

Abdoul Laurena, Alaoui Maïssane, Boissy Mélanie, Doucouré Nouma, Keriél Manon : étudiantes en M2 Sciences de l'éducation, parcours Intervention sociale, Université Paris Est Créteil

## **Intervention journée « sport, santé, nutrition » - 6 février 2020**

### **Préambule - Introduction**

Nous allons vous présenter les résultats de notre recherche en Sciences Sociale qu'on avait menée dans le cadre d'une Étude de terrain (du mois de septembre 2018 à mai 2019), lors de notre première année en master Sciences de l'éducation, parcours Intervention sociale. Actuellement, nous sommes en Master 2, à l'Université Paris Est Créteil. L'année dernière, dans le cadre de cette Étude de terrain, nous avions un mémoire universitaire à réaliser en groupe. Nous étions sept à avoir choisi le projet « *Sport Nutrition Santé* » (SNS), projet engagé dans un quartier populaire, le quartier du Bois l'Abbé. Ce projet est piloté par une coopérative d'acteurs à savoir les villes de Champigny-sur-Marne et Chennevières-sur-Marne, l'Agence régionale de santé, la Maison de la prévention, des associations locales, des établissements scolaires.... Aujourd'hui, nous sommes cinq à vous présenter notre étude puisque les étudiantes qui ne sont pas là aujourd'hui se sont orientées vers d'autres filières.

Le projet *Sport Nutrition Santé* est constitué d'un certain nombre d'actions, diverses et variées : ateliers d'éducation nutritionnelle auprès d'enfants, dans les écoles ; ateliers sportifs auprès des élèves de CE2 ; ateliers collectifs pour les habitants du quartier pour les sensibiliser aux recommandations nutritionnelles du PNNS, permanences nutritionnelles destinées aux enfants en surpoids et à leurs parents... Il s'inscrit dans le cadre des politiques de santé publique qui cherchent à lutter contre la surcharge pondérale, davantage présente au sein des catégories populaires.

Pour bien comprendre le cheminement de notre pensée, il est important de revenir en arrière, lors de la première rencontre avec les commanditaires du projet, qui s'est déroulée le 21 septembre 2018. Deux professionnelles, Nathalie Bonvillain (ancienne Directrice Atelier Santé Ville à la Maison de la prévention-Point Ecoutes Jeunes à Fontenay-Sous-Bois) et Cathy Even (Responsable du pôle Santé publique au Centre Municipal de Santé Maurice-Ténine de Champigny-sur-Marne) sont venues nous présenter le projet « ***sport nutrition santé*** » qui s'intitulait au départ « *Prévention du surpoids et de l'obésité infantile* ».

La commande qui nous a été faite était la suivante, elle consistait à répondre aux deux questions suivantes :

- Quels sont les freins et les leviers de ce dispositif en éducation à la santé, mis en œuvre auprès des familles issues de milieux populaires ?

- Comment ces familles vivent-elles cette « éducation à » ? Cela amène-t-il des changements et/ou des résistances au niveau des pratiques alimentaires ?

Nous avons reformulé ces questions de la manière suivante : ***Comment les mères de famille issues de milieux populaires se représentent-elles les activités et les ateliers mis en place dans le cadre du projet « Sport, Nutrition, Santé » ?***

Nous avons choisi d'accentuer notre recherche sur les « **mères de famille** » car c'est un projet essentiellement pensé pour elles et les enfants. Ce ne sont donc pas que des « femmes », ce sont aussi des mères. Par ailleurs, il est important de préciser que les actions du projet sont destinées à un public socialement défavorisé, vivant dans un quartier prioritaire. Une fois cette question de départ posée, il a été indispensable de constituer un cadre théorique afin de mieux l'appréhender c'est-à-dire pouvoir y apporter des éléments de réponse. Ce cadre s'inscrit dans deux approches : **l'approche par les politiques publiques et l'approche déterministe.**

L'approche par les politiques publiques : nous avons retenu cette approche car pour limiter les risques d'obésité, les pouvoirs publics conduisent des actions de prévention et de lutte contre ce phénomène. Tout au long de l'année, nous avons justement observé, à travers le projet « Sport Nutrition, Santé », une politique de santé publique locale et territorialisée se mettre en œuvre.

