

Des consommateurs déconnectés?

PASCALIE BÉLANGER
NUTRITION

J'ai fait récemment une petite enquête (rien de formel) auprès des élèves avec qui je fais de l'aide aux devoirs. Je leur ai demandé tout simplement de me nommer une céréale qu'ils connaissent (en leur spécifiant de me nommer un aliment qui pousse dans la nature). Les réponses que j'ai obtenues furent assez surprenantes. Mes élèves naviguaient dans le néant et m'ont donc répondu...rien! Ou encore : « comme des Lucky Charms? Mais ça ne pousse pas dans la nature... » Bref, aucun ne savait ce qu'est le blé, l'avoine et encore moins l'orge. Bon, évidemment, cette petite enquête home made n'a rien de scientifique. Si vous voulez des données plus substantielles, dans son excellent livre *Perdus sans la nature*, François Cardinal rapporte les propos d'une enseignante du préscolaire, Martine Chatelain. « Elle se souvient par exemple de cette visite dans une ferme maraîchère de la région de Québec, où un enfant de 4e année a demandé qui avait mis les œufs sous la poule... » Ouf!

Les questions et les commentaires des enfants laissent entrevoir une déconnection de plus en plus généralisée sur la provenance de la nourriture que nous consommons tous les jours. Est-ce parce que celle-ci est de plus en plus déguisée? En fait, impossible d'en vouloir aux enfants de ne pas voir le blé dans leur bol matinal de Lucky Charm. Mais est-ce normal que la plupart des enfants ne savent pas à quoi ressemble une carotte dans le jardin? Oui, oui, une carotte, ce beau légume-racine sur lequel on doit tirer pour le faire sortir de la terre. Pour plusieurs des jeunes de ma génération, nous avons eu, durant notre enfance, quelqu'un qui nous traîna dans son potager (une grand-maman peut-être) ou, mieux encore, nous avons eu la chance de mettre les mains dans la terre... Que nous habitions en ville ou en campagne, nous avons eu un certain contact, aussi petit soit-il, avec notre mère nourricière. Et même si c'était tout simplement pour jouer, c'est tant mieux... Pour François Cardinal, « le déclin du jeu libre à l'extérieur est rien de moins qu'un problème de santé publique ». Pour le développement de la santé et leur bien-être, les enfants (et les plus grands) ont besoin de la nature, d'un petit jardin, des légumes!!!

Comme l'explique très clairement Kim D. Raine dans *Les déterminants de la saine alimentation au Canada* : « L'environnement social déconnecte de plus en plus les gens de la source même des aliments. On achète désormais les aliments dans des supermarchés ou des restaurants plutôt que de se les procurer directement à partir de la ferme, de la terre ou de la mer. Le contexte social actuel ne valorise pas non plus la préparation des aliments à la maison; il favorise plutôt la consommation d'aliments congelés ou vite faits. » Manger des plats préparés par manque de

temps... Et pourquoi le temps est-il si dur à gérer dans nos sociétés de consommation? Plusieurs pensent : « c'est notre rythme de vie infernal ». Alors pourquoi sommes-nous si nombreux à nous l'imposer, ce rythme qui nous détruit? Il me semble que ça nous ramène encore à la consommation. Nous sommes nombreux à vouloir beaucoup de choses, ici et maintenant... Mais bon, je m'écarte du sujet.

Déconnection généralisée de la nature, donc... mais comment l'éviter? Notre mode de vie citadin nous éloigne obligatoirement des champs. Ici, je crains que ce soit une réalité sur laquelle nous avons très peu de pouvoir. Mais est-ce que la nature doit rester pour autant un concept abstrait ou encore un simple refuge pour nos deux semaines de vacances par année? Une autre question lancée à la volée!

En attente du printemps, voici les mots de Henry David Thoreau, un philosophe très intéressant qui a réfléchi sur l'éthique de l'environnement, notamment dans son célèbre ouvrage *Walden* : "Each new year is a surprise to us. We find that we had virtually forgotten the note of each bird, and when we hear it again, it is remembered like a dream, reminding us of a previous state of existence."

