mais après il est transporté ici donc en fait c'est une jungle, c'est d'une très très grande complexité et puis c'est aussi un marché donc euh chacun veut se profiler et puis le client final il est complètement, il est complètement paumé quoi

IR : Ouais tout à fait

M : Donc je pense c'est vraiment du point de vue historique, les choses qui étaient favorables à l'environnement ils ont, il y a pas eu de recherches scientifiques. Je pense qu'il y a eu peu de moyens, c'est une hypothèse, pour dire, mais comment on fait le lien entre les deux choses. Et puis en fait aujourd'hui il y a beaucoup plus de recherches dans ce domaine parce que je pense qu'il y a des gens qui ont des cancers, il y a des gens qui sont malades, les pesticides, la mort des abeilles euh. Je veux dire Monsanto, enfin il y a une prise de conscience générale. Mais euh même à titre personnel, moi je suis née dans les années 60, on a mangé beaucoup d'antibiotiques quand on était petit, euh, aujourd'hui moi j'achète du bio parce que je sais que c'est bien pour l'environnement, etc. Au fond de moi-même, je me dis bon au mieux c'est mieux pour ma santé, mais étant donné qu'en Suisse, les lois sur la protection sur l'Environnement et les lois sur l'agriculture sont déjà assez fortes, j'ai l'impression que la base légale me protège. Mais c'est vrai qu'il faut aussi rappeler que la base légale sur la, l'agriculture, la protection de l'environnement, protection de l'eau en Suisse sont déjà très restrictives donc si on prend un produit bio européen il correspond quasiment euh à la base légale ici. Donc c'est vraiment très complexe. Donc voilà un peu les choses sur lesquelles on travaille et puis on sensibilise un peu les cuisiniers, on les aide à acheter plus local parce que c'est vrai qu'un aspect qui est aussi important par rapport au développement durable c'est que, dans le fond, euh, jusque dans les années 2000 je dirais, par rapport à l'alimentation ce qui était important c'était le commerce équitable, c'est-à-dire acheter du café, des oranges, des bananes euh avec un label fair trade. Et puis dans le fond aujourd'hui la préoccupation c'est de dire ben on paye des milliards pour avoir une politique agricole, et puis on importe euh 60% de nos denrées alimentaires, il y a un potentiel de produire plus pour moins importer, d'ailleurs il y aura des initiatives sur lesquelles on va voter euh cette année, l'année prochaine

IR : D'accord ok

M : Et puis dans le fond le local, c'est-à-dire je dépense 5 francs et puis quelque part il reste dans le pays, ça a supplanté l'aspect du commerce équitable et puis c'est vrai que les grands distributeurs comme Coop, Migros, bon Migros, moi je suis moins Migros, mais ça il ne faudra pas le mettre dans l'interview ((rires)). Coop se sont vraiment engagés à avoir que des bananes équitables donc en fait il y a des choses qu'on voit même plus, et qui sont de faite comme ça. Donc en fait il y a eu une ten- il y

a eu un changement entre le commerce équitable, la préoccupation dans les achats par rapport au Sud d'avoir du commerce équitable, d'un coup maintenant la préoccupation c'est d'acheter local. Bon la préoccupation après quand il y a des interviews, je vous enverrai j'ai vu un lien sur une enquête en France par rapport au changement par rapport à, les citoyens, les éco gestes et des choses comme ça et c'est pas, c'est vraiment pas gagné, je l'ai lu avant-hier je pourrais vous l'envoyer

IR : Alors ouais volontiers

M : Enfin voilà un petit peu pour euh pour brosser le tableau et puis je pense que cette séparation, et même Fourchette Verte, eux ils, c'est vraiment des diététiciens purs et durs. Et puis en fait en 2015 ou même en 2014, ils ont fait un colloque de la société suisse de nutrition euh où le thème c'était le développement durable, j'y suis allé. Et puis c'est clair quand ils disent il faut manger du poisson trois fois par semaine et puis que de l'autre côté il y en a plus, à un moment donné ils se sont bien rendus compte qui, ça allait pas. Donc maintenant ils essayent de développer un onglet développement durable où on collabore avec eux. C'est pour la raison pour laquelle euh je vois Madame X demain. Et puis euh en fait ils se sont jamais préoccupés de ça. Et puis maintenant ils commencent à se préoccuper de ça, mais ils le font un peu dans leur coin en allant chercher des spécialistes, c'est dommage, mais on va réussir à, à nouer la germe et collaborer. Donc en fait, c'est-à-dire que la préoccupation de la santé euh c'est le cloisonnement des métiers, c'est

IR : Tout à fait

M : Vous avez, vous avez du papier ? ou bien vous aimeriez ? Vous écrivez tout petit autour ?

IR : Ca va très bien merci

M : C'est à chacun sa technique

((rires))

M : Donc euh voilà c'est le, le cloisonnement des métiers, la difficulté de réfléchir de manière systémique. Et puis on sait qu'aujourd'hui ben l'alimentation, on jette 30% de notre bouffe donc on jette euh si on achète 10.- on jette 3.30.- et puis l'impact CO₂ de l'alimentation ben c'est le même que la mobilité donc ben. Et puis ça c'est des statistiques qu'on sait au niveau de la connaissance statistique c'est vraiment ces 5 dernières années que ça s'est développé, avant on en savait rien. Voilà je veux pas vous saouler, mais c'est juste pour poser le

IR : Non non, mais ça propose plein de thèmes qui m'intéressent de toute façon

M : Mmh mmh. Donc après je pense qu'au niveau des représentations ben il y a la connaissance scientifique, et puis euh je pense qu'aujourd'hui, si Fourchette Verte se pose aussi la question c'est que il y a quand même une prise de conscience que les choses sont un peu déglinguées ça je crois que le film Demain a eu beaucoup de succès, ça veut pas dire qu'on va changer, mais la prise de conscience, enfin l'acceptation d'un état de la planète qui est un peu catastrophique et puis un état mondial au niveau social qui est un peu catastrophique. Bon moi je trouve que le verre il est à moitié plein, à moitié vide ça dépend des jours. Euh. Il y a quand même une, un consensus sur le fait que ça va plus quoi. Quand on dit qu'il y a 5 ans, il y 10 ans. Je me rends compte moi ça fait, ouf je suis à mon poste depuis 2004, même avant je bossais comme architecte où je travaillais beaucoup sur la question des matériaux, de l'écologie dans les matériaux et les gens en avaient rien à foutre quoi. Ça a changé. Un peu. Voilà

IR : Un petit peu effectivement

M : Voilà donc je vous écoute je veux pas vous souler

IR : Non, mais c'est bien ça reprend plein de thèmes que de toute façon je pensais aborder donc euh. Donc ça c'est déjà bien. Mais du coup on a, on a un peu parlé du biologique, euh moi je me demandais si vous pensez que les gens se représentent bien la notion de biologique ? Enfin le label bio plutôt on va dire ? Qu'il soit bien interprété, ou bien compris ?

M : Ouais les labels c'est vraiment une jungle et puis si vous voulez euh moi-même je, j'ai, moi-même j'ai de la peine à suivre. Enfin moi-même, je me considère euh tenue de faire de la veille, de me renseigner, dans le sens que je suis particulièrement sensible et puis que j'en sais plus que les autres, mais disons ça fait partie de mes missions. Enfin par exemple hier j'ai lu un truc, enfin on bossait sur un truc et puis il y avait les OGM et puis je me suis dit, mais en fait les OGM ils sont interdits en Suisse ou pas ? Moi je pensais qu'ils étaient interdits et puis je savais qu'au niveau des étiquettes quand il y avait des résidus d'OGM au-dessus d'un pourcentage minime ils avaient pas besoin de le mettre. Voilà parce que, voilà c'est la loi euh enfin je sais plus quelle loi c'est, mais c'est la loi sur l'ordonnance sur l'alimentation ou je sais pas quoi, des denrées alimentaires enfin c'est même pas l'alimentation. Et puis en fait je suis allée voir sur internet et puis je me suis rendue compte qu'il y avait un seuil à transgénique qui était autorisé. Et puis en fait moi je le savais pas. Et puis quand on va sur internet par exemple, je suis tombée sur un site, bon beaucoup de gens disent des conneries hein ça c'est sûr, mais ils disaient qu'en Suisse, les animaux mangeaient pas de fourrages transgéniques, du soja qui vient d'Amérique du Sud, etc. alors que c'est juste pas vrai. Alors par rapport à votre question sur le bio, c'est d'une telle complexité qu'il faut vraiment être euh hyper spécialiste pour connaître quelque chose. Et puis c'est vrai que dans les labels il y a un principe c'est le label qui est auto-déclaré par une entreprise qui dit je fais mon label, comme la Migros hein, voilà. Ou il y a des labels comme le bio bourgeon suisse qui euh, où là c'est vérifié par un externe. Et puis ça c'est aussi un principe, moi je préfère les labels où on essaye de, de dire ben voilà les labels qui sont vérifiés par un externe ben c'est un peu, entre guillemets, c'est un processus qui est plus favorable euh d'oser ouvrir ses tiroirs, ses classeurs enfin voilà. Mais en fait dans la nourriture c'est pas si évident parce que je crois que le label bio de la Migros il est pas mal, ils ont un cahier des charges assez sévère. Donc ce qui pourrait être valable pour le bio, FSC, etc., où c'est évident qu'il faut un externe et puis encore malgré tout c'est un bordel innommable, il y a plein de trucs qui sont, qui se passent très mal. Pour l'alimentation c'est encore plus compliqué. Donc la représentation de ce que c'est bio, moi je pense que les gens en Suisse font confiance, mais il y a aussi des scandales, les scandales sur les poulets, des choses comme ça. Mais est-ce que les gens savent vraiment ce que c'est ? Franchement j'en sais rien. Moi je me rends compte que les gens à la Coop ils achètent des yogourts bio parce qu'il y a plein de trucs où les prix c'est à peu près les mêmes maintenant. Mais qu'est-ce qu'ils en savent et tout ? Moi je pense qu'il y a une toute petite élite de bobo qui, qui arrive à faire la différence, etc. Mais c'est

IR : Ouais. Parce que moi je me demandais justement si, est-ce que les gens associent pas des critères qui sont pas forcément liés avec le bio, notamment par la publicité ou les choses comme ça quoi ?

M : Bon, mais le truc où il y a des entreprises, ouais c'est un peu le green washing. Mais il y a quand même, bon, il y a quand même des labels qui sont assez bien, mais ça je me rends pas compte je sais pas, bon il y a du green washing partout, mais je pense que pour l'alimentation, c'est, en tout cas Max Havelar, UTZ, euh, je pense qu'il y a quand même des choses qui sont connues. Et puis je pense qu'en Suisse allemande il y a une plus grande sensibilité qu'en Suisse Romande. Il doit y avoir des- parce qu'il y a plus d'écologues en Suisse allemande, enfin, il y a des traditions. Mais alors ça, ça je sais pas ce que se représentent les gens. Mais moi je pense que c'est une minorité. Quelque part il faudrait favoriser de la nourriture saine pour tous et ça c'est la difficulté du politique, de dire ben voilà le bio c'est plus cher

donc les classes défavorisées y auront pas accès et puis quelque part il faudrait, ouais et puis il y a toujours une discrimination sociale au finale quoi.

IR : Tout à fait

M : Potentiellement. Donc je peux, ouais, j'ai de la peine à, je sais pas (soupir). Moi je vapote, c'est interdit, mais bon

IR : Pas de soucis ((rires)). Mais euh. Et puis vous avez aussi parlé un peu, un peu de la viande. Donc euh vous vous pensez qu'une diminution de la consommation de viande ça serait bénéfique pour l'environnement ?

