UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

MIGRER, CUISINER ET MANGER
DANS UN ESPACE SOCIAL ALIMENTAIRE TRANSCULTUREL

LE CAS D'IMMIGRANTS DE PREMIÈRE GÉNÉRATION À MONTRÉAL

THÈSE

PRÉSENTÉE

COMME EXIGENCE PARTIELLE

DU DOCTORAT EN SOCIOLOGIE

PAR

ALAIN GIRARD

JUILLET 2013

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de cette thèse se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.01-2006). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

REMERCIEMENTS

Bien que le travail que constitue la réalisation d'une thèse soit souvent solitaire, il ne saurait être possible sans le soutien, les encouragements et l'expertise de personnes dont la collaboration doit être soulignée.

Je voudrais tout d'abord remercier mon directeur Pierre Sercia de m'avoir astucieusement proposé ce sujet qu'il savait porteur, en phase avec une certaine actualité et encore assez peu travaillé dans le contexte québécois. Son appui sans faille et la grande confiance qu'il m'a témoignés tout au long du processus ont été une source d'inspiration et une invitation à développer mes capacités et les qualités nécessaires à la réalisation d'un travail de recherche d'envergure. Je le remercie également de m'avoir donné l'opportunité de participer à ses côtés au travail rédactionnel d'articles scientifiques qui a grandement contribué à l'obtention des bourses de recherche qui m'ont permis de faire mon travail de recherche sans avoir à me soucier de trouver d'autres sources de financement.

Ensuite, je désire remercier mon codirecteur Louis Jacob pour l'enthousiasme qu'il a manifesté dès le début du projet et qui a largement contribué à affermir la confiance dans le fait que j'étais sur la bonne voie. Ses commentaires toujours précis et pertinents, en phase avec les théories sociologiques les plus pertinentes pour l'appréhension et l'analyse de mon objet, m'ont permis d'inscrire ce travail dans une position épistémologique et méthodologique qui était la mieux adaptée aux intuitions et à la tournure que je désirais donner à cette recherche. Enfin, ce manuscrit porte en de très nombreux endroits les marques des judicieuses propositions dont il avait émaillé la première version.

Cependant, l'appui indispensable que j'ai reçu de ceux qui dirigeaient cette recherche n'aurait pas été suffisant s'il n'avait pas été relayé d'une manière quotidienne par ma conjointe Sophie. Elle a appuyé mes choix dès le jour où j'ai décidé d'entreprendre un retour aux études et de me lancer dans la folle aventure de la réalisation d'une thèse. Elle a aussi contribué de très près à la forme de ce document, mais également à celle de l'avant-projet par son travail de

correction et de révision linguistique afin d'élever ces textes aux standards attendus pour un tel travail. Sa foi inébranlable et ses encouragements à pousser toujours plus loin mon travail ont été déterminants dans la réussite de ce projet et dans le fait que vous tenez aujourd'hui ce document entre vos mains et je lui en suis reconnaissant du fond du cœur.

Je dois aussi remercier Marie-Nathalie Leblanc, Julia Csergo et Christine Jourdan qui ont accepté de faire partie du jury et de lire ce document et dont les commentaires ont été constructifs et rigoureux.

Cette recherche a aussi été rendue possible grâce à la collaboration et au soutien de personnes ou d'organismes qui doivent être nommés. D'abord Lise Renaud, directrice de ce qui était alors le groupe de recherche Médias et santé (maintenant Comsanté) de l'UQAM et qui a contribué financièrement aux recherches exploratoires de cette thèse, et me permettant d'arrimer mes intérêts de recherche à ceux de son groupe de recherche, et dont l'infatigable énergie a été une source d'inspiration. Ensuite, les directions et les équipes enseignantes des centres de francisation qui m'ont ouvert les portes de leurs établissements et m'ont permis de rencontrer leurs élèves à maintes reprises et durant trois ans. Sans leur collaboration et leur enthousiasme à l'égard de mon projet, celui-ci n'aurait jamais pu voir le jour.

S'il est des personnes qui méritent des remerciements tout particuliers, ce sont tous ces immigrantes et ces immigrants qui ont bien voulu participer à cette recherche et prendre le temps de me parler de leur expérience individuelle avec beaucoup de générosité et d'authenticité. Rien ne les obligeait à s'asseoir avec moi durant deux heures et à répondre à mes questions. Ce sont leurs réponses qui sont le cœur même de cette thèse, sa raison d'être et son inspiration. La richesse du matériau qu'ils m'ont si gracieusement donnée m'a forcé à pousser toujours plus loin l'analyse et à aller au-delà des fausses évidences et des idées reçues. Ils m'ont fait découvrir la profonde richesse du travail de la cuisine, du partage de la nourriture, de l'acte de manger et de la culture; cette dernière entendue non pas seulement comme un ensemble de caractéristiques partagées par des individus et un groupe, mais surtout comme une ressource mobilisable pour la création et l'appropriation des significations, pour l'orientation des pratiques ainsi que pour le développement et le maintien des liens sociaux. Ce qu'ils m'ont appris m'habite dorénavant et a profondément transformé

la manière dont je conçois maintenant ma position dans la discipline sociologique et le travail de recherche. Je salue au passage le courage et la résilience dont ils font preuve dans leur décision de venir planter leur tente ici et de contribuer ainsi au développement social et culturel du Québec d'aujourd'hui et de demain. Je les remercie aussi de contribuer à la diversification de l'espace social alimentaire, à l'ouverture à des expériences gustatives et de rappeler aux mangeurs du Québec que manger doit avoir un sens.

Merci enfin aux organismes qui ont contribué financièrement à la réalisation de ce projet. Dans l'ordre chronologique : le groupe de recherche Médias et santé, la Fondation J.A. DeSève, la Chaire de recherche du Canada en études québécoises et canadiennes (CREQC), la Fondation de l'Université du Québec, le Conseil de recherche en sciences humaines du Canada (CRSH), le Fonds québécois pour la recherche sur la société et la culture (FQRSC) et l'Institut de la santé publique et des populations des IRSC.

Ce travail a été réalisé tout en cuisinant pour deux petites mangeuses qui sont arrivées assez tardivement dans mon existence, mes filles. Youna et Izalie, à côté de l'amour que je vous porte, vous avez contribué à me garder les pieds sur terre, à me donner des raisons de continuer ce que j'avais entrepris et à me rappeler que ce que j'essayais de comprendre par ce travail était produit par des êtres de chair, d'os et d'émotions et que les relations sociales se tissent au quotidien. Cela m'a aussi permis de me placer du point de vue de tous ceux et celles qui cuisinent tous les jours dans l'espoir que cette nourriture contribue au bien-être et au bonheur des êtres qui nous sont chers.

Je voudrais enfin dédier cette thèse à mon père Jacques qui ne sera malheureusement pas là pour assister à son achèvement. Jacques, tu nous as quittés au tout début du projet. Tu te faisais une joie de ce retour aux études, toi qui avais une haute estime du travail universitaire et qui m'avais communiqué cette valeur dès mon adolescence. C'est grâce à tes encouragements précoces que j'ai pu envisager de marcher dans cette direction. Je suis sûr que de là où tu es maintenant, tu souris et tu es fier de ton fils. Je t'ai promis que je rendrais ce travail à terme, cette promesse est aujourd'hui tenue.

REMARQUES GÉNÉRALES

L'usage du féminin et du masculin

Dans cette thèse, nous avons opté pour l'usage du masculin générique. Ce choix n'occulte pas la présence des femmes. Il a plutôt pour but d'éviter la répétition soutenue des deux formes et d'alléger le style. Dans cette thèse, il est question de ce que font ou disent des hommes, des femmes, et souvent les deux à la fois. Ainsi, dans ce dernier cas nous utiliserons le masculin générique et nous emploierons la forme du féminin ou du masculin lorsqu'il sera question de parler des acteurs féminins ou masculins. Enfin, nous avons toutefois retenu la féminisation des titres et des fonctions afin de donner de la visibilité aux femmes dans le texte. Par exemple, dans ce texte, Kim Thúy est une auteure.

L'identification des locuteurs après les citations des verbatims

Après chaque citation, on retrouvera la même séquence des caractéristiques descriptives retenues sur la personne qui s'est exprimée. Cette séquence est la suivante : Prénom (fictif), genre, âge, pays de naissance, statut (marié(e), en couple – union de fait –, célibataire), présence d'enfants (enfant [au singulier pour un seul enfant], enfants [au pluriel pour plusieurs enfants], sans enfant), année d'arrivée au Québec, type d'emploi avant l'immigration s'il a été révélé, type d'emploi occupé présentement lorsqu'il est connu. Voici un exemple :

Lucia, femme, 28 ans, Venezuela, célibataire, enfant, 2007, administration.

L'identification des sujets de deux échantillons

Afin de faciliter l'identification des sujets de l'un et l'autre des deux échantillons et de ne pas alourdir le style, nous avons retenu une formule simple. Ainsi, lorsqu'il sera question des individus de l'échantillon des groupes de discussion, nous parlerons de participants et lorsqu'il sera question des individus de l'échantillon du questionnaire, nous parlerons de répondants.

TABLES DES MATIÈRES

RÉSUMÉ xi

INTRODUCTION 1

CHAPITRE I
PROBLÉMATIQUE

1.1 Introduction 10

1.2 Le phénomène migratoire au Québec, un aperçu de l'histoire démographique 11

1.3 Les politiques québécoises d'immigration, d'intégration et d'aménagement de la diversité. Vers une reconnaissance des apports sociaux et culturels des immigrants ... 15

1.4 Migrer, manger 19

1.5 L'alimentation, un phénomène social total 26

1.6 Alimentation, identité et socialisation 31

1.7 La question de recherche 35

1.8 Les hypothèses 35

1.9 Pertinence et originalité de la recherche 38

CHAPITRE II
CADRE D'ANALYSE

2.1 Introduction : l'alimentation, un objet transdisciplinaire 41

2.2 Le principe de l'incorporation 46

2.3 Les ambivalences de l'alimentation et le paradoxe de l'omnivore 49

2.4 Les saveurs : sensation, perception, sémiotisation 61

2.5 L'espace social alimentaire transculturel 62

2.6 Les modèles alimentaires 69

2.7 Quelques remarques sur la position théorique et épistémologique 84

CHAPITRE III
MÉTHODOLOGIE

3.1 La détermination de la population 88

3.2 Recrutement des sujets 90

3.3 Les méthodes de cueillette des données. Une méthodologie mixte 91

3.4 La méthode qualitative, l'entretien de groupe 92

3.5 La méthode quantitative, le questionnaire 98

CHAPITRE IV
NORMES SOCIALES DU REPAS

4.1 Introduction : origine de la question 102

4.2 Les dimensions du vrai repas 106

4.3 Conclusion : des normes transculturelles, des modalités d'actualisation contextuelles 129

CHAPITRE V
ATTACHEMENT AUX NOURRITURES PRÉMIGRATOIRES ET RENCONTRES DE L'ESPACE SOCIAL ALIMENTAIRE. GOÛT, MÉMOIRE ET FAMILIARITÉ

5.1 De la faim et de l'appétit 133

5.2 Les premiers contacts et la question de la familiarité 137

5.3 Attachement aux aliments et aux styles culinaires prémigratoires 145

5.4 Dissonances gustatives. Ou quand la vue, le goût et le souvenir ne concordent plus 158

5.5 Discussion autour de la question de la continuité des pratiques alimentaires 172

CHAPITRE VI
LES FACTEURS ET LES PROCESSUS DE TRANSFORMATIONS DES PRATIQUES ALIMENTAIRES

6.1 Introduction 184

6.2 Les contraintes financières 184

6.3 Les contraintes de temps 205

6.4 Les enfants comme agents de changements culturels. « Mes enfants ne veulent plus manger les nourritures de mon pays » 224

6.5 La pluralité des modèles dans l'espace social alimentaire comme source de transformation des pratiques 257

CHAPITRE VII
LES SIGNIFICATIONS DE LA CUISINE ET DE L'ACTE SOCIAL DE MANGER

7.1 Introduction 276

7.2 La sociabilité alimentaire, être ensemble, construire la famille 279

7.3 Le repas comme « enveloppement », les soins attentionnés 288

7.4 La question des traditions, de l'identité, de l'évocation du pays d'origine 307
7.5 Comment les nourritures sont mobilisées afin de marquer des moments et des lieux 322
7.6 Comment les nourritures participent de la construction d'un nouveau « chez-soi » 334

CHAPITRE VIII
« FOOD IS LOVE »?

8.1 Introduction 350
8.2 Les rôles sociaux, les tâches 352
8.3 Significations de la cuisine 389
8.4 La cuisine comme métaphore de l'amour 402

CONCLUSION 434

ANNEXE A
CARACTÉRISTIQUES DES POPULATIONS 448

A.1 Composition et caractéristiques générales de la population migrante allophone 448
A.2 Francisation des immigrants 450

ANNEXE B
ANALYSES COMPLÉMENTAIRES 454

B.1 La *tortilla*, la *pupusa* 454
B.2 Les craintes envers les produits alimentaires 454
B.3 Discours xénophobes et « altérisants » en France 459
B.4 Les approvisionnements 460
B.5 Les banques alimentaires 464
B.6 À propos des spécificités de l'expérience alimentaire postmigratoire d'immigrants des classes moyennes, un regard historique 464
B.7 Phénomènes de dégoût et d'intolérance aux produits laitiers chez les Chinois 468

ANNEXE C
LE QUESTIONNAIRE 470

ANNEXE D
LE GUIDE D'ENTRETIEN 480

BIBLIOGRAPHIE 482

LISTE DES FIGURES ET DES TABLEAUX

Figure 2.1 Les ambivalences de l'incorporation de la nourriture 60

Tableau 2.1 Les différentes dimensions des modèles alimentaires 83

Tableau 3.1 Répartition des participants aux entrevues de groupes selon les caractéristiques descriptives retenues. Résultats exprimés en nombre total et en % 97

Tableau 3.2 Répartition des répondants au questionnaire selon les caractéristiques descriptives retenues. Résultats exprimés en nombre total et en % 101

Tableau 6.1 Réponse à l'énoncé « Pour moi, la qualité compte plus que le coût pour choisir des aliments ». Exprimé en %.....192

Tableau 6.2 Utilisation du four à micro-ondes avant l'immigration (ordonnées exprimées en %) 209

Tableau 6.3 Utilisation du four micro-ondes après l'immigration (ordonnées exprimées en %) 209

Tableau 6.4 Fréquences comparatives des repas pris en famille. Exprimées en %.....212

Tableau 6.5 Curiosité gastronomique, adaptation des recettes et témoignage des sentiments par la cuisine. Résultats exprimés en % 234

Tableau 6.6 Consultation des membres de la famille pour le choix des menus, préparation de plusieurs menus pour un même repas. Résultats exprimée en %.....235

Tableau 6.7 Réponse à l'énoncé « une bonne diète devrait inclure de la viande la plupart du temps ». Résultats exprimés en %.....248

Tableau 7.1 Pourquoi je mange selon le style culinaire prémigratoire. Résultats exprimés % 314

Tableau 7.2 Je mange selon le style culinaire de ma région d'origine : identité et évocation du pays selon notre questionnaire et le questionnaire Sercia FQRSC (2010-2014). Résultats exprimés en % 321

Tableau 7.3 Fréquence des déjeuners selon le style prémigratoire et des déjeuners en famille sur une base hebdomadaire. Résultats exprimés en %.....322

Tableau 7.4 Fréquence de la préparation de pain levé on non levé à domicile selon les régions d'origine. Résultats exprimés en %.....347

Tableau 8.1 Fréquences de l'exécution des tâches reliées à l'alimentation avant l'immigration selon les genres. Résultats exprimées en %.....354

Tableau 8.2 Fréquences de l'exécution des tâches reliées à l'alimentation après l'immigration selon les genres. Résultats exprimées en %.....355

Tableau 8.3 Fréquence des réponses « toujours » pour l'exécution de chacune des tâches reliées à l'alimentation selon les genres, en excluant les personnes vivant seules. Résultats exprimés en %.....356

Tableau 8.4 Fréquences de l'exécution des tâches reliées à l'alimentation après l'immigration, selon les genres. Résultats par groupes de réponses et exprimés en %.....357

Tableau 8.5 Réponses à l'énoncé « ce n'est pas aux hommes de faire la cuisine ». Résultats exprimés en %.....360

Tableau 8.6 Réponses aux énoncés proposés pour la question « Est-ce que faire la cuisine pour vous c'est plutôt... ». Résultats exprimés en %.....389

Tableau 8.7 Les dimensions du plaisir liées au travail culinaire, la question de la transmission intergénérationnelle et les liens entre la cuisine et la transmission des émotions. Résultats exprimés en % (les résultats des 2e, 3e et dernier énoncés sont ventilés en raison d'une différence significative entre les groupes).....394

Tableau 8.10 Les réponses à l'énoncé « je cuisine pour me faire plaisir » selon les types de ménages. Résultats exprimés en %.....395

Tableau 8.11 La cuisine comme don de soi, comme témoignage d'amour ou comme devoir. Résultats exprimés en %.....402

Tableau 8.12 Réponses à l'énoncé « Je cuisine pour me faire plaisir » selon le type de ménage. Résultats exprimés en %.....424

Tableau 8.13 Deux dimensions du plaisir lié au travail culinaire. Résultats exprimés en %.....425

RÉSUMÉ

Cette thèse porte sur les pratiques alimentaires et les significations qu'octroient des immigrants de première génération à la cuisine ainsi qu'aux actes de manger et de partager de la nourriture. Les données analysées proviennent d'entrevues de groupe et d'un questionnaire. L'analyse, qui débute au chapitre IV, traite de la question du « vrai repas » et de la normativité sociale du repas. Le chapitre V aborde la question des nourritures en situations migratoires et diasporiques telles que thématisées par la littérature scientifique et la fiction. Nous y discutons aussi la question des liens entre les dimensions physiologiques et symboliques de l'incorporation de nourriture, de l'attachement aux nourritures prémigratoires, mais aussi des marqueurs alimentaires et du paradigme continuité/rupture des pratiques alimentaires. Le chapitre VI analyse les principaux facteurs responsables des transformations des pratiques alimentaires et de l'adaptation des modèles alimentaires des immigrants. Ce chapitre montre que ces facteurs sont les contraintes financières, les contraintes temporelles, les demandes des enfants pour l'adoption de nouveaux plats et les divers contacts avec les autres modèles alimentaires de l'espace social alimentaire transculturel. Le chapitre VII porte spécifiquement sur les significations de la cuisine et de l'acte social de manger. Nous montrons comment les repas sont des architectes de la famille. Ils la construisent néanmoins d'une manière ambivalente, d'une part, comme un espace où les rapports sont fondés entre autres sur les émotions, le partage des sensations et la reconnaissance mutuelle de la famille comme unité cohésive et, d'autre part, comme un « construit idéologique ». Nous montrons également comment l'alimentation est importante pour la reconstruction d'un chez-soi compris comme une manière d'habiter subjective et expressive et comment elle sert à marquer la temporalité. Enfin, nous avançons que la cuisine est le lieu d'une ambivalence entre une alimentation fonctionnelle et une alimentation conçue comme relevant des soins attentionnés. Elle est aussi le lieu d'une ambivalence entre un modèle qui accorde de la valeur aux produits industrialisés et un autre qui accorde une grande importance aux dimensions artisanales de la cuisine, au contact des aliments avec les mains. Le chapitre VIII, quant à lui, analyse la répartition des tâches reliées à l'alimentation entre les hommes et les femmes, avant et après la migration. Les résultats montrent que les femmes réalisent la majorité des tâches la plupart du temps. Cependant, ces femmes accordent moins de temps à ces tâches après la migration et les hommes s'impliquent un peu plus, mais, au final, les unités familiales passent moins de temps à la réalisation de ces tâches. Nous avons enfin montré l'ambivalence de la cuisine pour les femmes. La cuisine est d'une part (d'une manière idéelle) un don d'amour et, d'autre part, une activité fonctionnelle répétitive. Cependant, il est apparu que pour celles et ceux pour qui la cuisine et les repas comportent une profonde charge symbolique et émotionnelle, la nourriture est une métaphore de l'amour. La cuisine et la préparation des repas participent à la construction d'un type de lien social qui place le souci de l'autre, de son bien-être, de son bonheur et des émotions au centre de cette construction. Les femmes, pour beaucoup, comptent sur les dimensions magiques de l'incorporation de nourritures afin de transmettre littéralement cet amour, cette passion et cette attention aux mangeurs. Ce ne sont pas toutes les femmes et tous les hommes que nous avons rencontrés qui établissent de tels rapports symboliques aux nourritures ou qui

accordent autant d'importance à la cuisine et au partage de la nourriture. Néanmoins, c'est la relation particulière des premiers à ce qu'ils mangent et au travail de la cuisine qui a retenu notre attention.

Mots clés : Alimentation, immigration, significations, pratiques alimentaires, rôles sociaux, insécurité alimentaire, modèles alimentaires, espace social alimentaire, culture, cuisine, soins

INTRODUCTION

Organiser des fragments

Cette thèse recompose et organise, divers fragments de témoignages et de discours d'expériences que les circonstances ont mises sur notre chemin et que de si nombreuses personnes immigrantes ont eu la générosité de partager avec nous. Ces discours et ces fragments racontent des rencontres entre des « cultures » souvent tapies au plus profond des cœurs et de la « maison », celle qu'on quitte et celle qu'on tente de reconstruire ailleurs. Ces rencontres ne sont pas que celles du Sud et du Nord, de l'Ouest et de l'Est, mais aussi de cultures à l'intérieur de nous-mêmes, de divers fragments de l'histoire personnelle et collective (intériorisée), de l'identité ou encore de projets de vie. La cuisine et l'acte de manger sont parfois complices et parfois rétifs de ces rencontres. L'immigration entraîne souvent un déracinement, une dislocation des repères, de la géographie mentale, des réseaux sociaux et aussi une certaine rétrogradation, c'est le cas pour la majorité des personnes que nous avons rencontrées. Comme le souligne en substance Bharati Mukherjee, un écrivain bengali américain, les immigrants ont échangé un lieu, un statut (humble ou confortable), un réseau social, une famille, des possessions, contre un pari un peu fou et dans la poursuite de quelque chose d'évanescent qui s'appelle le « bonheur personnel », pour soi, son conjoint, ses enfants. Dans ce contexte, la cuisine « du pays », comme la religion, est l'une des choses dont les immigrants s'éloignent avec quelques hésitations, sentant qu'il se joue là peut-être un arrachement lourd de conséquences ou que les nourritures ont justement des liens étroits avec le bonheur. Et même lorsqu'ils s'éloignent, et ils le font presque tous, certain(e)s jettent un coup d'œil par-dessus leur épaule et y aperçoivent leur mère et leur grand-mère qui les regardent prendre de la distance en disant : es-tu sûr(e) que c'est bon pour toi? Qui deviens-tu? Mais où sont les épices?

Cette thèse porte donc sur ces bribes d'histoires personnelles qui, par le truchement de la cuisine, de l'incorporation des aliments et des pratiques alimentaires, racontent ce que ces immigrants ont emporté dans leurs bagages, les contraintes qu'ils ont nécessairement

rencontrées et les façons dont ils ont reconstruit un lieu et un espace qui puissent être « chez eux » à nouveau et où ils pourraient poser leurs valises et accomplir un des rituels les plus fondateurs et structurants de l'existence des individus contemporains, les repas. De sorte que cuisiner et manger est aussi une manière d'habiter, de créer, d'imaginer. Ainsi, à travers la reconstruction de ce rituel et d'une familiarité avec les aliments, c'est une partie de l'intégration au nouvel espace social qui se donne à voir, derrière les portes fermées (mais parfois ouvertes) de l'intimité de ces toutes petites tribus penchées et occupées à manger une part du monde préalablement construit comme monde « mangeable ».

S'il est un message que cette thèse ne cessera de mettre en avant, c'est qu'avant de manger des nutriments, des calories, des fibres, des protéines, c'est d'abord de la culture qu'on mange. Ainsi, se nourrir « naturellement » n'est guère possible pour les humains que nous sommes, car on ne se nourrit pas en premier lieu parce qu'on a de la nourriture sous la main, mais bien parce qu'on s'est moralement et culturellement disposé à incorporer ces nourritures et à avaler des parties du monde, non seulement un monde « matériel », mais aussi et surtout un monde tout à fait humain, c'est-à-dire un monde symbolique construit comme monde et non comme chaos. Les nourritures participent à cette mise en ordre du monde et sont destinées à nourrir tout autant l'imaginaire du mangeur avant même que celui-ci ne puisse prendre place au repas. La cuisine et l'acte social de manger constituent de véritables opérations (magiques) de transmutation. Les nourritures ne sont jamais données à l'avance, elles sont depuis toujours culturellement et socialement façonnées avant d'être intégrées dans l'infinie diversité des préparations culinaires qui sont en même temps l'un des plus grands plaisirs de l'existence et la source de tant d'ambivalences, entre autres parce qu'elles deviennent une partie de nous-mêmes matériellement et symboliquement.

C'est notamment parce que les nourritures sont une des métaphores les plus puissantes de tout ce qui est en dehors de nous et qui devient une part de nous par leur incorporation que celles-ci sont si facilement essentialisées et qu'elles font l'objet d'un investissement symbolique si puissant. Étonnamment cependant, malgré leur importance dans la vie physiologique, sociale, culturelle et symbolique, manger et surtout cuisiner sont la plupart du temps renvoyés au domaine du banal, du pris pour acquis. Cette thèse est aussi l'histoire de ces petites magies quotidiennes et particulièrement de cette magie issue des mains

prestidigitatrices des femmes qui savent transformer ce qu'elles touchent, en l'occurrence des aliments, en quelque chose d'impalpable, mais de si puissant et qu'ils ont été nombreux à nommer le bonheur.

Pour ce faire, les approches mobilisées éviteront le plus possible de placer les objets de l'analyse dans un rapport dichotomique[1]. Ainsi, et pour suivre la voie tracée par le phénoménologue Maurice Merleau-Ponty, il ne sera pas question de dissocier ou d'établir une dichotomie épistémologique ou même ontologique entre par exemple l'âme et le corps, le physiologique et le symbolique, le corps et le social, le psychique et le sociologique, la culture « d'origine » et la culture « d'accueil », entre la vue et le goût, entre le cerveau et l'estomac, entre le privé et le public ou entre les pratiques et les significations. Manger est une expérience qui suppose *a priori* qu'il y ait un corps qui ressent, mais que la manière sociale de faire usage de ce corps, d'éprouver des sensations, des plaisirs et des dégoûts constitue aussi ce corps comme corps « individuel » et comme corps « collectif » et qu'une sensation n'est pas une donnée brute, mais qu'elle tient une place dans un procès qui lui donne un sens. Ce procès n'existe pas sans perceptions, et ces dernières ne peuvent être perçues comme sensations que parce qu'elles sont médiatisées par la culture (le symbolique) et le social. En d'autres mots, si percevoir des saveurs, éprouver et exprimer des émotions est d'abord un acte intime, la grammaire selon laquelle nous percevons, nous éprouvons ou nous exprimons ne nous appartient pas en propre. L'alimentation et la cuisine sont des lieux particulièrement riches d'expériences et, pour reprendre les mots de Marcel Mauss, parlant des techniques du corps, se présentent comme des « montages physio-psycho-sociologiques de séries d'actes » (1980, p. 384). Ces « montages » doivent être appréhendés simultanément et non séparés arbitrairement entre des disciplines scientifiques qui chacune en revendiquerait une partie : la biologie, la physiologie, la psychologie, la sociologie. L'alimentation est donc, toujours selon les mots de Mauss, un phénomène social total.

---

[1] Cela ne veut pas dire que les actes de manger, de cuisiner et d'interpréter des pratiques ou des sensations sont exempts de conflits, d'ambivalences et de paradoxes, et que ces derniers puissent être constitutifs de ces actes. Ainsi, nous voyons une différence entre une ambivalence structurante (mais régulée par les modèles alimentaires par exemple) et une dichotomie qui pose un hiatus ontologique entre deux entités.

