

Qui s'occupe du repas ce soir? : Ingrédients et valeurs pour le bien-être des femmes (aussi !).

Ce texte a été rédigé par Martine van Belleghem

L'alimentation est un sujet aux multiples implications, personnelles et collectives, à propos duquel nous recevons de nombreuses injonctions parfois contradictoires et souvent inutilement tyranniques. Des messages d'intervenants divers et différents qui se sont accumulés, en passant de la chasse aux calories dans les années 70 à la recherche du corps performant dans les années 80, pour devenir une véritable cacophonie depuis les années 90, où l'aliment est vendu pour ses vertus scientifiquement prouvées ; sans parler des diktats des années 2000 scindés entre la santé et le plaisir, auxquels va encore s'ajouter l'alimentation durable et écologique pour la dernière décennie. Ces prescriptions sont unanimes pour lier alimentation et santé, mais cette omniprésence, cette multitude, la morale et les contradictions saturent notre réflexion pour des choix raisonnés, tant au niveau individuel (que manger, comment manger ?), qu'au niveau de la société (quels choix pour quelles sociétés ?).

Ces messages émanant d'acteurs médicaux, industriels, politiques aux intérêts divergents créent finalement un guide nébuleux bien difficile à assimiler, à gérer et à vivre au quotidien. Et ceci touche particulièrement les femmes. Pourquoi ?

Les femmes, éduquées à nourrir et soigner leur famille dans la société traditionnelle, restent les principales productrices de soins et de santé¹ dans la société moderne. Non seulement dans la sphère familiale mais aussi dans les domaines professionnels (des soins aux personnes fragilisées... à la médecine). L'alimentation implique des choix individuels et collectifs avec lesquels il faut composer, entre les ambitions, les idéaux, les valeurs, le plaisir, le coût, les compétences, le temps, le travail...

¹ <http://cir-sp.org/lecare/index.php?post/2010/FEMMES-PRODUCTRICES-DE-SANT%C3%89>

Choisir les ingrédients, pour soi et au regard de la société que l'on veut construire, préparer, cuisiner, servir, donner à manger, sont encore majoritairement au quotidien des tâches féminines. Les femmes jonglent entre un rôle familial qui a peu changé et un rôle social qui lui s'est radicalement modifié. Coincées entre leurs valeurs et leurs idéaux? Oui, car elles ont été peu soutenues pour pouvoir gérer sereinement les modifications de leurs statuts et de leurs rôles. Paradoxalement ce sont les industries agroalimentaires et les progrès techniques des arts ménagers qui ont le plus contribué à soulager la tâche des femmes !

Bien que le travail traditionnel des femmes, rude et accaparant, ne soit pas regrettable, il était reconnu et impliquait du temps pour apprendre et pour pratiquer. Aujourd'hui ces tâches restent implicitement dans la liste de leurs compétences « naturelles », alors que l'organisation sociale a foncièrement changé, grâce entre autres aux revendications féministes, et à cause d'impératifs économiques réels ou créés. Les femmes ont acquis des droits et des libertés, elles ont des métiers rémunérés, mais les soins aux autres, quotidiens, sont (trop souvent) restés une tâche qui s'ajoute à leur emploi professionnel et à des activités multiples. Les rôles implicites des uns et des autres ne se sont pas réellement modifiés dans la famille ou dans la sphère sociale.

Dès lors pour les femmes, sans évidemment remettre en question leurs droits légitimes à l'égalité et à la liberté, une réflexion s'impose pour déterminer les changements intéressants et nécessaires qui modifieraient leurs responsabilités quotidiennes dans cette sphère d'activité appelée « le care ». Cette sphère, il faut le rappeler, affectée aux plus faibles socialement et économiquement parlant, a toujours un caractère féminin et est, pour ces raisons sociologico-historiques, dévalorisée symboliquement et financièrement.

(le care : « un ensemble de valeurs et de symboles, de gestes et de savoirs, spécialisés ou non, susceptibles de favoriser le soutien, l'aide ou l'accompagnement de personnes fragilisées dans leur corps-esprit, donc limitées, temporairement ou sur une longue période de leur existence dans leur capacité de vivre de manière indépendante »².)

² Saillant F. 2000, Transformation des soins familiaux et lien social, in Keller et coll., Qu'est que soigner, éd Syros.

