

**BRILLAT SAVARIN
L'ÉCRIVAIT DÉJÀ :**

*"Manger va bien au-delà
de se nourrir",*

Des aphorismes extraits de sa
"Physiologie du goût"
ponctuent l'animation,
montrant que le repas
constitue
un moment essentiel
de la vie familiale
et sociale.

*Convier quelqu'un,
c'est se charger
de son bonheur
pendant tout
le temps nécessaire.*



*Manger a une action
sur le moral
de l'homme,
sur son jugement
et sur ses
perceptions.*



*Les animaux
se repaissent
l'homme mange ;
l'homme d'esprit,
lui, sait manger.*



*«Brillat-Savarin a bien compris
que la nourriture était une sorte
de grille à travers laquelle
on pouvait promener
avec succès toutes les sciences
sociales et humaines.*

*La convivialité,
voilà ce qui lui importe.»*

Roland Barthes



"Gargantua au supermarché"

**De Gargantua le glouton...
au bon mangeur prôné par Brillat-Savarin !**

Équilibre alimentaire, diversité, quantité et besoins,
sucres, grignotage, ... tous les comportements
nutritionnels sont abordés.

Au-delà, les échanges portent sur les rituels
de la table (lieu, horaires, règles, tenue,...)
et ses plaisirs (goût, odeurs, vue) ; car, comme l'écrit
l'O.M.S. : "Nous n'avons pas que des besoins techniques".



Au centre du décor, le héros de Rabelais, environné de mets.
Il s'est égaré dans un environnement d'aujourd'hui : un supermarché.
Ce lieu de la quotidienneté offre l'occasion de présenter les aliments
qui vont permettre d'aborder la prévention nutritionnelle.
L'animateur développe ceux-ci en les ponctuant de questions ; les assiettes
permettent aux participants d'indiquer leurs réponses.