La place de cette thèse dans le champ du savoir, la spécificité de son regard

L'alimentation des populations migrantes, leurs pratiques alimentaires, les transformations de leurs approvisionnements, de leurs manières de cuisiner, du répertoire culinaire familial, ainsi que les significations que ces populations donnent à l'acte de manger et à celui de la cuisine sont des sujets qui invitent à une multiplicité de regards. En effet, c'est un objet qui intéresse à la fois les études culturelles (*cultural studies*), les études sur l'alimentation (*food studies*), les études sur l'immigration (*immigration studies*), les études ethniques (*ethnic studies*), les études sur les femmes (*women studies*) et les études de genre (*gender studies*). C'est un objet qui intéresserait aussi les études sur la santé publique si un pareil champ de recherche existait en tant que tel, car l'alimentation peut aisément être replacée dans une problématique plus large des transformations au mode de vie et au style de vie : alimentation, activité physique, lieu de résidence, mode d'occupation des espaces privés et publics, modes de transports, destins professionnels, revenus, pratiques en matière de santé, rapports aux systèmes de santé, représentations sociales de la santé, de la maladie, du corps, du travail, du loisir, etc.[2] Notre travail a emprunté à chacune des approches. La complexité de l'objet lui-même, des discours des participants et des réponses au questionnaire a nécessité la mobilisation de plusieurs approches, parfois simultanément d'autres fois successivement, une approche transdisciplinaire donc. L'objectif principal derrière la mobilisation d'une approche ou d'une autre à différents moments de la thèse était de comprendre et d'analyser ce qui se présentait à nous sous la forme de discours ou de données (les réponses au questionnaire), le cœur même du matériel de cette thèse.

L'alimentation des immigrants ainsi que leurs rapports aux aliments et leurs apports aux espaces sociaux alimentaires dans lesquels ils s'installent et qu'ils contribuent à transformer n'est pas précisément un sujet largement visité dans les études sur l'immigration où l'on

[2] Il existe des formations universitaires multidisciplinaires en santé publique qui visent à former des praticiens et des chercheurs dans le large domaine de la santé publique, mais il n'existe pas de champ de production de connaissance à propos de la santé publique qui se donne sous le vocable (et même dans le type de démarche multidisciplinaire propre aux « studies ») « public health studies », bien qu'il existe dans les faits une large production de recherches et de réflexions dans les multiples domaines de la « santé publique ».

s'intéresse beaucoup plus à des questions comme les politiques d'immigration et d'intégration, aux phénomènes de discrimination, à la question de la citoyenneté, aux rapports interethniques, aux questions de l'emploi et de la reconnaissance des acquis professionnels et plus largement au processus d'intégration sociale et politique des immigrants à la société, pour ne nommer que ceux-là. On s'intéresse aussi à d'autres questions qui touchent des problématiques plus larges, mais desquelles les immigrants sont des parties prenantes, par exemple la mondialisation, les diasporas, les liens entre elles et avec leurs pays d'origine, le transnationalisme, la production, la circulation et la consommation des produits culturels, les transformations contemporaines des identités individuelles et groupales, la créolisation, l'hybridation, etc. Ces derniers thèmes seront rencontrés au cours des analyses.

Malgré le fait que cette thèse soit centrée sur la vie privée et domestique, le regard que nous portons est surtout sociologique, mais aussi anthropologique, et c'est ce qui fait, selon nous, l'unité de ce travail, en dépit de la multiplicité des outils théoriques et des approches paradigmatiques mobilisées. Il est sociologique dans la mesure où nous montrerons que les expériences que nous racontent les participants ne sont pas des monades isolées, mais que celles-ci résultent de socialisations préalables, de structurations sociales, politiques, historiques, culturelles, de déterminations objectives et de processus de différenciation clairement identifiables, et que les « goûts », les préférences, les habitudes sont socialement construits. Mais il est anthropologique aussi dans la mesure où l'analyse du matériau est replacée dans une perspective et où les significations qu'accordent les acteurs sociaux à leurs pratiques (achats, type de cuisine, repas) et aux objets matériels (ici des aliments, des plats) qu'ils utilisent et qu'ils créent participent activement au modelage de la « réalité ». Ces significations ne peuvent être réduites à des phénomènes de structure, à des manifestations concrètes des idéologies, à la reproduction des rôles sociaux. Autrement dit, il s'agira ici de prendre les acteurs au sérieux, non pas parce que leurs discours recèleraient la vérité ou que ces acteurs livreraient les catégories selon lesquelles ils pensent et interprètent les phénomènes, mais parce qu'aussi mince soit leur marge de manœuvre dans l'espace social, cette dernière est irréductible et témoigne aussi de la puissance de l'imaginaire dans la structuration des rapports sociaux.

Par ailleurs, l'alimentation et les significations que donnent les acteurs sociaux aux nourritures et à la cuisine ne sont pas un objet de prédilection pour la sociologie non plus. Bien que, comme nous le verrons, l'alimentation constitue un champ de recherche dans le domaine de la sociologie depuis un siècle, avec cependant une intensification spectaculaire depuis les vingt dernières années, cela demeure encore marginal dans les études disciplinaires en sociologie qui n'y ont vu surtout que la dimension « consommation » de l'alimentation en négligeant sa face « productive » et structurante des rapports sociaux, des thèmes et des problématiques pourtant au cœur de la démarche sociologique, nous semble-t-il. C'est un autre des objectifs de cette thèse que d'établir que l'alimentation et particulièrement la cuisine est un travail productif. Ce travail produit des formes matérielles et culturelles à la fois issues d'une transmission intergénérationnelle, mais constamment (re)produites et transformées par les agents sociaux singuliers qui tirent une partie de leur irréductibilité[3] de ce travail. Il produit aussi des liens sociaux et d'individus s'inscrivant dans des types particuliers de sociabilité.

En général, les recherches s'intéressent surtout, et avec raison, aux dimensions publiques de l'immigration et de l'expérience migratoire et beaucoup moins aux dimensions privées de cette expérience et aux liens entre les dimensions privées et publiques de l'existence sociale de ces immigrants. Ce sera sans doute une des originalités de cette thèse que de s'intéresser principalement à cela : comment les immigrants vivent-ils quotidiennement cette expérience migratoire et plus particulièrement dans un domaine de cette existence qui semble relever de l'habitude, du banal, de l'anodin, du routinier, sinon de l'intime ou du goût personnel. Une autre des originalités de cette thèse sera de montrer que l'alimentation n'est justement en rien banale et anodine et qu'elle participe activement de la structuration des liens sociaux, de la performance des identités et d'un type somme toute assez rare d'échange, tout en constituant une question centrale dans une problématique de santé publique ce qui, dans ce cas, est plus évident concédons-le.

Toutefois, mais d'une manière plus générale cette fois, l'alimentation est un thème qui de toute évidence gagne en popularité. Ainsi, avec l'essor fulgurant des émissions de télévision portant sur la cuisine et sur les aliments, des blogues Internet faisant l'éloge de la cuisine

---

[3] Comme individu, comme sujet.

maison et de la cuisine créative, des livres sur les « cuisines du monde », mais aussi avec l'essor de divers groupes issus de la société civile et qui se mobilisent autour d'enjeux comme la production et la consommation locale des aliments, la sécurité alimentaire, la souveraineté alimentaire, la lutte à la malbouffe, la « food litteracy », le déclin des fermes familiales, la puissance et l'omniprésence des industries de « l'agrobusiness », l'équité des échanges avec les producteurs, la consommation responsable et enfin l'agriculture biologique, l'alimentation est dorénavant, et de toute évidence, une question sociale incontournable. Elle l'est devenue à la fois dans le monde des médias, avec bien souvent un traitement spectaculaire et complaisant envers le « star-system[4] » ou orienté vers une « gastronomie » dénuée des liens qu'elle entretient avec ses déterminations sociales, culturelles et historiques. Il arrive cependant que le traitement de cette matière soit fait dans une optique de santé publique ou d'illustration de la richesse et de la complexité des modèles alimentaires, mais cela est le fait la plupart du temps de radios et de télévisions publiques. L'alimentation est un sujet incontournable aussi pour de nombreux groupes de citoyens, chez les décideurs publics chargés de l'élaboration des politiques publiques, mais aussi dans le monde de la recherche et de la réflexion autant en sciences sociales et humaines qu'en sciences de la santé.

À cet effet, depuis les vingt dernières années environ, les revues scientifiques qui traitent des dimensions sociales et culturelles de l'alimentation sont en nombre croissant. Certaines d'entre elles sont devenues des références en la matière, que l'on pense par exemple à *Food & Foodways, Anthropology of Food, British Food Journal, Appetite, Ecology of Food and Nutrition, Food, Culture and Society* et, plus récemment, *Cuizine\Cuisine* publiée en anglais et en français par l'Université McGill à Montréal[5]. Les monographies qui traitent d'une dimension ou d'une autre des « modèles alimentaires »

---

[4] Où la cuisine est l'occasion pour les vedettes de bénéficier d'une exposition, mais où les chefs sont également devenus eux-mêmes des vedettes. Il est par ailleurs intéressant de constater que ces chefs vedettes sont la plupart du temps des hommes, confirmant du coup le fait que les femmes, par le type de travail culinaire qu'elles ont développé et dans lequel on les a maintenues à la fois, sont encore largement investies dans une cuisine domestique (l'espace privé) et que l'espace public est occupé par les hommes. Cette situation n'est pas négative, nous verrons plus loin toute la charge symbolique transportée par la cuisine domestique et qui est une source de valorisation et de pouvoir pour une large part des femmes.

[5] Incidemment, cette revue est devenue la revue officielle de l'Association canadienne des études sur l'alimentation (CAFS Canadian Association for Food Studies) et nous y avons publié un article Sercia et Girard, 2010b).

(production, circulation, vente, consommation, cuisine, alimentation collective, discours, etc.) se comptent désormais par centaines et il ne se passe pas une semaine sans qu'une nouvelle monographie vienne grossir les rayons. En Amérique du Nord, des chercheurs, des acteurs du milieu de l'alimentation et certains groupes de citoyens ont formé des associations pour la promotion et l'avancement des études et de la recherche sur l'alimentation (food studies). C'est le cas de l'*Association for the Study of Food and Society* (ASFS) aux États-Unis et de la *Canadian Association for Food Studies*, l'*Association canadienne des études sur l'alimentation au Canada*. Chacune possède un site Internet étoffé et organise des congrès annuels et des évènements ponctuels qui sont autant d'occasions d'échange et de transfert de connaissances. Enfin, certains chercheurs ont acquis une notoriété internationale bien méritée dans le domaine des études sur l'alimentation, en sociologie, en histoire, en anthropologie, en nutrition. Ainsi, tout travail sérieux dans le domaine est enrichi et solidement appuyé par la lecture des ouvrages d'Alan Beardsworth, Jeffery Sobal, Jean-Pierre Poulain, Claude Fischler, Marion Nestle, Jack Goody, Anne Murcott, Harvey Levenstein, Jeffrey Pilcher, Carol Counihan, Waren Belasco, Jean-Pierre Hassoun, Stephen Mennell et Alan Warde pour ne citer que les principaux. Rappelons qu'aux États-Unis, mais la chose se développe aussi en Grande-Bretagne, en Australie, en France et un peu au Canada anglais, la plupart des grandes universités offrent diverses formules où il est possible de compléter une formation de premier et de deuxième cycle en « food studies ». Ce sont généralement des formations multidisciplinaires qui regroupent plusieurs départements ou facultés. Là-dessus, les universités francophones québécoises accusent un certain retard. Ainsi, aucun programme en langue française n'offre de formation multidisciplinaire en études sur l'alimentation et aucun département de sociologie ou d'anthropologie n'offre de cours reliés à ces problématiques contemporaines. Au Québec, seule l'université McGill offre ce type de formation générale où sont engagés entre autres les départements de sociologie, d'histoire, de nutrition, d'anthropologie, de design, de communication, de marketing ainsi que les sciences de l'environnement.

L'étude des cultures et des pratiques alimentaires diasporiques n'est pas en reste non plus. Si les monographies sont somme toute assez rares et sont souvent des ouvrages collectifs, certains ouvrages sont devenus des sources d'inspiration et de réflexion. C'est le cas assurément des ouvrages de Jean-Pierre Hassoun, d'Hasia Diner, de Krishnendu Ray, de

Lynn Harbottle, de Donna Gabaccia, d'Harvey Levenstein, d'Anne Raulin et de Theresa Devasahayam, pour citer les principaux.

Cette thèse s'inscrit dans ce contexte et dans une mouvance à la fois d'un intérêt « scientifique » pour les cultures et les pratiques alimentaires (et plus spécifiquement des cultures diasporiques) et de décloisonnement disciplinaire propre aux paradigmes des « studies » telles qu'elles se sont développées surtout dans le « monde intellectuel » anglophone (Grande-Bretagne, États-Unis, Australie, Canada).

Quelques mots sur les méthodes

Cette recherche mobilise deux méthodes de cueillette de données distinctes. L'une est qualitative : elle procède de l'entretien semi-dirigé et de l'entretien compréhensif en petits groupes. L'autre est quantitative : elle procède de l'enquête avec un questionnaire. Bien que dans chaque cas, une seule de ces méthodes aurait produit suffisamment de matériel de qualité afin de produire une thèse, nous avons plutôt opté pour une utilisation simultanée de ces méthodes. L'objectif est surtout heuristique. Au départ, l'hypothèse méthodologique est que chaque méthode a ses forces et ses faiblesses et que chacune est susceptible de révéler des phénomènes que l'autre ne peut pas révéler et qu'une analyse « croisée » des résultats (discours et données statistiques) enrichit encore plus la compréhension des phénomènes qui émergent selon l'un ou l'autre des modes de cueillette. Ainsi, on peut dire qu'il s'agit ici de ce qu'il est convenu d'appeler une méthode mixte, et nous indiquerons, au chapitre III, la pertinence d'une telle démarche afin de produire des connaissances dans le champ des sciences humaines où elle tend à se développer, quoique plutôt lentement.

Cependant, dans le cas précis de cette thèse, du fait que les thèmes abordés dans les entretiens et dans le questionnaire étaient complémentaires, les analyses sont croisées, triangulées. Ainsi, de façon générale, nous procéderons par va-et-vient entre les résultats des entretiens et ceux du questionnaire. Le fait que les résultats obtenus entretiennent des liens très étroits entre eux et qu'ils participent à faire émerger des phénomènes et des processus augmente la « force » des analyses et justifie pleinement l'emploi de méthodes mixtes, bien que cela signifie une plus grande somme de travail.

CHAPITRE I

PROBLÉMATIQUE

1.1 Introduction

Cette thèse porte sur les pratiques alimentaires d'individus qui font l'expérience d'un processus migratoire et qui ont ainsi vécu une partie significative de leur existence dans un autre espace social et culturel. Il convient donc de commencer cette problématique par une courte mise en perspective historique du phénomène de l'immigration au Québec et au Canada. Il s'agit d'expliquer la présence de ces populations migrantes sur le territoire, l'histoire de leurs implantations, les politiques d'immigrations et plus tard d'intégration qui ont eu des impacts majeurs sur la composition démographique de ces populations et sur les conditions de leur intégration sociale, professionnelle et culturelle.

Nous évoquerons ensuite l'importance de l'alimentation dans la vie communautaire, dans la construction sociale et culturelle des identités, de la mémoire, d'une sociabilité et aussi d'un certain « art de vivre » et d'habiter un lieu, un espace. Nous évoquerons également le fait que l'immigration est un processus qui bouleverse évidemment l'ensemble de l'existence, des modes de vie, des habitudes, et que l'alimentation n'y échappe pas. Nous verrons aussi que les communautés immigrantes ont très souvent cherché à maintenir des liens avec leurs pratiques alimentaires prémigratoires, que ce soit dans les lieux de l'alimentation collective (restaurants, écoles, épiceries, boulangeries, charcuteries) ou encore par les pratiques culinaires et commensales domestiques. Dans le cas du Québec, et particulièrement de Montréal où habitent environ 74 % des immigrants, les populations migrantes (et les communautés culturelles) ont participé, et de longue date, à la configuration des modèles alimentaires dominants, en plus d'être aujourd'hui les acteurs d'un apport incessant de nouveauté dans l'offre alimentaire du fait de leur présence massive et à cause

des aliments et des produits qu'ils consomment et qui circulent dans l'espace social alimentaire bien au-delà des réseaux des seuls immigrants.

La sociologie, l'histoire et l'anthropologie se sont assez peu intéressées à la question des nourritures en situation de migration ou de l'impact, en retour, des pratiques alimentaires des immigrants sur les modèles alimentaires « locaux », mais depuis quelques années ces disciplines s'y intéressent de plus en plus. Cependant, ces transitions alimentaires et diététiques ont plus particulièrement intéressé les intervenants du monde de la santé, les diététistes et, plus largement, les intervenants du domaine de la santé publique. En effet, c'est surtout « l'acculturation alimentaire » des populations migrantes et ses effets potentiels sur la santé de ces dernières qui ont retiennent l'attention des chercheurs dans la plupart des pays industrialisés.

L'originalité de cette recherche tient sans doute non seulement à l'ampleur des thèmes abordés, à sa méthodologie mixte et à ses échantillons très diversifiés, mais également à sa position épistémologique et au type de regard privilégié. Bien que notre recherche objective certaines pratiques, et particulièrement les dynamiques et les causes de celles-ci, les significations que donnent les acteurs à ces pratiques en sont un intérêt central.

1.2 Le phénomène migratoire au Québec, un aperçu de l'histoire démographique

L'immigration au Québec et au Canada n'est pas un phénomène nouveau. En effet, comme le souligne Gérard Bouchard (Bouchard et Lacombe, 1999), le Canada, à l'instar des pays des Amériques, de l'Australasie et de l'Afrique du Sud, est un « pays neuf » caractérisé par l'existence de collectivités neuves (par rapport à celles des autres régions du monde) constituées massivement par des migrations de peuplement. Nous laissons de côté ici toute la « question autochtone » qui ne fait pas partie de la problématique de cette recherche, cependant il est important de préciser que, selon nous, les immigrants qui sont venus s'établir aux Amériques n'ont pas débarqué sur des terres « vierges », et que cet établissement s'est fait au détriment des populations autochtones locales. Or, de ce vaste mouvement de population sans précédent dans l'histoire humaine naîtront effectivement des formations sociales originales héritières de leurs

origines européennes, mais forgées également depuis les années 1970 par une immigration de partout dans le monde. Les débuts de l'établissement de ces « collectivités neuves » débutent au 16e siècle avec la colonisation de vastes territoires par des immigrants (soldats, esclaves, marchands, administrateurs, colons) en provenance de l'Europe, principalement de l'Espagne, du Portugal, de la France, de la Grande-Bretagne et plus marginalement de la Hollande. Un important mouvement migratoire s'amorce par vagues successives et souvent distinctes et prend de l'ampleur tout au long du 16e siècle pour ne plus s'arrêter.

Le Québec est une de ces sociétés forgées par les migrations, au sein duquel s'est développé un « noyau » francophone majoritaire qui a réussi tout au long de ses quatre cents ans d'histoire à créer et à conserver un certain nombre d'institutions et de caractéristiques culturelles et sociales communes tout en permettant l'existence de nombreuses autres communautés ethniques, culturelles, linguistiques et religieuses. Ce noyau francophone n'est pas constitué que de descendants des colons français, mais tout au long de ses premiers trois cents ans d'histoire, les populations francophones ont intégré, de diverses manières, des autochtones, des esclaves d'origine africaine, des Allemands, des Irlandais (Berthelot, 1991). Après la conquête anglaise, le Québec d'alors assiste à une immigration soutenue et encouragée en provenance des îles britanniques. Ces immigrants constituèrent ce qui demeure encore aujourd'hui, la base des communautés anglophones québécoises.

Les gouvernements britanniques d'abord, canadiens ensuite, favorisent donc, particulièrement au 19e siècle, l'immigration massive de million d'européens, citoyens britanniques et américains tout d'abord, mais ensuite du nord de l'Europe, puis au début du 20e siècle du sud et de l'est de l'Europe. Bien que les immigrants originaires des îles britanniques prennent racine dans certaines régions comme celles de la ville de Québec, des Cantons de l'Est, de l'Outaouais et de la Gaspésie (constituant surtout la bourgeoisie d'affaires locale), les immigrants qui, à leur arrivée, ne parlent ni le français ni l'anglais, choisissent majoritairement de vivre à Montréal. En 1921, la proportion de la population allophone est de 12 % à Montréal, cette dernière développant ainsi son caractère cosmopolite. Toujours à la même époque, les juifs constituent le groupe « allophone » le plus important, suivis de près par les Italiens (Berthelot, 1991).

Jusque dans les années 1960, les politiques et les lois d'immigration du gouvernement canadien sont discriminatoires et favorisent à peu près uniquement les ressortissants européens. Après la Seconde Guerre mondiale, le gouvernement du Canada introduit des mesures pour lier plus étroitement la capacité d'accueil aux besoins en main-d'œuvre. Il favorise la venue des familles de résidents ou de citoyens canadiens et assouplit progressivement les mesures discriminatoires, jusqu'à les abolir à compter de 1967 (Labelle, 2000). Ainsi, l'immigration d'origine britannique passe de 71,6 % en 1947 à un peu moins de 30 % vingt plus tard (Berthelot, 1991, p. 19). Durant toutes ces années, l'« État québécois ne se sentait guère concerné par l'intégration des immigrantes et des immigrants et il ne disposait d'aucune structure d'accueil à cet effet. Ce champ de compétence était abandonné au gouvernement fédéral et les services étaient laissés à l'initiative de l'Église, de la Chambre de commerce et des groupes ethniques » (Berthelot, 1991 p. 23).

Après l'abolition partielle des mesures discriminatoires en 1967 et l'adoption d'un système de pointage, l'immigration au Québec et au Canada se diversifie véritablement et s'ouvre alors à l'Asie, à l'Afrique et aux pays de l'Amérique latine, conduisant à une véritable internationalisation de l'immigration. Par exemple, pour les années 1962 à 1967, l'immigration en provenance de l'Europe et des États-Unis constituait 83,9 % de l'ensemble, elle n'est plus que de 31,4 % en 1984 et ne constitue plus que 17 % aujourd'hui (MICC, 2012). À la suite de ces nouvelles politiques en matière d'immigration, de besoins accrus en main-d'œuvre en raison d'un développement économique continu depuis la fin de la Seconde Guerre mondiale et enfin du fait que le Canada avait signé la Convention de l'ONU sur les réfugiés (en 1969), s'engageant ainsi à accueillir des milliers d'entre eux chaque année, c'est dorénavant de partout dans le monde que proviennent les nouveaux arrivants. Durant cette période, de 1967 à 1984, la proportion des personnes en provenance de l'Asie est passée de 7,2 % à 47,5 %, de l'Amérique latine et des Caraïbes de 4,4 % à 15,6 % (Labelle, 1988).

Cependant, la crise économique des années 1970 modifie temporairement la sélection des immigrants. « Les personnes sélectionnées en fonction des besoins du marché du travail (immigrants indépendants et parents aidés) se [font] moins nombreuses (passant de 75 % du total en 1974 à 38 % en 1986), alors que les personnes de la catégorie "de la famille" et les réfugiés [voient] leur part s'accroître » (Berthelot, 1991, p. 26). C'est ainsi qu'au cours de cette

période, le Québec accueille de forts contingents de Vietnamiens, d'Haïtiens, et de Sri-Lankais, mais également un nombre significatif de personnes originaires du Bangladesh, du Ghana, de l'Iran, de la Somalie, du Liban, du Salvador et du Pakistan notamment. La politique visant à faciliter le regroupement familial a pour effet de grossir les rangs des diverses communautés déjà présentes sur le territoire.

À compter de la fin des années 1980, le problème de la dénatalité, ainsi que la reprise économique et les besoins en main-d'œuvre favorisent une augmentation des immigrants sélectionnés dans la catégorie « immigrants économiques ». Au cours des années 1990, le Québec accueille en moyenne 28 000 immigrants annuellement. Dans les années 2000, cette moyenne s'élève à plus de 40 963. Cependant, la tendance à partir du milieu de la décennie est plutôt de 44 000 immigrants et se maintiendra vraisemblablement autour de 50 000 personnes annuellement durant la prochaine décennie (MICC, 2007b, 2009b). À ce compte, dans quelques années, la province comptera sur son territoire plus d'un million d'individus nés hors du Québec et qui ont choisi de s'y installer, souvent avec de jeunes enfants ou avec le projet de fonder une famille.

Enfin, depuis les vingt dernières années environ, on remarque non seulement une diversification des pays sources, mais également des caractéristiques sociodémographiques des immigrants eux-mêmes. Ces phénomènes sont attribuables entre autres à « l'intensification des migrations internationales, l'augmentation du nombre de réfugiés à l'échelle internationale [et] les besoins de main-d'œuvre liés aux transformations structurelles du marché du travail » qui conduisent l'État québécois « à recruter des candidats hautement qualifiés, mobiles, polyvalents, aptes à s'insérer rapidement dans le marché du travail, en particulier dans des secteurs qui affichent de bonnes perspectives de croissance : technologies de l'information, arts, culture et loisirs, etc. » (Labelle, 2000, p. 1238). Ainsi, comme on le verra plus en détail dans la méthodologie à propos de la population visée par la recherche, le gouvernement du Québec recherche des types d'immigrants particuliers et favorise clairement les immigrants de la catégorie « immigrants économiques », détenant un fort capital social, culturel et professionnel plutôt que ceux de la catégorie « réunification familiale » qui furent pourtant majoritaires tout au long des années 1980 et une bonne partie des années 1990.

1.3 Les politiques québécoises d'immigration, d'intégration et d'aménagement de la diversité. Vers une reconnaissance des apports sociaux et culturels des immigrants

Jusque dans les années 1960, le gouvernement provincial du Québec se soumet à la division des champs de compétences tels que formulés par la constitution canadienne, qui stipule que le gouvernement fédéral est seul responsable des questions d'immigration. Il voit également l'immigration comme une menace pour la nation canadienne-française[6] sans posséder aucun pouvoir afin d'influencer le cours des choses.

Les années 1960 et 1970 sont déterminantes dans le façonnement d'une nouvelle attitude de l'État québécois et de la population en général face aux questions de l'immigration et de l'intégration des immigrants. C'est à ce moment que les gouvernements prennent la mesure des conséquences, pour l'avenir du Québec, des diverses fractures sociales au sein de la société québécoise. Le sort réservé à l'intégration des immigrants est une de ces conséquences. C'est à compter des années 1960 donc que le gouvernement du Québec pose un à un les jalons d'une véritable politique d'immigration et d'intégration (Sercia, 2004). De fréquentes négociations avec le gouvernement canadien tout au long des années 1970 et 1980, mènent à l'attribution, au gouvernement du Québec, de pouvoirs plus étendus en matière de sélection de ses immigrants. L'État québécois fait preuve également de leadership et s'implique davantage dans la régulation de ses domaines de compétences traditionnels : l'éducation, la santé et les services sociaux, domaines qu'il avait laissés jusque-là aux soins des institutions catholiques.

L'adoption de la Loi 101 en 1977, qui détache la langue de son ancrage ethnique en faisant du français la langue de la citoyenneté au Québec, fournit un premier cadre dans lequel peuvent se poser les questions reliées notamment à l'intégration des immigrants. Ainsi, la crainte historique manifestée envers les immigrants se transforme peu à peu en une volonté de franciser et d'intégrer ceux-ci à un projet de société dont les contours se précisent tout au

---

[6] Surtout parce que l'intégration linguistique des nouveaux arrivants se faisait très majoritairement au profit de l'anglais.

long des années 1980 et au début des années 1990. Une des grandes nouveautés introduites par cette loi, outre l'affirmation du français comme langue de travail et d'affichage, est l'obligation, pour tout enfant de moins de seize ans dont les parents ne sont pas de langue maternelle anglaise, de fréquenter l'école française. Le profil de la composition ethnique des écoles primaires et secondaires (particulièrement celles situées sur l'île de Montréal) s'en trouve radicalement modifié et les enfants des immigrants deviennent des médiateurs de la culture du groupe majoritaire (assurément pour la langue française) au sein de leur famille. Nous verrons également que ces enfants sont aussi des interfaces entre, d'une part, les modèles alimentaires avec lesquels ils sont en contact à l'école, chez leurs amis, dans l'espace public, dans les restaurants et, d'autre part, le modèle alimentaire familial, largement hérité du groupe social prémigratoire des parents.

