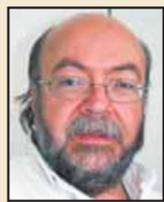


ÉDITORIAL

Israël triche

ANTOINE GESSLER

JOURNALISTE DE POLITIQUE ÉTRANGÈRE



Le voyage du vice-président américain au Proche-Orient s'inscrit dans la longue liste des navettes

à la recherche d'une paix impossible. Henry Kissinger déjà et sa théorie «des petits pas» avait buté sur l'intransigeance qui dresse Israéliens et Palestiniens les uns contre les autres depuis la moitié du siècle dernier. Joe Biden arrive au moment où, en violation de son moratoire, Israël vient d'autoriser la construction de nouveaux logements destinés aux colons juifs. Si l'Etat hébreu bafoue ses engagements sur ce sujet, alors comment le croire sur le reste? Reprendre des discussions de paix sur la base des frontières qui prévalaient avant la Guerre des Six-Jours en juin 1967 devient problématique au fil du temps qui passe. Israël multiplie les manœuvres dilatoires pour ancrer dans la réalité l'annexion de la Cisjordanie. La colonisation s'avère une arme terrible puisqu'elle met en jeu des familles souvent au sionisme extrémiste convaincues de leur droits sur les terres arabes. Les en déloger confinerà à l'émeute comme dans la Bande de Gaza. Comment faire naître le respect là où il n'y a que mépris? La tâche de Washington paraît une mission impossible. Alors que le gouvernement de Bibi Nétanyahou se refuse à considérer ses interlocuteurs du Fatah comme de vrais partenaires, Mahmoud Abbas accepte des négociations indirectes au détriment de sa crédibilité. Puisque Israël triche, le président élu de l'Autorité devrait avoir le culot de proclamer la naissance de la Palestine comme Etat indépendant et souverain. Rien ne l'en empêche sinon la crainte de provoquer un séisme politique peut-être seul capable de faire bouger la situation.

Le plaisir, la clé du

SANTÉ ▶ Le Centre Alimentation et Mouvement organisait hier son deuxième atelier

JEAN-FRANÇOIS ALBELDA

Un esprit sain dans un corps sain... La maxime est l'évidence même et tout le monde s'accorde sur sa sagacité. Le surpoids et l'obésité sont toutefois des problèmes complexes aux causes multiples auxquels le programme cantonal «Pour un poids corporel sain» mis sur pied par le Centre Alimentation et Mouvement tente de répondre depuis 2007. Le label «Fourchette Verte», les projets Pedibus ou Senso5 sont autant d'outils qu'il a mis en place pour intervenir le plus tôt possible dans la question du surpoids – qui toucherait près d'un Valaisan sur deux –, tout en ayant une approche non stigmatisante des personnes touchées.

L'an passé, l'accent avait été mis sur les enfants de 0 à 4 ans à travers des formations, des guides pratiques et de flyers destinés aux professionnels et aux familles. Hier, le deuxième atelier cantonal du centre, qui s'est déroulé à l'Hôtel du Parc de Martigny, avait pour thème: «Explorer le monde de l'alimentation et du mouvement? Avec plaisir!» Près de 150 personnes avaient fait le déplacement pour suivre les conférences et divers ateliers proposés, alors qu'ils étaient une quarantaine en 2007. «Cela prouve l'effet multiplicateur du réseau que nous mettons en place», s'est réjoui en préambule Manu Praz, président du Groupe de référence cantonal Alimentation et Mouvement.

«Ne pas se tromper de but»

Le plaisir était ainsi placé au centre des débats, érigé en valeur essentielle, lui qui était jusqu'ici trop souvent associé à la notion de culpabilité lorsqu'il s'agissait de nutrition. Un nouvel éclairage donc, sur une question qui préoccupe grandement nos sociétés. «En 1995, l'OMS a qualifié l'obésité d'épidémie... Mais où doit-on placer la limite entre le normal et le pathologique sur l'échelle du poids?» demandait Jean-Bernard Moix, directeur de la Ligue valaisanne contre les maladies pulmonaires et pour la prévention (LVPP). «Il ne faut pas transformer le bon vivant en délinquant nutritionnel. Il faut viser le bien-être et non la minceur. La prévention ne doit pas se tromper de but», poursuivait-il.