M : Ah mais ça c'est sûr. Non, mais au niveau mondial c'est une catastrophe. C'est-à-dire qu'on nourrit des bœufs au lieu de nourrir des gens. et puis surtout que les bœufs ben c'est du méthane donc c'est un gaz, un gaz à effet de serre qui reste 100 fois plus longtemps que le CO2. Euh. Et puis c'est la déforestation, etc. Et puis c'est clair que tout le monde veut vivre comme les européens et puis les américains donc en Asie ils mangent beaucoup plus de viande, en Chine, etc. et puis ça c'est une catastrophe. Non, mais ça c'est un axe principale mais, donc il y a, j'ai lu un autre article sur le, les véganes augmentent, les flexivores augmentent, mais disons que du point de vue nombre de kilos de viande mangés par personne en Suisse je crois que c'est 54 kilos ou je ne sais pas quoi. Il y a une baisse du porc, une augmentation du poulet et puis ouais le bœuf je crois que c'est assez stable. Non, mais ça c'est une catastrophe et puis même alors du point de vue santé, je pense que, enfin il y a quand même une prise de conscience, mais je sais pas, moi je sais pas enfin j'ai, je suis, si vous voulez je peux pas dire qu'il y a une prise de conscience alors que je connais 30 personnes, vous voyez ce que je veux dire ? ((rires)). Dans mon milieu, enfin je suis pas, je suis pas sociologue quoi. Mais donc du point de vue baisse de la consommation il n'y a pas de baisse de la consommation quand on, viande tout mélangé, mais il y a la baisse du porc, alors c'est clair que les scandales, le bien-être animal je pense va être un levier. Parce que quand on voit ce qu'il s'est passé en France, dans des abattoirs bio machin, je pense que, mais bon après on parle de, de pays occidentaux je veux dire en Chine il y a, il y a 800 millions de pays qui vivent avec leurs 2.5 milliards de cochons, ils sont dans le même local. Donc je veux dire à l'échelle mondiale, la souffrance animale elle est. Enfin, en Suisse, mais même en Suisse tous les scandales sur le porc, dans le canton de Vaud les scandales sur ces porcheries, les porcheries dans lesquelles ça s'est passé sont légales. Ce qui est compliqué c'est que le vétérinaire il est chez Mme De Quattro donc c'est une conseillère d'état et puis le service de l'agriculture il est chez Mr. Leuba et puis en fait quand il y a un scandale sur le porc ben ça retombe sur Madame De Quattro parce que c'est le vétérinaire qui a pas bien surveillé qui a pas donné l'alerte alors qu'en fait le financement de la modernisation des porcheries il est chez Monsieur Leuba alors ça fait un cheni par possible. Et puis euh ils mettent de l'argent pour moderniser ces porcheries, mais il faut pas être naïf euh on souhaiterait tous avoir un cochon qui voit le soleil, il y a un label sur les cochons en plein air ou je sais pas quoi, mais on y est pas hein et puis on traite les porcs comme on traite nos voisins. Mais je pense que la moindre consommation de viande a, il me semblerait que le bien-être animal pourrait être un levier plus grand que, que la santé. En sachant d'où il vient, quasiment avoir le nom de la. Moi je sais, enfin moi je sais que je suis très sensible à ça. Alors pour des questions environnementales je mange peu de viandes, j'en mange quand même parce que, mais peut-être que je vais arrêter je sais pas. Je suis clairement une flexivore, mais moi ça me, ça me révolte quoi. Mais bon ça c'est un truc privé.

IR : Non, mais je pense que c'est un mouvement qui se met en place, en tout cas moi je le constate aussi comme ça

M : Oui oui, le spécisme enfin voilà, quand on va chez Payot il y a un rayon entier

IR : Alors ça c'est très très récent hein je trouve

M : Ouais, vraiment

IR : Ouais tout à fait

M : À voir. Donc par rapport à la viande euh

IR : Mais donc du coup vous pensez vous qu'un régime végétarien ou même végétalien ça serait plutôt positif en termes de durabilité ou ?

M : Alors c'est sûr, c'est sûr. Mais je veux dire trouver un médecin, alors en France, euh, enfin les conseils des pédiatres, quand on entend un peu les témoignages, en Suisse je pense qu'il y a pas un seul pédiatre qui serait favorable à ça hein ça pose quand même d'autres problèmes

IR : Ouais. Pour les enfants en tout cas. Moi ce que je lis un peu comme ça c'est végétarien encore ça peut aller, mais végétalien

M : Ouais ouais on, mais ça pose d'autres problèmes, mais ça c'est clair. Et puis je pense qu'en France je pense qu'il n'y a pas un seul pédiatre qui favorise ça. Donc après euh voilà moi je, si vous voulez à titre individuel c'est quelque chose, mais après il y a une échelle de santé publique. Et puis c'est vrai que si on mange plus de viandes ben ils vont faire quoi ces agriculteurs ? Enfin je veux dire c'est, comment bouger un curseur ? Et puis c'est vrai il faudrait avoir euh, l'office de l'agriculture fédérale est en train de développer un label foin, donc normalement ça serait des animaux qui mangent que du foin, que de l'herbe, mais bon voilà ils sont pas bouboules après 3 mois hein ils prennent peu de poids, voilà, donc le revenu il est plus bas. Donc il y a quand même des solutions qui sont recherchées, moi je pense le zéro viande euh j'y crois pas, mais on peut clairement faire en sorte que le bien-être animal et l'aspect environnemental soit pris en compte. Et puis ben voilà, on peut peut-être, moi je suis pas gênée à dire que ça devrait être plus cher, mais c'est compliqué d'être plus cher alors qu'il y a déjà un tiers de la population qui joint pas les deux bouts quoi. Donc ouais moi voilà je me pose beaucoup de questions, mais j'ai pas de

IR : Ouais, mais c'est compliqué, il y a beaucoup de

M : Il y a beaucoup de facteurs

IR : On peut pas juste aller dans une direction il y a tellement de choses qui. Je trouve c'est ça aussi qui est compliqué avec cette question. Il y a pas de réponse

M : Mais par rapport au gaspillage je pense que là il y vraiment beaucoup beaucoup de choses à faire et puis que, et puis c'est, voilà c'est quand même. Voilà parce que même les ménages pauvres je pense jettent aussi beaucoup et puis là il y a quand même un axe pour euh voilà acheter ce qu'on mange enfin manger ce qu'on achète. Et puis moi je suis la première à faire des conneries hein je veux dire je peux pas, je peux pas donner de leçons à quiconque

IR : Non non effectivement c'est pas si simple

M : Mais votre sujet c'est la santé je veux pas vous faire euh

IR : Non non mon sujet c'est la, la durabilité et la santé

M : Non, mais vous me dites s'il faut recadrer hein je veux pas vous

IR : Non, mais pour l'instant c'est tout bon. Je vous dirai si jamais vraiment, mais non ça va très bien. Mais aussi ouais enfin moi j'ai aussi constaté un peu comme vous ces, un peu ces différences

professionnelles entre les professionnels de la santé et de la durabilité. Les santé sont très axés sur la, sur leurs choses. On en discutait aussi avec Madame N qui me disait que, que, à la crèche par exemple parce que je crois qu'elle a un enfant en bas âge

M : Oui oui elle était en congé maternité l'année passée tout à fait

IR : Qui me disait les personnes de la crèche leur disait, mais votre enfant a pas encore mangé d'abricots et puis c'était, c'était l'hiver et puis elle disait ben non et puis c'est vrai que c'est assez compliqué

M : Mais on est, on est déconnecté de la réalité. Et puis c'est vrai que les cuisiniers aujourd'hui, c'est un métier qui est difficile. Il y a des gens qui disent c'est des coupeurs de sachet, c'est-à-dire que, mais que ce soit dans l'agriculture ou dans la nourriture ben c'est des grosses sociétés agroalimentaires les intermédiaires enfin qui ont pris le dessus, qui ont réussi à voilà, ils nous font des sachets, ils nous font des repas pour les cuisiniers, etc. et puis le cuisinier il a pas 4 apprentis pour peler des carottes on lui fait une cuisine minuscule avec un bain marie et puis cuisinier c'est un boulot difficile, les gens changent de place. Moi je vois dans les EMS où on est, ben c'est un peu con à dire, mais il y a beaucoup de français qui je pense changent de place un peu quand ils veulent. Mais il y a beaucoup de français, ce que je veux dire c'est que les gens changent de place et qu'après, pour connaître le territoire, connaître les producteurs, connaître les saisons ben ils sont, ils sont dans une réalité qui est, qui est différente et puis a niveau de la formation je pense qu'il y a peu de choses. Moi j'aimerais bien travailler sur la formation des cuisiniers, on est un peu en contact, mais la formation des cuisiniers c'est des ordonnances fédérales. Donc aller changer des ordonnances fédérales c'est un travail d'une vie donc euh il faut euh et puis c'est vrai qu'il y a des crèches qui souhaitent que les cuisiniers fassent à manger avec les enfants, etc. J'avais un contact d'une commune qui avait un poste mis au concours pour euh un poste comme ça. Ils trouvaient personne parce que les cuisiniers ils voulaient pas. Et c'est beaucoup des coupeurs de sachet. Mais je pense qu'on peut, il y a aussi toute une vague de cuisiniers qui a envie de faire mieux. En tout cas dans les EMS, moi j'ai fait quelques très très belles rencontres, des gens qui sont passionnés, mais je veux dire tout le monde ne peut pas être passionné par son métier. Et puis euh éplucher les trucs c'est pas possible. Alors ouvrir des sachets quand c'est des carottes qui sont lavées, pelées, lavées, euh mises sous vide, ça joue. Mais si tout à coup c'est une ratatouille et puis qu'on a, on arrive pas à avoir la traçabilité si vous voulez de l'ensemble des ingrédients de la ratatouille ça joue pas. Et puis après si les sachets de carottes pelées lavées il a acheté et puis que les carottes elles sont en productions locales et tout c'est chouette, mais ça c'est très difficile à trouver sur le marché. Et puis la ratatouille ben c'est, c'est le secteur agroalimentaire gigantesque et puis le producteur du petit ingrédient dans la ratatouille ben il a aucun revenu et puis ça c'est, c'est un, c'est le ouais c'est les sociétés agroalimentaires qui ont pris le dessus hein. Mais un peu comme dans tout. Les concentrations euh. Parce que la question de base c'était par rapport aux cuisiniers, oui justement la difficulté que les cuisiniers soient sensibles. Mais nous c'est ce qu'on fait. Et puis moi je pense qu'il faut que ça ait du sens pour eux et puis euh voilà, mais il y a pas tout le monde qui a envie que les choses aient du sens ((rires))

IR : Ouais c'est vrai. Mais du coup euh aussi par rapport à cette industrie est-ce que vous vous pensez qu'il faut favoriser peut-être les circuits courts ou euh ?