La politique d'intégration de l'État québécois est ponctuée de trois moments forts. D'abord, la parution d'un plan d'action en 1981 : *Autant de façons d'être Québécois. Plan d'action à l'intention des communautés culturelles*. Par ce plan, le gouvernement du Québec définit une politique de « convergence culturelle », et le peuple québécois est défini comme une « nation » à caractère français. Cette notion de « convergence culturelle » est somme toute assez proche de celle de l'interculturalisme qui fonde actuellement les politiques du gouvernement du Québec en matière d'immigration et d'intégration et témoigne plutôt d'une continuité dans les approches des divers gouvernements depuis les années 1980.

Puis, en 1990, pour mieux asseoir sa politique d'immigration et d'intégration et se démarquer de la politique canadienne du multiculturalisme, le gouvernement du Québec, par son *Énoncé de politique en matière d'immigration et d'intégration* (MCCI, 1991), propose un projet d'intégration des immigrants et des « communautés culturelles » principalement axé sur l'idée d'un « contrat moral » entre les immigrants, l'État et la société québécoise en s'appuyant sur ce qu'on désignera un peu plus tard comme les éléments d'une « culture publique commune ». Selon cet énoncé, la culture publique commune se définit par les valeurs démocratiques, la laïcité de l'État, la Charte des droits et libertés, la résolution pacifique des conflits, le français comme langue officielle et commune, le caractère pluraliste de la société québécoise et, finalement, par l'égalité entre les femmes et les hommes (MCCI, 1991). Au faîte de la culture publique commune se trouve la Charte des droits et libertés qui, « entre autres

choses, protège la liberté de conserver des identités ethniques, non par une reconnaissance d'un droit à la diversité, mais plutôt par la reconnaissance d'un droit à l'égalité » (Pagé *et al.*, 1998 : 116-117). Donc, ce style d'acculturation, et l'identification à la société d'accueil qu'il suppose, n'est clairement pas une assimilation culturelle au groupe majoritaire, mais l'énoncé insiste fortement sur le développement, par l'ensemble des communautés culturelles et des individus qui les composent, d'un sentiment d'identification et d'allégeance à la société qui rassemble tous les citoyens au-delà de leur appartenance spécifique.

Finalement, en 1996, le gouvernement adopte la Loi sur le ministère des Relations civiques et de l'Immigration du Québec dont le plan stratégique *Un Québec pour tous ses citoyens* repose sur trois éléments constitutifs principaux : les relations civiques, les relations avec les citoyens, l'immigration et l'établissement. Il y est énoncé avec vigueur que le patrimoine commun québécois implique qu'il n'y a pas qu'un seul peuple fondateur sur le territoire du Québec, mais que tout au long de l'histoire de ce dernier, des vagues successives d'immigration provenant de divers pays ont participé au façonnement de la société québécoise. « [C]e qui revient à rendre compte historiquement d'un pluralisme inhérent à la société québécoise autour d'une majorité d'origine française qui s'est éventuellement maintenue et consolidée dans le cadre d'une société francophone » (CRI, 1997, p. 41).

On comprend ainsi que l'interculturalisme et l'idéologie pluraliste vont beaucoup plus loin que de simplement accepter le fait que des pratiques culturelles soient vécues en privé. Ils préconisent qu'une place soit faite à l'expression de la diversité culturelle dans l'espace public, pourvu que cela se fasse dans le respect des lois en vigueur. On cherche donc à favoriser la participation des citoyens de toute provenance en établissant des normes qui régissent des institutions communes, tout en ménageant une place pour l'expression d'identités distinctes. Le virage qu'effectue l'État québécois vers la citoyenneté « ne constitue pas une négation de la diversité culturelle, mais il vise à favoriser la participation civique des citoyens de toutes origines [...] La notion de citoyenneté représente une avancée dans la mesure où l'accent est mis sur les liens politiques de l'ensemble des citoyens, tout en réaffirmant la diversité du peuple québécois » (Labelle, 2000, p. 1239).

Tout au long des années 1980 à 2000, il se met en place au Québec des politiques publiques en matière d'immigration et d'intégration des immigrants et un ensemble de discours et de pratiques institutionnelles qui mettent de l'avant une ouverture sur le monde. Ces discours, pratiques institutionnelles et politiques publiques reconnaissent la diversité qui caractérise dorénavant la société québécoise ainsi que l'apport social et culturel des immigrants qui sont invités à enrichir cette société par leur pleine participation à la vie sociale et culturelle.

En conclusion, si l'immigration des diverses populations (issues tout d'abord surtout des îles Britanniques, des États-Unis, de l'Europe du Nord puis de l'Ouest, de l'Est et du Sud par la suite et enfin, de toutes les régions du monde) a accompagné le développement du Québec tout au long de son histoire, elle a profondément marqué son caractère et sa spécificité et a façonné sa communauté politique tant et si bien que le Québec se définit aujourd'hui comme une société pluraliste. Cette réalité n'est pas exempte de tensions, de reculs, de promesses non tenues et de méconnaissances mutuelles, sans parler des décalages et des écarts importants entre les discours officiels et l'ouverture réelle consentie par les institutions, les médias, les services sociaux, le marché de l'emploi, etc.

Or, les immigrants, Européens du Nord et de l'Est tout d'abord, du Sud ensuite, ont aussi contribué à la structuration des modèles alimentaires dominants de l'espace social alimentaire. Les résultats des ces apports constants (gastronomies, pratiques culinaires, importations d'aliments et de produits alimentaires) ont donné lieu à la création de modèles alimentaires et de pratiques culinaires syncrétiques, résultats d'emprunts et d'appropriations réciproques entre les différentes communautés particulièrement dans la ville de Montréal. Il faudra attendre les années 1990 pour que le poids relatif des immigrants issus des autres régions du monde (que l'Europe) apporte encore un nouveau cycle de diversification de l'espace social alimentaire et contribue aux transformations des modèles alimentaires dominants d'inspiration américaine, européenne (très anglaise) et populaire. Ces transformations sont rendues possibles par l'augmentation significative de l'offre alimentaire de produits issus de toutes les régions du monde, par la circulation de « nouvelles » techniques culinaires, de recettes et de discours prenant l'alimentation pour objet; une circulation dont la vitalité s'appuie par ailleurs sur l'expansion et la généralisation de

nouvelles techniques de l'information et de la communication et notamment de l'Internet et par le développement de la mondialisation du système alimentaire. D'autre part, les immigrants doivent se faire une place dans cet espace social alimentaire en côtoyant d'autres modèles alimentaires et devront aussi s'adapter au fait qu'il ne sera plus possible de manger et de cuisiner tout à fait « comme avant ».

1.4 Migrer, manger

Ces immigrants arrivent au Québec non seulement avec leurs compétences professionnelles, leur capital humain, culturel, social et leurs diverses qualités personnelles, mais ils emportent aussi dans leurs bagages leurs styles alimentaires, leurs systèmes de saveurs, leurs hiérarchisations du comestible, leurs techniques et savoir-faire culinaires, leurs recettes. Que les populations migrantes, particulièrement de la première génération, soient fortement attachées à certaines saveurs, à des types de cuisson, à des aliments et des produits alimentaires particuliers, mais aussi à une sociabilité et à un certain « art de vivre » et d'habiter un lieu qui sont associés aux nourritures et aux rituels qui les accompagnent, est un thème de plus en plus exploité, surtout en histoire et en anthropologie sociale (Avakian, 1992 ; Avakian, 1997 ; Diner, 2001 ; Douglas, 1984 ; Gabaccia, 1998 ; Harbottle, 2000 ; Kershen, 2002 ; Levenstein, 2003 ; Levenstein et J, 1990 ; Ray, 2004).

À cet effet, Jean-Pierre Poulain et Laurence Tibère, à l'instar de Stephen Mennell et ses collaborateurs (1992), d'Anne Murcott (1988) et de Paul Rozin (1978), soulignent que « les sociologues et les ethnologues qui se sont intéressés à ces populations ont montré que les caractéristiques alimentaires [...] se maintiennent alors même que d'autres éléments pourtant centraux de l'identité comme l'usage de la langue ont disparu » (2000, p. 226). Souvent, les immigrants se joignent à des communautés déjà installées sur le territoire du Québec. Ces dernières présentent non seulement divers degrés de développement de leurs institutions, mais aussi des filières d'approvisionnement alimentaire spécifiques à chacune d'elles, ainsi que des restaurants offrant des spécialités culinaires qui permettent à ces populations de se rencontrer et de manger selon leurs styles alimentaires hors de la maison. L'histoire de l'apport culinaire,

gastronomique et plus largement alimentaire des diverses communautés immigrantes à la société québécoise, particulièrement à partir du 19e siècle, reste encore largement à faire. Cependant, il est évident que cet apport est si important qu'on a souvent peine à identifier une cuisine quotidienne « typiquement québécoise » tant sont nombreux les plats et les techniques culinaires apportés, transformés ou adaptés par les diverses communautés immigrantes installées ici de longue date. C'est le cas assurément des légumes sautés, des bagels, du couscous, des pâtes, du tofu, des sushis, de la pizza. La « gastronomie québécoise » ne s'est pas constituée et transformée seulement au contact des cuisines des immigrants sur le territoire, mais aussi par les branchements à un système alimentaire et culinaire de plus en plus mondialisé. Cependant, le rôle des immigrants, et plus globalement des déplacements d'individus qu'ils soient transnationaux ou plus locaux, est très important dans les transformations des modèles alimentaires. Dans cette thèse, on accordera beaucoup d'importance aux phénomènes de circulation à la fois d'hommes et de femmes, d'aliments, de produits, de capitaux, d'idées et aux effets de cette circulation sur ceux qui circulent et moins, car c'est un autre sujet trop vaste, sur les collectivités qui les « reçoivent », en sachant bien que ces modalités de réception et d'appropriation sont très différenciées.

La ville de Montréal particulièrement, le centre-ville et encore plus particulièrement le boulevard Saint-Laurent, qui a été longtemps un pôle d'attraction pour un grand nombre de mangeurs qui recherchaient des aliments, des produits et des saveurs qu'on ne trouvait pas dans les réseaux de grande distribution (Laurence et Perreault, 2010), portent des marques sans cesse changeantes de ces phénomènes.

Du point de vue des immigrants, s'établir dans un nouveau pays est source de nombreux bouleversements sociaux, professionnels, de la vie familiale, de la vie quotidienne, des rapports à soi et aux autres (Opare-Obisaw *et al.*, 2008 ; Renard *et al.*, 2006 ; Rumbaut, 1997 ; Sercia, 2004), que l'immigration s'inscrive dans un projet mûrement réfléchi ou qu'il soit plus le produit d'une contrainte. L'expérience migratoire demande également un effort d'adaptation considérable au climat, à la langue d'usage, aux institutions, aux pratiques politiques, aux modes de vie et à la sociabilité du pays d'accueil. Cette expérience comporte des processus de recomposition des éléments qui participent de la construction de l'identité personnelle ou d'un groupe diasporique. Les manières de manger, de se procurer des aliments, de cuisiner, de

partager la nourriture ainsi que les représentations sociales qui leur sont liées n'échappent pas à ces bouleversements et à ces restructurations, bien au contraire (Calvo, 1997 ; Cole, 2006 ; Duque-Páramo, 2004 ; Jonsson *et al.*, 2002a ; Koçtürk, 2004 ; Maire et Méjean, 2008 ; Mellin-Olsen et Wandel 2005 ; Renzaho et Burns, 2006 ; Satia-Abouta *et al.*, 2002b ; Satia-Abouta *et al.*, 2002a ; Unger *et al.*, 2004 ; Wahlqvist, 2002).

Ce qui paraît clairement c'est qu'une fois qu'ils ont planté leur tente ailleurs, les individus se trouvent dans une situation où se procurer et préparer les aliments familiers posent certaines difficultés et où les modèles alimentaires dominants et particulièrement le système alimentaire, mais aussi un ensemble de discours (particulièrement à teneur nutritionnelle), infléchissent les repères, les pratiques et les représentations que les immigrants ont de l'alimentation. Soulignons au passage que ces repères, pratiques et représentations ne sont pas nécessairement « traditionnels » ni « homogènes » et que leur espace social alimentaire prémigratoire était parcouru par des dynamiques de différenciation sociales, d'emprunts et d'héritages post coloniaux.

L'alimentation, bien qu'elle soit investie socialement et culturellement de significations – et une grande partie de cette thèse s'appliquera à le démontrer–, comporte aussi des liens très puissants avec la santé des populations[7] que l'on ne saurait négliger et qui constituent une des raisons de s'intéresser aux pratiques alimentaires et aux dimensions nutritionnelles de l'alimentation des populations migrantes.

En effet, et en « particulier pour ce qui concerne l'alimentation, l'immigration induit en effet de nouveaux comportements alimentaires faits d'emprunts de nouvelles habitudes et d'abandons de pratiques traditionnelles. Une adaptation souvent délicate qui n'est pas sans conséquence sur la santé de ces populations » (Poisson, 2003, p. 2). En effet, de nombreuses recherches ont relevé que la migration infranationale (par exemple de la campagne à la ville, surtout dans les pays en développement ou émergents) ou transnationale peut être une source de

[7] Une recherche en cours (Sercia FQRSC 2010-2014) montre que les immigrants dans leur ensemble, avec des différences selon les statuts et le niveau de scolarité, sont convaincus des liens puissants entre l'alimentation et la santé et que leurs représentations de ces liens sont somme toute très similaires à ce que mettent en avant les différents organismes de santé publique au Québec et au Canada. Voir aussi sur ce sujet la discussion sur les ambivalences de l'alimentation dans le cadre d'analyse.

précarisation, d'insécurité alimentaire, de transformations qualitatives de la diète, de sédentarité accrue, toutes responsables avec le passage du temps d'une détérioration de leur état de santé (Crenn, 2003 ; Hassoun, 1996, 1997a, 1997b ; Maire et Méjean, 2008 ; Malenfant, 2004 ; Rovillé-Sausse, 1999, 2003). Toutefois, certains groupes sont plus vulnérables que d'autres; les revenus, le lieu de résidence, les réseaux sociaux, le capital culinaire et les représentations de l'alimentation, et plus particulièrement diététiques, seraient en cause dans cette vulnérabilité.

Aux États-Unis, une grande partie des recherches sur l'alimentation des populations migrantes fait état de l'adoption très répandue d'habitudes alimentaires propres à certaines couches sociales les moins favorisées de la population américaine et potentiellement nuisible pour la santé[8]. Ces recherches constatent souvent que les populations migrantes en général démontrent un état de santé global inférieur à celui de l'ensemble de la population (Abraído-Lanza *et al.*, 2006, 2005 ; Himmelgreen *et al.*, 2005, 2004 ; Redstone Akresh, 2006, 2007 ; Unger *et al.*, 2004). En d'autres mots, les populations migrantes aux États-Unis sont susceptibles de présenter des inégalités sociales de santé semblables à celles qu'on rencontre parmi les populations afro-américaines et autochtones (Compher, 2006 ; Flynn et Fitzgibbon, 1998). Les raisons de cet état de fait ne sont pas redevables uniquement à la diète; la sédentarité, un accès limité à des soins de santé et des environnements défavorables jouent également très fortement. De plus, certaines zones urbaines ou périurbaines des États-Unis sont de véritables « déserts alimentaires », et il est très difficile de s'y procurer des aliments frais, de qualité et à coût abordable, ce qui complique la situation. En effet, la dimension spatiale de l'offre alimentaire, la localisation des points de vente et des restaurants de fast-food par exemple jouent un rôle très important dans l'approvisionnement alimentaire et les types de produits auxquels certaines populations ont accès et pas seulement d'un point de vue financier. Il est alors difficile d'isoler les différents facteurs responsables des problèmes de santé des populations migrantes, comme il est difficile d'imputer les transformations de leur diète à une attirance pour le fast-food ou pour les pratiques alimentaires « américaines » de toute manière très différenciées.

---

[8] On parle ici de l'adoption d'une diète trop grasse, trop salée et trop sucrée, avec un recours fréquent aux mets préparés industriellement. On remarque aussi une consommation accrue de boissons gazeuses. Ces recherches portent la plupart du temps sur des populations issues de l'Amérique latine et d'Asie orientale, qui sont des communautés très importantes aux États-Unis.

Toutefois, d'autres études montrent qu'il n'existe pas de corrélations strictes entre l'augmentation de l'indice de masse corporelle, les statuts socioéconomiques et l'acculturation[9] dans des échantillons d'individus en provenance de Cuba, du Mexique et de Puerto Rico (Khan *et al.*, 1997). On retrouve les mêmes conclusions dans une étude réalisée par Lee et ses collaborateurs (1999) sur un échantillon d'individus en provenance de la Corée du Sud. En fait, il apparaît que les liens entre les changements des pratiques alimentaires et leurs effets sur la santé mesurés par des indicateurs sont plutôt d'ordre contextuel que structurel, mais que les populations migrantes constituent néanmoins un groupe à risque. Il semble aussi que l'offre alimentaire aux États-Unis, qui fait une large place à la viande, à la restauration rapide et aux aliments préparés et modifiés industriellement, ait pour plusieurs immigrants un degré élevé de désirabilité, symbolisant sans doute une nouvelle vie en Amérique et une certaine « revanche sociale » dans la mesure où nombreux sont ceux qui n'avaient pas accès à ces types de nourritures dans leur région d'origine.

Au Canada, l'état de la recherche est moins avancé qu'aux États-Unis sur ces questions. Du coté de la santé publique et chez Statistique Canada (du moins dans leurs publications scientifiques), on appréhende la question de l'alimentation sous l'angle des changements qualitatifs et quantitatifs de la diète. Ces derniers sont traités comme des variables visant à expliquer la dégradation déclarée de l'état de santé des populations migrantes au cours des cinq premières années de résidence au pays (Ng *et al.*, 2005 ; Pérez, 2002 ; Tremblay *et al.*, 2005) ou pourquoi certains groupes d'immigrants constituent des populations à risque. Il semble en tout cas que la prise de poids, pour les répondants de l'échantillon, soit un des marqueurs principaux de ce que ceux-ci identifient comme une dégradation de leur état de santé.

Une autre étude (Koç et Welsh, 2001 ; Welsh, 1999) insiste, quant à elle, sur les dimensions proprement culturelles de l'alimentation et sur les liens de cette dernière avec la formation et le maintien de l'identité communautaire et personnelle. Les résultats de l'étude de terrain menée auprès d'immigrants de la région de Toronto font état principalement de la question de l'insécurité alimentaire et plus précisément de l'accessibilité aux aliments. Ils

---

[9] La littérature américaine sur l'alimentation des immigrants fait une large utilisation des échelles d'acculturation qui servent à mesurer le degré d'adoption des caractéristiques sociales et culturelles (usage de la langue, milieu de travail, réseau social, habitudes alimentaires, etc.) du groupe majoritaire par des immigrants.

concluent que les populations migrantes sont plus susceptibles que le reste de la population d'éprouver des difficultés d'accès à des aliments désirables (culturellement) ou de qualité (au niveau nutritionnel, mais aussi au niveau du goût, de l'aspect, de la fraîcheur), à des prix abordables. Ces difficultés conduisent à des carences alimentaires ou à une trop grande consommation d'aliments riches en gras et en sel, et pauvres en nutriments, qui sont à leur tour en partie responsables des problèmes de santé chroniques rencontrés chez ces populations en particulier.

Deux autres recherches (Beagan *et al.*, 2008 ; D'Sylva et Beagan, 2011) réalisées au Canada sont intéressantes. La première prend pour objet la division du travail et des tâches liées à l'alimentation telle qu'elle est conçue et pratiquée dans trois communautés culturelles et montre qu'il existe des différences entre les pratiques et les constructions symboliques selon l'appartenance communautaire. La seconde explore la question du travail culinaire des femmes originaires de Goa (Inde) et les liens avec l'oppression des femmes (parce que ce rôle leur est presque exclusivement dévolu), mais également avec les significations genrées, ethniques, diasporiques, identitaires que recèle la cuisine. Cette recherche conclut que le travail culinaire prend un caractère oppressif, mais qu'il constitue également pour ces femmes une forme de « capital culinaire » dans l'arène sociale et dans leur communauté diasporique. Cependant, peu d'autres recherches ont été réalisées au Canada, et encore moins au Québec.

Dans l'ensemble des études tant françaises, américaines, canadiennes qu'australiennes, la question centrale demeure celle de la santé de ces populations en lien avec leurs conditions socioéconomiques et l'accessibilité à des aliments désirables culturellement et de qualité. Ces questions de recherche sont assez bien balisées et ces situations sont différentes d'un pays à l'autre et que la période historique (la situation sociale et économique de même que les politiques d'immigration[10] et d'intégration) joue beaucoup dans les variations d'un groupe à l'autre mais aussi d'un pays à l'autre. Les dimensions symboliques de l'alimentation et de ses représentations, si elles sont souvent évoquées, ne sont pas véritablement analysées. Il n'en

[10] Ces dernières, comme nous l'avons vu, ont des incidences majeures sur les profils des immigrants. Des individus très scolarisés et qui occupaient des emplois à haute qualification et rémunérateurs dans leur pays d'origine sont susceptibles d'adapter différemment leurs pratiques alimentaires par rapport à d'autres qui étaient moins favorisés ou plus modestes, sans présupposer qu'un groupe ou l'autre s'adaptera « mieux » au nouvel espace social alimentaire.

demeure pas moins que les transformations des pratiques alimentaires induites par la migration sont des phénomènes sociaux d'un grand intérêt sur le plan de la santé publique et sont des marqueurs des inégalités sociales et de santé. C'est sans doute pourquoi ces aspects de l'adaptation et de l'intégration des populations migrantes ont retenu l'attention des chercheurs, mais, il faut le dire, l'intérêt également des organismes chargés de financer les recherches en ces domaines et qui voient en ces dernières des opportunités de mieux connaître les spécificités et les besoins de ces populations et d'adapter les réponses institutionnelles et organisationnelles.

Il est important donc de s'intéresser aux pratiques alimentaires des populations migrantes du point de vue des habitudes de vie, des modifications nutritionnelles et des liens entre les statuts sociaux, les genres, l'ethnicité, les âges, les revenus et les pratiques alimentaires. La sociologie possède à cet effet d'excellents outils et se trouve en terrain connu, du moins dans la manière de poser les problèmes et d'analyser des phénomènes sociaux. Toutefois, les dimensions symboliques de la cuisine et de l'acte social de manger sont d'un grand intérêt sociologique également du point de vue des pratiques culturelles, dans leurs formes quotidiennes, festives et publiques ainsi que de leur rôle dans la transformation des identités individuelles et collectives. Poser le problème des formes socioculturelles de l'alimentation, c'est aussi se demander ce que manger veut dire pour les acteurs sociaux. C'est une manière de poser l'objet qui, si elle gagne en importance (toute relative) dans le champ de la sociologie et de l'histoire, mais depuis plus longtemps de l'anthropologie, demeure presque inexploré dans le champ du savoir des pratiques alimentaires au Québec.

Nous avançons qu'il s'agit là d'une voie originale et porteuse du point de vue de la connaissance sociologique, plus particulièrement de la sociologie de la culture. C'est plutôt dans cette voie, celles des significations que les individus accordent à ce qu'ils font, aux objets (aux choses) et aux rapports qu'ils entretiennent avec eux, que nous désirons diriger nos recherches, sachant que le thème de la santé sera toujours présent d'une manière ou d'une autre dans les représentations de l'alimentation des populations migrantes et dans l'éventail des préoccupations auxquelles l'alimentation donne lieu. Nous verrons, dans le cadre théorique, que les rapports entre l'alimentation, la santé et la maladie ont toujours été présents, et que l'ambivalence à laquelle ces rapports donnent lieu fait l'objet de régulations spécifiques à l'intérieur des modèles alimentaires. Cela dit, cette thèse ne porte pas que sur les significations

de la cuisine et de l'acte de manger, mais comporte aussi une analyse de dimensions plus « objectives » ou en fait plus « objectivables » des pratiques alimentaires des immigrants que nous avons rencontré et qui ont répondu à notre questionnaire. Ces données sont de nature déclarative[11] et cela suppose que la mise en récit des pratiques quotidiennes comporte des choix narratifs, des aspects qui sont mis en évidence et d'autres, laissés dans l'ombre, mais nous avançons que les pratiques des acteurs sociaux ne sauraient être arbitrairement dissociées des significations que ceux-ci leur donnent. Bref, pour comprendre un certain nombre de « faits », ici des pratiques alimentaires, des changements diététiques, des approvisionnements, l'organisation la préparation et la consommation des repas, la division des rôles et la distribution des tâches, il est incontournable de prendre en compte les réseaux de significations dans lesquels ces « faits » s'inscrivent, prennent du sens et se donnent à lire et à interpréter au chercheur. Une telle approche peut toutefois être d'un grand intérêt, même dans le cadre d'une approche centrée sur la santé des populations, car elle amène à considérer les raisons pour lesquelles des populations, des groupes, des individus, n'adoptent pas toujours des stratégies alimentaires qui servent le mieux les exigences nutritionnelles.

1.5 L'alimentation, un phénomène social total

Nous avançons à l'instar de Jean-Pierre Poulain (2002b), d'Estelle Masson (1997), d'Igor de Garine (1980), de Jean-Pierre Corbeau (2007) et de Jacques Barou (1997) que l'alimentation (la cuisine, les approvisionnements, les repas, l'acte de manger) est un phénomène social total. Nous avons tous emprunté ce concept à Marcel Mauss (1980) qui l'avait développé afin de caractériser le don comme système de prestation totale. Concept heuristique, il contribue à mettre en évidence le fait que l'alimentation est en lien avec l'ensemble des pratiques sociales et des institutions d'une société. L'acte alimentaire n'est pas une pratique fermée sur elle-même, il appartient pleinement au domaine du social, il possède la forme dynamique d'une institution générale. Dans son « Essai sur le don », Mauss souligne que dans

[11] Ce qui constitue une limite à un certain type d'objectivation, puisqu'il ne s'agit pas d'une observation par exemple. Toutefois, notre méthode ouvre sur une analyse interprétative qui a ses propres règles épistémologiques.

> [...] ces phénomènes sociaux « totaux », comme nous proposons de les appeler, s'expriment à la fois et d'un coup toutes sortes d'institutions : religieuses, juridiques et morales – et celles-ci politiques et familiales en même temps; économiques – et celles-ci supposent des formes particulières de la production et de la consommation, ou plutôt de la prestation et de la distribution; sans compter les phénomènes esthétiques auxquels aboutissent ces faits et les phénomènes morphologiques que manifestent ces institutions (Mauss, 1980, p. 147).

Pour Mauss, considérer des pratiques sociales comme des phénomènes totaux signifie aussi que leur appréhension et leur analyse fait appel à plusieurs disciplines scientifiques, la sociologie et l'anthropologie bien sûr, mais également la psychologie et la physiologie, car, pour lui, l'alimentation et les boissons (comprises comme techniques du corps) se trouvent à l'articulation du biologique, du social et du psychologique.

L'alimentation et plus précisément les nourritures sont un fait social total aussi parce qu'elles condensent en elles un très grand nombre de couches de significations qui sont à la fois personnelles et collectives. Les gestes reliés à la cuisine, les techniques du corps, et l'incorporation des nourritures mettent en branle maintes dimensions du lien social et l'ensemble de ces significations.

Parler de phénomène social total c'est aussi insister sur le fait que si les humains ont besoin de nutriments tels que les lipides, les glucides, les protéines, les fibres, les acides aminés et les vitamines, qu'ils peuvent trouver généralement dans des produits cultivés et élevés à cette fin, ces derniers doivent faire l'objet d'une préparation et d'une transformation. En effet, « il [s] ne peu[vent] les ingérer, les incorporer que sous la forme d'aliments, c'est-à-dire de produits naturels culturellement construits et valorisés, transformés et consommés dans le respect d'un protocole d'usage fortement socialisé » (Poulain, 2002b, p. 11).