Par l'approche déterministe : nous avons retenu cette approche car elle permet d'envisager comment les classes sociales, au regard de leurs conditions sociales d'existence, adoptent certaines pratiques spécifiques notamment dans le domaine alimentaire.

## **I. Mise sur l'agenda politique : évolution de la surcharge pondérale**

Avant de parler de la mise à l'agenda politique, il nous semble important de définir la surcharge pondérale. Le surpoids et l'obésité sont les deux composants de la surcharge pondérale (SP). D'après l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), la SP est définie comme « *une accumulation anormale ou excessive de graisse corporelle qui représente un risque pour la santé* ». Le phénomène a connu, en France, une évolution considérable. Cette évolution concerne aussi bien les hommes que les femmes, les jeunes que les plus âgés et les catégories sociales aisées que celles défavorisées. Toutefois, on constate que les catégories populaires sont davantage touchées par ces évolutions. Ainsi, en 1981, 7,1% des ouvriers sont touchés par l'obésité contre 1,4% des cadres et professions intellectuelles supérieures, et cette tendance s'accroît puisqu'en 2003, ces chiffres sont respectivement de 12,7% et 5,6%<sup>1</sup>.

En 1997 l'OMS parle de maladie à propos de l'obésité. En janvier 2001, le Plan National Nutrition Santé (PNNS) est lancé dans le but d'améliorer l'état de santé des Français en se concentrant sur deux déterminants clés de ce phénomène : **la nutrition** et **l'activité physique et sportive**. Le projet *Sport nutrition santé* s'inscrit dans le cadre du programme du PNNS (4<sup>e</sup> Plan : 2019-2023)

---

<sup>1</sup> T. de Saint Pol, « Évolution de l'obésité en France de 1981 à 2003 : les disparités entre milieux sociaux augmentent », *Obésité*, 2007, n° 2, p. 193.

dans la mesure où il entend, à travers la mise en place d'ateliers diversifiés, promouvoir une alimentation équilibrée et inciter les enfants à pratiquer une activité physique.

## **II. Méthodologie : recherche qualitative**

Pour répondre à notre question de départ et nos hypothèses (voir ci-dessous), nous avons réalisé une enquête de terrain, reposant sur deux méthodes : l'observation et l'entretien.

### **- Observation**

Tout au long de notre étude de terrain, nous avons mené plusieurs observations, dans le quartier du Bois l'Abbé, certaines étant « participantes », d'autres pas.

- 1) Immersion sur le terrain : visite du quartier du Bois l'Abbé et de ses associations locales ;
- 2) Evènement de sensibilisation au projet appelé « Café des Parents » (deux fois) ;
- 3) Ateliers nutrition à destination des enfants (immersion dans les écoles) ;
- 4) Ateliers d'éducation physique et sportive (immersion dans les gymnases) ;
- 5) Ateliers collectifs, à destination des adultes. Nous avons assisté à différentes séances portant sur les thématiques suivantes : « *qu'est-ce qu'une alimentation équilibrée* » ; « *petit budget* » ; « *l'application concrète d'un plat* » (observation participante)
- 6) Et, enfin deux autres observations participantes hors dispositif :
  - Un atelier de prévention à l'alimentation mis en place par la médiathèque du quartier, en partenariat avec un professeur de cuisine du GRETA.
  - Un événement qui s'est déroulé à la Maison Pour Tous : regroupement d'associations pour que les habitants prennent connaissance de toutes les associations présentes à Champigny-sur-Marne.