M : Ouais, mais, bien sur qu'il faut favoriser les circuits courts, mais euh +++. C'est très très complexe. Bon en France ils ont une loi, bon la France elle fait beaucoup de lois, elle les applique pas forcément, mais n'empêche qu'il y a une loi qui dit que 20% des produits dans les cantines scolaires, les crèches, etc., le public, parapublique, doit être bio d'ici 2018. Il y a des progrès énormes. Ça c'est Ségolène Royal. Elle est un peu naze, mais il faut lui laisser ça. Et puis chez nous on a rien du tout. Et puis les

circuits courts, si vous voulez le panier pour le citoyen, parce qu'il y a toute la politique pour que le citoyen se nourrisse. Alors c'est valable au niveau du canton si vous voulez j'ai pas de contacts avec le citoyen. J'ai des contacts avec des, plutôt des institutions et puis des communes. Alors c'est vrai que le panier euh comme il y a à Lausanne, les circuits courts moi je pense que c'est génial. Mais on sait que par exemple la viande elle est majoritairement mangée dans les cafétérias de restauration collective. Donc si vous voulez par rapport à nos 18 millions de repas, ben il y a une grande partie des repas qui est consommée à l'extérieur du ménage. Donc le panier c'est quand on se fait à manger chez soi le soir, le week-end enfin quand on veut quoi. Donc nourrir la population par le biais de, de ces entreprises de restauration collective en circuits-courts c'est super complexe parce que, par exemple Novae ou comme ça ils ont des centrales d'achat, donc le cuisinier il a un choix de produits, les acheteurs c'est d'autres personnes

IR : Ah oui

M : Ben ouais forcément parce qu'on a besoin de 4'000 poulets ces 6 prochains mois et puis le cuisinier il commande ses 4 poulets qui lui sont livrés et puis il l'achète pas lui. Et puis en fait c'est ces gens-là qui font – et puis eux c'est clair que les prix il est hyper important. Mais il y a quand même des entreprises qui bougent, comme Novae ben il essayent de- je vais aller voir

IR : Novae ?

M : Oui, N-O-V-A-E. C'est l'ancien DSR, c'est une entreprise de restauration collective. Alors vous allez sur leur site internet ils ont, ils bossent avec des producteurs à Genève on voit les cochons qui galopent dans un champ. Mais je veux dire les 15 cochons qui galopent dans le champ par rapport au nombre de cochons qui sont consommés je pense que c'est un tout petit nombre. Donc le circuit court faut pas oublier que dès que le truc est plus cher ça le fait pas. Les gens ils regardent que le prix, alors que en fait euh- donc le circuit court si vous voulez c'est bien pour l'environnement de manière évidente, mais c'est quoi un circuit court ? Il y a très peu d'abattoirs en Suisse Romande donc même si vous dites j'achète une vache qui est née à Chexbres, elle va faire un tour en camion pour aller à l'abattoir je ne sais pas où à Clarens et puis le livreur une fois qu'il aura le steak l va livrer l'autre et puis en gros elle aura fait 120 km quand même. Donc définir le local c'est très compliqué. Nous on ne l'a pas défini le local parce que, je sais pas un agriculteur qui est à Estavayer qui livre à manger sur le canton de Fribourg, si on dit que le local c'est Vaud et puis que lui son business c'est sur Fribourg ben on peut, enfin je veux dire c'est salaud enfin on peut pas, c'est très compliqué. Et puis ensuite les circuits courts ben c'est, il faut les mettre en place. Parce que les agriculteurs si vous voulez, que ça soit par rapport à la santé aussi, je sais pas ce qu'ils ont dans la tête comme représentation, mais l'agriculteur qui livre sa farine à un moulin il est pas intéressé au client final, il livre au moulin si vous voulez. Et puis le moulin il a ses clients, ses farines sont mélangées. Bon c'est clair que les farines bios ils ont des autres filières, etc. Mais donc l'agriculteur il livre une coopérative ou il livre un grossiste et puis le client final il s'en fout. Euh. Il y a d'autres métiers ou même si on fait partie d'un, enfin on est, on est soucieux de, de l'opinion du client final. Eux ils le sont pas

IR : Ok ok

M : Vous voyez ce que je veux dire ?

IR : Ouais tout à fait

M : Et puis l'agriculteur si on veut faire des circuits courts parce qu'en fait ce qu'il se passe c'est que le monde agricole il veut des circuits courts parce que ce qu'il se passe c'est qu'ils sont sûrs que si l'agriculteur vent tout seul, mais comme maintenant ils ont des prestations, pas des prestations

complémentaires, mais ils sont obligés d'arrondir leur, leur revenu en faisant de la vente directe, et bien ils payent pas l'intermédiaire. Alors si le client va à la ferme et puis qu'ils font le marché dans leur ferme et tout, euh, ben il y a pas la livraison. Mais l'agriculteur qui doit commencer à faire de la vente directe et puis ne pas travailler avec un grossiste pour se dire ben si je vends directement je peux vraiment connaître mon client et puis défendre mon prix, défendre la qualité du produit et tout, et ben lui il doit acheter une camionnette, il doit faire la logistique et puis c'est un autre métier

IR : Ouais c'est vrai

M : C'est un autre métier. Donc il peut pas être au champ et dans la camionnette à faire de la logistique. Et l'agriculteur qui voudrait vendre ses poireaux avec ses bottes crottées un peu bêtement et puis ses poireaux un peu terreux, parce qu'un poireau s'il est bien fait en pleine terre ben il va pas être propre directe, ben le cuisinier il va faire la gueule. Donc les circuits courts, alors pour le citoyen moi je pense que ça marche super bien, c'est bien, mais pour la restauration collective faut pas se faire d'illusion sur les échelles hein. Et puis après c'est des, c'est des autres métiers. Et puis les grossistes ils ont leur place et puis après le monde agricole il dit ah, mais les grossistes ça va pas, ils se prennent – bon c'est surtout les grandes distributions comme la Coop, ils ont des pratiques, ils ont des pratiques dégueulasses. Il font des contrats sur 2 ou 3 ans et puis après ils disent on vous reprend, mais vous nous faites une ristourne sur le contrat précédent. Et puis ma foi c'est la liberté de commerce. Mais voilà j'ai pas tout à fait répondu à la question. Donc le circuit court je pense que c'est beau, mais, qu'est-ce que ça veut dire ? Si le CHUV demain achète que des carottes vaudoises il n'y a pas un seul vaudois qui va manger des carottes dans la semaine hein

IR : Ouais, c'est vrai que je pense pas

M : On importe 60% de notre bouffe

IR : Ouais ouais. Bon, mais est-ce qu'on pourrait importer moins ?

M : Ben c'est un peu l'enjeu de ces initiatives, il y a 3 initiatives il y en a une de l'union des paysans suisses, une de terre agir. Bref je connais pas exactement les textes, mais vous pouvez les rechercher on va voter dessus. Alors si on veut, la question de la souveraineté alimentaire, un peuple a le droit de décider pour euh, pour son système alimentaire. C'est un peu pour dire à l'OMC que si des frontières sont fermées et bien ils ont pas le droit de faire un procès enfin bref. Mais si on veut faire plus de, de productions internes, aujourd'hui, il y a des exigences écologiques très grandes dans la loi sur l'agriculteur. Par exemple toutes ces friches, ces bandes de terrain qui sont libres le long des forêts euh il y a voilà, il y a, c'est plus extensif qu'intensif. Si on veut produire plus c'est un peu au détriment de l'environnement. Vous voyez parce que l'agriculteur classique il est quand même avec des intrants, avec des pesticides donc si on veut produire plus, produire plus de manière bio ben euh, euh, c'est une sacré gageur. Mais c'est possible au niveau mondial, c'est d'ailleurs la seule voie parce que 90% des paysans sur terre ne mettent pas d'intrants et puis grattent leur plante et puis, etc. Donc au niveau mondial je pense que c'est la seule voie. Et puis surtout que, euh, mais, moi je sais pas exactement quelle est la voie à suivre, mais en tout cas sur ces initiatives sur lesquelles on va voter il y a le paradoxe de dire ok on veut être plus autonome, mais ça se fait au niveau de l'environnement, au détriment de l'environnement. Parce que la manière d'être le plus autonome ben c'est d'être intensif. Alors être plus autonome de manière extensif, j'imagine que c'est possible, mais ce matin sur France inter ils parlaient de la perte de productivité s'il y a plus de pesticides. Ils disent que sans pesticides ils arrivent quand même à garantir 70-80% de la production

IR : Ouais ok

M : Ouais, mais n'empêche que. Mais si on dit c'est 70% de la production pi qu'on jette 30% on y est. Mais bon ça c'est facile à dire. Mais euh il y a, voilà. Mais aujourd'hui l'agriculteur, vous êtes allés voir le film « révolution silencieuse » ?

IR : Tout à fait, ouais

M : Ben voilà il dit je dois mettre à la poubelle tout ce que j'ai appris, c'est une démarche individuelle, mais en termes de politiques publiques d'agriculture on est, ouais ils aiment bien mettre des intrants. Et puis après les intrants c'est une dépendance financière et puis ça c'est Monsanto enfin c'est deux trois boîtes. Alors ici ça va, mais dans les pays du Sud ils se suicident. Donc la question de base donc vous disiez les circuits courts ? Oui pour le citoyen moi je trouve que c'est génial, mais mettre en place un circuit court il faut vraiment, enfin il faut de l'argent public quoi, c'est ça. Alors est-ce qu'il faut que le politique considère euh ces questions-là ? Mais en tout cas en France ils ont monté des légumeries, ils ont monté, il y a vraiment pas mal d'argent des collectivités

IR : Ok ouais

M : Ici ben il y a toujours ces trucs de marché public donc en fait une collectivité qui dit maintenant, ouais on est obligé de mettre en concurrence donc on est dans une tension constante. Mais c'est, je suis désolée de rajouter de la complexité au sujet ((rires))

IR : Non, mais de toute façon c'est

M : mais par rapport à la santé, le lien en tout cas avec la santé il est très peu fait. Mais politiquement d'avoir une nourriture meilleure, aujourd'hui au niveau du conseil d'État, monsieur Maillard est très très favorable, ma cheffe est très favorable, je pourrais pas bosser sans avoir un, une volonté politique sur ces questions-là. Mais euh de dire à Maillard maintenant on n'achète, on n'achète plus de poulet du Brésil parce que voilà, et puis ça coute, ça coute je sais pas x en plus, je suis pas sûr qu'il lâche un rond hein

IR : Ah ouais ? Ok ouais. Mais pour vous quand même les thématiques de santé et de durabilité c'est des thématiques qui se rejoignent ?

M : Oui, moi je pense qu'elles se rejoignent, elles vont se rejoindre de plus en plus euh. Mais c'est des mondes, je pense qu'on doit apprendre à se connaître, on doit apprendre à, à trouver un langage commun. Mais c'est de nouveau ce truc de la transversalité, que les gens aient confiance euh de travailler ensemble, n'aient pas peur de faire des erreurs et puis un petit peu plus d'humilité. C'est clair que quand un métier dit bon ben maintenant on va faire du développement durable c'est super, mais il faut toujours aller chercher des idées ailleurs, partager des choses et puis les gens ils ont de la peine. Ils ont de la - même les, ouais les cuisiniers. Alors quand ils sont ensemble ils partagent beaucoup de choses, mais si on devait demander à un cuisinier bon alors maintenant on aimerait mettre un témoignage par écrit pour pouvoir échanger à d'autres, ou dites nous votre recette comment vous avez fait, c'est pas dans la mentalité parce que potentiellement on est sujet à la critique quoi. C'est des choses euh de l'ordre de la sensibilité personnelle si vous voulez. Et puis on est un peu euh vivons caché vivons heureux, un peu le canton de Vaud. Mais donc je pense qu'il va y avoir beaucoup plus mais d'ailleurs il va y avoir une application, il y a pas une start-up à l'EPFL qui est en train de faire une application sur le, sur euh l'alimentation et la durabilité ? il me semble qu'à la ville de Lausanne ils le font aussi. Donc il y a de plus en plus de choses. Mais après je reviens quand même, est-ce que c'est pas des outils pour des bobos ? Parce que la majorité des gens ils veulent acheter moins cher. Parce qu'il faut bien se dire, par rapport au panier du ménage, vous pourriez regarder un peu dans les

statistiques c'est flagrant. Disons qu'en gros dans les années 60 on mettait 15% ou même plus, enfin après la guerre c'était peut-être 30

IR : Et puis là on n'est même pas à 10

M : Ah non, mais je pense qu'on est même plus bas, à 5 ou à 6. Et puis la télécommunication je pense que c'est plus. Donc à un moment donné c'est aussi décider. Mais pour quelqu'un qui tourne déjà pas parce qu'il a le loyer, les impôts, les assurances maladies qui sont complètement comme ça ben je veux dire il va prendre M-Budget euh. Et puis les cuisiniers ils achètent beaucoup de nourriture en action. Parce qu'il y a eu beaucoup de tentatives de faire des comparaisons de prix, pour apporter la preuve que le prix n'est pas rédhitoire. Parce qu'un poulet surgelé il perd beaucoup d'eau. Donc un poulet de 1kg il fera 900g tandis qu'un poulet suisse il perd moins d'eau, ça dépend comment on le découpe enfin bref machin. Mais euh eux ils achètent, ils reçoivent des faxes et puis ils achètent tout en action. Donc on peut pas

IR : Comparer ouais

M : ouais c'est ça. Et puis après ben c'est une question de, de pratique

((Bruit de porte))

((Interruption. Des personnes avaient réservé la salle, on a donc dû aller s'asseoir à la cafétéria))

M : Ben je vous propose qu'on continue simplement à la cafétéria ? Ah, mais vous voulez enregistrer attendez il faut qu'on trouve une autre salle.

