



Céline Burtin

Responsable de la Fondation Senso5

◁ Explorer l'alimentation à travers ses cinq sens et non par un biais théorique: le projet pilote né dans une classe valaisanne en 2004 a fait du chemin. Céline Burtin, une jeune diététicienne l'anime depuis janvier 2016.

Un souvenir d'enfance marquant? Pour Céline Burtin, ce serait celui du goûter pris chez sa grand-mère, à Verbier, avec ses cousins au retour de l'école: «de simples et délicieuses tartines de miel...» On a tous nos madeleines et Céline Burtin, qui coordonne depuis janvier 2016 la Fondation Senso5, en est particulièrement consciente. Elle nous reçoit dans son petit bureau, au bas d'un immeuble discret de la Vieille-Ville de Sion, entre un studio de tatouage et des boutiques de fringues. Un bureau qu'elle occupe rarement, à vrai dire, plus souvent amenée à visiter des classes ou des crèches, à former des enseignants ou encore à animer des ateliers avec des adolescents.

A l'origine, en 2004, Senso5 est un projet éducatif pilote mené dans une classe valaisanne par deux chercheuses et deux enseignantes: «Une approche basée sur l'expérience. Toucher, humer, goûter, observer et décrire: grâce à ses cinq sens, l'enfant explore l'univers de l'alimentation, nomme et mémorise ses perceptions, apprivoise ce qui le rebute... Ces expériences sont intégrées dans le cursus scolaire ordinaire», explique Céline. Ainsi, pour prendre l'exemple d'un cours de dessin, «on va aborder la nature morte en commençant par déguster et décrire une coupe de fruits, avant de l'observer et de la traduire en peinture...» Cet enseignement s'est révélé bénéfique pour prévenir l'obésité auprès des premières volées qui l'ont suivi durant cinq ans. Il a été repris par d'autres cantons, notamment Vaud, Fribourg et Soleure.

En 2005, Senso5 a remporté un prix de l'Association européenne pour la promotion de la santé, obtenant depuis plusieurs mandats publics: c'est aujourd'hui une fondation financée par plusieurs partenaires: Service de l'enseignement du Canton du Valais, Promotion Santé suisse, Ville de Sion, Haute Ecole pédagogique du Valais. «On part du principe que l'enfant mange ce qu'il aime et aime

ce qu'il connaît», note Céline Burtin. La néophobie apparaît dès la diversification de l'alimentation: chacun de nous l'éprouve à des degrés divers, avec un pic autour de cinq ans. Il s'agit d'accompagner l'enfant, de le familiariser à la nouveauté grâce à cette approche multisensorielle – en étant conscients que les messages axés sur la santé se révèlent contre-productifs. Certains adultes vont conserver une partie de leurs peurs, les plus âgés vont en connaître d'autres, liées à des problèmes de santé ou de digestion, à leur désir de rester en forme...» Au projet pionnier en milieu scolaire se sont ajoutés d'autres modules destinés à d'autres publics et classes d'âge. «Nous formons des enseignants pour qu'à leur tour ils puissent accompagner les enfants dans leur parcours de découvertes alimentaires».

Des formations courtes sont aussi proposées aux éducateurs de la petite enfance: «Dommage que les coupes budgétaires amènent à confier les repas des tout petits à l'industrie. Les professionnels font ce qu'ils peuvent, en proposant de nombreuses activités de découverte, dans les vergers ou les fermes, avec des bricolages. Intéressant de constater à cet égard que la Suède, parmi les premiers pays à centraliser la restauration des crèches, revient en arrière...» Senso5 intervient également auprès des adolescents: «Là, nous mettons sur pied des ateliers centrés sur l'image de soi, l'alimentation et le mouvement. Ces interventions viennent répondre à des besoins spécifiques et se font à la demande d'établissements secondaires.»

«Le plaisir de la table a toujours été très présent dans la famille de Céline, avec un papa bressan et sommelier, une maman et deux grands-mères véritables déesses des fourneaux et du jardin... «Notre éducation nous a transmis le goût de la découverte, notamment celui des saveurs nouvelles lorsqu'on voyage, le plaisir de la nature et du partage».

Texte

VÉRONIQUE ZBINDEN

Photo

JAMES BATTEN