Les sociétés évoluent sans cesse, elles impliquent de nouvelles modalités structurales. Pour les femmes les enjeux tournent aujourd'hui autour de :

- la reconnaissance de la contribution indispensable des soins aux autres dans les familles et dans la société au même titre que le travail rentable.
- la reconnaissance de l'interdépendance des rôles, afin que tout ce travail d'attention à l'autre, qu'il soit privé ou professionnel ne confine personne dans une dépendance maritale, familiale ou professionnelle.
- l'amélioration des pratiques inter-individuelles, pour soulager la part contributive domestique quotidienne des femmes. Vers des pratiques respectueuses de la valeur de la voix et des actes de tous et toutes, à l'encontre du fonctionnement patriarcal habituellement intégré, qui favorise une autorité masculine et une valorisation du travail lucratif, sous prétexte de l'invisibilité, de l'insignifiance et de la « normalité » du travail de soins attribué aux femmes.

Revaloriser le care par une reconnaissance financière est sans doute nécessaire et bienvenue, mais cela resterait insuffisant pour améliorer le statut des femmes dans la famille et la société. Il faudrait dorénavant aussi considérer la valeur du care indépendamment des rôles traditionnellement assignés.

Cette reconnaissance implique une distribution différente du travail domestique et de la prise en charge des tâches quotidiennes, un partage plus équitable des responsabilités mais aussi des plaisirs, un échange plus constructif des idées, mais surtout une conscience accrue de la conception de l'interdépendance des personnes, qu'elles produisent ou qu'elles prennent soin.

Nourrir fait partie de ces activités quotidiennes, domestiques, responsables, discrètes qui demandent générosité, sensibilité et don de soi. Sa gestion vaut la peine d'y réfléchir entre femmes, avec nos conjoint-es, nos enfants, nos ami-es... Si les femmes ont gagné leur place (fragile !) dans le monde professionnel, c'est souvent au prix de la continuité de leur travail familial et social de soins qui a lui, par contre, perdu son caractère respectable et primordial. Et quand bien même elles

parviennent à une équité dans les rôles et le partage du travail quotidien avec leur entourage, il leur faut encore affronter et convaincre une société réfractaire et parfois bien hypocrite.

Pour conclure et en revenir avec la nouvelle moralité alimentaire qui s'est greffée sur la responsabilité féminine de l'alimentation, je terminerai avec les « conseils » de Françoise Sirjacobs (diététicienne nutritionniste)³ qui peut donner une piste à tous pour une gestion sereine de l'alimentation :

« Sur le plan de la nutrition...il faut moins apprendre de manière cognitive, et davantage inviter à faire confiance aux perceptions sensorielles et/ou les retrouver. Inviter aussi à une compréhension personnelle de ce que « je ne supporte pas ou que je supporte mal » et se respecter...C'est finalement une question de bon sens et de goût... »

« ...Il n'est pas inintéressant ...de manger local, saisonnier, frais...et de retrouver du temps pour cuisiner. Non pas dans une mentalité de retour en arrière mais ici et maintenant, car c'est aujourd'hui que nous vivons. Il est important d'être conscient ...que nos achats alimentaires impliquent une prise de position par rapport au fonctionnement du système, et donc un choix de certaines valeurs... Des choix certes, mais ...sans excès ni exclusives et donc sans absolutisation. »

« Informer mais faire appel à la liberté, à la responsabilité, à la créativité des personnes... »

-
- ³ Françoise Sirjacobs in Dossier n°101, « La tyrannie du bien manger », feuilles familiales asbl, 3me trimestre 2012

Bibliographie.

- <http://cir-sp.org/lecare/index.php?post/2010/FEMMES-PRODUCTRICES-DE-SANT%C3%89>
- <http://www.laviedesidees.fr/Jusqu-ou-ira-le-care.html>
- Goodall Jane, 2012, « Nous sommes ce que nous mangeons », Actes sud, collection Babel
- « (Ré)apprendre à manger...à l'aide d'une diététicienne », En marche, 6 septembre 2012, Bruxelles. Propos recueillis par Aurélia Jane Lee auprès de Lucie Bailleux, diététicienne.
- Dossier n°101, « La tyrannie du bien manger », feuilles familiales asbl, 3me trimestre 2012