IR : Non, mais ça va très bien hein je pense qu'on entendra

M : C'est sûr ? Je, je parle beaucoup donc on a un peu euh

IR : De toute façon je pense que

M : on arrive au bout ou pas ?

IR : Il me reste 2-3 questions donc ça devrait être assez

((Bruits de vaisselles))

M : Mais ça joue comme ça quand on discute un peu

IR : Oui oui ça va très bien

M : Vous pouvez me donner votre verre

IR : C'est gentil, merci

((Bruits de fond de gens qui parlent))

IR : Ouais et puis euh moi je voulais poser une question un peu générale est-ce que vous pensez que du coup c'est quand même une responsabilité qui est plus individuelle ou c'est quand même des responsabilités plus de la santé publique ou ?

M : Ah, mais tout le monde, tout le monde je pense. Moi je pense que l'État, si vous voulez on peut, si on finance une politique agricole qui coûte des milliards et puis que de l'autre côté on mange entre guillemets des produits qui sont pas bons, qui sont importés et qui dérivent sur la santé ben c'est pas logique

IR : Ouais effectivement

M : C'est versé de l'argent et puis le mettre par la fenêtre de l'autre côté. Donc moi je pense que l'État il a clairement un rôle à jouer. Mais. Ben surtout que l'État il est quand même prescripteur de beaucoup de choses. Mais après qui dit faire des progrès après ça sous-entend que si on fiance quelque chose de particulier, en admettant qu'il y ait un EMS qui veuille euh acheter des choses particulièrement durables et qu'on pourrait ben voilà on vous donne un peu plus d'argent par repas. Parce qu'en fait, dans un EMS par exemple le prix par repas il est fixé. Ils ont un prix socio-hôtelier avec la buanderie ou je sais pas quoi. Mais s'ils veulent vraiment, bon c'est pas prouvé que ça coûte plus cher, mais en admettant qu'on dise si vous faites comme-ci on vous donne un petit plus d'argent vous imaginez le contrôle. Donc c'est pas juste donner forcément de l'argent enfin c'est, ouais il faudrait travailler sur l'incitation, mais si à un moment donné ça doit être un peu institutionnalisé il faut qu'il y ait un contrôle et puis ça c'est ((sourir)), c'est des usines à gaz. Si vous voulez la volonté elle est là, mais après comment on s'y prend ? C'est. ++ Et puis tout le monde est assez d'accord, mais après pour vraiment s'y mettre et sortir un peu plus d'argent et tout ça euh, c'est pas gagné

IR : Non je pense ouais. Et puis ben du coup une dernière question je dirai d'un point de vue plus santé, on sait qu'il y a un nombre de plus en plus élevé de personnes en situation d'obésité ou de surpoids, est-ce que vous pensez qu'une alimentation durable ça pourrait palier à ce problème ?

M : Non. Du sucre il vient d'Arberg hein il est Suisse. Non. Moi je pense que de toute manière, faire croire aux gens qu'avec leur montre connectée, le calcul des kilocalories de machin, qu'ils ont une prise sur leur santé. Alors je pense qu'il y a une marge. Bien sûr qu'on peut manger mieux, euh voilà moi j'ai magné un taillé c'est pas terrible ((rires)), 5 fruits et légumes, etc. Bien sûr qu'on a une petite marge, mais la question de la santé publique de fond ça a rien à avoir avec l'action individuelle, rien du tout. C'est les, c'est les euh c'est le milieu socio-économique, c'est le milieu formation euh après des gens qui sont, voilà, euh stigmatiser ces gens moi je, moi je pense que l'individu il a une petite part sur sa santé, mais vraiment une petite. Faire croire aux gens qu'ils ont une grande part, moi je pense que c'est du bullshit. Enfin c'est pas comme ça qu'on met en place des politiques publiques de santé. Mais c'est clair qu'on est dans une société individualiste où les gens veulent contrôler et tout, mais moi je pense que c'est un leurre, c'est un leurre complet. Mais ça c'est à titre personnel, moi je suis très peu chiffre, très peu poids. J'arrive pas à comprendre. Les gens ils se disent je fais ci, ça ira mieux, ça ira mieux, mais en fait non, ils font partie des statistiques, 1 femme sur 8 aura un cancer du sein, l'homme de la prostate, mais il aura beau courir, beau machin, il sera dans la statistique

IR : On a une petite part

M : On a une petite part, mais je pense qu'il faut en profiter et puis l'utiliser. Mais il faut pas imaginer que, disons que dire aux gens dans les assurances maintenant, si vous mangez un taillé aux greubons tous les matins on vous fait payer votre assurance plus cher ou si vous mangez pas de taillé aux greubons c'est ce qu'un assurance fait notamment par rapport. Moi je trouve que c'est un scandale

IR : Mais ça se fait beaucoup cette manière de responsabiliser

M : Ah mais c'est un scandale. Ça c'est du fascisme hein. Pour moi c'est du fascisme

IR : On voit ces pubs qui disent si vous faites 10'000 pas par jour vous avez des réductions

M : Oui oui, pour moi c'est du fascisme. C'est du fascisme parce que 10'000 pas par jour, oui. C'est de la préven-c'est de la promotion de la santé de la prévention des maladies, mais c'est de la prévention. Et puis il y a des gens ils ont des gamins à aller chercher, ils ont une vie, 10'000 pas par jour c'est à peu près une heure hein. Moi j'ai un problème de diabète donc je marche 10'000 pas par jour, mais même

si je marche 10'000 pas par jour, l'influence elle, ça joue sur le long terme peut-être, mais je vois pas de différences. Mais il faut marcher une heure. Mais il y a des gens, je veux dire

IR : Ils ont pas le temps ouais

M : Non, mais c'est dégueulasse. C'est du fascisme. On arrive comme ça. Et puis avec les gens ils mettent des montres connectées partout, ils laissent des traces partout, un jour les assurances elles vont dire ben pour eux on paye plus, la solidarité elle sera morte. Pour moi c'est du fascisme

IR : Ok. Ben je crois que j'ai plus ou moins fait le tour, je sais pas si vous vous avez encore quelque chose à rajouter ?

M : Ben j'espère que j'ai répondu un peu à vos, si ça vous convient ?

IR : Oui super

M : Ben écoutez moi j'ai rien d'autres, je vais vous envoyer les quelques liens dont je vous ai parlé et puis si jamais je serai intéressée bien sûr à, quand vous avez le temps hein

IR : Ouais ouais bien sûr, quand je l'aurai fini

Entretien n°5

YS : C'est des étudiants ?

IR : Oui

YS : C'est clair qu'il y a une hétérogénéité, si vous en prenez 3, 4 5. Alors bon sur une échelle il y en a qui sont un peu à l'extrême, il y en a qui seront très comment dire euh classique d'autres plus révolutionnaires. La différence, delta, statistiquement c'est clair que dans votre travail ça va être difficile, même en non-paramétrique. Ce que je veux dire c'est que la variabilité des experts, des gens qui connaissent le domaine pourrait être presque aussi grande. C'est pas parce qu'il sont expertes que...

IR : Ah non c'est clair, je ne m'attends pas du tout à un consensus de ce point de vue-là.

YS : Surtout dans le domaine durable, bon écologie, il y en a qui savent même pas ce que c'est. Euh. On parlera d'étiquetage alimentaire après. Parce que c'est assez marrant, mai il y a 7 ou 8 ans, il y a en France, il y a quoi ? Leclerc, Intermarché,

IR : Carrefour ?

YS : Carrefour... Bon je sais plus un de ceux-là. J'étais un peu étonné parce que justement je donnais des cours de nutrition et puis j'avais vu qu'ils avaient mis des profils de gaz à effet de serre c'est-à-dire qu'ils étaient allés quantifier, bon c'est surtout le CO₂, par gramme, au 100g d'aliments, c'est-à-dire ce produit que vous achetez qui est forcément emballé donc semi-industrialisé, il produit tant de grammes de CO₂, soit par 100g soit par 1000 calories, ce qui est intelligent parce que si vous prenez un produit très gras, il a beaucoup de calories donc là l'activité est divisée. Et puis euh je trouvais que c'était bien fait, j'avais pris des photos, mais je ne les retrouve plus. Enfin elles sont numérisées, mais [inaudible]. Toujours est-il qu'ils ont abandonné ça et je crois que c'est parce que les consommateurs ne savaient pas ce que c'était. D'autre part, vous connaissez la société suisse de nutrition ?

IR : Non

YS : Marquez peut-être, SSN, société suisse de nutrition. En allemand SGE. Alors le site internet c'est, bon pouvez trouver sous Google en 2 minutes, SGE Bern, mais je crois que c'était ssn-sge.com. Ou point org. Enfin je sais plus. C'est une NGO, enfin une semi-NGO parce qu'ils vendent quand même plein de choses intéressantes. Et puis là il y a un, un disons un fascicule qui est bimensuelle, qui s'appelle tabula et puis dans cette revue il y a toujours l'analyse d'un aliment particulier, ou même les différents types d'injonctions aux aliments par exemple des herbes des choses comme ça. Et puis ce qui n'est pas mal c'est qu'ils vous présentent l'analyse du produit en termes de lipides, glucides et microéléments, vitamines blabla et puis ils ont aussi un repère écologique. Et puis ce qui est assez intéressants c'est qu'ils le dissocient, vous savez une espèce de colonne comme ça. Alors c'est clair si, si c'est une protéine, si c'est carnivore donc une viande, alors déjà la production de la viande va être beaucoup plus, produire beaucoup plus de CO2 hein parce que l'efficacité, quand vous donnez 1000 calories d'un végétale à une vache, elle produit pas 1000 calories de viande

IR : Ouais ouais tout à fait.

YS : Elle en produit peut-être 100. Non peut-être pas 200. Mais c'est clair il y aura beaucoup de calories qui ne sont pas disponibles pour la production et ça vous fait déjà – et puis ensuite il y a aussi le fait que un bœuf qui est fait sur place ou qui est importé d'Amérique Latine ou je ne sais pas d'où, il y a le transport, il y a le stockage et puis pour finir ça vous fait un profil écologique qui est très différent. Globalement, plus c'est végétal plus c'est bas, plus c'est local plus c'est bas, plus c'est animal – bon le lait c'est peut-être une exception parce que le rendement est assez bon pour le lait, mais pour la viande il est pas terrible. Et puis euh, bon les végétariens, la production de gaz à effet de serre va être assez faible par rapport aux carnivores. Et puis euh bon il y a d'autres facteurs. Même à l'intérieur des végétaux, par exemple les légumineuses, seront beaucoup plus efficaces. Vous savez ce que c'est les légumineuses ?

