

L'été des saveurs

Découvrir la diversité des parfums et l'ivresse du « beau manger ». Par une cuisine bio, sauvage, exotique, véritable kaléidoscope de couleurs et de saveurs préparé par et pour les enfants. L'espace d'un été spécial « alimentation », l'association « La Prairie » a réconcilié santé, environnement et plaisir.

« J'ÉTAIS ÉTONNÉ qu'on nous laisse décorer nos assiettes avec de la nourriture. C'était drôle de ne pas seulement l'utiliser pour la manger. Ça donne envie ». « Moi, j'ai découvert des goûts nouveaux, surtout pour les légumes ». « Oui, je ne savais pas qu'on pouvait utiliser les plantes sauvages pour manger ». Pour tous ces jeunes, « L'été des saveurs » n'a pas laissé les souvenirs s'envoler et les estomacs vides. En expérimentant d'une manière conviviale et ludique le plaisir de manger sain et créatif, le fil rouge des stages d'été 2002 de la ferme d'animation « La Prairie », à Mouscron, a fait mouche. Pour le plaisir de la bouche.

Ainsi, pendant deux mois, la ferme d'animation a accueilli chaque jour pour ses stages plus de cent jeunes, allant de 4 à 15 ans, regroupés par tranches d'âge.

« Les jeunes sont eux-mêmes à la base du projet – nous raconte Bernard HERLIN coordinateur – puisque l'idée est née de fréquentes discussions tout au long de l'année sur des problèmes qu'ils rencontrent : anorexie, boulimie, image du corps dans la publicité... Le programme s'est même négocié avec eux. Outre la santé, pour nous, l'alimentation était aussi très proche des questions environnementales, culturelles et même artistiques. »

Panaché d'animations

Il suffit d'approcher le portique de la ferme, en forme de pyramide animalière métallique, pour imaginer que le module d'animations concocté par l'équipe ne pouvait être qu'original. Reconnue « Centre d'expression et de créativité », « La Prairie » a voulu parler d'alimentation à l'italienne, « avec les mains ». Ici pas de long discours, mais de la pratique et de la création, du ludique et de la découverte.

Côté artistique, du théâtre de marionnettes-légumes fabriqué par le groupe des « fraises cancan », à la décoration déjantée d'assiettes et de tables par celui des « Pommes pom pidou », en passant par une parodie des publicités alimentaires, les enfants ont joué les Picasso pique-assiette.

Côté culinaire, chaque groupe s'est échiné à préparer le goûter collectif, avec pour principale consigne d'être original et diététique, grâce aux conseils de l'animatrice Caroline. Par exemple, les jeunes ont utilisé les plantes des chemins pour faire des tisanes aux vertus diverses (digestives, relaxantes, etc.). « Ils ont appris par là qu'on peut très bien se nourrir ou se soigner avec des plantes qui sont à portée de main et qu'on n'a pas toujours besoin d'acheter – explique Bernard. Ils ont aussi récolté les légumes et les fruits présents

sur le terrain pour confectionner potages, tartes et confitures », histoire de découvrir que le bio n'est pas toujours cher, puisqu'on peut le « fabriquer » sois-même.

Délices équilibrés du Sud

Même les pays du Sud avaient droit à leur part du gâteau : « ils ont goûté de la Quinoa, ce qui nous a permis d'échanger sur le commerce équitable et les déséquilibres Nord/Sud, sans leur donner cours, mais juste en discutant – détaille Bernard. Les chèvres présentes à la ferme permettent aussi de parler du rôle des chèvres en Afrique et de la désertification. »

Et pour rythmer ces folles semaines, la petite équipe a accueilli un méli-mélo de spécialistes du « bien manger » : un boulanger à la retraite, un expert de la cuisine sauvage, des artistes de toute poêle...

Les goûts et les couleurs, ça se discute

Pour Bernard HERLIN, tout ce programme concourrait aux mêmes objectifs : « Notre rôle éducatif est de leur montrer qu'il n'y a pas une seule manière de voir les choses, mais au contraire une diversité de goûts et de couleurs, d'où l'importance de s'ouvrir. C'est vrai pour l'alimentation comme pour le reste. Nous voulons permettre aux enfants et à leurs parents de se poser des questions, et de ne pas prendre les premières réponses venues. Tout n'est pas prémaché, j'ai le droit de dire qu'il y a des choses bonnes ou mauvaises. Manger est un choix politique. »

Justement, concernant les parents, n'est-il pas difficile de changer les habitudes alimentaires des enfants sans éduquer aussi papa et maman ? « Si, c'est pourquoi nous invitons les parents le vendredi. Et tous les jours, ils peuvent voir sur un tableau ce que leur enfant a préparé et pourquoi. Ça a suscité la découverte d'autres goûts et d'autres habitudes alimentaires, d'autres comportements et l'apprentissage de principes diététiques. Ceci dit, il demeure une résistance au changement, tant chez certains parents que dans l'équipe d'animation. Mais l'important est qu'ils se soient tous posé la question : pourquoi je mange ceci plutôt qu'autre chose. »

Christophe DUBOIS

Contact : La Prairie, rue de la Vellerie, 121 à 7700 Mouscron
(056 34 20 44 – contact@laprairie.be) – www.laprairie.be.