### **- Entretiens semi-directifs**

Ces observations ont été complétées de plusieurs entretiens. Avant de partir à la rencontre des mères de famille et de quelques professionnels du projet, il a fallu trouver les personnes que nous allions interroger. Lors d'une réunion avec la Directrice de l'Atelier santé ville et la Diététicienne celles-ci nous ont aiguillées vers la permanence « nutrition santé » afin d'obtenir des contacts avec des parents du quartier. Nos deux participations aux permanences « nutrition santé » nous ont permis d'établir des contacts avec des parents (essentiellement des femmes) et ainsi de planifier des rencontres avec eux.

Du coup, nous avons pu nous entretenir avec au total :

- 8 professionnels : une diététicienne, une enseignante de CE2, deux éducateurs sportifs, un chef de service « Animation » à la Direction des politiques sportives, une responsable

Prévention Promotion de la Santé de l'ARS, une infirmière scolaire d'un collège et un médecin de la PMI.

- 10 habitants du Bois l'Abbé : 9 mères et 1 père de famille.

Ces entretiens ont fait l'objet de transcriptions dans le but d'obtenir des informations indispensables à la validation de nos hypothèses. Nous avons analysé le contenu de chaque transcription pour faire ressortir des thématiques principales (en lien avec nos hypothèses). Ces analyses nous ont permis de valider (confirmer ou infirmer) nos hypothèses.

Les associations « Femmes relais » et « Rayon de soleil » ont été d'une aide précieuse dans la mesure où elles ont joué un rôle essentiel dans notre enquête de terrain : elles nous ont permis de nous rapprocher des familles et de bénéficier de leurs locaux pour la réalisation de nos entretiens.

→ Cette méthode qualitative, nous a permis de nous situer au plus près des acteurs.

### **III. Hypothèses - résultats**

#### **Hypothèse 1 :**

**La plupart des mères de famille se représentent le projet « Sport, nutrition et santé » à partir d'ateliers spécifiques qui le composent.**

Lors de notre immersion sur le terrain, nous avons remarqué que les participants aux ateliers collectifs destinés aux adultes (conseils pour manger équilibré, à petits prix...), étaient exclusivement des femmes. Les **mères de famille** sont surreprésentées dans ce projet, c'est la raison pour laquelle nous avons retenu ce terme dans notre première hypothèse.

- Ce que nous recherchons :

#### **De quelle manière le projet a-t-il été présenté aux mères de famille ?**

Afin que l'accès aux ateliers soit profitable à un maximum d'habitants du quartier du Bois l'Abbé, la coopérative d'acteurs a conçu des outils de communication : distribution de flyers lors d'événements tels que le Café des Parents (au sein des écoles), disposition d'affiches dans les établissements et les associations locales du quartier, sensibilisation à travers des échanges informels. Néanmoins, cette communication ne permettait pas de saisir le projet dans sa globalité/intégralité puisqu'il n'y était question que d'actions ponctuelles et spécifiques (ateliers collectifs).

#### **Qu'est-ce que les mères de famille retiennent du projet ? En ont-elles une vision globale ou partielle ?**

Il nous a semblé pertinent de questionner les habitantes sur ce qu'elles ont retenu du projet « *Sport, Nutrition, Santé* ». Elles se représentent le projet à partir de deux thématiques

spécifiques : le sport et la nutrition. Pour elles, ces deux notions sont étroitement liées mais elles n'en ont pas une vision d'ensemble.

### **Enfin, l'ensemble de la coopérative d'acteurs souhaite-t-il que les personnes comprennent l'ensemble du projet ou s'agit-il simplement qu'elles participent aux activités ?**

Tout au long de notre recherche, nous nous sommes régulièrement demandé si la coopérative d'acteurs avait pour objectif que les mères de familles comprennent l'ensemble du projet ou si l'important était qu'elles participent simplement aux activités proposées. Il nous a donc paru important d'échanger avec la Responsable Prévention de la Promotion à la Santé de l'ARS du Val-de-Marne à ce sujet. Elle nous a apporté une réponse à cette réflexion : les concepteurs n'attendent pas que les mères de famille, principales bénéficiaires du projet, aient une vision globale du projet.