IR : Oui c'est un peu tout ce qui est lentilles, pois chiches

YS : haricots verts, haricots blancs, haricots noirs, pois, pois chiches, soja blabla bon. Et la raison est simple c'est que ces aliments, ces végétaux en fait ils bénéficient du fait que dans leur racine ils ont des bactéries qui s'accrochent, c'est ce qu'on appelle rhizobium, et puis ces racines elles travaillent en symbiose avec la plante, vous avez le sol ici la plante et là. Bon alors il y a les racines, il y a des millions de micro bactéries qui bénéficient de la plante quand même hein parce qu'il y a aussi un [inaudible], mais elles ces bactéries elles captent l'azote atmosphérique et puis cet azote si j'ose dire elles le refilent à la plante. Bon le métabolisme de l'azote aux protéines de la plante c'est assez compliqué, ça ne vous intéresse pas je pense, il y a des schémas

IR : J'y connais pas grand-chose, j'imagine.

YS : Bon si vous voulez l'azote c'est un gaz, il y a 79% d'azote dans l'air, il y a un excès d'azote on ne sait pas quoi en faire. Donc le fait de prélever l'azote, même si vous avez un hectare, ça va rien changer à l'atmosphère, il y en a tellement, c'est pas comme le CO2 où là on essaye de réduire. Donc ça veut dire que non seulement la plante a une source d'azote qui est pas, qui est pas obtenue par les fertilisants qu'on met dans le sol. N02, N03, etc. Mais il est capté par la plante et même plus les bactéries euh peuvent enrichir le sol en azote. Donc ça veut dire que pour les pays du Tiers-Monde parce que dans votre travail il faudrait distinguer les aliments simples pour le Tiers-Monde parce que c'est clair eux ils vont pas pouvoir faire ce qu'ils veulent. Je veux dire en Inde, les végétariens indiens il y aura pas grand soucis, mais d'autres par exemple je sais pas euh qui sont beaucoup plus, dans d'autres régions du monde, ils pourront pas forcément s'adapter euh.

IR : Ouais non bien sûr

YS : Bon alors ici les légumineuses, ça c'est un point fort. Et puis ensuite l'avantage des légumineuses c'est qu'elles sont riches en protéines, elles sont- bon elles sont d'avantage riches en protéines que la viande, mais parce que la viande est riche en eau.- Ah d'accord- Donc si vous exprimez par euh par gramme de viande sèche sans l'eau et puis, parce que en fait les légumineuses c'est des graines alors il faut les hydrater il faut les laisser dans l'eau donc c'est clair au départ ils ont peu d'eau donc la quantité de protéines en gramme par 100 grammes est plus élevée, mais une fois qu'elle est hydratée la valeur est en tout cas 2, 2.5x plus basse, donc à ce moment-là elles ont aussi autour de 20g par 100g donc c'est très similaire à la viande. Mais les gens critiquent mais ils connaissent pas toujours ce concept, c'est qu'il ne suffit pas d'avoir suffisamment de protéines il faut qu'il y ait des protéines de bonne qualité biologique. c'est-à-dire que, si vous voulez, vous savez ce que c'est les acides aminés ?

IR : Oui

YS : C'est ce qui contient les protéines. Il faut que le pattern, le profil d'acides aminés des protéines que vous mangez ressemble à celui de vos protéines endogènes, de l'organisme. Donc c'est clair que le foie ou les muscles ça sera des protéines – le muscle c'est la viande donc c'est clair la valeur biologique de la viande consommée, la viande animale consommée par l'homme sera plus élevée que si vous prenez une plante. Parce que la plante elle est souvent déficiente en acides aminés qu'on appelle alisine ou méthionine. Mais ce qu'il se passe c'est que si vous mangez différentes plantes ensemble, par exemple si vous prenez un, vous allez dans un restaurant asiatique vous prenez un plat végétarien vous avez du soja, d'autres légumineuses que le soja mélangées, vous avez un peu de riz et puis la complémentarité entre les céréales et les légumineuses sont telles qu'un acide aminé qui est déficient dans les légumineuses est en excès dans les céréales et inversement

IR : D'accord

YS : Donc si vous voulez en les mélangeant vous arrivez à une valeur biologique qui est très proche de la viande

IR : D'accord, ouais

YS : Donc ce qu'il suffit de faire c'est de pas prendre une légumineuse x tout seul dans un repas, mais de la combiner à autre chose, en particulier des céréales et les céréales ça peut être je sais pas plein de choses, ça peut être je sais pas par exemple du pain, de la polenta, du riz, enfin ce que vous voulez

IR : Ouais de les combiner ouais

YS : D'accord. Donc l'argument protéine - alors là ça vous donne forcément par rapport à la viande une production en gaz à effet de serre qui est beaucoup inférieure

IR : Oui, ouais ouais ça c'est sûr, ouais, tout à fait

(Bruit de fond de restaurant)

++

YS : Bon on ne parle pas souvent des déchets, mais la partie écologique de la nutrition il faudrait aussi limiter les déchets. Donc là la première chose c'est de nouveau éviter les aliments industrialisés. Quand vous voyez les déchets des aliments industrialisé, l'emballage les machins c'est une catastrophe.

IR : Tout à fait

YS : Et puis c'est le plastique hein. Et puis les gens qui cuisent les aliments dans des plastiques au micro-ondes, pour les perturbateurs endocriniens c'est l'idéal parce qu'ils traversent

IR Ah ouais, ok

YS : Donc ça c'est pas des choses à faire. Donc il y a aussi le « waste » qu'il faut considérer hein. Parce que finalement. Bon alors le « waste », euh les déchets

IR : Oui les déchets ouais

YS : C'est soit les déchets sur l'assiette, bon il y a les déchets, qui vous – enfin une banane forcément elle aura des déchets hein

IR : Ouais

YS : Vous allez pas [inaudible]. Mais sinon ça peut être les déchets dû au fait que vous préparez l'aliment, mais ça c'est peut-être de moins en moins important, pour les légumes par exemple, mais c'est tout ce qui est jeté, c'est hallucinant. J'ai vu des chiffres, mais il semblerait que pratiquement 30% de ce qui est mis dans l'assiette

IR : Oui C'est ce que j'ai vu aussi

YS : Bon au niveau [inaudible], au niveau individuel ça va varier beaucoup, mais environ 1/3 de ce qui est mis dans l'assiette va être jeté, certaines choses sont recyclées. Si vous faites un ragout, hein, pour moi il est meilleur réchauffé, un peu de vin, vous mettez des pommes de terre, des ... Même des légumineuses. Bon il y a aussi les gens qui jettent toujours ce qu'ils ont pas consommé donc ça aussi ça contribue au problème écologique de l'alimentation. Donc euh. Manger plutôt des aliments végétaux, combiner des végétaux, pour l'aspect protéinique, combiner des protéines pour les aliments, et puis diminuer les déchets au maximum si c'est possible. Ça va être difficile d'ailleurs, de changer, parce que les gens..

IR : Oui, oui ben oui ça va prendre du temps

YS : Et puis euh l'alimentation régionale, ensuite. Ouais il y a différentes choses qui concernent l'alimentation qui concernent un peu tout ce qui est l'écologie végétale et environnementale

IR : Tout à fait, oui

YS : Alors on sort un peu du sujet là euh l'idée c'était de se dire que la population devrait manger des aliments sains. On est d'accord ? Mais il y a un premier problème moi je dirais c'est que l'alimentation, pour la santé c'est pas le seul facteur. Si vous mettez santé ici, au centre, je vous mets 40 flèches, des mini-flèches et des grandes flèches. Petites flèches, grandes flèches. Alors c'est clair l'alimentation sera une grande flèche. Bon

IR : Oui. Mais elle agit pas seule ouais

YS : Mais l'autre grande flèche qui est très importante aussi c'est l'activité physique

IR : Ouais, ça va souvent de paire ouais

YS : Et puis surtout les comportements parce que la fumée, il y aura pas de flèches, enfin j'entends, ça serait une flèche qui sort. C'est la pire des choses. Si, si vous fumez, ça sert à rien de manger équilibré parce que de toute façon le facteur de risque est 10x plus fort que n'importe quelle alimentation équilibrée. C'est-à-dire qu'il vaut mieux pas fumer et manger pas très bien

IR : Que fumer et manger bien

YS : Que fumer et manger bien. Parce que les facteurs, en tout cas en ce qui concerne les aspects cardiovasculaires et cancers, l'effet de l'alimentation sera complètement perturbé par l'effet de la

fumée, ça c'est connu. Il y a plein d'études là-dessus. Donc si vous voulez l'activité physique, moi je dis toujours, je disais à mes étudiants, je vous parle pas de nutrition si on n'y associe pas l'activité physique. C'est deux choses liées

IR : C'est sûr oui

YS : Parce que l'activité physique raisonnable, je dis pas le sport, il suffit de marcher, je sais pas une demi-heure, marcher en se déplaçant. Le sport c'est bien, mais ça peut être aussi un, un point faible lorsque ça devient du sport de compétition à un niveau très élevé. Donc il faut toujours voir alimentation et en fait l'activité physique. Parce que le fait d'être plus actif, de marcher plus, de bouger plus, vous fait manger mieux, c'est connu

IR : Ah ouais, ok

YS : Parce que les gens forcément - bon ceux qui s'entraînent et puis qui font des petites compétitions locales, ceux-là ils vont manger forcément plus de glucides hein parce que..

IR : Ouais

YS : Ils vont prendre des bons glucides à indice glycémique bas ou élevé, en fait, ça dépend quand on est à récupération élevé. Avant l'entraînement, bas et puis des fois ils vont faire de l'exercice aussi à jeun, bon ce n'est pas toujours génial. Et puis ceux-là ils vont modifier, ils vont pas nécessairement prendre du sucre – Il y a un truc très intéressant là parce que si un sportif ou une personne active qui fait quoi 10 15'000 pas par jour, donc là on parle même pas de sport on parle d'activité physique générale, mange du sucre, même trop de sucre, et bien elle n'a pas les effets pervers du sucre.

IR : Ah ouais ok

YS : Sauf la carie dentaire. Tous les effets du sucre, résistance à l'insuline, diabète, disparaissent.

IR : Ok. Ah c'est intéressant oui

YS : Et au moment où, si elles continuent à manger riche en glucides et riches en sucre, et puis elle baisse son activité. Imaginez qu'elle ait une fracture, alors là ça devient catastrophique.

IR : Ah ouais, ouais, ouais

YS : Et puis ça l'explication est simple. C'est clair parce que si vous faites un exercice. Je vais vous mettre un petit schéma. Pourcent d'intensité, bon je sais pas si ça vous dit quelque chose VO2 max, mais bon.