On ne saurait que difficilement remettre en cause l'importance fondamentale de l'alimentation d'un strict point de vue physiologique ou biologique, c'est de l'ordre de l'évidence. Ne serait-ce que par le temps, les efforts, le travail et la part de budget qui y est consacré, manger apparaît comme une activité humaine sociale d'une grande importance. Il s'agit ici non seulement du travail des personnes qui planifient les repas, qui achètent les produits, les préparent et les cuisinent, mais de l'ensemble du travail incorporé dans les aliments ou les produits alimentaires « de la fourche à la fourchette », c'est-à-dire le travail réalisé dans l'ensemble du système alimentaire qui, pour reprendre l'image des éclusiers et

des canaux de Kurt Lewin (1943), pousse les aliments vers les mangeurs. Pour ce qui est du budget, rappelons que celui dédié à l'alimentation est dans une certaine limite incompressible et qu'ainsi plus les revenus sont bas, plus la part du budget consacrée pour se nourrir est élevée (loi d'Engels). Léo Moulin faisait remarquer en 1975 que « nous mangeons 100 000 fois environ au cours de notre vie. Nous engloutissons ainsi 5000 quintaux de nourriture. Nous buvons plus souvent encore. Et nous consacrons à ces activités de 40 000 à 60 000 heures de notre existence sur les 700 000 que le professeur Jean Fourastier nous accorde. Quant à la ménagère, qui prépare les repas trois ou quatre fois par jour, elle sacrifie, à le faire, de 45 000 à 60 000 heures, sans compter la vaisselle et le rangement » (Moulin, 1975, p. 7).

Quelques commentaires s'imposent ici à propos de cette citation. Quand on parle d'alimentation, que ce soit par le truchement du sens commun ou par des discours à portée scientifique ou objectivante, il est difficile d'échapper à la formulation d'affirmations historiquement et culturellement situées. Les chiffres (mais aussi la teneur de ses propos par exemple sur la ménagère) qu'avance Moulin ne servent ici que d'indicateurs, mais immédiatement, la plupart des éléments posent problème et appellent des commentaires critiques. Ces commentaires nous permettront d'indiquer d'entrée de jeu quelques difficultés ou quelques « pièges » potentiels d'une étude transculturelle des pratiques alimentaires. Ces commentaires ont aussi pour objectif de faire avancer la mise en place des éléments de notre problématique.

Tout d'abord, voilà une présentation assez « européenne » des fréquences des prises alimentaires et des quantités incorporées. On sait que dans de nombreuses régions du globe, pour des raisons de rareté, de pratiques alimentaires culturellement différentes, divergentes et multiples qui incluent bien entendu les prescriptions religieuses ou, plus globalement, une adaptation spécifique au biotope, on ne mange pas selon les mêmes découpages temporels, les mêmes séquences et les mêmes quantités. Mais il n'en demeure pas moins que, dans les sociétés « traditionnelles » ou « modernes », manger et cuisiner constituent deux activités soudées l'une à l'autre et qui occupent une position prépondérante dans la vie quotidienne. La longévité, quant à elle, est éminemment tributaire de facteurs socioéconomiques et politiques qui pèsent lourdement dans la détermination de celle-ci et, dans une même société, on rencontre des écarts significatifs entre les différents groupes sociaux quant à la longévité

moyenne. L'alimentation, ou plutôt précisément la diète, y est d'ailleurs pour quelque chose dans le nombre d'années qu'un individu peut espérer vivre; elle est très différentiée selon les classes sociales, le genre ou les statuts.

La façon dont il évoque « la ménagère », le nombre de repas qu'elle prépare et le temps qu'elle y consacre peuvent également paraître un peu « décalés ». Rappelons cependant que les années 1970 (l'époque où a été écrit le livre) marqueront la fin de « l'Âge d'or » de la ménagère et du modèle normatif que ce « personnage social » proposait aux femmes. Depuis les années 1980, dans les pays industrialisés, les femmes qui correspondent à ce modèle sont numériquement (et socialement) sans cesse en régression et ne constituent plus qu'une mince portion de la population. La présence massive des femmes sur le marché du travail leur laisse moins de temps à consacrer aux tâches ménagères et à la préparation des repas, et plus globalement aux actes culinaires. Mais d'autres processus sont aussi en cours : la diminution partout observée[12] du temps du repas, sa simplification et la multiplication des prises alimentaires hors repas, ainsi que la présence importante des industries agroalimentaires dans l'espace social alimentaire et qui proposent un nombre sans cesse grandissant de produits « prêts à manger ». Ces processus ont considérablement transformé cet espace et ont fait que le temps consacré à l'achat, à la préparation et à la consommation de nourriture est en diminution (Ariès, 1997 ; Ascher, 2005b ; De Labarre, 2000 ; Gofton, 1995b ; Murcott, 1998 ; Popkin, 2008a ; Poulain, 2001a ; Recours et Hebel, 2007 ; Warde, 1997 ; Warde et Hetherington, 1994). Que la responsabilité de l'alimentation échoie encore aux femmes et que cela constitue non seulement un supplément de travail, mais suppose aussi une subordination à une organisation sociale genrée du travail culinaire (et plus largement du travail domestique) ne saurait être remis en cause ici. Bien que cette subordination prenne de nouvelles formes, c'est une caractéristique quasi « universelle » de la division genrée des tâches et elle est socialement, politiquement et culturellement construite et reproduite, et l'alimentation est un lieu de condensation de ces dynamiques.

---

[12] Du moins dans les pays les plus industrialisés et dans ce qu'il est actuellement convenu d'appeler les « pays émergents » : Chine, Brésil, Inde, Mexique, Afrique du Sud, etc.

Cependant, nous verrons dans cette thèse que cela n'est pas unilatéral et que l'alimentation et la cuisine sont des lieux, des espaces sociaux que les femmes peuvent s'approprier afin de fabriquer du lien social. Elles sont aussi un puissant vecteur de communication. Nous reviendrons plus amplement au cours de la thèse sur chacun des thèmes évoqués dans ce commentaire, sur le rôle prépondérant des femmes dans l'alimentation et encore plus particulièrement dans l'acte culinaire. Il nous a semblé que ce commentaire sur les rôles sociaux et le partage des tâches ne pouvait pas être renvoyé au cadre d'analyse. Ainsi, puisqu'elles sont soulevées ici, ces questions n'apparaîtront pas dans le cadre théorique. Un chapitre complet, le huitième, sera entièrement consacré à ces questions.

Soulignons, pour terminer cette parenthèse, que dans les sociétés contemporaines, et pluralistes de surcroît, il est devenu difficile d'identifier une « pratique alimentaire dominante » comme cela a pu être le cas il n'y a pas si longtemps. Il y a encore une trentaine d'années, il était relativement aisé d'identifier par exemple les pratiques alimentaires bourgeoises qui, comme de nombreuses autres pratiques issues de la bourgeoisie, avaient été imposées comme des références normatives (Beardsworth et Keil, 1992, 1997 ; Bourdieu, 1979 ; Flandrin et Montanari (dir.), 1996). Les pratiques alimentaires des classes populaires ouvrières présentaient également des caractéristiques similaires d'un groupe à l'autre[13] (Grignon, 1988, 1995 ; Grignon, 1999 ; Grignon et Grignon, 1980 ; Levenstein, 1980, 1988, 2003). Si ces pratiques différenciées existent toujours, elles sont l'objet de maintes dissonances avec la socialisation primaire, les cultures de classe, et les procès de ces différenciations deviennent plus multiformes et reposent davantage sur des déterminations générationnelles (les groupes d'âge) que sur les classes sociales (Ascher, 2005b ; De Labarre, 2000, 2001 ; Lahire, 2001, 2004 ; Recours et Hebel, 2007 ; Recours et Hébel, 2006). Toutefois, nous ne prétendons pas que la détermination des pratiques sociales et culturelles ne repose plus sur les classes sociales, mais bien que l'hypermodernité alimentaire, et plus

[13] Bien qu'il y a toujours eu des différences selon le type d'emploi, les plus grandes différences se rencontrant entre les ouvriers industriels, les agriculteurs et les travailleurs agricoles et selon le lieu de résidence, les différences les plus marquées se trouvant entre ceux qui résident à la campagne ou dans de petites agglomérations et ceux qui résident dans les grandes agglomérations. Avec la disparition de la majorité des petits agriculteurs, en France comme au Québec, et les restructurations du marché de l'emploi vers les secteurs tertiaires, les modes de vie agricoles et ouvriers (quoique de manière moins marquée) sont en nette régression.

largement sociétale, se caractérise par une complexification des phénomènes et des dynamiques de la socialisation, des affiliations et de l'expression des identités.

En terminant, il faut quand même rendre justice à Léo Moulin, et rappeler que son livre s'intitule *L'Europe à table* et non par exemple « Le Monde à table ». Par l'extrait cité, il ne cherchait qu'à souligner l'importance des actes alimentaires par rapport aux autres actes de l'existence et, toutes proportions gardées, il est légitime, sinon juste, d'affirmer que le temps qu'on y met et les efforts qu'on y déploie sont considérables et que les gestes liés à la cuisine et l'acte social de manger reviennent quotidiennement. Par ailleurs, il ajoute plus loin, dans le même ouvrage, dans lequel il s'intéresse aux incidences de la « société de consommation » sur l'alimentation, que la cuisine familiale est en voie de rejoindre le tricot, la broderie et l'aquarelle dans les oubliettes, que les femmes ont autre chose à accomplir et plus d'ambition que celle d'être ménagère (Moulin, 1975, p. 169). Cependant, on verra dans cette thèse que cela ne s'est pas avéré, du moins chez les immigrants que nous avons rencontrés, et que, pour le reste de la population québécoise ou française, la cuisine familiale bien que « fragilisée » est encore une pratique très répandue. Bien sûr, les femmes ont d'autres ambitions que d'être ménagère, mais cela ne suppose pas l'abandon de la cuisine domestique, on le verra aussi. Il observe toutefois avec assez de justesse les transformations des manières et des formes de la consommation qui lui sont contemporaines, dont fait partie l'alimentation, et il est l'un des premiers à en faire une analyse cohérente et véritablement sociologique, en maintenant toutefois l'alimentation à l'intérieur de la seule sphère de la consommation.

1.6 Alimentation, identité et socialisation

Si l'acte de manger est intimement lié à la culture matérielle et au système symbolique de toutes les sociétés, il est aussi un élément structurant des identités collectives et individuelles. Tout d'abord, la nourriture qu'on consomme est un support de l'identité collective. Elle transcende sa matérialité pour devenir une représentation symbolique de la nation[14], car il se cristallise en elle un souci d'une affirmation, d'une continuité, d'une histoire et d'une

[14] Dont le « plat national » ou certains marqueurs alimentaires sont des représentations possibles.

appartenance commune incorporée (Chiva, 1992b ; Flandrin et Montanari (dir.), 1996 ; Schnàpper, 1994 ; Thiesse, 1999). On pense ici à ce qu'on désigne comme des « plats nationaux » : les pâtes pour l'Italie, la choucroute pour l'Allemagne, le couscous pour le Maroc, les tajines pour l'Algérie, les caris pour le Bangladesh, le hamburger pour les États-Unis. Bien que la question des plats nationaux soit problématique, la cuisine, les saveurs, les types de préparation, les techniques et les aliments employés sont fortement liés à des entités régionales plus ou moins vastes auxquels les mangeurs s'identifient, et encore plus lorsqu'ils en sortent pour s'installer ailleurs, y compris dans le même pays. On pense aussi à certains aliments qui constituent une denrée « identitaire » de base à caractère « civilisationnel » : le pain pour la civilisation occidentale, le riz pour la Chine et une grande partie de l'Asie, la semoule de blé pour le Maghreb, le maïs pour l'Amérique latine[15], le manioc et le mil pour de nombreuses régions de l'Afrique subsaharienne, etc. Que ces plats, ces mets ou ces aliments fassent l'objet de maintes versions régionales, adaptées selon le biotope, l'histoire et les cultures régionales, cela fait partie de processus constitutifs des modèles alimentaires qui donnent lieu à des dynamiques de différenciation sociales et culturelles, à l'intérieur de cadres qui établissent toutefois une certaine intégration autour d'un ensemble culturel commun. Nous présenterons le concept de modèle alimentaire ainsi que ses dimensions constitutives dans le cadre d'analyse.

En d'autres mots, nous ne mangeons pas seulement des calories, des vitamines, des fibres ou des protéines, mais aussi de la culture ou, si l'on veut, des symboles des significations attachées aux aliments et à l'acte de manger, ainsi que de l'histoire collective incorporée. Ainsi, « manger de la culture » ce n'est pas qu'avaler des normes, mais c'est aussi entrer en relation, établir un rapport, prendre place dans un espace social et un ordre du discours. C'est ce que Claude Fischler (1990) a nommé le principe de l'incorporation, principe sur lequel nous reviendrons abondamment au cours de cette thèse, en commençant par le cadre d'analyse. Or, cette dimension de l'alimentation est fondamentale pour comprendre les rapports que les individus d'un groupe ou d'une société donnée entretiennent avec l'alimentation, entre eux, ainsi qu'avec leurs corps, compris ici comme une « fabrication sociale » et dont l'alimentation participe de sa construction imaginaire.

---

[15] On le verra, l'usage du maïs dans la cuisine de l'ère culturelle latino-américaine remonte bien avant la colonisation et le maïs a accompagné l'histoire méso-américaine du Mexique à l'actuelle Colombie.

Si elle possède une dimension identitaire dans un sens très large, son caractère national ou régional, l'alimentation agit aussi comme un marqueur social d'altérité ou de frontière symbolique, car elle renvoie à une représentation de « l'étranger » et de ses habitudes alimentaires (non seulement ce qu'il mange, mais aussi comment il mange et prépare sa nourriture), qui devient ainsi marqué comme celui qui ne mange pas comme « nous ». « C'est la cuisine inférieure, voire dégoûtante ou dangereuse de "l'autre" qui nous conforte dans notre appartenance au groupe » (Hubert, 2000, p. 6). Un Anglais ne mangerait jamais de cheval et pourtant on en trouve chaque semaine dans les supermarchés de Montréal. Il ne nous viendrait pas à l'esprit de manger du chien, tandis que pour les Chinois du sud et les Vietnamiens du nord, le chien est en quelque sorte l'équivalent du foie gras pour les Français, sa consommation précède souvent une nuit de sensualité, on dit qu'il rend « les femmes plus lascives et les hommes plus vaillants » (Poulain, 2000 : 2). La détermination du comestible est une dimension cognitive importante dans les rapports aux aliments, une manière de les classer et de les hiérarchiser. Ce « comestible » demeure encore un des marqueurs de l'identité individuelle et collective.

L'alimentation agit également comme marqueur social sur un autre registre dans la mesure où « elle est une expression du jeu des ressources et des contraintes caractéristiques de positions sociales, ainsi que des représentations qui sont rattachées à ces positions » (Régnier *et al.*, 2006, p. 8). Les manières de tables et les choix alimentaires discriminent ainsi les individus à l'intérieur d'un même espace social selon une hiérarchie des positions sociales, et la place occupée dans cette hiérarchie est fonction du capital économique, social et symbolique (Beardsworth et Keil, 1997 ; Bourdieu, 1979 ; Grignon et Grignon, 1980 ; Mennell *et al.*, 1992 ; Warde *et al.*, 1999) ainsi que du genre et de l'âge. L'alimentation, et tout ce qui gravite autour, comme les manières de tables, la commensalité, les rythmes, les séquences, l'organisation spatiale et temporelle, est structurée par une normativité fortement instituée, mais différentiée selon les classes sociales, les genres, les groupes d'âge, la culture, l'ethnicité. Cette normativité circonscrit, même si c'est parfois en négatif, une communauté d'affiliation. Bien que ces déterminations sociales par des logiques de classes soient encore effectives chez certains groupes sociaux plus que d'autres (les travailleurs manuels, les ruraux traditionnels et les personnes âgées et dans une certaine mesure les très jeunes

adultes), on assiste toutefois à un certain « relâchement » des déterminations structurelles des pratiques culturelles (et des pratiques alimentaires en particulier) par des cultures de classes (Beardsworth et Keil, 1992 ; De Labarre, 2000 ; Fischler, 1990 ; Gofton, 1995a ; Pynson, 1993). C'est une des caractéristiques de ce que nous appelons l'hypermodernité alimentaire, dont il sera question dans le cadre d'analyse.

L'alimentation est également vectrice d'identité par la voie de la socialisation et de l'apprentissage des saveurs. Par exemple, pour les enfants, les repas sont un moment privilégié pour l'apprentissage d'un grand nombre de normes sociales et participent de la structuration de l'identité (Chiva, 1992b ; Marquis et Shatenstein, 2005 ; Ochs, 2006), non seulement parce que c'est un moment où la famille se trouve réunie, mais encore parce que le simple fait de manger comporte en soi une normativité : rythme du repas, règles de bienséance, respect de la nourriture, souci de l'équilibre alimentaire, respect des autres, apprentissage des goûts (et expérience des dégoûts), reconnaissance du « comestible ».

L'alimentation constitue ainsi un moment important de la socialisation qui structure à la fois les identités collectives et la formation des individualités singulières. La cuisine familiale et les repas de famille structurent fortement la « culture familiale », son identité, ses traits distinctifs. De plus, les liens très puissants qu'entretiennent les nourritures avec la psyché, la vie émotionnelle des individus, participent de la formation et de l'expression de l'identité individuelle et de l'intimité (Chiva, 1979, 1994, 2002 ; Counihan et Van Esterik (dir.), 2008) de même que de la structuration des identités de genre (Avakian et Haber 2005 ; Beagan *et al.*, 2008 ; Charles et James, 2005 ; Charles et Kerr, 1988 ; Counihan, 1988, 1999 ; Counihan et Van Esterik (dir.), 2008 ; D'Sylva et Beagan, 2011 ; DeVault, 1991 ; L'Orange Fürst, 1997).

Enfin, un nombre grandissant de chercheurs s'intéressent aux liens entre les nourritures et la construction de la mémoire, d'un style de vie distinctif, d'une identité, d'un lieu et d'un espace où vivre et se sentir chez soi, mais s'intéressent aussi à l'usage des sens et des sensations chez des populations migrantes, des communautés culturelles ou ethniques (Avakian, 1992 ; Choo, 2004 ; Crenn *et al.*, 2010 ; Diner, 2001 ; Harbottle, 2000 ; Kershen, 2002 ; Koç et Welsh, 2001 ; Longhurst *et al.*, 2009 ; Oyangen, 2009 ; Ray, 2004). En prenant un ensemble de précautions nécessaires, afin d'éviter les généralisations, il est fascinant

d'analyser comment les nourritures sont mobilisées de diverses façons par des immigrants dans un espace social alimentaire donné, comment les contacts avec cet espace transforment à la fois leurs pratiques et les représentations qu'ils ont d'eux-mêmes et cet espace lui-même parce que des éléments de leurs modèles alimentaires vont « migrer » dans cet espace, participant de sa diversification et de sa transformation. Ces processus nous en disent long sur la vitalité de leurs pratiques culturelles et sur leurs stratégies d'intégration.

1.7 La question de recherche

Cette recherche porte sur les pratiques alimentaires d'immigrants de première génération et qui résident à Montréal. Les dimensions couvertes par ces pratiques alimentaires sont : les approvisionnements, la question des contraintes financières et temporelles, la diète, les techniques de cuisine, les repas, le rôle des enfants dans les dynamiques alimentaires, les rôles sociaux et le partage des tâches liées à l'alimentation. Il s'agit aussi de faire émerger certaines dimensions symboliques très fortes de la cuisine et de l'incorporation de nourriture et d'analyser les significations que revêtent les pratiques alimentaires pour ces immigrants.

C'est une vaste entreprise et c'est ce qui explique l'ampleur de ce travail et l'emploi de méthodes mixtes afin d'apporter des éléments de réponses à une question qui sous-tend l'ensemble de ce travail : pourquoi certains individus accordent-ils de l'importance et donnent-ils du sens à ce qu'ils mangent et aux manières qu'ils ont de préparer et de consommer des nourritures?

1.8 Les hypothèses

L'analyse des pratiques alimentaires, de leurs transformations, des représentations qui leur sont liées et des discours des immigrants à propos de leurs pratiques est intéressante à plus d'un titre. Ces pratiques sont, rappelons-le, un lieu, une médiation où se rencontrent le biologique, l'économique, le politique et le social (Beardsworth et Keil, 1997 ; Fischler et Masson, 2008 ;

Hubert, 1991 ; Mauss, 1980). Elles sont aussi des révélateurs de phénomènes sociaux plus larges dépassant les cadres stricts de la prise alimentaire. En effet, « peu d'éléments échappent en réalité à une observation globale de l'alimentation : du sensoriel au sémiologique, du religieux au biologique, de l'économique à l'imaginaire, presque tout vaut d'être observé » (Calvo, 1982, p. 385). Dans le cas des populations migrantes, l'étude des pratiques alimentaires permet par exemple d'analyser les modalités d'approvisionnement en aliments, les divers circuits pratiqués, la constitution des réseaux, la disponibilité ou non des produits du pays d'origine, la qualité et la fréquence des produits employés, les différents « savoir-faire » compris dans la transformation et la préparation des ingrédients, de même que les processus d'acquisition de nouvelles aptitudes. Les transformations que subissent les habitudes alimentaires de ces populations « concernent aussi bien les types de cuisines préparées et les plats les plus consommés, la structure des repas et les unités de commensalité et de sociabilité alimentaire, que les systèmes d'organisation socioculturels de l'alimentation englobant tant les représentations sur les fonctions de l'alimentation, sur les attributions des compétences que des estimations valoratives du "présent" et du "passé" alimentaire » (Calvo, 1997, p. 52).

Nous formulons ici quatre hypothèses. Tout d'abord, dans une perspective sociologique, l'étude des pratiques alimentaires des populations migrantes permet un regard privilégié sur les processus de socialisation et sur différents mécanismes de l'intégration et de la différenciation sociale, et cela, autant dans les domaines du public et du privé, du quotidien ordinaire et du festif, que de l'individuel et du collectif. Cette insertion dans un nouvel espace social alimentaire donne lieu, en général, à la production de nouvelles pratiques alimentaires qui intègrent, de façon plus ou moins cohérente ou conflictuelle, deux modes socioculturels distincts d'organisation de ces pratiques : le modèle alimentaire du groupe social d'origine et les modèles de l'espace social alimentaire dans lequel ils évoluent désormais. Mais loin de concevoir ces modèles comme antinomiques, dichotomiques, nous émettons l'hypothèse qu'à travers leurs pratiques alimentaires, ces immigrants mettent en place de nouveaux modèles qui témoignent de dynamiques d'appropriation culturelle qui remettent en question les notions de tradition, d'authenticité, d'identité, de style culinaire et qui témoignent d'une vitalité culturelle plutôt que d'une perte ou d'une assimilation.

Une seconde hypothèse est que les dimensions de la sociabilité, du symbolique, de l'identité, de la normativité et de la transmission de la sociabilité alimentaire prennent une signification toute particulière pour des individus issus de la migration. Les liens des populations migrantes avec leurs modèles alimentaires sont à la fois complexes et très puissants, entre autres parce qu'ils renvoient à une socialisation prémigratoire, une mémoire de lieux, de moments, d'individus, à une communauté réelle ou imaginée et parce qu'ils contribuent au maintien de l'unité de la famille et en offrent une représentation symbolique. Par ailleurs, cette hypothèse pourrait d'ailleurs s'appliquer à tous les individus qui migrent, même les migrants de l'intérieur qui changent d'espace social alimentaire. Ainsi, un individu ou une famille qui « immigre » d'un petit village de la Gaspésie verra sans doute ses pratiques alimentaires et culinaires et ses références gustatives se transformer au contact de l'espace social alimentaire de Montréal qui est très diversifié. Il n'empêche que les pratiques alimentaires et leurs significations sont « attachées » à des univers sociaux, culturels, relationnels et symboliques, à des environnements matériels et des terroirs et que la rencontre de ces univers et de ces environnements constitue un véritable « saut qualitatif » pour un immigrant international, beaucoup plus que pour un migrant de l'intérieur dont le modèle alimentaire, et plus largement culturel, présente beaucoup de similitudes avec le modèle alimentaire dominant de l'espace social alimentaire de Montréal.

Une troisième hypothèse est que certains segments des populations migrantes[16] vivent, sur une échelle de temps beaucoup plus courte, des changements qui sont en cours depuis les trente dernières années et qui ont profondément transformé les rapports que les individus entretiennent avec l'alimentation au Québec, dans de nombreux pays industrialisés et, depuis peu, dans plusieurs pays qu'on dit « émergents ». Par exemple, les sociétés industrielles ont connues le développement de l'externalisation de l'alimentation (les produits industriels, surgelés, importés, prêts à l'emploi), la modification du partage des tâches reliées à l'alimentation, la généralisation du four à micro-ondes et des repas pris hors du domicile. Ces changements sont venus progressivement au cours de trente dernières années. Bien que les modèles alimentaires des espaces sociaux d'où proviennent la majorité des sujets de cette recherche ont aussi connus des changements au cours de la même période de temps, nous avançons toutefois l'hypothèse que ceux-ci n'ont pas la même ampleur ni la même portée que

[16] D'autres étaient déjà familiers, dans leur pays d'origine, avec des formes d'hypermodernité alimentaire.

ceux qu'on peut observer au Québec et à Montréal en particulier. Ainsi, une très grande part des immigrants qui rencontrent l'espace social alimentaire de Montréal font l'expérience « tout d'un coup » d'un univers social-alimentaire très différent de celui qui leur était familier. Cependant, cela ne veut pas dire que voulons formuler cette hypothèse dans le cadre d'un paradigme « tradition-modernité ». Encore une fois, nous avançons qu'il s'agit d'une rencontre d'un espace social alimentaire qui comporte un « saut qualitatif ». Ainsi, l'étude des pratiques alimentaires des immigrants de première génération révèle alors des mutations sociétales plus larges qui affectent à la fois les modes de subjectivation, la normativité sociale, l'espace familial et les rapports entre la sphère publique et la sphère privée, pour ne nommer que ceux-là. Les pratiques alimentaires peuvent donc être lues comme des lieux d'indexation de problématiques sociétales qui dépassent le cadre de l'espace alimentaire.

Une quatrième hypothèse, qui s'adresse plus à la tradition sociologique, est que l'analyse des pratiques et des significations de l'alimentation des populations migrantes pose le problème de l'articulation entre le niveau macroscopique de la socialité, l'ensemble des structures sociales, culturelles, économiques et institutionnelles qui déterminent les acteurs sociaux, ici les mangeurs, et le niveau plus microsociologique de la sociabilité, qui est en quelque sorte une adaptation et une appropriation, dans un contexte précis d'individus en interaction, des règles et des contraintes imposées par la socialité. L'étude de l'alimentation nous impose donc de penser cette dernière à la fois comme objectivement déterminée, mais également comme s'effectuant dans un espace social et un horizon dans lequel il est possible aux acteurs sociaux de faire des choix et où ils peuvent faire preuve de créativité dans un contexte d'interaction. Cependant, nous avançons l'hypothèse complémentaire que ces choix ne sont pas tous de même nature et qu'ils s'effectuent dans un espace social, matériel et symbolique largement constitué de contraintes économiques, sociales, idéologiques, matérielles, etc.