Une grande complexité

Premier conférencier à prendre la parole, le professeur de sociologie et d'anthropologie à l'Université de Toulouse Jean-Pierre Poulain s'est

Le but de la démarche du Centre Alimentation et Mouvement, aller vers une nutrition saine à tous les points de vue, sans culpabilité. DR



«En Occident aujourd'hui, l'estime de soi se construit presque uniquement autour de la corpulence»

JEAN-PIERRE POULAIN

PROFESSEUR DE SOCIOLOGIE ET D'ANTHROPOLOGIE
À L'UNIVERSITÉ DE TOULOUSE

d'abord attaché à décortiquer le phénomène de l'obésité, mettant en évidence sa grande complexité. «On a tendance à croire que c'est une question simple. Si ça l'était, les Etats-Unis l'auraient enrayeré depuis longtemps», ironisait-il. «Or, il faut le considérer dans sa globalité si l'on veut définir des leviers d'action efficaces.»

Le chercheur a dégagé un faisceau de facteurs sociaux, d'une précarisation économique et culturelle liée notamment à une économie dérégulée à la surpression des modèles d'esthétique corporelle de minceur. Les stratégies et logiques d'intérêt des différents lobbies actifs dans la santé et une approche statistique et

normative du problème étaient également pointés du doigt. «L'Indice de Masse Corporelle (IMC) est un outil approximatif qui a souvent été utilisé de façon inappropriée. En 1998, par exemple, les Etats-Unis ont baissé la limite et en une nuit, 35 millions d'Américains se sont retrouvés en surpoids», expliquait-il. «De plus, on a souvent agrégé surpoids et obésité dans les statistiques, ce qui aboutit à une surévaluation du problème, encore amplifié par les médias...»

L'obésité, vecteur d'exclusion

A notre époque, l'obésité véhicule stigmatisation et exclusion. «On colle à la personne une étiquette de dé-

viance, puis on la réduit à cette caractéristique en effaçant ses autres qualités. Elle intériorise ensuite ce «cliché» d'elle-même et le piège se referme lorsqu'elle trouve sa situation normale.» Et les répercussions pour ces gens sont terribles. «On considère qu'on a de ces personnes l'image d'individus gloutons, paresseux qui ne peuvent pas se maîtriser. Cela leur pose de grands problèmes, notamment dans le monde du travail, ce qui se ressent sur l'estime de soi. Le cercle vicieux se met en route...»

Images du corps

Des sumotori japonais aux vahinés d'Haïti, Jean-Pierre Poulain a encore relativisé la notion de poids idéal. «Tout cela est culturel... En Occident aujourd'hui, l'estime de soi se construit presque uniquement autour de la corpulence. Nous sommes dans une situation d'incertitude quant à une question difficile. Mais cela ne doit pas empêcher d'agir. A condition de toujours évaluer et questionner notre action.» Agir contre l'obésité sans nuire aux personnes qui en souffrent. Telle est la démarche à adopter.

L'INVITÉ

YVES NIDEGGER avocat

Schizoo

Moins on a de rapports avec les animaux, plus on leur déclare un amour passionné. Avec, pour preuve de cet amour, une sensibilité orientée, un discours argumenté, d'apparence logique, mais délirant, soutenu par un réseau d'illusions. Les sociétés avancées développent, on le sait, un rapport à l'animal qui tient de la schizophrénie. D'un côté, ces animaux de rente (les 99,9% des animaux avec lesquels nous avons commerce), chosifiés, industrialisés, à qui l'on ne demande qu'une seule chose: ne pas ressembler à des animaux.

C'est le cuir des chaussures, la graisse des cosmétiques, les poissons en bâtonnets au détour d'une assiette, toute trace d'empathie bannie, contraire à la consommation.

De l'autre, sans doute par compensation, il y a les animaux de compagnie, une infime minorité, instituée en personnes au point de leur vouloir donner des droits de partie dans les procès pénaux plus étendus que ceux accordés aux victimes, lorsqu'elles ne sont qu'humaines.