IR : Oui oui

YS : Et puis ici vous mettez euh je ne vais pas vous mettre quotient respiratoire parce que c'est compliqué. Mais euh Pourcent CHO, glucides oxydés, donc utilisés. Donc si vous êtes très peu actives, vous bougez très peu euh vous brûlez peu de glucides. Glycogènes hein, glucides. S'il est endogène c'est glycogène s'il est à l'extérieur c'est des hydrates de carbone. Mais après ça fait à peu près comme ça, ça part comme ça. Donc le type qui est moyennement actif, il va brûler trois à 4 fois plus de glucides que celui qui est sédentaire donc il peut en consommer trois à 4 fois plus. Et puis le sucre, le saccharose, qui est décrié, jamais ils ne parlent de l'effet du saccharose -le seul truc qui est vrai c'est la carie dentaire. Les sticky sugars ces trucs collants ça c'est clair. Mais le sucre qui est consommé, qui serait consommé je ne sais pas dans le café. Je ne parle pas de bonbon là. Et bien ces gens qui consommeraient beaucoup plus de sources que ce qu'on dit, c'est à peu près 10% des apports énergétiques, 10% donc une femme à 2'200 kcal ça ferait 200 calories de sucre, divisé par 4, ça ferait

50g à peu près. Donc 50g, 1 sucre c'est 4g, 4 à 5g. Donc ça fait 10 à 12 sucres. Mais lui il peut en consommer 20.

IR : Ok ouais

YS : Parce qu'il brûle deux fois plus de sucre. Bon. Alors si vous regardez même des études américaines ou autres, ils ne sont pas capables de faire le bilan entre le fait que si on consomme trop de graisses et puis on brûle cette graisse aussi par l'exercice, parce que la graisse si vous voulez c'est un peu différent. La quantité de graisse oxydée est faible, mais ici la proportion de graisse oxydée c'est à peu près, pour des efforts modérés vous oxydez plus de graisse et plus de glucides.

IR : D'accord, ok

YS : Donc pas nécessairement, au VO2 max il y a pratiquement plus de graisse qui est oxydée. Vous voyez ?

IR : Ouais, ouais

YS : Bon, je sais que c'est un peu complexe, mais le principe de bilan ou de balance nutritionnelle c'est que plus vous consommez un produit énergétique donc énergétique c'est glucides, lipides, protéines

IR : Ouais

YS : Plus vous le consommez, euh plus vous pouvez l'oxydez. Enfin non l'inverse. Plus vous oxydez, enfin plus vous brûlez des graisses plus vous pouvez en consommer. Plus vous brûlez des glucides ou du sucre plus vous pouvez en consommer. Et pour les protéines, bon, c'est un peu plus compliqué parce que ce n'est pas un substrat énergétique de base, c'est plus pour les building blocks de, de, des tissus si vous voulez

IR : D'accord, ah oui

YS : Des protéines de tissus. Pas tellement - les protéines ne constituent pas une source d'énergie en soi. Elles sont mobilisées si on fait un régime, mais on ne les mange pas pour l'énergie, on les mange pour les acides aminés qui sont essentiels dans les protéines, certains acides aminés sont essentiels dans les protéines.

IR : D'accord, ouais

YS : Bien je ne sais plus où on en était là euh. Donc oui pour la population générale un truc qui m'inquiète un peu c'est qu'on a beaucoup de ce qu'on appelle guidelines en anglais, ce qu'on appelle recommandations nutritionnelles, faites par des experts, souvent c'est des experts entre guillemets hein, avec plus ou moins des conflits d'intérêt parce que c'est des experts qui travaillent dans des compagnies agroalimentaires, d'autres qui sont dans la santé publique d'autres qui sont médecins d'autres qui sont chercheurs, etcetera. Et puis on arrive à un consensus qui est assez raisonnable, style manger 5 fruits et légumes par jour. Mais vous savez combien de pourcent de la population suisse y arrive ?

IR : Non, enfin oui je sais, j'avais vu, je crois que c'est même pas 1/3.

YS : Ouais ouais voilà, exactement, entre 20 et 35%, je crois que ça dépend un peu si c'est des suisses allemands c'est un peu plus. Donc moi je dis la chose suivante c'est que - si la pyramide alimentaire, vous l'avez vue, avec les étages. Là c'est ce qu'il ne faut pas manger et puis là c'est ce qu'il faut manger plus l'eau. Si vous faites une pyramide alimentaire dans une entreprise, le CEO il est où ?

IR : Tout en haut, ouais

YS : Voilà. Et puis là (rires) non, non, je fais une plaisanterie

IR : (Rires)

YS : Cette pyramide elle a été développée il y a en tout cas 30 ans aux États-Unis et je pense qu'il faut passer à autre chose

IR : Ouais j'ai lu aussi ça

YS : Je peux vous sortir en Suisse je sais pas 20 modèles de pyramide, la Coop, la Migros, la Société suisse donc ça c'est celle qui est accréditée et qui est raisonnable, plus chacun fait sa pyramide : maintenant il y a des pyramides pour la femme enceinte, les végétariens, les végétaliens les enfants, les femmes enceintes, les femmes qui allaitent, les gens âgés, les ouvriers, les travailleurs de force, les stressés. Chacun a sa pyramide.

IR : ça veut plus rien dire ouais

YS : Donc il faudrait vraiment – alors non le problème c'est que si on voit que les gens ils ont des pyramides à la maison, ils les mettent sur le frigo ou je ne sais pas quoi, et puis qu'ils arrivent pas à suivre, c'est que les recommandations qui sont données ne sont pas réalistes. Parce que vous savez combien de grammes ça fait à peu près ? Parce que 800g de fruits et légumes, l'estomac il fait pas 5 litres. Et puis si vous prenez un ado, un petit ado d'un mètre 40, il peut pas prendre 5 fruits et légumes. Alors c'est un peu moins pour lui

IR : Oui, mais ouais –

YS : Vous prenez une femme de 50kg qui fait 1m55, elle va pas pouvoir consommer 5 fruits et légumes, 5 portions de fruits et légumes, à part si vous adaptez la portion.

IR : Ouais, c'est ça

YS : Donc ça c'est, pour moi ce qu'il faudrait faire c'est plutôt dire mangez trois fruits et légumes par jour et regarder si on arrive. Parce que, c'est comme un obèse. Les obèses je les connais bien parce qu'ils viennent consulter eux aussi, ils viennent et puis ils disent je veux perdre 50 kg. Et puis le gap est tellement élevé que plus une personne, si les objectifs sont inatteignables à la base, qu'est-ce qu'il se passe ? on n'essaye même pas d'y aller. Moi j'arrive pas à 5 fruits et légumes par jour. Pourtant j'ai de la volonté e puis bon, on aime bien la viande des fois aussi. C'est pour ça qu'il faudrait aussi pour que les gens aient une diète plus saine, il faudrait communiquer peut être différemment et puis aussi la communication en nutrition se fait très rarement à la télé, sauf les émissions en nutrition vous savez si vous regardez France 5, je sais pas si vous regardez France 5 ?

IR : De temps en temps ouais, mais j'ai pas la télé

YS : Bon, moi je regarde pour les nouvelles, ou bien planète. Mais il y a des très bonnes émissions de nutrition, d'alimentation. Mais, mais ces émissions sont peu regardées. Si vous regardez une émission, je ne sais pas disons France qui fait 2 millions, et bien sur une émission nutritionnelle, sur l'alimentation, à part si c'est un scandale, si c'est un scandale les gens ils regardent, elles font 10 fois moins. C'est aussi le fait que les gens devraient se cultiver eux-mêmes, se former eux-mêmes, en autodidacte. Même avec internet, je veux dire en 2minutes, c'est génial. Pourquoi ils ont pas donné le prix Nobel aux trois personnes qui ont développé internet il y a 35 ans ? Ça c'est l'invention la plus géniale.

IR : (Rires)

YS : Non, non c'est vrai. Faîtes un moratoire, on vous dit maintenant. Bon on vous laisse un téléphone pour téléphoner, un petit SMS est accepté, mais vous pouvez rien chercher sur internet. Vous êtes d'accord que .. – Bon vous avez votre ordinateur de bureau.

IR : Ouais

YS : Avec l'accès

IR : Ouais c'est ça, c'est ça

YS : Vous avez accès à internet au travail. Mais même maintenant les gens sont habitués à y avoir accès n'importe où hein. Bon. Je sors du sujet. Mais ce que je veux dire par là c'est que dans l'alimentation saine, et là il faut peut-être demander à vos étudiants là, faut leur demander c'est quoi une alimentation saine

IR : C'est un peu, c'est un peu ce que je leur ai demandé, mais un peu moins directement ouais

YS : Parce que en fait pour moi je suis toujours assez sceptique du fait qu'on puisse donner une alimentation saine, enfin 5 fruits et légumes ensuite il faut pas plus que 10% des calories sous forme de sucre, les protéines c'est maximum 1g de protéines par kilo, les lipides c'est 30% de l'énergie, pas 31% alors qu'un sportif peut très bien manger 40% d'énergie sous forme de lipides, il les brûle, il les oxyde.

IR : Ouais tout à fait

YS : Et puis ça c'est appliqué sur un schéma que toute la population devrait suivre. Alors moi je suis pas très favorable parce que premièrement elle arrive pas à suivre et puis deuxièmement chaque individu est différent. On peut faire des grandes classes hein, on peut faire jeunes, middle age, âgé, on peut faire une femme avant la, pré ménopausée, post ménopausée, une femme jeune, enceinte, pas encore enceinte. Il y a même des vitamines comme l'acide folique qu'il faut donner avant d'être enceinte. Donc faudrait le donner librement, vous savez qu'il y a des pains qui sont riches en acide foliques ?

IR : J'ai déjà vu ça je crois ouais

YS : Mais ça a disparu. Bon. Toujours est-il que la schématisation alimentaire est bien parce que c'est très compréhensible, mais si quelqu'un me dit que on suit pas exactement ces recommandations, personne ne va pouvoir prouver que votre santé est affectée. Pourquoi ? Parce qu'il y a toutes ces flèches ici

IR : Ouais tout à fait

YS : Donc ça, ça c'est, ça c'est une grande flèche ok la nutrition, très grande flèche, et puis l'activité physique et puis il y a d'autres et puis il y a aussi les médicaments il y a aussi le stress, qui est très important, il y a aussi le sommeil, on sait que le sommeil ça joue aussi un rôle sur la santé et le poids corporel, et puis il y a aussi l'aspect génétique

IR : Ouais tout à fait

YS : C'est clair qu'on voit beaucoup de maladies qui sont, pas de père en fils, mais certains diabètes de type 2 on les retrouve un peu dans les familles, différentes générations. Donc c'est pour ça que en demandant est-ce qu'en changeant votre alimentation dans le sens de la recommandation générale pour la Suisse, si vous la changez pendant 20 ans, est-ce que vous pensez que ça va contribuer véritablement à votre santé en étant très rigide ?

IR : Moi j'aurai tendance, enfin j'aurai tendance à dire que... Je ne pourrais pas répondre absolument non parce que je pense pas que ça aurait d'impact négatif, mais j'aurai pas l'impression que ça serait la solution

YS : Ouais. Donc si vous voyez si votre durée, je prends un sujet, ça c'est le temps et ça c'est ce qu'il mange, bon c'est plus en calories par jour, donc le sujet, prenez une jeune fille qui est à 2000, qui ne fait pas de sport, qui n'a pas d'activité importante, étudiante je sais pas, les étudiants ils ont une possibilité de faire du sport à Lausanne, 2200, mais ils seront comme ça

IR : Ben non évidemment ouais

YS : Une fois on mange pas, on mange trop. Bon alors en moyenne ce qui compterait c'est de faire la moyenne de ce que vous mangez, pas sur 3 jours, mais sur un mois

IR : Ouais

YS : Sur un mois si vous mangez 3000 calories pi que vous dépensez 2000 ben vous prenez du poids, vous avez la balance pour voir si votre poids a augmenté, mais au début c'est difficile parce que au début c'est du glycogène, de l'eau, un peu de graisse. La composition du poids gagné change avec le temps. D'accord ?