1.9 Pertinence et originalité de la recherche

Au vu de ce qui précède, on mesure toute la pertinence que revêt l'étude des pratiques alimentaires mises en rapport avec les modes de vie, les goûts, la construction des normes

sociales et des liens sociaux dans le but de montrer la complexité de la vie sociale, des mutations qui y sont en cours et de la dimension éminemment symbolique de notre rapport au monde. Ainsi, nous mettons en avant une approche qui saisit l'alimentation à la fois comme un lieu d'indexation des processus sociétaux plus larges et qui l'englobe (économie, politique, modes, rapports de genres et de génération, symbolisation du monde, etc.), mais sans perdre de vue la spécificité de l'expérience des mangeurs en ne réduisant pas cette dernière à une expérience de consommation comme les autres. Les valeurs imbriquées dans les choix de nourriture et le cadre général dans lequel ces choix s'inscrivent (et qui comprend une construction sociale du corps, de son activité, de sa « présentation dans le monde ») nous fournissent des outils pour comprendre la société globale. Comme l'indique Jean-Pierre Corbeau, étudier les pratiques alimentaires ainsi que leurs significations et plus largement celles du corps, c'est fatalement rencontrer des thématiques récurrentes : « la réflexivité régulatrice, l'individualisation, la relation aux autres, le rôle des sens et de l'esthétisme dans ce rapport, l'importance du goût et des incorporations dans la construction de soi, dans son intégration à des ensembles ou des sous-ensembles culturels et/ou économiques » (Corbeau, 2006, p. 7).

Cette recherche est à replacer dans un contexte où il apparaît que l'alimentation (et une bonne partie des dimensions qui lui sont liées) est devenue problématique autant dans les sociétés industrielles avancées que dans les pays « émergents ». Divers phénomènes en lien avec les transformations économiques et des modes de vie, la présence massive des femmes sur le marché du travail, la diversification de l'offre alimentaire[17], l'urbanisation massive, l'externalisation du travail culinaire ont considérablement modifié les habitudes alimentaires d'une grande partie des populations de la planète (Popkin, 1999, 2006, 2008b), provoquant des inquiétudes de la part de nombreux intervenants en santé publique et de nombreux chercheurs issus de diverses disciplines.

De nombreux chercheurs ont montré que les transformations des habitudes alimentaires des populations migrantes constituent une dimension délicate de l'adaptation de ces dernières à leur nouvelle société (Hassoun, 1996, 1997a ; Himmelgreen *et al.*, 2007 ; Jonsson *et al.*,

[17] Sans parler de l'industrialisation de la production alimentaire qui implique des méthodes (usage massif d'intrants, agriculture intensive, usure des sols) dont les résultats à long terme sur la santé des populations sont une source d'inquiétude.

2002a ; Koç et Welsh, 2001 ; Koçtürk, 2004 ; Poisson, 2003 ; Redstone Akresh, 2006 ; Rovillé-Sausse, 2003). De plus, dans la plupart des pays occidentaux, les populations migrantes présentent plus de chances de développer des maladies chroniques, de prendre du poids et de connaître des épisodes d'insécurité alimentaire que le reste de la population. Enfin, les acteurs de la santé publique (et plus globalement des services sociaux et de santé) ne sont pas toujours prêts à faire face aux besoins ainsi qu'aux spécificités socioculturelles de ces populations (Andrews, 2002 ; Curry, 2000 ; Gravel et Battaglini, 2000 ; Leininger, 1984).

Les recherches sur les transitions alimentaires sont en nombre très limité au Québec et au Canada. Bien que très développées aux États-Unis et dans une moindre mesure en France, en Australie et en Grande-Bretagne, elles sont souvent le fait de nutritionnistes ou de chercheurs dans le domaine des sciences de la santé. Elles mettent donc généralement l'accent sur les aspects nutritionnels de l'acte social de manger, négligeant du coup ses dimensions symboliques, psychiques et les liens qu'entretiennent pratiques alimentaires et représentations de l'alimentation, bref son caractère de « fait social total ».

Notre recherche est novatrice non seulement dans la mesure où elle vient combler une lacune, mais en plus parce qu'elle prendra en compte les dimensions symboliques, identitaires, familiales et psychiques de l'alimentation des individus issus des « communautés culturelles », en plus de leur donner la parole et sur la base de l'hypothèse que parler de son alimentation c'est aussi parler de soi-même. Elle apportera donc des connaissances sur des pratiques culturelles telles qu'elles se déploient dans une société multiculturelle en mutation rapide. C'est du moins le cas de Montréal.

CHAPITRE II

CADRE D'ANALYSE

2.1 Introduction : l'alimentation, un objet transdisciplinaire

Une des caractéristiques particulières de l'alimentation, du point de vue du savoir, de l'épistémologie et des méthodes d'objectivation, est le fait qu'il s'agit d'un objet transdisciplinaire; cet objet est une invitation au travail en commun, mais qui constitue aussi une difficulté. C'est en effet un objet qui intéresse toutes les disciplines du savoir et les connaissances apportées par chacune enrichissent de notre compréhension de cet objet. C'est aussi un risque de spécialisation, de morcellement de l'objet, qui occulterait les interrelations entre chacune des dimensions et les rapports sociaux qui structurent l'ensemble du « champ alimentaire ». Une chose est claire toutefois, aucune discipline ne peut revendiquer pour elle seule l'étude du champ de l'alimentation. Voici, à titre simplement descriptif insistons là-dessus, comment l'alimentation intéresse quelques grandes disciplines scientifiques autant dans le champ des sciences de la nature et de la santé, que des sciences humaines et sociales.

L'alimentation est en partie une affaire de géographes intéressés notamment par l'origine des aliments, leur distribution autant planétaire que locale, leurs multiples déplacements, ainsi que par l'usage et la répartition des ressources : sols, eau, machinerie et outils, force de travail, semences, cheptels, occupation du territoire, etc. (Dubois, 2010 ; Fumey, 2007, 2008a). Ils s'intéressent aussi à la géographie des goûts et pourquoi pas des odeurs (on le verra, la hiérarchisation de la comestibilité de certains aliments détermine des identités alimentaires et trace des frontières immatérielles entre des groupes sociaux, des régions géographiques) ainsi qu'aux distributions spatiales de l'offre et des consommations alimentaires (Bell, 2002 ; Cook et Crang, 1996 ; Fumey et Etcheverria, 2004 ; Oyangen, 2009 ; Pilcher, 2001).

Les anthropologues, quant à eux, s'intéressent aux pratiques alimentaires quotidiennes et festives, aux significations qu'accordent les individus à ce qu'ils mangent, aux contextes et aux principes de l'incorporation, aux rôles sociaux ainsi qu'aux constructions culturelles qui donnent formes et sens aux pratiques des individus. Elle s'intéresse également aux processus de transformation des pratiques et des cultures alimentaires. Rappelons que les anthropologues ne s'intéressent pas seulement aux sociétés « simples », archaïques, disparues ou en voie de l'être, mais depuis plusieurs décennies à un ensemble de phénomènes appréhendés notamment à l'aide du concept polysémique de « culture » ou de pratiques culturelles quel que soit le type de société ou de groupe observé (Counihan, 1999 ; Crenn *et al.*, 2010 ; Douglas, 1979, 1981 ; Douglas, 1984 ; Farb et Armelagos, 1980 ; Hassoun, 1996, 1997a ; Hassoun et Raulin, 1995 ; Hubert, 1991, 1995 ; Mintz, 1996 ; Mintz et Du Bois, 2002).

De leur côté, les études médiatiques prennent souvent pour objet les discours[18] sur l'alimentation qui circulent à travers différents canaux et qui sont produits, relayés et reçus par différents acteurs. Les champs d'études dans ces domaines sont très vastes, car la production discursive médiatique est massive, incessante et multiplie les plateformes, les formats. Cela va de l'émission de recettes au site Internet à teneur scientifique ou au blogue culinaire, du rôle des médias dans la mise en place des normes en matière de santé et d'alimentation (Renaud, 2010) aux tendances actuelles de la consommation alimentaire en passant par le rôle des médias dans la construction des imaginaires alimentaires et des imaginaires culturels d'une manière plus large (Marris et Thornham, 2000 ; Miller, 1995 ; Parasecoli, 2008). Les journaux, les revues, le cinéma, la radio, la télévision, l'Internet, la publicité mettent en circulation signes et discours sur l'alimentation et leur rôle est important dans la structuration de l'espace social alimentaire. Il est d'un grand intérêt de montrer pourquoi certaines configurations discursives ou certains paradigmes deviennent licites, légitimes, hégémoniques et structurent l'ordre discursif (Caraher et Coveney, 2004 ; Coveney, 2006 ; Dines et McMahon Humez, 2003 ; Parasecoli, 2008).

[18] Ainsi, bien entendu, que les médias qui mettent en forme ces discours. Par discours nous entendons aussi l'iconographie (les images).

L'alimentation est aussi en lien avec l'intimité et l'affectivité des individus : les nourritures déclenchent des souvenirs, des émotions très puissantes. Ce qu'on mange et le contexte dans lequel on mange constituent un puissant médiateur de la socialisation dès le plus jeune âge et sont aussi générateurs d'un sentiment de filiation à une famille, à un groupe, à une ethnie (Chiva, 1992b, 1994). Les nourritures participent également de la formation de l'identité personnelle (Crouch et O'Neill, 2000 ; Fischler, 1988 ; Hubert, 2006 ; Warde, 1994). De plus, comment négliger le fait que manger est également à la source d'un grand plaisir ou d'un dégoût profond[19]? Ainsi, l'attachement profond aux goûts, aux odeurs, aux routines et aux habitudes, les processus d'individualisation face aux normes alimentaires (Fischler, 1990) ainsi que le développement de troubles alimentaires, tels que la boulimie ou l'anorexie et diverses formes d'anxiété, sont des sujets d'un grand intérêt pour la psychologie.

À un autre bout du spectre, l'économie, et plus particulièrement l'économie politique, se penche par exemple sur le fonctionnement du système alimentaire, devenu largement mondialisé, et selon des échelles d'analyses macro ou microéconomiques. Elle s'attarde aussi aux liens entre le système alimentaire, les grands systèmes économiques et les économies et marchés locaux montrant quels acteurs et quelles forces sont en présence. Les spécialistes s'intéressent aussi aux diverses instances chargées de fixer les règles des marchés et de réguler, tant bien que mal, la concurrence internationale ainsi que la production et la circulation des produits et des capitaux : l'Organisation de coopération et de développement économique (OCDE), l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO), le Programme alimentaire mondial (PAM), le Fonds monétaire international (FMI), la Banque mondiale (BM), l'Organisation mondiale du commerce (OMC), de même que les accords entre des groupes de nations à portée régionale, par exemple la Commission européenne, le MERCOSUR (Amérique du Sud) et l'ALENA (Amérique du Nord), sont les principaux.

Les sciences politiques et le droit, quant à eux, portent leur regard sur les diverses politiques publiques en matière de production, de distribution, de règlementation des marchés ainsi que sur les rôles de différents acteurs : lobbyistes, États, législateurs, syndicats,

---

[19] Cela ne veut pas dire que nous considérons le dégoût comme un phénomène essentiellement individuel. Il est lié aux expériences psychiques des individus, mais son origine est aussi et peut-être surtout liée à l'habitus et donc à des processus de socialisation.

producteurs, organismes internationaux, groupes de citoyens, société civile. Quand les mangeurs s'associent pour remettre en question les pratiques des industries ou des gouvernements et qu'ils exigent des changements dans la régulation du système alimentaire et des politiques alimentaires (Godfray *et al.*, 2010 ; Koç et Dahlberg, 1999 ; Nestle, 2002) ou qu'ils s'organisent en réseaux parallèles, l'alimentation prend alors une dimension proprement citoyenne et politique qui interpelle également les chercheurs en sciences politiques, mais aussi en sociologie, bien que peu de travail ait été initié sur ces mouvements sociaux en sociologie.

Il ne faudrait pas perdre de vue que 70 % de la population mondiale gagne sa vie en produisant des biens alimentaires et que la majorité est constituée de femmes (Fumey, 2008a, p. 9). Ce n'est pas tout, les femmes sont également responsables, la plupart du temps, de l'ensemble des tâches liées à l'alimentation quotidienne des familles : la planification, les déplacements, les achats, la préparation des aliments, la cuisson, le service aux commensaux, le nettoyage, la gestion des stocks et la conservation des aliments. Que l'alimentation et la cuisine soient souvent considérées comme relevant du domaine des soins attentionnés et de la sollicitude et que celui-ci ait été socialement et politiquement organisé comme un travail « genré » et non payé à peu près partout où se trouvent des collectivités humaines est un objet largement investi par les études féministes qui ont souvent révélé le caractère ambivalent de la cuisine. En effet, la cuisine a été un moyen de confiner les femmes dans l'espace domestique (en le constituant comme « espace privé »), mais elle est aussi un ensemble de savoirs, de techniques et d'héritages culturels dont les femmes mesurent toute l'importance pour la vie sociale et la santé de leurs communautés, de même que pour la création d'un lien social (Charles et Kerr, 1988 ; Counihan, 1999 ; Devasahayam, 2005 ; DeVault, 1991 ; L'Orange Fürst, 1997 ; Lupton, 1996 ; Murcott, 1982).

L'apport des historiens est également essentiel, car les phénomènes alimentaires se modifient dans le temps, et le regard de la discipline historique contribue à mettre les différents phénomènes en perspective. Le terreau pour la recherche historique est ici très fertile et quasi infini : histoire des pâtes alimentaires, de la pizza, du sandwich (Helstosky, 2008 ; Sanchez, 2008), de la transformation de la diète de nations entières (Levenstein, 1988 ; Montanari et Serventi, 1989) ou encore du rôle de certains aliments dans la formation des

identités locales ou nationales (Pilcher, 1998). Nous pouvons aussi faire l'histoire de la migration des hommes et de leur cuisine (Diner, 2001 ; Levenstein et J, 1990 ; Oyangen, 2009), des formes des repas, de la commensalité, tout comme des manières dont les individus, et plus largement les sociétés, se sont représenté l'alimentation (la leur et celle des autres) à des moments historiques donnés (Aymard *et al.*, 1993 ; Flandrin, 1993, 2003 ; Flandrin et Montanari, 1996 ; Fraser et Rimas, 2010 ; Scholliers, 2001 ; Steel, 2009).

La diététique, quant à elle, se veut une science au même titre que la chimie et la biologie. Elle est centrée sur les propriétés chimiques des aliments et leurs effets sur l'organisme. Elle est également une pratique clinique, dont un des intérêts importants est d'ajuster la diète des populations ou d'individus en particulier. Elle est aussi une pratique de savoir et diffuse des discours qui contribuent à la structuration des représentations sociales de l'alimentation, des aliments, etc. Jusqu'à récemment, les discours diététiques ont eu tendance à peu se préoccuper des dimensions sociales et culturelles de l'acte de manger. Cependant, de nombreux nutritionnistes remettent maintenant en question un certain nombre de dogmes de la discipline (Aphramor *et al.*, 2009 ; Nestle, 2006 ; Wilkins, 2005 ; Wilkins *et al.*, 2010). Ils sont avides d'échanger des connaissances avec d'autres chercheurs issus des sciences humaines et sociales afin, d'une part, d'avoir un regard critique sur les instruments dont ils disposent pour connaître leur objet et, d'autre part, de replacer l'alimentation dans un contexte plus large (Caraher et Coveney, 2004 ; Coveney, 2006 ; Nestle, 2002, 2006 ; Pollan, 2008 ; Simmons 2009).

Enfin, l'alimentation a également une dimension imaginaire et cognitive objectivée dans des formes matérielles et immatérielles, produisant ainsi des objets culturels. Les plats, les repas, les recettes, mais aussi les romans, les livres de recettes, les films, les émissions de télévision et un ensemble de représentations, de constructions mentales, de croyances, de stéréotypes, de conceptions du corps et de la santé sont autant de thèmes fréquents dans les études culturelles. Ces dernières ne privilégient plus une démarche disciplinaire, mais empruntent plutôt à diverses approches en insistant souvent sur le caractère contextuel et différencié des pratiques et des représentations et sur l'importance du rôle de l'imaginaire dans la construction des récits individuels et collectifs (Appadurai, 1981 ; Choo, 2004 ; Cook et Crang, 1996 ; Counihan et Van Esterik (dir.), 2008 ; Parasecoli, 2008 ; Ray, 2004 ; Roy, 2002).

D'autres disciplines sont aussi amenées à s'intéresser aux phénomènes alimentaires, par exemple l'agriculture et l'agronomie (comme sciences), le design, l'urbanisme et l'aménagement du territoire, la philosophie (liés à des questions éthiques par exemple), le travail social, les sciences de la santé, de l'environnement et de l'éducation.

Nous verrons tout au long de cette thèse que la sociologie n'est pas en reste. Elle s'intéresse à l'alimentation depuis cent ans déjà. D'une manière générale, la sociologie a longtemps appréhendé l'alimentation comme un exemple ou un lieu d'indexation des effets de la socialité sur la vie quotidienne des individus et les pratiques alimentaires et comme des pratiques de consommation. Depuis peu, des sociologues ont déplacé le regard et proposé l'analyse des pratiques des mangeurs et des spécificités de l'expérience de manger et de cuisiner (Beardsworth *et al.*, 1997 ; Corbeau *et al.*, 2002 ; Fischler, 1990, 2008 ; Mennell, 1985, 1992 ; Poulain, 2002 ; Warde, 1997). Le cadre d'analyse qui suit mettra en place la position épistémologique et théorique qui sera la nôtre. La plupart du temps, notre position théorique et les concepts mobilisés ne sont pas spécifiques à la problématique de l'alimentation des populations migrantes, mais ils serviront de cadre général dans lequel s'inscriront les analyses plus détaillées, contextuelles, de chacun des thèmes que nous avons retenus aux fins d'analyse. Le concept architectonique qui fonde l'unité théorique de l'objet est celui d'espace social alimentaire transculturel, autour duquel viennent se greffer un ensemble d'autres concepts et de considérations théoriques dont nous entamons maintenant la présentation.

2.2 Le principe de l'incorporation

Manger n'est pas un acte banal, bien qu'il soit routinier et procède souvent de processus inconscients. En effet, lorsqu'ils sont incorporés, les aliments traversent la barrière du corps (et même du « self ») pour devenir physiologiquement et symboliquement le mangeur lui-même. Il s'agit ici du principe de l'incorporation. L'introduction de ce principe par Paul Rozin (Rozin, 1976, 1994 ; Rozin *et al.*, 1986), mais surtout par Claude Fischler (Fischler, 1988, 1990), a participé à la transformation de la compréhension de l'acte alimentaire telle qu'elle se présentait jusque-là en sociologie et en anthropologie. « Dès lors, les pratiques alimentaires cessent d'être

lues comme des formes d'expression, d'affirmation des identités sociales, comme c'était le cas dans la sociologie de la consommation ou la sociologie des goûts, pour s'inscrire au cœur même du processus de construction de l'identité. Les dimensions cognitives et imaginaires de l'acte alimentaire deviennent alors centrales pour la sociologie du mangeur » (Poulain, 2002b, p. 174). Ainsi, on ne laisse pas entrer dans son corps et dans son « esprit » n'importe quoi, ni de n'importe quelle façon.

Il n'est pas question ici de mettre de côté des paradigmes sociologiques qui ont appréhendé l'alimentation comme un lieu d'indexation d'autres phénomènes sociaux[20] : la distinction sociale, les logiques de classe, de genre, de statut, les logiques politiques, d'hégémonie culturelle. Ainsi, les phénomènes alimentaires ont souvent servi d'exemple afin d'illustrer les effets des déterminations structurelles (la socialité) dans la vie quotidienne et dans les pratiques culturelles. Déplacer le regard vers l'acte alimentaire et les mangeurs ne veut pas dire que l'analyse des consommations alimentaires dans une problématique des rapports de classe ou de la culture de classe n'est plus pertinente. Il s'agit ici de montrer les articulations entre des déterminations sociales massives et des histoires individuelles, de faire une place dans l'analyse à cet espace laissé libre aux côtés des contraintes et qui rend possible les conduites individuelles, les choix en matière d'alimentation et les changements sociaux et culturels.

Le principe de l'incorporation renvoie au mouvement par lequel le mangeur fait franchir aux aliments la frontière entre le monde et le corps, entre le dehors et le dedans. Il s'agit ici à la fois d'une dimension réelle, matérielle, mais également d'une dimension imaginaire. Dans ce geste, le mangeur devient ce qu'il mange. Il incorpore à la fois les qualités réelles des aliments, leurs nutriments, mais également les qualités symboliques de ceux-ci (la force, l'agilité, le calme, la vigueur, le mauvais caractère, le courage) qu'on accorde particulièrement aux animaux, mais également aux plantes. Mais il s'agit également des qualités symboliques que la personne qui a cuisiné y a symboliquement déposées (soins, attention, amour, colère, frustration, etc.). Dans ce processus, le mangeur craint, redoute, croit et souvent désire s'approprier (s'incorporer) aussi les qualités symboliques d'un aliment

[20] Ou comme un exemple des effets de la socialité, des logiques de classes et de pouvoir jusque dans la vie quotidienne des individus.

selon le vieil adage « je deviens ce que je mange » par un mécanisme qui relève de la « pensée magique » et qui est très présent dans les rapports que nos contemporains entretiennent avec ce qu'ils mangent.

Symétriquement, Fischler avance que l'absorption de nourritures incorpore le mangeur dans un « système culinaire » et donc dans le groupe qui le pratique. « Les classifications, les pratiques et les représentations qui caractérisent une cuisine incorporent l'individu au groupe, situent l'ensemble par rapport à l'univers et l'y incorporent à son tour » (Fischler, 1990, p. 69). Soulignons tout de suite que nous n'emploierons pas le concept de système culinaire avancé par Fischler, parce qu'il est trop culturaliste et qu'il laisse croire à une homogénéité des pratiques culinaires, des représentations, des styles, etc. Nous lui préférerons le concept de modèle alimentaire, qui sera expliqué plus loin. Ainsi, lorsque nous mangeons, nous incorporons des normes, des règles, des conventions, des conceptions du monde et de la place des êtres et des végétaux dans celui-ci. Nous entrons en relation, prenons place dans un espace social et un ordre du discours, bref nous mangeons de la culture et de l'histoire incorporée. L'incorporation est structurante à la fois pour l'identité individuelle et collective et pour les processus d'inclusion et d'exclusion (altérité). Bien entendu, l'incorporation comporte des risques et est donc source d'angoisse; et c'est précisément au modèle alimentaire (selon notre terminologie) que revient la régulation de cette incorporation et plus globalement de l'alimentation. Voici comment Jean-Pierre Poulain, dans la même veine que Fischler, formule quant à lui cette incorporation des mangeurs dans une communauté, dans un réseau de significations.

> L'acte alimentaire est fondateur de l'identité collective et du même coup, dans un jeu d'identification distinction, de l'altérité. [...] Qu'il soit perçu comme un signe, un emblème, un symbole, l'acte alimentaire insère et maintient par ses répétitions quotidiennes le mangeur dans un système de significations. C'est sur les pratiques alimentaires, vitalement essentielles et quotidiennes, que se construit le sentiment d'appartenance ou de différence sociale. C'est par la cuisine et les manières de table que s'opèrent les apprentissages sociaux les plus fondamentaux, et qu'une société transmet et permet l'intériorisation de ses valeurs. C'est par l'alimentation que se tissent et s'entretiennent les liens sociaux (Poulain, 2002b, p. 177).

Bien que cet extrait contienne une analyse stimulante de l'acte alimentaire, il souffre encore, comme c'est le cas pour Claude Fischler, d'un certain culturalisme et opère des généralisations avec lesquelles il convient de faire preuve de prudence. Par exemple, la

conception de l'organisation des significations comme « système » pose problème. Que l'incorporation de nourriture participe d'une transmission de valeurs et de schèmes cognitifs et d'un sentiment d'appartenance, nous en convenons. Or, ce n'est pas « la société », « ses valeurs » qui se trouvent représentées dans cette transmission, mais plutôt un groupe social particulier à un moment particulier de l'histoire. Cette thèse fera montre de plus de prudence et tentera d'éviter les généralisations, qui ont tendance à soustraire des phénomènes à leurs déterminations par des rapports sociaux. On rencontrera toutefois de nombreuses manifestations du principe de l'incorporation tout au long de cette thèse.

2.3 Les ambivalences de l'alimentation et le paradoxe de l'omnivore

Les êtres humains partagent un trait commun essentiel en ce qui concerne leur alimentation : la condition d'omnivore qui, en quelque sorte, les condamne à la diversité alimentaire, car ils peuvent, et même ils doivent, quérir les nutriments nécessaires à leur survie dans plusieurs sortes d'aliments, de plantes et d'animaux. Cela ne veut pas dire que tous les groupes humains mangent de tout. Il existe bon nombre de limitations liées aux biotopes et à l'état du développement technique et économique des sociétés qui peuvent limiter ce qu'il est possible de manger dans des zones géographiques et à des moments spécifiques de l'histoire. De plus, chaque groupe social a sa définition du comestible, de ce qu'est un aliment et de ce que manger veut dire. Ainsi, même si des aliments digestes sont présents dans l'environnement, il arrive souvent qu'ils ne soient pas classés comme comestibles. Les Inuits du cercle polaire arctique par exemple ne mangent à peu près jamais de plantes et se nourrissent essentiellement de phoques et de poissons et n'éprouvent pas de problèmes particuliers liés à cette diète. D'autres groupes sociaux ne mangent que des plantes et, une fois encore, cela ne leur pose pas de problèmes physiologiques particuliers. En ces matières, il faut aussi rappeler que des processus d'adaptation physiologiques et génétiques permettent à l'organisme de certains individus de synthétiser ce dont ils ont besoin, d'une manière adéquate. Cette condition d'omnivore donne aux humains (et aux autres omnivores, dont les rats[21] et les porcs) une

[21] Dans des contextes expérimentaux, les rats utilisent eux aussi des stratégies sophistiquées afin de « traiter » le problème de la toxicité des aliments Rozin, *The selection of food by rats, humans and other animals* .

puissance adaptative extraordinaire et leur permet de se nourrir et d'habiter durablement dans des biotopes aussi radicalement diversifiés que l'Arctique, le désert du Sahara, les hauts plateaux des Andes, la jungle humide de l'Amazonie ou celle des gratte-ciels de New York ou de Shanghai. Dans le cas de ces deux mégapoles, il s'agit bien sûr d'une image, car l'approvisionnement alimentaire suppose un système alimentaire très complexe.

Mais cette condition d'omnivore, qui permet aux humains de manger un nombre beaucoup plus élevé d'aliments que ce qu'une culture déterminée reconnaît comme comestible, comporte un certain nombre de risques dont celui de manger des aliments impropres, interdits, dangereux, voire mortels. Manger requiert dès lors une régulation qui s'articule sur des systèmes normatifs et sur des représentations sociales qui circonscrivent à la fois l'ordre du mangeable[22] et les frontières de l'appartenance à un groupe. Bien entendu, nous ne considérons pas les pratiques « déviantes », qui dérogent aux normes, bousculent les interdits comme des « risques », nous montrerons d'ailleurs dans la thèse comment ces pratiques peuvent entrer en concurrence avec la norme, innover, instituer une nouvelle norme, présenter une alternative, etc. L'hypermodernité alimentaire donne d'ailleurs à voir plusieurs phénomènes d'innovation et de redéfinition des normes en matière d'alimentation (Ascher, 2005a, 2005b ; Gofton, 1995b ; James, 1994 ; Poulain, 2002a) et peut être même du système normatif lui-même.