- Ce que nous concluons :

Il y a eu un manque d'informations données aux bénéficiaires concernant le projet. Les mères de famille ne se représentent pas le projet dans sa globalité (ensemble des actions et activités qui associent sport et nutrition). Mais, cela va un petit peu de soi puisque la dimension sportive ne touche pas les adultes. Pas d'activité physique et sportive pour ce public. Donc : comment peuvent-elles s'emparer d'un dispositif complet dans la mesure où certains des ateliers mis en place ne les concernent pas ? Toutefois n'est-il pas nécessaire d'avoir une vision globale du projet pour se l'approprier, et ce d'autant plus que certaines activités peuvent concerner leurs enfants (ateliers sportifs...).

**Notre hypothèse est validée car effectivement les mères de famille se représentent le projet uniquement à partir des ateliers collectifs qui leur étaient destinés.**

### **Hypothèse 2 :**

**Les représentations que les mères de famille ont de leurs corps et de leurs pratiques alimentaires sont distinctes des normes de santé publique ou des normes diffusées dans le cadre du projet : « Sport Nutrition Santé »**

- Ce que nous recherchons :

### **Lien entre les normes de santé publique et les normes diffusées dans le projet**

Le PNNS définit les normes de santé publique comme des repères qui visent à « *promouvoir une alimentation et une activité physique favorable à un état nutritionnel et à un état de santé* »

*optimaux* ». A partir de cette définition, nous pouvons constater que le projet *Sport nutrition santé* s'inscrit bien dans les préconisations du PNNS.

### **Lien entre les normes diffusées dans le projet et les représentations des mères de famille**

Nous avons également souhaité voir si les représentations, les perceptions des mères de famille se distinguaient, ou non, des normes diffusées par les pouvoirs publics et par le projet.

Donc, on a interrogé **9 mères et 1 père de famille** à ce sujet.

Dans le cadre des entretiens réalisés, les questions portaient sur :

- Leurs pratiques alimentaires
  - Leurs conceptions du « bien manger » et d'une alimentation déséquilibrée
  - Leurs visions sur le rapport au corps : « être gros » « mince », « normal ».
- Ce que nous concluons :

A partir de l'ensemble de nos entretiens et de nos observations, nous avons conclu que :

Il existe un **conflit de normes** entre les recommandations nutritionnelles, instituées par les pouvoirs publics, et les représentations sociales des bénéficiaires du projet. Bien que les entretiens avec les mères et un père de famille ont montré que ces derniers ont pleinement conscience de ce que nous appelons les « normes de santé publique » (manger équilibré, manger cinq fruits et légumes par jour...); ces normes ne sont pas réellement appliquées au quotidien, dans les pratiques alimentaires.

Les représentations sociales sont difficiles à modifier ou à faire évoluer = il y a une résistance face aux changements. Nous comprenons donc que les représentations, construites en fonction de l'expérience de chacun, peuvent avoir une influence sur le comportement et les attitudes adoptées par les mères.

**Nous confirmons notre hypothèse à savoir que les représentations que les mères de famille ont de leurs corps et de leurs pratiques alimentaires sont distinctes des normes de santé publique ou des normes diffusées dans le cadre du projet. Il faut toutefois la relativiser compte tenu que les normes du PNNS sont connues des mères de famille.**

### **Hypothèse 3 :**

**Les ateliers du projet participent à créer et à maintenir du lien social entre les mères du quartier.**

- Ce que nous recherchons :

### **Qui participent aux ateliers du projet ?**

Ce sont exclusivement des femmes qui participent aux ateliers, plus spécifiquement des mères de famille. La plupart sont salariées, adhérentes ou bénévoles d'associations locales du quartier (Rayon de soleil, Parents du Bois l'Abbé, Femmes relais).