IR : Ouais

YS : l'autre chose c'est que si vous... [Pages qui se tournent]. J'aime bien les graphes ((rires)) ça c'est les recommandations pour la femme ou l'homme idéal, c'est-à-dire qu'il suit, alors il suit comme ça. Et puis ça c'est le 100% par exemple, c'est l'idéal. Alors le type ou la fille il est là. Vous arrivez, vous dites ah voilà il faut suivre la pyramide alimentaire de la société suisse, vous avez aussi un programme en France qui s'appelle le PNNS, ça vous dit quelque chose ?

IR : Comme ça là non

YS : Euh programme national euh de nutrition et de santé. Je crois que j'ai un document ici si vous voulez voir. Enfin je peux vous le donner. J'ai gardé ça. [Bruits de feuille]. Ah ouais ça c'est un résumé pour vous, pour les légumineuses, c'est pas mait

IR : Ah génial merci

YS : C'est en anglais. Euh [Bruits de feuille]. Ah oui voyez là. [Bruits] J'ai regardé encore ce matin, ici. C'est pnns.com. Euh pourquoi il y a pas le truc ? Bon c'est le PNNS, programme national de nutrition e santé, c'est en France Et puis vous voyez des fois si vous regardez la télévision. Et puis le pire c'est qu'ils vous font une pub sur un produit, une boisson hyper riche en sucre, et puis en bas c'est marqué, il y a un défilé

IR : Ah ouais ouais

YS : Alors pour être en bonne santé, euh, faite régulièrement de l'activité physique, mangez peu de sucre et puis il y a un pub pour le sucre. Non, mais. Non, c'est pas une pub pour le sucre c'est une pub pour un produit très riche en sucre. Et un coca-cola ça a 100g de sucre par litres. Il y a des ados qui en boivent 2.5 litres

IR : Ouais ouais c'est de la folie

YS : C'est énorme. Alors ils vous font ça c'est pas mal même en nutrition, ça s'appelle manger bouger.

IR : Oui oui je vois

YS : Il est là, PNNS. Programme national de nutrition santé. La santé en mangeant bougeant, donc ils ajouté l'activité physique. Il est agréé par [...] Et puis là ils vous disent justement au moins 5 fruits et légumes par jour, à chaque repas du pain, bon, selon l'appétit. Selon l'appétit c'est ça qui est important. Ça devrait être ici. Ensuite deux fois par jour de viande, si on n'a pas envie de viande, une fois par jour est suffisant. Si vous les remplacez par des légumineuses, elles sont où les légumineuses ? Ah légumes secs ici. Ouais ils appellent ça légumes secs. Matières grasses, sans en abuser, ça veut dire quoi ?

IR : ça veut rien dire ouais

YS : Produits sucrés, sans en abuser. Mais je sais pas l'idée de dire qu'un sucre en suisse a 4g donc 16calories, 4 à 5g ça dépend. En France ils sont plus petits il y en a à 3g. Et puis exprimer les boissons en verre de sucre comme ça là par exemple même là 3 dl. Combien de sucre ça a, en sucre le nombre, combien de sucre ça a c'est bien pour la population. Donc il y a toutes les représentations, pour faire passer des messages il faut les simplifier, bon. Boissons 1l à 1.5l d'eau par jour. Chez les femmes c'est 30% plus bas

IR : Ah ouais

YS : Donc c'est même pas lié au sexe, au genre pardon. Et puis c'est surtout lié à l'activité physique. Et puis les gens ne savent pas que dans le métabolisme on produit de l'eau. Il y a environ 200 à 250 ml d'eau que vous synthétisez. [Bruits de chaises] Lorsque vous avez des glucides vous les ingérez ils sont digérés, ils passent dans le métabolisme et ensuite, bon disons que ça donne du glucose dans la circulation sanguine, et puis ensuite ce glucose il peut être stocké dans le foie ou dans les muscles, bon mon muscle il est pas terrible, bon. Et puis ensuite il peut oxyder, brûler. Hein, il fait du CO_2 + de l'eau. Bon CO_2 c'est un gaz à effet de serre, mais forcément pour l'homme, c'est pas une voiture hein. Et puis cette eau-là elle contribue à l'apport exogène, bon c'est pas beaucoup hein en fait, c'est pas énorme. Sur les 1l d'eau que vous devez boire, vous pouvez rajouter 0.2l, plus toute l'eau qui est obtenue par les végétaux. Si vous êtes très végétarien, vous avez déjà peut-être 3dl d'eau dans les végétaux que vous consommez

IR : Ouais c'est vrai

YS : Donc plus vous êtes végétarien moins vous devez consommer d'eau. Plus vous êtes carnivore plus vous devez en consommer. Bon. Alors ça c'est des [bruits de feuille] je peux vous donner ça

IR : Ah ben ouais alors volontiers.

YS : Vous trouvez ça sur internet. Donc je reviens sur mon schéma. Ah il était là-bas ?

IR : Je sais pas [bruits de feuille]. Non ça c'est ...

YS : Ah non bon. Alors euh [bruits de feuille]. Ah ouais là- Bon alors il y a aussi, ce qu'on appelle la compliance et l'adhérence à une recommandation ou à un régime. Bon on ne parle pas des régimes caloriques. C'est le fait que vous suiviez ce qui est conseillé par votre médecin ou par d'autres instances de la santé publique et puis que vous le suiviez en tout cas une année, enfin pas deux semaines. Alors ce qui est, pour vous donner un conseil, alors il y a ce qu'il se passe au début, ce que j'appelle la phase euphorique, c'est-à-dire si le concept, enfin l'information nutritionnelle est bien donnée, que ce soit par les journaux ou par un copain, etc., vous risquez de vous approcher de cet idéal, soi-disant idéal par les experts, pour moi ça serait une utopie de vouloir rester sur cette ligne toute votre vie, ça serait impossible

IR : Ouais non

YS : Pourquoi ? Plus de plaisir.

IR : Ah ouais ça c'est sûr

YS : Si vous voulez plus de viande, vous descendez ici. Mais vous avez envie de plus de viande. La nutrition reste un plaisir, comme d'autres plaisirs de la vie quotidienne. Bon. Alors le type il monte et puis ensuite il craque, il descend. Il va faire comme ça, de temps en temps monter et puis ensuite descendre et puis il arrivera pas à maintenir un seuil ou un niveau qui est constant en fonction des mois ou des années

[Bruits d'eau]

IR : Ouais non effectivement

YS : Donc pour moi ça c'est pas une tragédie.

IR : Ouais ok

YS : [Bruits de feuille] Ah ben il est là le PNS. Je peux vous donner ça

IR : Ah c'est ça, Ah super merci [bruits de feuille]. Et est-ce que pour vous un régime végétarien c'est plutôt bien pour la santé, vous auriez tendance à dire ?

YS : Alors euh ça dépend parce que, disons le problème du, du, du régime végétarien, le problème nutritionnel numéro 1 c'est qu'il est pauvre en fer. C'est-à-dire qu'il peut être, non, c'est peut-être faux de dire pauvre, il peut être riche en fer. [Bruits de chaises]. Mais l'absorption du fer dans les végétaux [Bruits de tables qu'on déplace] dans les aliments végétaux, dans les fruits et légumes, y compris les légumineuses, est très très faible. C'est presque 4 fois plus faible que dans la viande, la viande est, pourquoi il y a beaucoup de fer ? Parce qu'il y a l'hémoglobine [bruits de chaises] et puis il y a la myoglobine dans les muscles. Donc si vous voulez dans l'atome d'hémoglobine au centre vous avez le fer et puis lui il est très bien absorbé. Donc il suffit – et puis alors le top c'est le foie hein il suffit pour une personne qui est, qui a des problèmes de fer, parce que comme vous savez les femmes ont besoin de plus de fer que les hommes, il suffit de consommer 2 fois par semaines 50g de foie, c'est tellement riche

IR : AH ouais ok

YS : Non alors pour les végétariens, donc il y a, il y a le problème du fer. Donc c'est vrai que certaines femmes végétariennes strictes sont anémiques. Alors bon elles prennent un complément. Mais ces compléments sont mal absorbés

IR : Ah d'accord aussi

YS : Et puis à la limite le médecin vous fait des infusions de fer, des injections de fer, 3 injections. Et puis le, parce que les stocks de fer diminuent très lentement parce que le fer est conservé. Mais quand vous devenez anémique c'est très difficile de remonter.

IR : D'accord, ok

YS : Donc c'est clair on ne peut pas dire aux gens mangez trois, quatre fois par semaine du foie parce que ça prendrait une année pour refaire ces stocks, tandis qu'en injection c'est plus rapide, bon. Alors donc il n'y a pas grand problème avec le régime végétarien, d'ailleurs beaucoup d'études qui datent de 20 ou 30 ans voire plus aux États-Unis montrent que les végétariens sont en moyenne, si vous prenez 1500 végétariens, ils sont en meilleure santé. Ils ont une pression artérielle plus basse, ils ont pas d'hypertension, ils sont moins de cancer du côlon, ils sont, bon, il faut dire, vous pouvez pas

distinguer le végétarisme qui serait uniquement végétarien que de la philosophie végétarienne, c'est-à-dire des végétariens il y en a parfois ils boivent pas d'alcool, bon ils fument moins, etc. Donc tout ça est inclus. Donc quand vous faites une étude il faut bien considérer qu'ils sont pas pareil au mode de vie, ils font plus d'exercice par exemple.

IR : Ouais d'accord

YS : En moyenne hein, pas tout le monde. Donc c'est tout à fait clair qu'au point de vue maladie cardio-vasculaires, cholestérol, euh, parce qu'il y a très peu d'acides gras saturés dans la diète, c'est même pas le cholestérol lui-même puisqu'il y en a pas, c'est plutôt le fait qu'il y a pas d'acides gras saturés et ils mangent des bonnes graisses plutôt que des mauvaises graisses. Au point de vue cancer aussi, c'est plus bas, hypertension, c'est plus bas, maladies rénales, moins d'insuffisance rénale parce qu'ils ne peuvent pas manger trop de protéines. Tous ces gens qui, dans les fitness, qui font du body building qui prennent 250g de prot par jour, c'est-à-dire euh 3g par kilo, malheureusement on ne pense pas plus loin, mais dans 20 ou 30 ans ils auront une insuffisance rénale chronique.

IR : D'accord, ouais, ok

YS : Et puis ceux-là ils prennent des poudres de protéines, qui sont des poudres à partir de protéines animales, ça peut être des poudres de protéines de lait, donc c'est caséine ou lactalbumine. Parce que c'est moins cher que des protéines animales sèches.

IR : Ouais d'accord ouais

YS : Bien, donc il faut faire attention avec les fibres alimentaires, si vous avez des troubles, si le système digestif est faible, les fibres insolubles donc la cellulose, peut faire un peu une inflammation de l'intestin chez des gens susceptibles. Pas vous et moi

IR : Ouais, des gens qui sont plus sensibles

YS : Donc c'est clair que ces diètes végétariennes ont d'avantage de fibres. Et puis les besoins de fibres sont facilement obtenus par un régime végétarien, mais pas facilement par un régime non-végétarien, parce qu'on mange assez de fruits et légumes qui sont riches en fibre

IR : D'accord, ouais

YS : Mais il y a des lég- des fruits qui sont très riches en fibres, par exemple la mangue. C'est marrant, une mangue on dirait pas, mais, c'est d'autres types de fibres c'est pas la cellulose que vous prenez, que vous avez dans les céréales complètes, dans le péricarde des céréales, de blé pardon. Alors que le son, lui, si vous prenez trop de son, et que vous ne buvez pas assez, vous pouvez faire une obstruction intestinale, donc vous arrivez à l'envers de ce que voulez. Donc il ne faut non plus pas exagérer. Mais il y a deux types de fibres : solubles et insolubles. Solubles c'est la pectine, par exemple des pommes, et puis insolubles c'est justement la cellulose que vous avez dans le péricarde des céréales.