L'a «schizoophrénie», ce dimanche, n'a pas passé la rampe et c'est tant mieux. L'avocat des animaux ne plaidera pas dans nos vallées. Ne pas se priver pour autant du seul bien qu'aura pu apporter cette coûteuse et vaine campagne: un brin d'introspection sur l'état de notre rapport aux animaux. Trop lointains pour nous toucher ou trop proches pour être vus, les animaux, ni choses ni personnes, nous ressemblent profondément.

Ils interpellent notre histoire, témoins de nos névroses, dépositaires de nos mémoires, «sans les animaux, le monde ne serait pas humain».

Enchaînés, comme nous, au besoin de vivre, le plus, le mieux possible, satisfaire des envies, éviter des souffrances, le plaisir, la peur, la mémoire, des êtres, des lieux, des circonstances, pour y revenir ou n'y revenir jamais, des méthodes, une logique, une pensée. En les protégeant, c'est de nous que nous prenons soin, à nous que nous faisons du bien. Le lien à l'animal, comme amorce salvatrice d'une réconciliation espérée, avec cet humain malade de ne pouvoir aimer l'homme. Amour des animaux ou réquisitoire contre l'homme? L'avocat, c'est certain, aurait été mauvais médecin.



LeNouvelliste.ch

Découvrez

NOS BLOGS



Mon petit cinéma

Le bloc-notes interactif du rédac'chef
Jean-François Fournier

Chasse

En marche avec Jean Bonnard

Le Journal des Reines

La bible de notre expert ès-cornes Jean-Yves Gabbud

Made in USA

Le carnet de route de Christine Schmidt à travers les Etats-Unis d'Amérique.

▶ <http://blogs.lenouvelliste.ch>

Nos dossiers

Pages santé, Caprices festival, Nant de Drance...

▶ <http://dossiers.lenouvelliste.ch>

bien-être de tous

cantonal. Des conférences et exercices visant à lutter contre l'obésité sans stigmatiser ceux qui en souffrent.



Tous les aliments, même gras ou sucrés, doivent avoir leur place dans l'alimentation. DR

TROIS QUESTIONS À NATALIE RIGAL, CHERCHEUR EN PSYCHOLOGIE, SPÉCIALISTE DU GOÛT CHEZ L'ENFANT

«On s'est trompé de cible»

En quoi les politiques de santé ont-elles eu tendance à stigmatiser les enfants souffrant de surpoids?

En se trompant de cible. Au lieu de stigmatiser l'obésité, elles ont plutôt stigmatisé les obèses. D'un discours disant que le fait d'être gros était mauvais pour la santé, on en est venu à une transformation des messages laissant entendre que celui qui est gros est une mauvaise personne. Par manque d'explications sur les facteurs qui conduisent à l'obésité et sur la difficulté que représente le fait de maigrir.

Quels ont été les effets pervers?

Ces personnes qui souvent avaient des souffrances physiques, difficultés à s'habiller, à



«Il faut retrouver une certaine sérénité dans notre rapport à l'alimentation»

NATALIE RIGAL

UNIVERSITÉ DE PARIS OUEST

faire du sport se sont vu rajouter d'autres souffrances psychologiques. Être montré du doigt, moqué, rangé dans la case du paresseux qui manque de contrôle et du coup les spécificités individuelles sont passées en arrière-plan. On a de même stigmatisé les aliments gras ou sucrés, denses, alors que le fait que les enfants aiment ces aliments est lé-

gitime. Les pâtes à tartiner sont par exemple très proches du lait maternel. Alors pourquoi voir d'un mauvais œil un enfant qui a du plaisir à en manger? Lorsque les parents sont très ou très peu restrictifs concernant ces aliments, la capacité d'auto-régulation de l'enfant diminue. Cependant, chez le nourrisson, cette capacité est très dévelop-

pée. Il faut retrouver une certaine sérénité dans notre rapport à l'alimentation. Et promouvoir le plaisir de manger.

Comment remédier à cette situation?