Cette condition d'omnivore des êtres humains, pour laquelle le sociologue de l'alimentation Claude Fischler a proposé un néologisme qui est aussi le titre de son ouvrage le plus connu et diffusé, L'*h*omnivore (1990), est une condition paradoxale. Le fait qu'ils puissent (et doivent) manger une très grande diversité d'aliments pour assurer l'apport nécessaire de tous les nutriments dont ils ont besoin, oblige les humains à mettre en place des mécanismes visant la régulation d'un paradoxe au fondement de leur rapport à l'incorporation de nourriture, entre deux positions à l'opposé l'une de l'autre : la néophilie et

---

[22] De même que ces représentations sociales de manger proposent ou actualisent des programmes pragmatiques. Ces derniers visent la mise en branle d'un enchaînement d'actions, selon des modalités socialement fixées et validées à l'avance et permettant, pour dire les choses très schématiquement, d'arrimer un appétit (version socialement formatée de la faim), un ensemble de dispositifs matériels, techniques et symboliques et des aliments; le tout visant à la réplétion de cet appétit, c'est-à-dire de pouvoir manger dans un contexte précis et que cela « fonctionne » dans l'immense majorité des cas.

la néophobie. La néophilie peut se comprendre ici comme une inclination à choisir ou à essayer de nouveaux aliments et à élargir ainsi la palette des choix possibles. Ainsi, une curiosité pour la nouveauté anime une grande partie des mangeurs. La néophobie, au contraire, se comprend comme une circonspection devant la nouveauté alimentaire et la possibilité que l'aliment puisse être nocif physiologiquement et culturellement. Cela renvoie à la définition du comestible par un groupe social donné, de ce qui ne peut pas être mangé, mais qui fait parfois les délices d'un autre, par exemple : les chevaux, les insectes, les escargots, les mollusques crus, les chiens, les chats, les vers, la viande séchée et même pourrie, les abats, etc. Souvent la néophobie se manifeste par le dégoût qui est une profonde réaction de répulsion et dont Paul Rozin a montré l'origine alimentaire et buccale, même si le dégoût se manifeste pour autre chose que de la nourriture (Rozin, 1995 ; Rozin *et al.*, 1997). Rozin, comme spécialiste de la psychologie expérimentale, néglige toutefois le fait que le dégoût tire son origine surtout de l'habitus comme disposition socialement « in-corporée ».

À l'instar d'Alan Beardsworth et de Teresa Keil (1997 p. 152), nous pensons que ce paradoxe demande cependant à être complexifié, parce que les rapports aux nourritures sont structurés par d'autres ambivalences que celles générées par les tensions entre la néophobie et la néophilie. Beardsworth et Keil traduisent (en anglais) le concept de paradoxe chez Fischler par celui d'« ambivalence ». Nous garderons le concept de paradoxe pour désigner celui de l'omnivore et parlerons d'ambivalences pour désigner les trois types d'opposition complémentaires structurant les rapports des mangeurs à l'alimentation, ambivalences que les auteurs identifient comme génératrices d'anxiété. Celles-ci renvoient à des couples d'opposition plaisir-déplaisir, santé-maladie et vie-mort. À ces trois ambivalences, nous proposons d'en ajouter trois autres qui méritent selon nous une place à leurs côtés compte tenu de leur rôle structurant dans les rapports contemporains des mangeurs à leur alimentation. Cependant, nous proposons de comprendre ces ambivalences non plus comme des oppositions entre des caractéristiques positives ou négatives des nourritures, comme c'est le cas chez Beardsworth et Keil, mais plutôt comme des tensions entre des positions contrastées et avec lesquelles les mangeurs doivent composer en mettant en place des stratégies visant à donner du sens à leurs pratiques et afin d'établir des solutions (toujours contextuelles et temporaires). En d'autres mots, ces ambivalences sont en quelque sorte

complémentaires et non opposées, c'est pourquoi nous proposerons plus bas une figure récapitulative sous la forme du taiji tu (figure 2.1, page 60).

La première ambivalence renvoie à une tension et une oscillation entre plaisir et déplaisir. La nourriture peut procurer une sensation gustative agréable, du plaisir et un sentiment de plénitude (ou du moins de réplétion). Dans les entrevues, nombreux ont été les participants qui associaient fortement la nourriture avec le bonheur et le plaisir. Cependant, elle peut aussi apporter son lot de sensations désagréables, voire horripilantes. Le dégoût ou la crainte devant des aliments nouveaux (ou définis comme non comestibles) représente sans nul doute un « réflexe de protection » contre les substances ou les aliments potentiellement nocifs pour l'organisme. L'anxiété que génère le déplaisir peut aussi provenir de la crainte des effets potentiels que pourraient avoir des aliments pourtant considérés comme comestibles. C'est le cas par exemple de l'ail ou des oignons crus que plusieurs ne consomment pas de peur d'incommoder les autres avec leur haleine ou encore le cas des matières grasses considérées responsables de la prise de poids, jugée esthétiquement indésirable. Par exemple, les immigrants originaires de Chine ont en général un dégoût prononcé pour les fromages, et l'odeur d'un fromage à pâte molle (surtout les vieux) leur procure de véritables haut-le-cœur (voir annexe B.7).

La seconde ambivalence renvoie à la santé et la maladie. On comprend ici que l'alimentation est l'une des pierres angulaires de la vitalité et de la santé, et que les aliments peuvent même servir de médicament. Hippocrate, 350 ans av. J.-C., disait déjà en substance « que l'aliment soit ton premier médicament », soit pour la guérison, surtout quand il s'agit des plantes[23], soit plus encore pour la prévention des carences ou des maladies, surtout quand il s'agit des aliments. Les exemples abondent, quel que soit le groupe culturel ou l'époque, sur les vertus supposées de tel ou tel aliment et sur l'importance de l'alimentation sur la longévité, la vigueur, la santé. Par contre, ce que l'on mange peut être aussi vecteur de maladie : les toxines agissant rapidement (empoisonnement), les infections et, sur un temps plus long, les maladies chroniques et les carences nutritionnelles. La montée inquiétante de l'obésité à l'échelle

[23] Nous ne considérerons pas les plantes qui ont des vertus curatives comme des aliments, bien qu'elles entrent par la bouche. Les décoctions comme le thé et le café seront quant à elles considérées comme des aliments, cependant l'emphase a été mise sur les « solides » dans cette thèse.

mondiale, bien qu'elle ne soit pas liée uniquement à la diète, est un autre exemple du fait que les nourritures peuvent affecter la santé. « On creuse sa tombe avec ses dents », nous dit un proverbe turc. On pourrait aussi faire entrer d'autres types de phénomènes dans cette ambivalence, comme celles qui relèvent de la question des méthodes agricoles employées pour la production de nourritures. On s'interroge de plus en plus sur le rôle des intrants (pesticides, engrais chimiques), des antibiotiques et des hormones de croissance (interdits dans de nombreux pays, mais pas au Canada) dans le développement de maladies.

La troisième ambivalence renvoie à la vie et la mort. L'alimentation est essentielle à la vie, la maintient, la développe, c'est presque trivial que le dire. Mais pour consommer les animaux et les plantes en tant qu'aliments, il faut leur enlever la vie, certains parlant même de « meurtre alimentaire ». En général, le problème ne se pose pas avec acuité dans le cas des plantes. Par contre, en ce qui concerne les animaux, la chose est radicalement différente et cette ambivalence peut générer des préoccupations reliées à des problématiques éthiques à propos de la souffrance et du meurtre des animaux aux fins de consommation humaine. Les populations de confession musulmane et juive possèdent tout un système d'interdits qui régulent cette ambivalence. Les religions ont eu tendance à réguler en partie cette ambivalence en fixant des hiérarchies entre les êtres, celles qui placent l'être humain tout en haut de cette hiérarchie rendent ainsi plus légitime le meurtre animal. Les modèles alimentaires hypermodernes paraissent avoir du mal à réguler cette ambivalence. On préfère en général confier la tâche de tuer les animaux à des « experts » auxquels les mangeurs se fient, croyant que la science et la technique sauront prendre en charge la mort des animaux.

La quatrième ambivalence renvoie à la sécurité (confiance, bien-être) et l'anxiété (angoisse, insécurité). En principe la sécurité (la confiance) et l'anxiété ne sont pas des ambivalences pour Claude Fischler et pour Alan Beardsworth et Teresa Keil, puisque la cuisine, le « système culinaire », les « traditions » doivent précisément « gérer » l'anxiété générée par les ambivalences et ainsi donner confiance aux mangeurs par rapport à ce qu'ils mangent. Or, nous croyons premièrement que la régulation des ambivalences par les modèles alimentaires n'a pas pour unique but de diminuer l'anxiété ni de procurer de la confiance chez les mangeurs et nous verrons plus loin en quoi cette régulation est plus complexe. De plus, il arrive que les modèles alimentaires n'arrivent pas à résoudre l'anxiété et même que ceux-ci

soient responsables de certaines formes d'anxiété. Nous croyons ensuite que les formes de l'anxiété sont plus complexes que celle générée par le spectre de la nouveauté, du déplaisir, de la maladie, ou de la mort des animaux, on le verra par l'explication qui suit. Il est vrai cependant que la question de l'anxiété est présente dans chacune des ambivalences que nous présentons. Le modèle que nous proposons se veut une manière synthétique de représenter un ensemble de rapports complexes qui sont difficiles à isoler d'une manière « étanche ».

Cette ambivalence couvre un spectre assez large. Il conviendrait même de distinguer un niveau macroscopique et un niveau microscopique, en relevant qu'une recherche comme celle-ci est plus susceptible de rencontrer ses formes microscopiques. Au niveau macroscopique, se pose la question très large de la sécurité (insécurité) alimentaire qui, bien qu'elle ait des incidences locales, est régulée par le marché et par diverses instances institutionnelles parfois mondialisées, sinon nationales ou régionales et celles-ci, comme nous le verrons, font aussi partie des modèles alimentaires. La notion de sécurité renvoie ici bien entendu à l'accessibilité entendue à un niveau politique et social, mais aussi à une certaine « abondance » des produits alimentaires dans l'espace social alimentaire. En effet, et sans anticiper sur les effets négatifs sur lesquels nous reviendrons au cours de cette thèse, on a assisté, depuis les cinquante dernières années, à la disparition des pénuries, de la dépendance aux récoltes locales et à une situation où les commerces de produits alimentaires regorgent toute l'année d'aliments et de produits. Il s'en est suivi le développement d'un sentiment de sécurité par rapport aux nourritures (plus précisément aux approvisionnements) qui est sans précédent dans l'histoire humaine. La dimension de la sécurité comprend aussi le fait que pour être incorporés, les aliments doivent être soumis à des mécanismes qui garantissent leur salubrité et leur innocuité. Ces mécanismes sont la plupart du temps délégués à des « experts » et à des fonctionnaires. Ils sont encadrés par des lois et des règlements, des techniques et des règles de procédures « scientifiques ».

La question de l'insécurité alimentaire, au niveau macroscopique, renvoie principalement au problème de l'accès aux biens alimentaires par des populations au niveau local, régional ou national, c'est-à-dire la possibilité même d'être en mesure de produire localement des produits alimentaires pour la consommation locale par l'accès à des cultures vivrières. Actuellement, des millions d'individus habitent dans des régions qui ne cultivent

plus les denrées de bases dont les collectivités ont besoin et qui sont ainsi dépendantes des marchés internationaux et de leur instabilité (Azoulay, 1998 ; Fumey, 2007, 2008a).

À des niveaux plus microscopiques, l'ambivalence « sécurité et anxiété » prend d'autres formes, par exemple le fait de manger et cuisiner peut être source de profondes angoisses. Celles-ci ne renvoient pas seulement aux dangers d'empoisonnement, de contagion culturelle ou de développement de maladies, mais peuvent se révéler de trois autres façons. La première est celle d'un rapport problématique aux nourritures et qui recouvre des phénomènes comme la boulimie, la compensation, l'anorexie, le gavage et l'ensemble des « troubles alimentaires » dont fait partie l'obésité, un phénomène en progression dans la plupart des régions du monde. La seconde, concerne l'angoisse causée par l'insécurité alimentaire, en effet, pour ceux qui manquent de moyens pour acquérir de la nourriture, l'abondance de l'offre alimentaire n'est pas une consolation, la perspective d'une garantie d'approvisionnement, mais bien au contraire une source de marginalisation, d'angoisse. Cette angoisse est encore plus prononcée si les individus ont la responsabilité de nourrir une famille. L'insécurité alimentaire résulte donc des inégalités sociales et se manifeste par l'insuffisance des ressources financières et la précarité des conditions de vie[24]. La troisième est plutôt liée au travail culinaire. Ainsi, sans vivre une situation d'insécurité alimentaire, l'obligation sociale de préparer des repas tous les jours peut également être une source d'anxiété. Si pour certains (plutôt certaines), planifier les repas est une source de plaisir, de bien-être, sinon une tâche « fonctionnelle » plus ou moins mécanique, mais intégrée dans une routine, pour d'autres cette planification est un casse-tête à cause de ressources limitées : temps, argent, compétences culinaires, cuisine trop petite et non fonctionnelle ou encore absence à peu près totale de lieux adéquats afin de cuisiner (populations déplacées, phénomènes d'itinérance, etc.).

On le voit, cette ambivalence (pour être plus juste on devrait parler d'ambivalences au pluriel) prend diverses formes et dimensions, et certaines sont beaucoup plus graves et ont plus de conséquences sur la santé de populations entières que d'autres. Cependant, afin de faire valoir une dimension de ce paradoxe pour notre recherche, insistons sur le fait qu'avant

---

[24] Ce qui inclut le fait d'habiter dans un « désert alimentaire » et qu'il faut se déplacer sur de longues distances afin de se procurer de « véritables » aliments, rendant ainsi l'accès (spatial cette fois) à ces aliments encore plus problématique.

de pouvoir être incorporés, les aliments (même ceux qui ont préalablement été définis comme comestibles) doivent passer par un travail culinaire afin d'acquérir des caractéristiques familières qui sécuriseront les mangeurs en les incorporant du coup dans un groupe social.

Cette ambivalence donne lieu à la mise en place de régulations qui nous intéressent particulièrement pour analyser les pratiques culinaires des populations migrantes. Il s'agit ici du « principe des saveurs » et des règles de cuisine[25] (technique, savoir-faire, recettes) établies souvent de longue date et renvoyant à des cultures alimentaires localisées, mais aussi à des stratégies d'appropriation; ce principe et ces règles ont pour effet de produire une neutralisation efficace et quasi indiscutable de cette ambivalence ainsi que de la néophobie. Ce principe est lié aux propriétés gustatives et organoleptiques « objectives » des aliments, mais surtout au fait que ces saveurs sont objectivées dans des aliments par un traitement particulier (les techniques culinaires) et par une représentation de « ce qui est bon pour nous » ou « pour moi ». Ce principe est associé à un style alimentaire culturellement et localement marqué, généralement lié à une tradition, un savoir-faire, une histoire locale ou même familiale. À titre d'exemple, on peut citer l'aigre-doux, le salé-sucré, le vinaigré, le fermenté, l'épicé, etc. Le concept de « principe des saveurs » permet de comprendre des dynamiques de rétention ou d'appropriation culturelles. Cette appropriation renvoie aux mécanismes selon lesquels de nouveaux aliments, ou même de nouveaux plats, pourront être incorporés au répertoire d'un individu, d'une famille ou d'un groupe particulier par des techniques culinaires spécifiques, par l'adjonction d'épices, de condiments ou de traitements qui viendront « enrober » cet aliment de caractéristiques familières et qui lui donneront une place légitime dans la hiérarchie des choses « mangeables » (Rozin, 1976), confortant ainsi la confiance des mangeurs à l'égard de ce qu'ils incorporent; cela dans le but, d'une part, d'éviter les risques de contaminations culturelles (par exemple en utilisant de la viande halal dans la préparation du « pâté chinois[26] ») et, d'autre part, de marquer, chacun à sa manière, son ouverture envers les aliments ou les plats des autres

---

[25] La dimension culinaire du modèle alimentaire.

[26] Le « pâté chinois » a été désigné comme le « plat national » du Québec, devant la poutine, dans le cadre d'un concours organisé par le journal Le Devoir en 2008. Il constitue, selon les données préliminaires dont nous disposons, l'un des plats favoris des enfants des immigrants, qui le « découvrent » entre autres à la garderie ou chez leurs petits amis. Son côté doux, sucré et simple a sans doute de quoi ravir les jeunes palais et les bouches à la recherche de douceur.

mangeurs et des autres cultures de l'espace social alimentaire. Cela produit une « familiarité » de l'acte alimentaire quotidien et les mangeurs se méfient beaucoup moins du contenu de l'assiette, ils sont en terrain connu. Bien entendu, le principe des saveurs n'est pas le seul mécanisme qui facilite l'appropriation de nouveaux produits ou de nouvelles saveurs et nous montrerons tout au long de cette thèse plusieurs de ces mécanismes. Cependant, l'intérêt du principe des saveurs est qu'il est intégré aux modèles alimentaires et qu'il agit comme une régulation de cette ambivalence.

Nous verrons à la section 6.2 que l'une des conséquences de l'insécurité alimentaire est la fréquentation des banques alimentaires. Pour des immigrants, cette situation est problématique à plusieurs égards. Bien souvent, les aliments disponibles dans les banques alimentaires sont inusités pour eux ou ne correspondent pas à leur définition de ce que sont de véritables aliments. Le travail de la cuisine devient alors important afin de transformer ces produits en préparations familières, en repas dont nous verrons l'importance pour l'identité familiale, son unité.

La cinquième ambivalence renvoie à la marchandisation et aux soins attentionnés ou, toujours selon le même paradigme, mais déclinant d'autres dimensions, à l'alimentation industrielle et la préparation artisanale ou à la fonctionnalité et l'expressivité. Par marchandisation-industrialisation, nous entendons surtout l'ensemble des produits alimentaires transformés et préparés par les diverses industries alimentaires, l'industrie de la restauration, mais aussi l'ensemble des dispositifs techniques destinés à gagner du temps ou à diminuer l'effort physique. L'offre alimentaire regorge de produits prêts à l'emploi qui réduisent le travail culinaire souvent à l'essentiel : faire réchauffer le produit. Le congélateur et le four à micro-ondes ont également profondément transformé l'alimentation et le travail domestique en produisant un relâchement considérable des contraintes de la production de repas cuisinés quotidiennement à partir de produits frais. Nous entendons aussi que les aliments et les produits alimentaires sont des marchandises objectivées de la sorte par le système alimentaire. D'autre part, l'alimentation et plus précisément la cuisine font partie du domaine des soins attentionnés, généralement dévolu aux femmes. Le travail culinaire y est perçu comme ayant un rôle architectonique pour la famille, comme un médium de transmission d'émotions à la fois très fortes et structurantes, pour les individus et pour le

groupe, dont l'amour est sans doute la métaphore la plus puissante, mais génératrice d'ambivalences à son tour. Préparer soi-même un repas, faire plaisir, prendre soin, être attentif aux désirs et aux besoins des proches sont des dimensions intimement liées à l'acte culinaire et de manger[27], mais que de puissantes contraintes, des rapports de pouvoir et des opportunités d'émancipation viennent remettre en question ou rendre problématiques. La littérature documente assez bien l'inconfort voire la franche hostilité des femmes (mais aussi des hommes, mais pas toujours pour les mêmes raisons) pour les produits « prêts à manger » qui sont vides de significations. De plus, une tension est souvent palpable entre la dimension industrielle de l'alimentation et une dimension « fait à la main », « à la maison ». On verra cette ambivalence à l'œuvre tout au long de cette thèse, sans être nommée explicitement, y compris par nous. Elle se manifeste dans diverses dimensions des pratiques alimentaires et des significations que les immigrants donnent à ces pratiques.

La sixième et dernière ambivalence renvoie à l'identité et l'altérité (individuelle et du groupe) ou, présentée autrement, au lien social communautaire et la « contagion culturelle ». Incorporer l'essence de quelque chose et la transposer ou la transporter dans « l'essence de soi » n'est pas un processus qui se limite à un individu, mais s'applique à tous les mangeurs de cet aliment (qui en général se conceptualise comme aliment correctement préparé). Comme le fait remarquer Saadi Lahlou, « on comprend aussi comment le partage alimentaire peut créer une identification au groupe. En effet si plusieurs individus incorporent la même substance, ils auront également en commun les éléments assimilés : c'est ce qui est réalisé dans de nombreux rites initiatiques. Car cette transmission implique que chaque mangeur et la substance alimentaire vont avoir à l'issue du processus, certains traits identiques » (Lahlou, 1994, p. 113-114). Manger la même chose produit en quelque sorte une consubstantialité entre le mangeur, ce qu'il mange et les autres qui mangent la même chose que lui et qui forment ainsi une communauté. Cette communauté peut être de longue ou de courte durée, le temps d'un repas partagé; elle est réelle et imaginaire.

---

[27] Vouloir le bien d'autrui, demander obéissance, attendre de la reconnaissance et que les membres d'une famille s'aiment les uns les autres sont déjà en soi des actes ambivalents.

Mais cette communauté n'en est pas qu'une de mangeurs, mais d'individus qui partagent des caractéristiques et des traits communs. Si l'incorporation (et son principe d'ordre magique) entraîne le partage d'une certaine identité et d'un lien social au sein d'un groupe, elle entraîne aussi une altérité souvent irréductible avec ceux qui ne mangent pas la même chose ou qui refusent d'en manger, « les autres ». En d'autres mots, le partage de ces traits communs est une commensalité et elle repose sur des principes d'inclusion et d'exclusion.

Nous l'avons vu, l'incorporation de nourriture procède d'une double logique : incorporation physico-chimique d'aliments nécessaires à la survie de l'organisme et incorporation du mangeur dans une communauté. Cette pénétration en soi des aliments et des caractéristiques socioculturelles de groupes sociaux fait l'objet d'habitudes, de rituels, de normes qui, intégrées dans un modèle alimentaire, régulent les ambivalences de l'alimentation dont celle de l'altérité : celle des aliments qui pénètrent en soi et qui ne sont pas soi[28], et celle des autres groupes présents dans l'espace alimentaire et qui ne mangent pas comme soi (ou comme nous) ou même celle de la personne qui a préparé le repas. « Cela conduit d'abord à définir l'autre dans toute sa pluralité, mais aussi à imaginer des moyens de gérer cette frontière et cette rencontre, cet échange avec l'altérité » (Corbeau, 2000c, p. 284). Jean-Pierre Corbeau énumère cinq formes de la représentation de cette altérité liée à l'acte de manger. Nous en retiendrons quatre : comme aliment (corps étranger), comme groupe responsable de la présence de cet aliment, comme celle ou celui qui l'a cuisiné et, comme celui qui est autorisé à partager la nourriture.

La figure 2.1 ci-dessous résume les ambivalences de l'alimentation sous la forme d'un taiji tu afin d'indiquer que les dimensions situées d'un côté ou de l'autre du taiji tu ne sont pas en opposition, mais plutôt en complémentarité. Ainsi les mangeurs doivent négocier avec ces ambivalences selon les circonstances, des dispositions, des occasions, des contraintes, les moments de la « carrière » des mangeurs, etc.

---

[28] Pour Jean-Pierre Corbeau, manger devient alors un acte de métissage en soi puisqu'il permet la rencontre et la cohabitation symbolique de soi et de l'autre (Corbeau, 2000c, p. 284).



Figure 2.1 *Les ambivalences de l'incorporation de la nourriture*

2.4 Les saveurs : sensation, perception, sémiotisation

Si l'alimentation, manger et cuisiner ne sont possibles ou en tout cas ne sont sociaux que par la médiation des modèles alimentaires, qui restent encore à définir, et que pour le mangeur le principe de l'incorporation est central dans son expérience de manger, mais aussi dans la structuration de son identité, nous n'avons pas encore discuté de la question du goût. Il ne s'agit pas ici du goût dans le sens d'une disposition acquise et qui se manifeste dans un « style de vie » et dans des jugements de goût, mais plutôt comme sensation et comme sémiotisation. Le goût est toutefois envisagé sous l'angle de sa construction sociale et de sa signification. Nous verrons, dans la thèse, la centralité de ce sens (dont participe bien entendu l'olfaction) dans l'incorporation des nourritures, dans le travail culinaire et dans la construction de la comestibilité. Il est la condition de la construction sociale de la saveur.

À propos du goût, Matty Chiva remarque qu'à côté des modalités sensorielles de la gustation et de l'olfaction, des perceptions thermiques, de textures, de volumes, d'images ou de sons qui contribuent à la construction de la saveur d'un aliment (et obéissent à des règles de fonctionnement qui leur sont propres), l'ensemble de ces perceptions, soit un goût, constitue bien plus que la somme de ses parties. En somme, le goût est l'interaction neurophysiologique de ces diverses modalités sensorielles, mais implique également l'attribution d'un sens à ces perceptions.

> Ce dernier aspect, l'octroi d'une signification, est fondamental, et c'est ce qui marque, pour résumer, le passage de la sensation à la perception : la sensation est le message, le signal envoyé par l'organe des sens; la perception est la lecture de ce signal, sa traduction, l'attribution d'une signification à chaque message et à des ensembles de messages. Or, la perception, qui est sémiotisation, octroi de signification aux données, se fait grâce aux apprentissages et aux expériences personnelles. [...] Ces apprentissages interviennent à des niveaux différents et font notamment le pont entre ce que nous sommes, d'un point de vue biologique, et ce que nous devenons, d'un point de vue social et culturel (Chiva, 1992b, p. 162-163).

Ainsi, on apprend par exemple non seulement que quelque chose (un plat, un met, une préparation) est salé, sucré ou épicé, mais, plus précisément, qu'il l'est juste ce qu'il faut « pour moi » ou « pour nous » : famille, groupe social particulier, ville, région. Avaler quelque chose, s'il constitue un acte personnel, n'en est pas moins un acte social, car il est le résultat d'un apprentissage d'une saveur qui est bonne « pour moi » ou « pour nous », et cet

acte « signe, en quelque sorte, l'entrée dans une communauté, dont un des marqueurs principaux est le marqueur alimentaire » (ibid., p. 164).

On comprend dès lors qu'au-delà des mécanismes de stimuli-réponse, il y a des mécanismes de nature sociale et culturelle qui neutralisent les effets physiologiques de certaines perceptions pour leur donner des qualités désirables (Farb et Armelagos, 1980, p. 31). Nous avons appris à consommer et à apprécier certaines substances qui sont pourtant irritantes ou même répulsives, c'est le cas par exemple du café, des épices fortes et « piquantes », de l'alcool, des saveurs amères, etc. En d'autres mots, la reconnaissance, l'appréciation d'un goût, d'une saveur, est moins matière de sensation que de perception et cette dernière suppose une interprétation (Harbottle, 1997b, 2000 ; Lalonde, 1992). Ce qui est donc transmis dans une saveur, c'est une normativité, mais aussi « la définition même de ce qu'est un aliment dans un contexte social et culturel donné » (Chiva, 1992b, p. 164).

Cela revient donc à dire qu'en regard de la sélection des aliments et de leur préparation, les modèles sociaux culturels (actualisés dans des modèles alimentaires pour la nourriture) jouent un rôle décisif. Ce qui précède ne veut pas dire que la dimension physiologique de notre expérience du monde et de notre propre corps ne compte pas dans notre expérience et nos pratiques alimentaires, bien au contraire, mais nous soutenons que chez les humains et à cause de la spécificité de leur expérience du monde, les dimensions biologiques et physiologiques sont recomposées, subsumées par la socialité, la culture et les médiations symboliques. Cela n'enlève rien au fait que la sensation est un déclencheur puissant, mais elle ne reste qu'un message chimique tant qu'elle ne met pas en branle l'univers symbolique, la mémoire, les émotions, et l'ensemble d'un groupe social qui reconnaît (avec le mangeur) cette saveur comme familière ou non.

2.5 L'espace social alimentaire transculturel

Nous l'avons montré dans la problématique, on ne peut incorporer vitamines, minéraux et nutriments que par le truchement d'aliments préalablement cuisinés qui, s'ils possèdent une indéniable dimension physico-chimique, n'en possèdent pas moins une dimension

socialement construite qui place ces aliments dans une hiérarchie des choses mangeables et leur assigne une place dans un système de significations. Bien que cette caractéristique fondamentale de l'alimentation humaine ait un caractère universel, les contenus signifiants et les formes concrètes que prennent les rapports des groupes sociaux à l'alimentation varient entre les sociétés, les cultures et dans l'histoire. À l'intérieur même d'une société, ces contenus et ces formes donnent lieu à divers processus de différenciation sociale basés sur les classes sociales, la région, le genre, l'âge, l'ethnie, la religion; ces processus se modifient dans le temps. L'alimentation est intimement liée à la formation de l'identité durant la socialisation primaire. Elle est une composante importante des mécanismes qui permettent l'entrée de l'enfant dans une communauté. L'alimentation est importante également dans la reproduction ou les transformations de l'identité tout au long de l'existence des individus. Elle signe aussi une forme de rapport au monde, une manière de le construire comme monde mangeable, de lui donner une saveur et une épaisseur. L'alimentation répond également à des impératifs normatifs et moraux de même qu'elle repose sur un ensemble de représentations qui structurent l'horizon des choses mangeables, des moyens de se les procurer, de les préparer, de les manger, de les partager, avec qui et dans quel contexte. Immigrer dans un autre pays peut entraîner des bouleversements dans l'ensemble de ces dimensions et des recompositions de nouvelles formes.