Dans chaque atelier collectif, nous avons observé que les femmes présentes venaient en groupe. Nous avons vite compris que ces groupes étaient déjà constitués par le biais des associations qu'elles fréquentent (Rayon de Soleil, Femmes-relais).

### **Qu'est-ce que les ateliers apportent aux personnes qui y participent ?**

Au sein des ateliers collectifs, les mères de famille ont pu acquérir de nouvelles connaissances sur les questions de l'alimentation (des bases nutritionnelles). Ainsi, dans le cadre d'un entretien, une des habitantes explique qu'elle se sert des conseils, donnés durant les ateliers, dans sa vie quotidienne.

Nous ne pouvons pas formellement dire que des savoirs, en termes d'éducation nutritionnelle, ont été acquis par ces mères. Néanmoins, d'après nos entretiens, aucune d'entre elles n'évoquent « l'inutilité » des ateliers collectifs.

#### ○ Ce que nous concluons -

Le projet SNS mobilise des personnes qui sont déjà insérées au sein des associations locales, du quartier. Pour la plupart de nos enquêtés, **les associations** participent à la création et au maintien du lien social inter-habitants.

Mais, dans cette hypothèse nous voulions non pas savoir si ce sont les associations qui créent et maintiennent un lien social entre les habitants mais nous voulions savoir si ce sont les **ateliers collectifs** qui créent et maintiennent le lien social. La réponse est non.

Le terme « **maintenir** » est adapté dans la mesure où, effectivement, les ateliers collectifs participent au maintien du lien social entre les membres de chacun des groupes déjà constitués. Le terme « **créer** », quant à lui, s'avère être erroné car les groupes entre eux ne communiquent pas (Groupe Femmes-relais VS Groupe Rayon de soleil).

Nous finirons sur le fait qu'il est important de prendre en considération l'existence de contraintes temporelles. En effet, il paraît complexe d'apporter une évaluation pertinente sur la création du lien social, au sein de ces ateliers, dans la mesure où ces derniers ne sont installés que depuis un an.

**Nous infirmons cette troisième hypothèse puisque les ateliers du projet ne font que maintenir le lien social déjà existant entre les mères du quartier sans pour autant en créer de nouveau.**

## **IV. Conclusion – préconisations**

Nous avons pensé à quelques préconisations afin de répondre au mieux aux besoins des habitants (bénéficiaires) et des professionnels. Nous sommes conscientes que ces préconisations ont été pensées l'année dernière ; qu'elles ne sont donc peut-être plus d'actualité.

- Les ateliers du projet : une dimension collective qui prime -

Lorsque nous avons participé aux différents ateliers collectifs, nous avons unanimement remarqué une dimension collective où l'intérêt du groupe prime. Lors des **ateliers nutritionnels**, effectués dans les classes, nous avons vu que la disposition de la salle était favorable aux interactions entre les enfants. Ces derniers s'entraident et les professionnels (enseignant, infirmière, diététicienne) les incitent à participer à l'atelier en veillant à ce que tous comprennent l'enjeu de celui-ci. Les **ateliers collectifs**, menés auprès des familles, permettent le maintien du lien social entre les groupes préalablement constitués grâce aux associations locales.

Finalement, cette dynamique de groupe reflète l'ambiance du quartier. Nous pensons qu'il faut **maintenir cette notion de collectif** afin d'obtenir le plus de résultats.

- Le Bois l'Abbé et son manque d'espaces dédiés aux activités physiques et sportives -

Au cours de nos entretiens, nous avons pu relever un manque d'aménagements dédiés aux espaces verts (parcs, points d'eau, lieux pour se promener dans le quartier). Les habitants ressentent le besoin d'avoir un lieu propice à la balade, notamment le week-end, lorsque les associations ne sont pas ouvertes ou qu'elles ne proposent pas d'activité de ce type. Le Médecin de la Protection Maternelle Infantile met en avant l'absence de parcs adaptés aux enfants en bas âge. D'autre part, les habitants éprouvent des difficultés à pratiquer une activité physique et sportive (abonnements trop coûteux). Nous avons pensé qu'il serait judicieux d'organiser des marches collectives au sein du quartier du Bois l'Abbé (nous faisons référence à la dimension d'entraide mutuelle).