IR : D'accord

YS : Bon. Non non, mais je ne suis pas rigide hein

IR : Non non non non, mais, du coup ouais. Je me demandais, on a pas mal parlé de la viande justement et du bilan carbone qui était peut-être un peu moins intéressant

YS : Bon alors la viande. Bon il y a ce fameux rapport de l'OMS d'il y a 6 mois.

IR : Oui effectivement, aussi

YS : Bon ça concernait pas toutes les viandes et ça concernait des quantités des fois un peu élevée. C'est vrai que c'était à partir de 80g par jour, hein ?

IR : Oui c'était quelque chose comme ça

YS : Ouais. Et puis pas les, surtout les viandes rouges, par les viandes blanches. Et puis est-ce que vraiment en lisant ce rapport on communique ça à la population ? est-ce que les gens vont diminuer leur apport de viande ? Je ne sais pas il y a pas d'études, peut-être on peut trouver ça sur internet. ++, Mais moi je connais des consommateurs de viande, même sportif, qui arrivent à manger au repas un steak de 250g. Et puis même peut être un [inaudible]- non, mais ça c'est dans les extrêmes, alors ceux-là sont à risque, mais dire de plus manger de viande. Ce qu'il faudrait c'est alterner, c'est manger la viande un jour par le lendemain.

IR : Ouais

YS : Moi je pense que c'est [inaudible]. Vous avez envie d'une viande, personne ne va vous dire si vous mangez une viande par semaine, même un bon steak, ça va être détrimental pour votre santé.

IR : Ouais c'est ça

YS : C'est comme moi je dis toujours, McDonalds il y a aucun soucis

IR : Tant que ça reste raisonnable

YS : Si vous allez une fois par mois, pour les ados. Même je dirai si certains vont un repas par semaine ça sera difficile à dire que ce repas, cumulé sur quelques années parce que, c'est clair, peut être cumulé sur 50 ans ça va faire ((rires)) quelque chose. Mais disons sur une durée pas trop longue ça va pas. Parce que vous pouvez compenser. Vous vous sacrifiez pour un macdo, enfin sacrifier bon. Et puis peut-être le jour suivant, ou le soir si vous mangez à midi, vous mangez un peu plus de légumes et de machin

IR : Voilà ouais

YS : Moi je crois que la rigidité – vous trouverez très souvent des, je ne critique pas les diététiciennes, pas du tout, parce que j'ai travaillé beaucoup avec des diététiciennes. Mais à l'époque les anciennes diététiciennes, celles du 20^e siècle

IR : ((Rires))

YS : Mais fin du 20^e siècle pas milieu

((Rires))

YS : J'étais pas né ((Rires)). Elles étaient très rigides elles avaient des trucs de table alimentaires, elles calculaient la diète des patients des fois au dixième de calories près, vous vous rendez compte. Elles disaient vous avez mangé 2503.2 calories. Quand j'ai vu ça j'ai dit écoutez, retournez à l'école.

IR : Ouais ça veut rien dire

YS : Et là, l'erreur, si on devait mesurer chez des étudiants la consommation alimentaire en termes d'énergie, je pense que l'erreur, pas parce que c'est des étudiants, je pense qu'ils seraient mieux que la population normale, surtout s'ils mangent à la banane. Bon alors, là-bas c'est assez structuré. L'erreur serait en tout cas de plus ou moins 15%. C'est-à-dire que si on trouve 3000 chez un homme il pourrait très bien être à 3300, ou à 2800 sans problèmes. C'est très difficile si vous voulez. Alors il faut peser, si vous pesez les aliments, et que vous avez un étiquetage qui est juste, vous pouvez avoir une meilleure précision et là vous avez plus ou moins 5%

IR : D'accord

YS : Entre parenthèse il y a l'EPFL qui a une application, vous connaissez ? Qui a développé une application qui permet simplement avec le code QR, QR ou RQ ?

IR : QR je crois

YS : QR, ouais. Le code QR, donc scanner le code, généralement vous avez des informations, mais là vous avez la composition du produit

IR : Ah oui, alors j'ai entendu parler de ça, je ne savais pas que c'était une application

YS : Oui, oui, alors vous pouvez, je pense que c'est même gratuit. Vous allez sur epfl.ch vous devez la trouver

IR : Je vais regarder ouais

YS : Ce qui fait que, alors, ils ne vont pas jusqu'à vous dire que ce produit est bon ou pas bon. Parce que, ces petits logos vous savez avec un petit cœur, bon pour le cœur, 2 petits cœurs, meilleur pour le cœur, 3 petits cœurs, très bon pour le cœur, c'est très difficile de dire, ça dépend aussi de la quantité. Les logos alimentaires – alors, ce que les gens veulent, c'est des « traffic lights ». Ils veulent un truc comme ça [Bruit de stylo] : c'est rouge, c'est orange, c'est vert.

IR : Ah oui effectivement

YS : Et puis c'est rouge, c'est pas rouge, c'est orange. Alors dans l'étiquetage alimentaire ça c'est une thèse. Ça ferait une thèse, l'étiquetage alimentaire. Parce que il y a 50, 40 ans, 30 ans il y a eu plein de procédés qui ont été tenté, essayé, qui ont pas marché. [Bruits de tables et discussion du restaurant]. Alors le traffic light par exemple avec les feux rouges, il est né en Angleterre il y a 10 ou 15 ans, il a été utilisé. Il y a des français qui vont des choses intéressantes, et puis encore trop compliqué. Et puis ensuite vous pouvez pas définir un aliment en disant ça c'est bon ou ça c'est pas bon. Ça dépend de comment vous le consommez, avec quoi, combine, et la fréquence. Donc euh vous pouvez pas être [inaudible]. Si vous connaissez bien, vous pouvez très bien manger que du vert, la couleur verte, mais ça va être conflicting parce que si vous mangez du rouge ça veut dire que il faut qu'après que vous mangiez d'avantage de vert pour contrer le rouge. Enfin bon, c'est pas aussi simple les aliments, vous voyez vous classez, si vous classez les performances d'une voiture c'est beaucoup plus simple

IR : Ah ouais tout à fait ouais

YS : vous avez la puissance de chevaux, l'accélération, mais là euh. Et puis surtout que les industries alimentaires ne voudront pas nécessairement que leur produit xyz soit classé rouge [bruits de vaisselle]. Ils diront ah c'est pas juste moi je vais le mettre orange

IR : En plus ouais

YS : Bon. Donc en résumé la compréhension du public, pour l'alimentation, est fondamentale. Donc ça veut dire que la communication au public est fondamentale, la formation du public est fondamentale, la motivation du public est fondamentale et puis euh je dirai le, il faut ++. Il y a peut-être un autre problème. Par exemple je lisais des études qui disait, des études sur les jeunes qui disaient vous voyez si vous fumez vous pouvez avoir un cancer dans 20 ans et puis les gens ils disaient ouais, mais dans 20 ans j'en ai rien à faire, c'est long 20 ans

IR : Ouais, ouais, ouais

YS : Donc si vous voulez on ne va pas, c'est pour ça d'ailleurs que la prévention nutritionnelle est plus intéressante. C'est-à-dire que c'est pas une prescription la nutrition. Parce que les gens vont manger des aliments, souvent en fonction de ce qu'ils ont mangé dans leur jeunesse, c'est leurs parents qui, hein puisqu'il ne peuvent pas - c'est les parents qui font à manger pour leur petit enfant, donc si on est exposé à un certain type d'alimentation [Bruits de chaises]. Si les parents sont végétariens, très souvent les enfants le sont aussi

IR : Ouais, effectivement

YS : Mais ce qui est catastrophique c'est de mettre un enfant de 6 mois à un régime végétarien, faut pas commencer avant 2 ans et demi, 3 ans, il faut y aller mollo. Bon ça c'est une parenthèse. Euh. ++ Bien ouais il y a la communication, la compréhension, l'information et puis aussi la mise en œuvre. Parce que vous savez que, si on prend des obèses, ils ont des connaissances nutritionnelles beaucoup supérieures à des personnes non-obèses

IR : D'accord ouais parce que –

YS : - Ils lisent beaucoup, ils travaillent beaucoup, mais ils arrivent pas à mettre en œuvre

IR : Ouais d'accord donc ça suffit pas de savoir

YS : Donc ça suffit pas il faut appliquer la connaissance, finalement. Alors les diététiciennes connaissent beaucoup de par leur profession, mais très souvent les diététiciennes, d'après ce qu'on me dit hein c'est pas une remarque personnelle, sont des personnes, en tout cas les femmes, sont des personnes qui s'intéressaient beaucoup à la diététique et à la nutrition parce qu'elles avaient des troubles du comportement alimentaire plus jeunes. J'ai vu elles sont toutes maigrichonnes. Pas toutes hein, mais la plupart. Alors bon ((Rires)) vous me direz elles mangent sains donc elles sont plus maigres, mais être maigre c'est pas aussi bon pour la santé

IR : Ben ouais, bien sûr que non

YS : Enfin, vous me direz que l'anorexie est presque pire que l'obésité.

[Bruits de fonds]

IR : Ouais tout à fait

YS : Bien alors je vais – vous avez d'autres questions ?

IR : Ecoutez ça me semble assez complet je vais encore regarder deux trois sites que vous m'avez donné.

YS : Non, mais si vous avez des questions vous pouvez me les envoyer par mail, mais bon moi je préfère discuter avec vous parce que ouais je suis pas très rapide à taper un texte sur mail. Sinon vous pouvez me téléphoner

IR : D'accord, ouais

YS : Mais si vous voulez faire un doctorat par la suite, après votre master, vous pourriez pas faire un follow-up de ça ?

IR : Ben oui je pense que oui. En tout cas il y a matière à faire

YS : Puisque vous êtes déjà exposée au problème, vous voyez un peu ce qu'il se passe

IR : Tout à fait. J'aurai déjà un peu la phase exploratoire et ça pourrait donner une direction

YS : ça peut donner une bonne thèse ça, en tout cas c'est très pratique et puis bon il y a un aspect, vous êtes en psychologie ou bien ?

IR : Oui tout à fait

YS : Ouais il y a un aspect psychologique. Les troubles du comportement alimentaire c'est dans le domaine du comportement donc c'est quand même un aspect psychologique important

IR : Tout à fait

YS : Et puis euh bon c'est vrai quand vous étudiez des sujets, bon là vous étudiez quelques étudiants c'est pas grave, mais par la suite il faudrait voir aussi le, les, les autres facteurs, parce qu'il y a les facteurs ethniques par exemple,

IR : ça c'est sûr

YS : ça, ça joue un rôle parce qu'un type qui vient étudier à l'EPFL pendant 5 ans et puis qui vient, de je sais pas des, il vient d'Inde et puis il a son alimentation. Il va pas pouvoir appliquer nécessairement exactement ce qu'il a. Donc euh il y a l'aspect culturel de l'alimentation

IR : Ouais non tout à fait, il y a encore beaucoup de choses à prendre en compte j'en suis consciente.

YS : Alors je pense que c'est très important

IR : Ouais, ouais tout à fait.

+++

YS : On n'a pas parlé des boissons, mais c'est vrai que c'est un peu plus difficile parce que ((rires)). On peut boire de l'eau, mais bon. Parce que vous avez un train à quelle heure ?

IR : J'ai pas regardé, je ne sais pas par cœur. Je crois qu'il y en a assez régulièrement. En tout cas merci.