L'alimentation humaine est soumise à deux séries de contraintes. L'une est de nature biologique et est liée au statut d'omnivore. L'autre concerne les contraintes écologiques du biotope dans lequel vivent les groupes sociaux, mais qui ont tendance à être remplacées par des contraintes économiques (au sens large du marché) dans les sociétés industrielles. Au sein de ces dernières, ces contraintes écologiques tendent aussi à se réduire du fait de l'accroissement de la maîtrise technique sur la nature[29], de la spécialisation de l'agriculture et de l'élevage à l'échelle du globe ainsi que du développement de systèmes de transports globalisés qui assurent une circulation planétaire des aliments et des produits alimentaires (Beardsworth et Keil, 1997). Cependant, ces contraintes, aussi puissantes soient-elles, laissent aux acteurs sociaux et aux mangeurs une marge de liberté, souvent mince, mais toujours

[29] La réduction des contraintes du biotope par la médiation du marché et de ses règles tiendra aussi longtemps que les types de productions du système alimentaire n'auront pas détruit les conditions mêmes de cette « autonomie » artificielle, c'est-à-dire par la destruction des milieux, des habitats, de la fertilité des sols, etc.

présente. Empruntant le concept d'*espace social* à Georges Condominas (1980), Jean-Pierre Poulain nomme « cet espace de liberté et cette zone d'imbrication entre biologique et culturel » (Poulain, 2002a, p. 25) un espace social alimentaire. Nous adopterons ce concept en le définissant avec un peu plus de précision que ne le fait Jean-Pierre Poulain qui se concentre plutôt sur la définition des modèles alimentaires.

Ce concept est celui qui permet le mieux de saisir l'ensemble des phénomènes liés à l'alimentation dans la mesure où ceux-ci sont des produits des rapports sociaux. C'est un concept proprement sociologique parce qu'il circonscrit un ensemble d'interactions sociales dans un champ, ou plutôt une pluralité de champs dont la logique d'ensemble complexe est de faire circuler des aliments, des produits, des règles, des normes, des représentations, des intérêts, des techniques, des savoir-faire. L'ensemble de ces éléments viendront se cristalliser localement dans des modèles alimentaires qui articuleront un ensemble de dimensions les unes aux autres d'une manière plus ou moins cohérente. L'intérêt de ce concept réside entre autres dans le fait qu'il permet de dépasser une définition « culturaliste » ou économique des phénomènes liés à l'alimentation. Il permet aussi de concevoir les dimensions à la fois matérielles et immatérielles de l'alimentation et les différents branchements qui s'opèrent dans un lieu précis, entre des espaces géographiques et entre des construits sociaux de divers types (lois, règlements, symboles, discours, etc.). Ainsi, un espace social alimentaire n'est pas lié à un territoire bien qu'on y assiste presque toujours à des phénomènes territoriaux ou de territorialisation (construction d'une cuisine locale ou nationale, d'un terroir, d'une identité, d'un style culinaire). Si parfois nous parlerons de l'espace social alimentaire québécois ou montréalais, ce n'est que pour cerner géographiquement un lieu où un ensemble d'interactions sociales se produisent et pour souligner que cet espace a des particularités dont les paramètres varient grandement selon l'histoire, le biotope, l'état des rapports de force dans la société, son degré de développement économique, etc., mais dont il est possible de circonscrire certaines particularités. Par exemple, il apparaît assez clairement que l'espace social alimentaire n'est pas le même à Val-d'Or et à Montréal non seulement parce que l'offre alimentaire y est différente, mais surtout parce que les acteurs en présence ne sont pas les mêmes. Cependant, il demeure périlleux de vouloir rabattre ce concept sur un territoire, car ce concept dépasse la seule notion d'espace géographique au sein duquel se développeraient des pratiques alimentaires et des

modèles alimentaires. Toutefois, lorsque nous feront coïncider un espace social alimentaire et un territoire géographique, ce sera à titre analytique afin de circonscrire un lieu physique où circulent les mangeurs et où ils sont en contacts de diverses manières avec des aliments, des produits alimentaires, des discours médiatiques ou artistiques, des techniques culinaires, d'autres modèles alimentaires, etc. Nous insistons, un espace social alimentaire est un espace où se déploient des rapports sociaux et où circulent des produits et des discours. Cet espace est concrètement et virtuellement branché sur l'ensemble des autres (avec plus ou moins d'intensité ou de densité de réseaux), et il est difficile de circonscrire des frontières réelles ou symboliques.

Cependant, bien que dynamique, issu de processus historiques locaux, nationaux politiques, sociaux, de branchements et de circulation dorénavant planétaire, un espace social alimentaire se caractérise par le fait que des modèles alimentaires se déploient en son sein. Ce sont ces modèles alimentaires qui le localisent et qui font sa spécificité en quelque sorte, sa « saveur locale », bien qu'encore une fois les dynamiques contemporaines de l'alimentation contribuent à multiplier les interactions entre les modèles alimentaires et à rendre leurs spécificités plus difficiles à isoler.

Cet espace en est un de rencontres et de circulation de modèles alimentaires, ce qui inclut entre autres des aliments, des techniques, des styles culinaires, des discours (diététiques, gastronomiques, médicaux, etc.) et bien entendu des mangeurs. Il est donc transculturel quasiment par définition selon plusieurs logiques : transgénérationnelle, historique et de métissage (appropriation réciproque différenciée) pour nommer les principales. Une logique transgénérationnelle : dans la mesure où les pratiques alimentaires de diverses générations sont simultanément présentes et qu'elles peuvent être fort différentes les unes des autres. Une logique historique aussi : parce que cet espace présente des éléments sédimentés de l'histoire « alimentaire » sur le temps long. Enfin, une logique de métissage : parce que les aliments, les techniques, les recettes, les styles culinaires sont le résultat d'un « brassage », d'un « mélange » ou tout au moins d'une coconstruction réciproque dans le temps et dans l'espace. Parfois les espaces alimentaires se transforment lentement, ce qui donne aux acteurs sociaux (aux mangeurs) l'impression d'une certaine permanence et d'une certaine étanchéité de l'espace social alimentaire.

D'autres fois, les changements se font brusquement ou plus rapidement selon les conjonctures. Par exemple, il est indéniable que l'Exposition internationale de Montréal de 1967 (Expo 67) a eu un rôle majeur et durable sur la transformation des modèles alimentaires au Québec en général, mais à Montréal en particulier, en mettant des centaines de milliers de visiteurs en contact avec des nourritures et des saveurs inusitées. Dans les mêmes années, aux États-Unis, le mouvement contre-culturel était porteur d'une contestation de « l'ordre alimentaire » et particulièrement de l'importance et du rôle des industries alimentaires dans la structuration de l'offre et des pratiques alimentaires. On y découvrait également les modèles alimentaires issus entre autres de l'est de l'Asie déjà présents dans l'espace social alimentaire, mais confinés à des ghettos ethniques (Levenstein, 1988, 2003). La conjoncture, faite d'une immigration intense et continue, d'une circulation transnationale des individus (visites des familles dispersées, tourisme, affaires) et d'une ouverture des marchés à l'échelle mondiale, approfondit les logiques de métissage, tout en augmentant la circulation des aliments, des styles alimentaires, des discours.

Cela n'empêche pas qu'il y ait également des logiques hégémoniques à l'œuvre, qu'elles soient le fait de groupes en particulier, d'intérêts économiques (par exemple les industries alimentaires) et politiques, de rapports interculturels et interethniques, d'une construction imaginaire (et qui se voudrait homogène) de la nation, etc.

À titre d'exemple, et pour ne s'en tenir qu'aux liens entre les phénomènes migratoires et les transformations de l'espace social alimentaire et des modèles alimentaires, nous avons vu que l'immigration au Québec est un phénomène de longue date et quelle prend aujourd'hui d'autres formes que celles qu'elle a eues jusque dans les années 1960. Ainsi, tout au long du 19e siècle et du 20e siècle, de nouveaux arrivants n'ont cessé de converger vers le Québec, élisant domicile la plupart du temps sur l'île de Montréal. De nombreux quartiers de la ville de Montréal portent l'empreinte de cette immigration où certaines communautés se sont fortement implantées. Toutefois, la composition démographique et ethnique des quartiers de Montréal s'est profondément transformée sous l'effet, d'une part, du départ des populations primo-arrivantes et de leurs enfants vers d'autres quartiers et d'autres villes et, d'autre part, de l'arrivée de nouveaux immigrants. Ainsi, des quartiers aux frontières ethniques, religieuses et culturelles assez bien délimitées des années 1940-1970, évoqués dans les romans de

Mordecai Ritchler et particulièrement dans « Rue St-Urbain », revêtent aujourd'hui des contours plus imprécis. « Les migrations intérieures, tant sociales, linguistiques qu'ethniques, et l'évolution des mentalités ont en effet modifié le lien identitaire intime qu'entretenaient les Montréalais avec leur rue ou leur quartier. Entre le quartier Saint-Louis des Portugais des années 1960 et le Plateau gentrifié, entre le Parc-Extension des Grecs des années 1950 et celui des Indo-Pakistanais, entre La Petite-Patrie des Canadiens français et celle des Latino-Américains, les environnements ont changé radicalement » (Leclerc et Pires, 2003 p. 1).

Tout au long du 20e siècle, les communautés italiennes, grecques, portugaises, juives, irlandaises, syro-libanaises et arméniennes ont marqué l'espace social alimentaire en y apportant certains de leurs mets, de leurs aliments et de leurs techniques de préparation ainsi que leur « principe des saveurs ». Ils ont tenu, et tiennent toujours, des restaurants, des supermarchés et des marchés d'alimentation spécialisés. Le destin du Smoked Meat à Montréal vaut la peine qu'on s'y arrête, car il est exemplaire de certaines dynamiques de l'espace social alimentaire. Pour ce qui est des pratiques alimentaires, la religion juive a des interdits et des normes qui participent fortement à la structuration de l'identité juive. Les Juifs ont leurs propres réseaux d'approvisionnement kasher ainsi que leurs propres abattoirs et boucheries. Apporté par des Juifs de la diaspora de l'Europe de l'Est au tout début du 20e siècle, le « smoked meat », ce sandwich à la viande fumée servi entre deux tranches de pain de seigle (un pain très répandu dans les cultures slaves) est rapidement devenu, avec le Bagel, un des marqueurs de l'identité de la communauté juive pour les autres communautés, mais également un des symboles de la ville de Montréal. Plusieurs restaurants, les « Déli », offrent des « Smoked Meat à la Montréalaise », mais aucun n'a la popularité mondialement reconnue du restaurant Schwartz's situé sur la rue Saint-Laurent et qui est devenu l'un des attraits touristiques importants de la ville. Notons au passage la dimension non seulement transculturelle de ce met, mais aussi sa dimension « transclasses » surtout dans sa version publique : dans cet établissement, des individus aux statuts très différents se côtoient dans une rare promiscuité. Le « Smoked Meat » a migré entre autres vers la littérature (*Barney's Version* de Mordecai Richler, *L'hiver de force* de Réjean Ducharme, *L'amour à Milwakee* d'Alain Gerber), vers le monde sportif où il fait partie, avec les « pretzels » (apportées par des immigrants allemands et suisses aux États-Unis), du menu offert dans les stades de

baseball professionnel américains et, bien sûr, dans les industries alimentaires qui s'en sont emparées et qui offrent des versions à réchauffer dans l'eau bouillante.

Ainsi, de nombreux plats et manières de les préparer apportés par les immigrants (devenus ensuite des « communautés diasporiques ») font maintenant partie du répertoire culinaire du Québec. Notons, pêle-mêle : les pâtes alimentaires (comme met principal), la pizza, les pitas, les olives, l'usage des légumineuses autres que les fèves blanches (les « bines »), le couscous, les baklavas, les tacos, les bagels, les ragoûts irlandais, etc. Les communautés immigrantes issues des Îles britanniques, présentes en très grand nombre avant les années 1980, ont aussi laissé des traces dans ce répertoire (l'assiette de steak, de patates et de petits pois, qui fût si longtemps un des plats les plus servis au Québec), ainsi que dans les techniques de cuisson et dans la temporalité alimentaire (Grappe, 2003).

Plus largement encore, le Québec est une société de l'Amérique du Nord et les influences de notre voisin du sud, les États-Unis, ont toujours été importantes. Ainsi, l'influence des modèles alimentaires américains ont aussi été marquantes pour la configuration des nôtres, ne serait-ce que par la diffusion d'une certaine absence de rigidité et une individualisation dans les rapports à l'alimentation, une perméabilité aux phénomènes de mode et la présence importante de ses produits alimentaires de masse (condiments et aliments préparés), des industrie alimentaires et de leur publicité largement incorporés dans la culture populaire depuis plus d'un siècle dans la plupart des « foyers québécois ».

En résumé, l'espace social alimentaire est un concept qui permet de comprendre à la fois l'intégration des mangeurs autour de marqueurs et pratiques alimentaires qu'ils se sont historiquement, matériellement et symboliquement appropriés, mais aussi les logiques de différenciation multiples, par exemple les cultures de classe, les groupes d'âge, les groupes ethniques (communautés culturelles), le genre, etc. Caractérisé par la circulation, par la polysémie, mais aussi par des logiques hégémoniques, il est l'espace dans lequel se déploient des modèles alimentaires. Il convient maintenant de définir brièvement ces derniers.

2.6 Les modèles alimentaires

Nous avons vu aussi que l'alimentation comporte une série d'ambivalences et de paradoxes qui appellent la mise en place de régulations visant à réduire les angoisses et les anxiétés liées à ces ambivalences (Beardsworth et Keil, 1997), mais aussi à faire cheminer les aliments jusqu'aux mangeurs, à donner du sens à l'acte de manger, de même qu'à insérer les mangeurs (et plus globalement les acteurs sociaux) dans une communauté (Fischler, 1990 ; Lahlou, 1994), selon une normativité socialement différentiée et dont les formes de ces communautés varient selon les contextes[30]. Ces régulations, normes, pratiques et représentations sont mises en relations dans ce que nous nommerons, à l'instar de Jean-Pierre Poulain (Poulain, 2002a, 2002b), des modèles alimentaires, qui se déploient dans un espace social alimentaire. Il s'inspire de la conception de Marcel Mauss des phénomènes sociaux totaux (nous avons démontré dans la problématique que l'alimentation relève assurément de ce type de phénomènes) et de la théorisation que Georges Gurvitch propose de ces phénomènes sociaux totaux, toujours dans la foulée de Mauss, comme étant constitués de « paliers en profondeurs ». Poulain propose de découper cet espace social alimentaire en six dimensions articulées entre elles : l'espace du mangeable, le système alimentaire, l'espace du culinaire, l'espace des habitudes de consommation, la temporalité alimentaire et l'espace de différenciation sociale. Vouloir analyser en détail chacune de ces dimensions une par une, et *a fortiori* toutes à la fois, est un projet qui demanderait une équipe de recherche avec beaucoup de moyens et sur une assez longue période de temps. L'avantage ne serait-ce que d'une présentation succincte est de permettre une clarification et des distinctions conceptuelles dont il convient de tenir compte dans l'analyse des phénomènes alimentaires.

Cependant, avant de commencer la présentation de l'appareil conceptuel inspiré des travaux de Jean-Pierre Poulain, nous désirons faire quelques commentaires et préciser les modifications et les ajouts que nous désirons y apporter, afin de clarifier les concepts employés et de nous approprier ce modèle. Il nous semble que cet auteur fait un usage un peu

---

[30] Il ne s'agit pas ici toujours de communautés « réelles ». Il ne faut pas négliger le caractère symboliquement construit et imaginaire des communautés. En d'autres mots, le concept de communauté renvoie aussi à une représentation à plusieurs niveaux de son « unité » et de ses caractéristiques, et les pratiques alimentaires peuvent être mobilisées à cette fin.

abusif de la notion d'espace, non seulement dans ce modèle, mais aussi lorsqu'il parle des phénomènes de créolisations, cette notion perdant alors de sa force heuristique. Si cette notion d'espace s'applique très bien à l'ensemble des rapports, des interactions sociales et des discours (politiques, économiques, culturels, identitaires, techniques, culinaires, etc.) qui structurent l'horizon alimentaire par delà la notion souvent imprécise, insuffisante et polémique de culture, il n'est pas aisé de concevoir des « espaces dans l'espace », même si cet espace est chez Poulain à la fois discursif et géographique. Nous l'avons mentionné plus haut, l'espace social alimentaire est constitué entres autres de modèles alimentaires, eux-mêmes constitués de six dimensions dont quatre d'entre elles sont, selon lui, des « espaces » : l'espace du mangeable, du culinaire, des consommations et de la différenciation sociale. L'auteur explique cette conceptualisation en précisant qu'il faut concevoir les modèles alimentaires comme des dimensions imbriquées les unes dans les autres à la manière des poupées gigognes. Selon nous, cette conceptualisation sous forme d'espaces emboîtés apporte plus de confusion que de clarté. Cependant, ici notre critique tient plus de la forme que du fond.

Par exemple, affirmer qu'il y a dans les modèles alimentaires un (ou des) espace(s) de différenciation sociale ne nous paraît pas adéquat conceptuellement. Il nous paraît plus approprié de dire que l'espace social alimentaire est parcouru par des logiques à la fois d'intégration et de différenciation et non que ces logiques ou ces processus en constituent des « espaces » particuliers. C'est pourquoi nous ne retiendrons pas cette dimension (ou cet espace, pour reprendre son vocabulaire) comme une dimension constitutive des modèles alimentaires.

De même, « l'espace du mangeable » nous semble procéder de phénomènes de classification (au sens cognitif du terme) et d'une détermination d'un horizon (au sens phénoménologique du terme). Nous proposons de le remplacer par celui de *détermination du comestible* afin de rendre compte de ces deux dimensions.

L'espace des habitudes de consommation, quant à lui, renvoie plutôt à l'ensemble des modalités de la consommation alimentaire au sens strict de prise alimentaire. On peut effectivement montrer que ces consommations ont lieu dans des espaces précis : la maison, le travail, les restaurants, etc. On peut encore découper ces espaces plus finement : la cuisine, la table, le tapis, le plat, les places de chacun autour de la table, et l'on pourrait aussi dire que le

repas est un espace. Cependant, le repas est aussi une des formes des modalités (très chargées socialement et symboliquement) de l'incorporation et possède une très forte charge de normativité en ce qui concerne les lieux dans lesquels il doit s'effectuer. Afin d'éviter de trop multiplier les espaces imbriqués les uns dans les autres et de souligner que les produits alimentaires sont aussi des produits de consommation, nous proposons, pour éviter toute confusion, de nommer cette dimension des modèles alimentaires (qui traite de l'incorporation proprement dite) : formes et contextes de l'incorporation.

En ce qui concerne l'espace du culinaire, il nous semble qu'il serait plus pertinent de nommer cette dimension la dimension culinaire. Cette dernière couvre à notre avis un champ plus large que celui défini par Poulain.

Pour le reste, nous conserverons les noms de catégorie donnés par Poulain, à savoir : le système alimentaire et la temporalité alimentaire, qui nous paraissent parfaitement adaptés. Nous formulerons des commentaires plus précis sur les ajouts, les nuances ou les critiques que nous désirons apporter à ce cadre théorique dans chacune des sections présentant les dimensions constitutives des modèles alimentaires. Nous désirons aussi ajouter deux dimensions supplémentaires à ce cadre théorique : la dimension discursive (les discours) et celle des politiques publiques en matière d'alimentation.

2.6.1 La détermination du comestible

Cette dimension renvoie à l'ensemble des choix que font les collectivités parmi tous les produits comportant une charge nutritive et qui sont présents dans leur biotope. Dans tous les cas, il existe une gamme beaucoup plus large de produits disponibles dans le biotope, ou qui pourraient y être implantés, que de produits effectivement sélectionnés par les groupes sociaux dans un espace géographique et social alimentaire donné. « L'espace du mangeable recouvre l'ensemble des règles qui concourent à la définition sociale d'un aliment. Il est ce par quoi une collectivité humaine signe sa connexion à la nature. Le processus de construction sociale de l'identité alimentaire est l'ensemble des règles d'inclusion et d'exclusion d'un produit disposant d'une charge nutritionnelle dans l'espace du mangeable » (Poulain, 2002b, p. 229). Nous proposons, quant à nous, d'élargir l'acception de cette notion pour y inclure également

les produits offerts par le système alimentaire. Ainsi, selon nous, il serait limitatif de ne réduire la portée de ce concept qu'aux rapports à la nature et au biotope. Ainsi définie, cette dimension ne s'applique qu'aux sociétés qui puisent leurs ressources sur leur territoire et qui ne connaissent ni les supermarchés ni les transports mondialisés (le fait que les aliments aient souvent voyagé des milliers de kilomètres avant de se trouver dans l'assiette).

En effet, depuis les cinquante dernières années, avec une accélération marquée depuis les trente dernières années, les contraintes issues des biotopes se sont nettement relâchées du fait de l'accroissement de la maîtrise technique sur la nature, de la spécialisation et de l'industrialisation de l'agriculture et de l'élevage à l'échelle du globe, ainsi que du développement des économies et des systèmes de transports globalisés (Beardsworth et Keil, 1997 ; Fumey, 2007, 2008a). Ainsi les contraintes écologiques du biotope tendent à être remplacées par les contraintes économiques et politiques du système alimentaire (nous reviendrons sur cette dimension plus bas). Nous proposons de penser, dans le champ de l'alimentation bien entendu, que nos rapports à la nature et aux biotopes sont médiatisés en grande partie par le système alimentaire qui prend en charge la production, le transport, la transformation et la distribution et qui offre quantité de produits, d'aliments frais ou congelés, de plats préparés. Ceux-ci, avant d'être adoptés ou refusés, seront en quelque sorte soumis à la détermination du comestible non seulement par les mangeurs au bout de la chaîne, mais également par l'ensemble des intervenants de cette longue chaîne qui va du lieu de production à l'étal du marchand[31]. Bien que le groupe social d'appartenance primaire soit d'une très grande importance dans la détermination du comestible (il y a des aliments qui, même s'ils n'ont jamais été goûtés concrètement, ne le seront jamais par la force normative du groupe), dans un contexte hypermoderne et transculturel, les individus sont souvent « invités » à faire des expériences et à déterminer si un aliment, un plat ou un produit est comestible ou non pour eux.

---

[31] Bien entendu, les sources d'approvisionnement alternatives comme le jardinage, l'approvisionnement à la ferme ou la formule de la livraison directement du producteur, court-circuitent cette chaîne et proposent l'établissement de nouveaux types de rapports entre les mangeurs-citoyens, leurs nourritures et les producteurs. Mais cela ne change rien au fait que pour être incorporé, un produit doit préalablement recevoir le sceau du comestible.

Il n'en demeure pas moins que l'aliment participe d'une construction sociale et culturelle, que même s'il est « naturel », il a fait l'objet de soins précis et de sélections afin de modeler ses caractéristiques visuelles et gustatives. Chacun des aliments sélectionnés se trouve ordonné dans une hiérarchie qui transcende la plupart du temps les goûts individuels, et cette construction se présente comme une valeur partagée d'un groupe (Kilani, 1992). Ces qualités symboliques des aliments sont organisées en représentations. Ces dernières « définissent tout à la fois l'ordre du mangeable, les modalités de mise en œuvre du "meurtre alimentaire", de préparation, de consommation des aliments, de partage et d'échange » (Poulain, 2002b, p. 229).

2.6.2 Le système alimentaire

Cette dimension « correspond à l'ensemble des structures technologiques et sociales, de la collecte jusqu'à la préparation culinaire en passant par toutes les étapes de la production-transformation. Elle constitue le système d'action qui permet à un aliment d'arriver jusqu'à un consommateur et d'être reconnu comme mangeable » (Poulain, 2002b, p. 229-230). S'inspirant largement des théories sociologiques interactionnistes[32], Poulain représente le système alimentaire comme une série de canaux par lesquels passent et circulent les aliments pour aboutir, au bout de la chaîne (ou plutôt des canaux), aux mangeurs. À chaque étape du système, il y a des acteurs sociaux en interaction à la fois entre eux et avec les mangeurs, qui mobilisent des connaissances scientifiques, des savoir-faire, un ensemble de techniques ainsi que des représentations et qui font progresser les aliments vers les mangeurs. Le système alimentaire peut être conçu selon le sens que les économistes donnent à la notion de « filière », analogie que Jean-Pierre Corbeau poussera jusqu'à proposer le concept de « filière du manger » (2000a). La perspective sociologique en élargit cependant l'acception économiste étroite en comprenant ce système comme le produit de rapports sociaux d'« ensembles des acteurs économiques qui, de la production à la consommation, contribuent

---

[32] Issues de l'interactionnisme symbolique de l'École de Chicago (George Herbert Mead, Herbert Blummer), d'Howard Becker et de Robert Park, mais aussi du paradigme mis au point par Kurt Lewin durant la Seconde Guerre mondiale à la suite d'observations qu'il a réalisé lorsqu'il travaillait au Commitee on Food Habits aux côtés de Margaret Mead. Les recherches de Lewin, qui conçoit le système alimentaire comme un réseau de canaux, sont désormais classiques et s'inscrivent dans une approche interactionniste des rapports sociaux, en mettant l'accent sur les mécanismes des changements sociaux (Lewin, 1943).

à la transformation, à la fabrication, à la distribution des produits alimentaires » (Poulain, 2002b, p. 230), en y ajoutant aussi le fait de l'autoproduction de la part des acteurs qui achètent et parfois produisent, cuisinent et organisent les conditions de consommation. Il existe plusieurs canaux ou voies d'approvisionnement par lesquels transitent les aliments avant d'arriver jusqu'aux mangeurs. En voici une brève présentation. Bien que Jean-Pierre Poulain ne fasse aucune mention de la formation de systèmes ou de réseaux parallèles issus de la société civile, ce modèle ne les exclut pas, il importe cependant d'en relever la présence et les rôles spécifiques :

1 - L'autoconsommation alimentaire, qui comprend l'autoproduction de produits alimentaires bruts (potagers, arbres fruitiers et petits élevages) et la transformation culinaire domestique, sous la forme de produits en conserves réalisés avec des produits de l'autoproduction ou avec ceux achetés dans le commerce.

2 - L'achat de produits, qui peuvent être plus ou moins transformés, dans les petits commerces, aux marchés publics, directement à la ferme, dans des coopératives, des entreprises d'économie solidaire ou sociale (issues d'initiatives de la société civile) ou dans les grandes surfaces.

3 - La chasse, la pêche et la cueillette, qui sont des activités propres aux sociétés de chasseurs-cueilleurs, mais qui ne disparaissent jamais tout à fait, même dans des sociétés industrielles. Elles se transforment toutefois en activités de loisirs.

4 - La restauration professionnelle, où les produits peuvent être consommés sur place ou encore livrés à la maison.

5 - Les espaces de vie, comme les lieux de travail, de loisirs, de déplacements, les écoles, les centres de la petite enfance (CPE) ou les garderies en milieu familial auxquels on peut ajouter les commerces spécialisés dans les aliments à emporter et les distributeurs automatiques.

Bien que dans chaque canal les aliments passent par diverses étapes ayant un caractère technique et répondant à des lois physiques ou économiques, le regard sociologique nous

apprend que ces aliments ne se déplacent pas tout seuls. En effet, le système du fonctionnement des canaux « est contrôlé par des individus qui agissent dans des logiques soit professionnelles, soit familiales. L'entrée dans un canal et la progression d'une section à une autre s'effectue par, grâce et sous le contrôle d'individus qui sont en interaction avec le mangeur et entre eux. Dès lors, leurs représentations des besoins et désirs de l'autre (le mangeur) et de leurs rôles sociaux (rôle du portier et du mangeur) surdéterminent les décisions. C'est cette "fonction", à la fois technique et sociologique, cette position stratégique dans le système concret d'action que Lewin qualifie de "portier" » (Poulain, 2002b, p. 231).