Le changement passerait par le fait de mettre en place des campagnes de promotion de la santé qui ne soient pas ciblées sur des populations. Il faudrait passer du fait de prévenir l'obésité au fait de promouvoir le bien-être de toute la population. Parce que finalement, le message de santé qui est de manger plus diversifié avec plus de plaisir et bouger plus, concerne toute la population et pas seulement les 15% de personnes souffrant d'obésité. JFA

LE PLAISIR AVANT TOUT

«Favoriser la découverte»



Anne-Claude Luisier, ingénieur, diplômée en denrées alimentaires EPFZ, présentait «L'importance du plaisir en matière d'alimentation». Pour elle, il faut donner à l'enfant, déjà aux premiers âges, autant de sensations gustatives que possible. «Plus on le fait, plus le répertoire gustatif sera grand plus tard. Evitons aussi les phrases comme: «Si tu finis ton assiette, tu auras droit à un dessert.» Cela dérègle le mécanisme de régulation de l'enfant. De même, interdire un aliment ne fait que renforcer l'envie. La néophobie – rejet des aliments nouveaux – est normale. Il faut les rapprocher de goûts connus, donner du temps, expliquer. Et le plaisir peut venir à tous les étages de la pyramide alimentaire.»

«Eviter l'écoeurement»



Fabien Ohl, professeur en sciences du sport à l'Université de Lausanne, présentait lui «L'importance du plaisir en matière de mouvement». Selon lui, l'hédonisme est la valeur première aujourd'hui dans la pratique du sport. «Notre culture valorise le plaisir individuel. En ce sens, les campagnes de

promotion de l'exercice qui prennent pour modèles les performances des sportifs d'élite sont en décalage avec les envies des individus. Et les personnes en surpoids se sentiront d'autant plus exclues de la pratique sportive. De même, les forcer au mouvement, culpabiliser la sédentarité peut amener à un écoeurement pour l'exercice qui n'était peut-être pas là à la base.»

BILAN

«Au-delà de nos attentes»



«Cette journée a dépassé nos attentes. Nous attendions une certaine de personnes et plus de 150 professionnels de tous les domaines sont venus. Il était important que le réseau soit multidisciplinaire. La thématique est complexe, il faut couvrir beaucoup d'angles différents et nous essayons d'unifier

les messages qu'on veut faire passer», déclare Gilles Crettenand, responsable du centre Alimentation et Mouvement.

«Quant au programme cantonal «Pour un poids corporel sain», le premier résultat clair est la création du réseau. Notre action sur les 0-4 ans a eu un fort impact chez les professionnels et dans les familles. Le projet Fourchette verte avance bien, nous sommes à 50% des crèches labélisées. Nous voulons atteindre 90% d'ici à deux ans. Pedibus a atteint 37 lignes dans les communes. Ce sont les petites rivières qui font les grands fleuves...» JFA

PUBLICITÉ

ALIGRO

SION-LES RONQUOZ
sortie autoroute Sion-ouest



-26%

9.90
kg
13.50 *

Cou de Porc roulé
frais du pays
nature ou épicé

-30%
13.80
kg
19.80 *

Tête de Moine
entière
demi:
14.90/kg 21.60



-33%

3.70
1 kg
5.60 *

Tomates en grappe
d'Italie, en barquette



-22%
50.-
6 x 75 cl
64.50 *

Fendant
Pierrafeu
AOC 2009



-30%

3.90
6 x 1 lt
5.60 *

Evian

PROMO VALABLE DU 8 AU 13 MARS

Parisienne de Bœuf fraîche du pays/U.E., morceau	kg 25.60	21.90 *
Emincé de Veau 'minute', frais du pays	1 kg 29.60	23.90 *
Filet d'Entrecôte de Cheval frais du Canada	kg 35.80	28.60 *
Gigot d'Agneau roulé frais importé	kg 27.20	20.90 *
Poulet Fermier Jaune frais de l'Ardèche 1200/1300 g	kg 13.90	10.90 *
Noix de Jambon fumée entière	kg 19.10	15.30 *
Tortelloni à la Viande HILCONA	1 kg 9.20	6.80 *
Assortiment de Yogourts TONI	6 x 180 g 5.30	3.60 *
Twins Green Tea Java + 6 autres sortes	25 x 2 g 3.30	2.60 *
La Chinoise Cornettes fines	8 x 600 g 23.40	18.40 *
Cabernet Syrah Chenet 2008	6 x 75 cl 36.80	22.- *

toutes nos actions sur: www.aligro.ch



* avec la carte GOURMANDS gratuite: plus de 1'000 promotions dès 100.- d'achats, sans limite d'achats du lundi au jeudi