- Orienter les familles sur des exemples de repas à moindre coûts (panier repas) -

L'atelier petit budget, organisé par la diététicienne, vise à donner des astuces et des conseils aux mères de famille dans la gestion de leur budget alimentaire. Atelier qui est très apprécié des mères de famille. Néanmoins, celui-ci ne s'est déroulé que deux fois durant l'année. Afin de toucher un maximum de personnes et d'atteindre de meilleurs résultats, il serait peut-être recommandé que celui-ci soit davantage organisé sur le territoire. Egalement, nous avons remarqué que la localisation des ateliers collectifs est parfois inconnue des habitants. Pour réussir à atteindre le public ciblé, pourquoi ne pas faire les **ateliers collectifs au sein des écoles du quartier**. En quelque sorte, ce serait à l'ensemble de la coopérative d'acteurs de venir au plus près du public.

- La permanence nutrition santé et les bénéficiaires -

L'année passée, les permanences au Relais-Santé se déroulaient un lundi par mois, de 13h30 à 18h30. D'après nos entretiens, il s'est avéré que les créneaux de la **permanence nutrition santé** n'étaient pas en adéquation avec les disponibilités des familles. Certaines ont des horaires de travail décalés (intérim, travail de nuit) ou sont des personnes seules ayant à charge un ou plusieurs enfant(s). Il est difficile pour elles de se rendre aux permanences, aux horaires proposés. Il est donc important de prendre en compte les contraintes temporelles des personnes concernées par le projet. Nous nous sommes demandées si les horaires définis ne constituaient pas des freins à la participation des habitants à ces permanences.

- Inclure des ateliers d'éducation physique et sportive à destination des adultes -

Nous avons fait le constat que le projet est relativement genré. Les ateliers collectifs, à destination des adultes, proposent uniquement des ateliers sur la thématique de l'alimentation. Dans nos recherches, nous avons constaté que la pratique de la cuisine touche davantage les femmes, raison qui pourrait expliquer leur présence exclusive au sein des ateliers du projet. La dimension sportive, composante essentielle dans la lutte contre le surpoids et l'obésité, n'est proposée qu'aux enfants, sur leur temps scolaire. Aucun atelier sportif n'est mis en place en direction des adultes. La question que nous nous sommes posées est la suivante : les concepteurs du projet pensaient-ils que les mères de famille ne feraient pas de sport ? Justement, lors de nos entretiens, les femmes sont demandeuses de réaliser des activités sportives (marches collectives, balade à vélo, équipements de musculation en plein air). Pourquoi ne pas leur proposer des activités sportives ?

Conclusion :

L'année passée (2018-2019), nous avons eu l'opportunité d'être incluses dans un projet où règne un ensemble de savoirs qui sont partagés par de nombreux acteurs aux champs diversifiés. Nous sommes certaines que cette démarche participative nous servira dans le cadre de notre futur projet professionnel, quel qu'il soit. Concernant, les préconisations que nous venons de vous citer : nous sommes conscientes qu'elles ne sont pas exhaustives dans la mesure où, d'une part, il est difficile d'observer la finalité d'un tel projet à court terme, et, d'autre part, car un projet ne cesse de se modifier dans le temps. Nous étions soucieuses que le projet SNS se pérennise et qu'il soit enrichi par chacun de la coopérative : des professionnels aux bénéficiaires. D'ailleurs, nous sommes très contentes d'avoir été conviées aujourd'hui pour cette journée qui nous permet de constater l'évolution du projet.