Quelques remarques s'imposent ici. Bien que Jean-Pierre Poulain mentionne le fait qu'il existe différents acteurs sociaux mobilisant des connaissances techniques, des savoir-faire et des représentations aux différents niveaux du système alimentaire, cela demeure très général et il n'insiste pas suffisamment sur deux dimensions qui nous paraissent importantes. La première est que ce système alimentaire est entièrement soumis aux règles du marché capitaliste, ce qui implique des conditions de rentabilité, de propriété des sols, des récoltes, des cheptels, de même qu'une division internationale du travail. Par exemple, depuis la fin de la Seconde Guerre mondiale, dans le but d'augmenter et de rationaliser la production agricole, les pays occidentaux d'abord et les pays en voie de développement ensuite, ont largement industrialisé leur agriculture et fait appel aux intrants[33]. Cela a eu pour effet d'augmenter significativement le volume de la production et de faire disparaître le spectre des pénuries (dans les pays industrialisés), mais aussi de faire diminuer les besoins en main-d'œuvre dans les domaines de l'agriculture et de l'élevage et de concentrer la propriété des terres agricoles entre les mains d'un nombre restreint d'individus. En France par exemple, la proportion des agriculteurs est passée de 40 % de la population au début des années 1950, à seulement 3 % aujourd'hui (Poulain, 2002a, p. 11). Selon les chiffres de Statistique Canada, en 1941, le Québec comptait 155 000 fermes, et 25 % de la population vivait et travaillait à la ferme. Aujourd'hui, selon les données de 2006, il ne reste que 26 000 fermes, et 1,2 % de la population québécoise vit ou travaille à la ferme (Statistique Canada, 2007). Ainsi, le système alimentaire est surdéterminé par des logiques de type économique et il n'est pas conçu et structuré que pour répondre aux « besoins » des consommateurs ou des mangeurs, mais aussi (et peut-être surtout) aux

[33] En agriculture, les intrants sont les pesticides, les herbicides et les engrais chimiques.

impératifs de la rentabilité. Cela a de lourdes conséquences et génère de fortes contraintes sociales, économiques et environnementales.

Le second point est que ce système alimentaire est mondialisé. Les différents centres de production et les marchés sont reliés dans un système complexe dont la régulation échappe de plus en plus aux États. Des institutions et des organismes internationaux sont chargés de la régulation de ce système mondialisé, mais les intérêts divergents des divers acteurs rendent cette régulation pour le moins problématique et extrêmement compliquée. Quoi qu'il en soit, cette mondialisation des échanges a des impacts sur les organisations locales des agricultures, des élevages, de même que sur la distribution et la vente des produits alimentaires. On assiste à une spécialisation des domaines de la production (particulièrement dans les pays en voie de développement), de même qu'à une interpénétration des marchés où les dimensions politiques liées au « poids » des acteurs sont plus déterminantes que jamais (Fumey, 2007, 2008a). Pour le « consommateur » occidental, cela a pour conséquence un accès plus difficile aux aliments produits à proximité de chez lui, mais qu'il a un accès toute l'année à une vaste gamme de produits issus des quatre coins du monde. D'ailleurs, un des effets que nous avons observé chez les immigrants est qu'ils peuvent trouver des produits alimentaires qui proviennent des pays d'où ils sont originaires dans un nombre grandissant de commerces spécialisés. De plus, une des conséquences de cette mondialisation du système alimentaire est que la saisonnalité des produits a en grande partie disparu. Il n'y a pas si longtemps, le changement des saisons rythmait ce qui se retrouvait dans les assiettes.

Cela participe à rendre les « consommateurs » plus dépendants du système alimentaire dont toute forme de contrôle leur échappe[34]. Le système alimentaire est d'une grande complexité et l'implication dans les espaces politiques de délibération et de décision demandent du temps et un grand intérêt pour ces questions. Ainsi, les mangeurs s'en

[34] De par le monde, des acteurs sociaux soucieux de reprendre du contrôle sur ce qu'ils mangent et sur les méthodes de production et se mobilisent afin de produire des aliments sans l'aide d'intrants chimiques et sont soucieux des impacts environnementaux et sociaux de tels systèmes alimentaires. Ainsi on a vu apparaître depuis quelques années des modes de production et de certification biologiques, des réseaux de distribution locaux ou même internationaux qui garantissent que les producteurs ont obtenu un juste prix pour leurs produits, etc. Cependant, force est de constater que ces acteurs sont largement minoritaires et qu'ils n'ont encore que très peu d'impact sur les systèmes alimentaires capitalistes mondialisés et que la guerre des marchés se reproduit à l'occasion des certifications bio, éco, équitables, etc.

remettent aux différents experts et aux organismes de contrôle gouvernementaux chargés de leur garantir que ce qu'ils achètent et ce qu'ils mangent répondent à certains critères de salubrité et d'innocuité[35].

Le lecteur commence à mesurer la complexité du système alimentaire et la multiplicité des enjeux auxquels il donne lieu, ce qui rend les points de vue généraux nécessairement réducteurs. Cependant, la forme de contact la plus répandue des mangeurs avec le système alimentaire est l'offre alimentaire localisée. Cette dernière, nous l'avons évoqué, comporte l'accès à une diversité de produits et d'aliments à des coûts relativement bas dans les commerces de grandes surfaces (du moins si l'on tient compte des coûts réels, sociaux, économiques, environnementaux, liés aux modes de production agricole et dont la facture échoit aux collectivités et très rarement aux industries), mais suppose également un grand nombre de contraintes et le contrôle de l'offre par les industries de l'alimentation.

2.6.3 La dimension culinaire

« La cuisine est l'ensemble des opérations symboliques et des rituels qui, s'articulant sur des actions techniques, participent à la construction de l'identité alimentaire d'un produit naturel et le rendent consommable » (Poulain, 2002b, p. 233). Il s'agit ici, selon Poulain, d'une dimension comportant trois sous-dimensions auxquelles nous proposons d'en ajouter deux autres. Mais avant de présenter ces sous-dimensions, précisons que nous considérons la cuisine comme un travail productif qui prend plusieurs formes. Tout d'abord, il est une dépense énergétique (physique et mentale) et une tâche socialement organisée et non rémunérée dans l'espace domestique. Il est aussi un travail qui produit des liens sociaux, de l'identité, des styles de vie, de la valeur d'usage et des produits culturels. Enfin, il reproduit également des normes, des modèles et des conditions d'un certain assujettissement et d'une certaine hégémonie d'un modèle alimentaire. La thèse montrera les spécificités du travail du culinaire (de la cuisine) dans ces différents contextes.

---

[35] On comprend que les citoyens-mangeurs ne peuvent se satisfaire que de ces garanties d'innocuité et de salubrité.

La première sous-dimension du culinaire est *spatiale* : positions de la personne qui cuisine, distributions des lieux de préparation et de consommation de la nourriture. La seconde est *sociale* et rend compte entre autres de la répartition genrée, générationnelle et plus globalement sociale des activités de cuisine. La troisième est *logique* et peut être conçue comme un espace de relations formelles et structurelles comme l'a montré par exemple Lévi-Strauss avec son triangle culinaire (1965) et Mary Douglas (1997) qui considère, s'inspirant des travaux de Roland Barthes sur la sémiologie, que la préparation et la consommation des repas sont structurées comme un langage[36].

Nous proposons d'ajouter deux autres dimensions. Ainsi, la quatrième est *gustative*, et le principe des saveurs tel que développé par (Rozin, 1976, 1978, 1995 ; Rozin *et al.*, 1997) est très utile pour analyser cette sous-dimension. Ce principe des saveurs nous semble pertinent pour analyser à la fois la construction de l'identité d'un aliment comme produit naturel rendu consommable culturellement et le rôle de l'alimentation (plus spécifiquement par le truchement des saveurs) dans la formation, le maintien et le changement de l'identité des mangeurs d'un point de vue individuel ou collectif. Nous avons expliqué un peu plus haut la manière dont nous utilisons ce concept du principe des saveurs. Rappelons toutefois que le principe des saveurs est lié aux propriétés gustatives et organoleptiques « objectives » des aliments, ou plutôt, que les saveurs sont objectivées dans des aliments par un traitement particulier (les techniques culinaires) et par une représentation de « ce qui est bon pour nous » ou « pour moi ». Ainsi, ce principe est-il associé généralement à un « style alimentaire ». Ajoutons que les textures et la température, ou pour être plus précis la perception (qui est sémiotisation) des textures et de la température des aliments, participent de la construction du goût. La présence d'une texture croustillante, gélatineuse, liquide, pâteuse, fibreuse ou le mélange de plusieurs d'entre elles est souvent liée à la perception de la saveur et aux propriétés attendues d'un aliment.

La cinquième est *technique* et renvoie à l'ensemble des outils (bols, planches, louches, couteaux, etc.) des techniques de préparation des aliments (à la main, à la machine), de leur cuisson (au gaz, à l'électricité, au four à micro-ondes, sautés, frits, au four, grillés, etc.). Ces

---

[36] Le chapitre IV sur les normes sociales proposera une analyse du repas s'inspirant d'une approche structuraliste. Le chapitre VIII sur les significations de la cuisine montrera en quoi la cuisine est assimilable à une forme de langage, et en quoi les aliments cuisinés sont des signes.

techniques peuvent renvoyer et être liées non seulement à des aires géographiques particulières, mais elle sont aussi intimement liées à la représentation de la « bonne manière » de faire les choses pour faire de « vrais repas » chinois, sri-lankais, italiens ou algériens.

2.6.4 Les formes et les contextes de l'incorporation

Les formes et les contextes de l'incorporation « recouvre[nt] l'ensemble des rituels qui entourent l'acte alimentaire au sens strict, c'est-à-dire l'incorporation. La structure de la journée alimentaire (nombre de prises, formes, horaire, contextes sociaux), la définition du repas, son organisation structurelle, les modalités de consommation (manger à la main, avec des baguettes, au couteau et à la fourchette…), la localisation des prises, les règles de placement des mangeurs […] varient d'une culture à l'autre et à l'intérieur d'une même culture, selon les groupes sociaux » (Poulain, 2002b, p. 233). C'est ici notamment qu'il sera fréquent d'assister à la fois à des phénomènes de « rétentions culturelles » et à des processus de transformation chez les populations migrantes, par exemple en ce qui a trait à la structure de la journée alimentaire et aux modalités de consommation.

Il faut se garder ici de se placer seulement d'un point de vue « consensuel » et de croire que les mangeurs (les acteurs sociaux) se moulent dans des pratiques et des « cases » déjà toutes prêtes. Si les repas et les autres contextes d'incorporation de nourriture sont porteurs d'une image du groupe, de son identité, de sa cohésion, mais aussi de la manifestation d'une individualité, les repas et les prises alimentaires sont des lieux de conflits entre les différentes personnes de l'espace domestique ou de conflits entre des normes, des modèles (issus par exemple de la socialisation prémigratoire) et de nouvelles pratiques.

2.6.5 La temporalité alimentaire

« L'alimentation s'inscrit dans une série de cycles temporels socialement déterminés. C'est tout d'abord le cycle de la vie des hommes avec une alimentation de nourrisson, d'enfant, d'adolescent, d'adulte, de vieillard. À chaque étape correspondent des styles alimentaires avec des aliments autorisés, d'autres interdits, des rythmes des repas, des statuts des mangeurs, des rôles, des contraintes, des obligations et des droits » (Poulain,

2002b, p. 234). Ce sont aussi des temporalités cycliques, par exemple celle des saisons qui apportent ou privent les mangeurs de certains aliments. Mais ce sont aussi des temporalités socialement déterminées, par exemple les périodes de jeûne, de jour maigre, ou au contraire de jour gras. Enfin, il s'agit aussi de temporalité quotidienne : implantation horaire des périodes de travail et de prises alimentaires sous forme de repas et hors repas. Nous verrons aussi qu'il est possible de repérer des temporalités hebdomadaires et que la nourriture est souvent mobilisée afin de marquer des moments de la semaine. De plus, immigrer supposera des transformations et des adaptations des temporalités diverses, héritées du groupe social prémigratoire.

2.6.6 Les discours

L'alimentation est l'objet de discours et ceux-ci sont de plusieurs ordres. Une typologie des discours dont l'alimentation, la cuisine, les aliments, le système alimentaire sont l'objet serait en soi une tâche difficile, car l'espace social alimentaire est le lieu d'un foisonnement sans cesse grandissant de pratiques discursives. Malgré cette incessante circulation et par le truchement de tous les canaux de transmission possible, il n'en demeure pas moins que ces discours sont sujets à des logiques hégémoniques, de circulation, qu'ils sont liés à des intérêts et qu'ils participent à la structuration des modèles alimentaires, qu'ils leur donnent à la fois leur légitimité, mais sont des instruments de leur critique.

Pour donner une idée et sans vouloir être systématique, énumérons quelques types de discours et les groupes sociaux responsables de leur production :

- Discours qui émanent d'organismes chargés de la régulation des marchés et de la circulation des marchandises, d'organisations mondiales issues ou liées à l'Organisation des Nations unies ou d'organisations de la société civile qui se mobilisent autour d'enjeux comme la sécurité alimentaire, l'agriculture locale, le jardinage communautaire, les associations coopératives, l'alimentation biologique et équitable.

- Discours qui émanent des États et de leurs divers organes, comités consultatifs, commissions, conseils, politiques publiques, etc. Les États sont présents dans l'espace social

alimentaire particulièrement par le truchement des discours de santé publique. Mentionnons par exemple le *Guide alimentaire canadien*, qui participe de la structuration des représentations de l'alimentation et des aliments et qui peut constituer un puissant outil normatif[37]. Rappelons que son contenu est enseigné dans les écoles primaires et secondaires du Québec et que de nombreuses familles en ont un exemplaire affiché sur leur réfrigérateur.

- Discours issus des industries alimentaires. Ces derniers prennent la forme de publicités pour leurs produits (qui s'adressent la plupart du temps à l'imaginaire des mangeurs), mais ils ont souvent pour objectif de légitimer la place politique et économique que ces industries occupent dans le système alimentaire.

- Discours à teneur scientifique. Nous avons présenté au début de ce chapitre les différentes formes que prennent les discours scientifiques à propos d'aspects particuliers des modèles alimentaires. Qu'il suffise de rappeler qu'à peu près toutes les disciplines du savoir sont susceptibles d'être intéressées par une dimension ou une autre des modèles alimentaires. Dans l'espace social alimentaire contemporain, les discours à teneur diététique et médicale ont pris une grande place, et des logiques hégémoniques sont à l'œuvre dans le champ discursif non seulement scientifique, mais plus largement dans les médias. Ainsi, les « sciences de l'alimentation » occupent une position qui leur permet d'avoir de grandes incidences sur la structuration des représentations sociales de l'alimentation, des aliments, des repas, de la santé, etc.

- Discours culinaires. Par exemple les livres de recettes, les chroniques gastronomiques des journaux et revues, les émissions de radio et de télévision qui portent sur la cuisine et qui, la plupart du temps à la télévision, font des démonstrations des recettes proposées. On trouve aussi sur Internet une quantité phénoménale de recettes, de conseils pratiques, culinaires et diététiques de même que des extraits vidéos où l'on peut voir des cuisiniers ou des cuisinières « en action » et tout savoir des secrets de la préparation des *nams*, des *rootis*, du couscous au poisson ou des *sushis*. Cette dimension comprend aussi l'ensemble des discours à teneur gastronomique, c'est-à-dire qui ne traitent de la cuisine et des goûts que sous leur aspect

---

[37] Le statut du Guide alimentaire est ambigu, il est à la fois norme diététique et norme sociale.

hédoniste, trop souvent déconnecté de leurs déterminations sociales, bien que depuis quelques années nombre de discours gastronomiques ont une teneur plus sociale et historique.

- Discours artistiques qui mettent en forme les nourritures. Toutes les formes d'art sont susceptibles de prendre l'alimentation comme objet, mais il est clair que le cinéma et la littérature ont contribué à la structuration de l'imaginaire en mettant en scène des nourritures et des rapports à celles-ci.

- Discours quotidiens, ordinaires des mangeurs au sujet, à propos, autour des nourritures, de la cuisine, des goûts, des techniques, de la santé, des repas, bref toutes les situations sociales où les nourritures sont invoquées. Leur nature est des plus diverses, elle peut être performative, métadiscursive, ludique, poétique, normative. Ces types de discours, à propos des pratiques et des significations, seront analysés tout au long de cette thèse. Il faut inclure aussi les discours qui accompagnent l'aliment, la cuisine lors de l'incorporation des nourritures, une mise en discours de la mise en bouche en quelque sorte.

Cette nomenclature n'a rien d'exhaustif et n'a aucunement la prétention d'épuiser la catégorisation. Son but est d'indiquer l'importance de la dimension discursive dans les modèles alimentaires ainsi que la diversité des discours qu'on y retrouve.

2.6.7 Les politiques publiques en matière d'alimentation

Cette dimension recouvre l'ensemble des politiques publiques à la fois des gouvernements du Canada et du Québec, mais également de certaines municipalités. Elle recouvre aussi des politiques plus locales, par exemple celles mises en place dans des établissements scolaires, des garderies publiques (CPE) ou privées, ainsi que dans des entreprises qui ont choisi de s'impliquer dans la gestion des services alimentaires situés dans leurs bâtiments. Ces politiques peuvent être mises en avant par les gouvernements eux-mêmes ou encore par le biais d'agences, de directions ou d'instituts de santé publique, sous forme notamment de campagnes de promotion, de sensibilisation ou de mise en circulation de matériel d'information. On peut citer, par exemple, la loi québécoise sur l'offre alimentaire dans les écoles, les campagnes de lutte contre l'obésité, le plan d'action gouvernemental pour

les années 2006-2012 du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) « Investir pour l'avenir ». Dans le domaine scolaire, soulignons les récentes politiques adoptées par le gouvernement du Québec sur l'offre alimentaire dans les écoles secondaires ou encore les règlements internes des écoles primaires québécoises qui obligent par exemple les enfants à apporter des repas froids pour les repas du midi, ce qui constitue indubitablement une détermination du cadre de cinq repas par semaine pour ces enfants (ainsi que pour leurs parents). On peut ajouter aussi l'ensemble des politiques publiques qui encadrent la salubrité et l'innocuité des aliments, de même que l'ensemble des règlements à propos de la production et de la mise en marché des produits alimentaires qui ont un rôle structurant à la fois pour les producteurs, les transformateurs, les commerçants et les mangeurs.

Le tableau ci-dessous présente d'une manière synthétique les différentes dimensions des modèles alimentaires.

Tableau 2.1 Les différentes dimensions des modèles alimentaires

La détermination du comestible	Mode de classification et de hiérarchisation. Horizon du mangeable
Le système alimentaire	Structures technologiques et sociales assurant la production, le transport, la transformation, la distribution et la vente des produits alimentaires
La dimension culinaire	Ensemble d'opérations techniques symboliques et rituelles visant à transformer des aliments en préparation familière, à les rendre comestibles
La temporalité alimentaire	Cycles temporels courts ou longs socialement déterminés
Les formes et les contextes de l'incorporation	Les diverses formes des prises alimentaires, leur organisation structurelle et leurs modalités, leur localisation. La journée alimentaire
Les discours	Ensemble des discours institutionnels, organisationnels, scientifiques, quotidiens, ordinaires, gastronomiques, diététiques, etc. qui prennent l'alimentation pour objet
Les politiques publiques en matière d'alimentation	Lois, règlements, programmes. Santé publique. Salubrité, innocuité des aliments

2.7 Quelques remarques sur la position théorique et épistémologique

L'alimentation dans un contexte domestique comprend plusieurs logiques distinctes, des horizons ou des paradigmes également distincts qui vont parfois de pair, mais aussi qui s'opposent ou ne se rejoignent pas. Parmi ces logiques, et pour se situer à un niveau très général, on peut indiquer celles de la consommation et celle de la production. La logique de la consommation est sans doute la plus évidente pour l'alimentation. À l'intérieur de la logique du système alimentaire, les aliments et les produits alimentaires (généralement transformés par des industries petites ou grosses) sont des marchandises, des produits de consommation que les consommateurs-mangeurs vont acquérir sur un marché et qui sont en gros soumis aux mêmes règles que les autres produits de consommation. Les aliments et les produits seront aussi consommés, c'est-à-dire détruits, ou plus exactement transformés en autre chose, détruisant ainsi leur valeur marchande; en ce sens l'incorporation des nourritures est aussi une consommation[38]. Elle est cependant une consommation qui se distingue des autres sur deux dimensions fondamentales. D'abord ces « produits » sont essentiels au maintien de la vie, ensuite ils entrent dans le corps matériellement et symboliquement.

Or, l'alimentation et plus précisément la dimension culinaire des modèles alimentaires, le travail de la cuisine, comportent également des logiques de production : de liens sociaux, de rôles, de significations, etc. Nous aborderons ces deux logiques en montrant qu'elles se croisent et que ce lieu et cet espace de croisement est celui de l'usage que les acteurs sociaux font des produits, des aliments, mais aussi des techniques et des représentations, des symboles. Ainsi, à travers le matériau que nous allons analyser, nous nous intéresserons aux contraintes des modèles alimentaires, mais aussi aux contraintes financières ou de temps de même qu'aux ambivalences de l'alimentation dans la mesure où elles font l'objet de stratégies de contournement, de ruses, de négociations et de (ré)appropriation de la part des acteurs sociaux. Ainsi, les mangeurs sont conduits à bricoler (et pas toujours « librement ») des représentations et des systèmes cognitifs empreints de socialisation de classe et de genre, de contraintes de la vie familiale et professionnelle, d'injonctions de minceur et de bien-

[38] Une « consumation » pour reprendre les mots de Georges Bataille dans *La Part maudite.*

manger et de tentatives pour redonner du sens aux pratiques alimentaires dans un espace social alimentaire transculturel.

Une des formes que prend cette appropriation, dans le cas de la cuisine, est la possibilité de pouvoir traiter ou de mobiliser les nourritures comme des médiums auxquels, sur la base de significations préalablement structurées[39], d'autres significations sont déposées « dans » ces nourritures, à la fois par les personnes qui cuisinent et par celles qui les mangent. Les processus par lesquels se font ces appropriations sont abordés comme des pratiques « mixtes de rites et de bricolage, manipulation d'espaces, opérateurs de réseaux [...] [mais aussi de] procédures d'interactions quotidiennes relatives à des structures d'expectation, de négociation et d'improvisation » (Certeau *et al.*, 1994a, p. 16). Notre posture est en cela très proche de celle de Michel de Certeau et de Luce Giard, qui s'intéressent à l'usage que les acteurs font des objets sociaux et culturels et comment leurs pratiques construisent un monde quotidien, une manière d'habiter, de se déplacer dans l'espace.

Cette approche microsociologique, mais qui n'y restera pas cantonnée (nous procéderons à des va-et-vient avec l'analyse mésosociologique), ne suppose ni le retour aux individus, ni le postulat de l'unité élémentaire de l'individu et de ses intérêts à partir de laquelle se construiraient des groupes. Nos analyses montrent plutôt, à l'instar de celles de Michel de Certeau et ses collègues, « que la relation (toujours sociale) détermine ses termes, et non l'inverse, et que chaque individualité est le lieu où se joue une pluralité incohérente (et souvent contradictoire) de ces déterminations relationnelles » (ibid., p. 10). C'est une posture épistémologique qui est aussi partagée par des sociologues dont les travaux sont plus récents comme ceux de Bernard Lahire (2001, 2004), de l'anthropologue Daniel Miller (1998, 2010, 2012) et de François Dubet (2002, 2005). À l'instar de ces auteurs, notre approche postule que les individus ne sont pas que des supports de structure, qu'ils font preuve « d'agentivité », qu'ils investissent les espaces de libertés de la vie sociale d'une manière créative et qu'il faut prendre leurs discours et leurs expériences « au sérieux ». Cette approche s'intéresse tout d'abord à la sociabilité et aux pratiques quotidiennes pour « remonter » jusqu'à la socialité

[39] Façonnées par le marché, les médias, les normes sociales, les représentations sociales et diététiques, les industries alimentaires, les discours gastronomiques, le cinéma, la publicité, pour nommer les principaux.

plutôt que de prendre le chemin inverse. C'est une posture qui se veut ouverte à la découverte, à l'émergence de phénomènes imprévus et au sens que donnent les acteurs à leurs pratiques, tout en ménageant un espace pour le travail d'interprétation du chercheur.

Notre approche de l'objet, à savoir les types particuliers de rapports sociaux, est assez proche également de certaines positions théoriques issues du paradigme de l'interactionnisme symbolique. Rappelons ici trois principes proposés par Herbert Blumer qui sont très pertinents pour illustrer notre approche, mais insistons pour dire que celle-ci ne se revendique pas uniquement de ce paradigme. Il avance que les acteurs sociaux agissent sur les choses à partir des significations que ces choses ont pour eux, que les sens de ces choses sont issus de l'interaction sociale qu'ils ont avec elles et que ces significations se modifient à travers un processus d'interprétation développé entre pairs[40] (Blumer, 1969, 2004). En fait, ce qu'il faut retenir ici, c'est que les objets sociaux et culturels (ce qu'il nomme des « choses »), qu'ils soient matériels (techniques, aliments, lieux physiques) ou immatériels (normes, contraintes, règles d'échange ou de circulation, significations), ne sont pas des réalités objectives qui existent indépendamment des rapports sociaux, mais qu'ils en sont issus et en sont l'enjeu, et que ces rapports sociaux sont précisément des rapports signifiants (Freitag, 1986 ; Geertz, 1972 ; Miller, 1998, 2010 ; Passeron, 1991 ; Taylor, 1997). De plus, l'on peut aussi retenir que « l'ordre social » est compris comme négocié, par les individus ou les groupes, plutôt que déterminé *a priori*.

Trois courtes remarques pour terminer. La première concerne la question de l'identité. Pour nous le concept d'identité ne renvoie pas à une essence, à un ensemble de caractéristiques propres à des groupes ou des individus en particulier et qui aurait une certaine permanence. Comme des objets sociaux, l'identité est toujours construite et reconstruite au sein de formations sociales données à un moment particulier de l'histoire et elle reflète les contraintes structurelles réelles ou imaginaires et l'expérience vécue des individus (Crouch et O'Neill, 2000 ; Devasahayam, 2005 ; James, 1994 ; Koç et Welsh, 2001). Comme le souligne Anthony Giddens, dans la modernité avancée (c'est sa terminologie), les affiliations sociales et identitaires ne sont plus imposées et en quelque sorte immuables, comme ce fût le cas dans la première modernité, et à plus forte raison dans les sociétés traditionnelles, mais elles sont

[40] Nous dirions plutôt développé collectivement pour ne pas postuler un ensemble de sous-culture de « pairs ».

plutôt mobilisées par les acteurs dans le processus d'individualisation (Giddens, 1991). Cela ne veut pas dire que le seul « volontarisme » est le fondement de l'individuation et de la fabrication de « l'histoire de vie » des acteurs sociaux et que les logiques de différenciation sociale, de socialisation et les déterminations par les positions sociales objectives sont devenues inopérantes. Cependant, on peut dire que les cadres de la socialité se sont transformés et que les positions sociales tendent maintenant à être acquises et validées par les individus sur une base continuelle à travers les différents espaces sociaux où ils circulent. Dans cette thèse, le concept d'identité est un concept analytique et ne renvoie pas à une « réalité objective ». Il est plutôt un outil conceptuel permettant de comprendre des processus de construction des individualités, des groupes, des imaginaires.

La seconde remarque concerne le concept d'ethnicité. Celui-ci renvoie au même type d'approche des phénomènes sociaux comme ceux de « l'identitaire ». L'ethnicité n'est pas une essence, elle ne se met à exister socialement qu'à partir du moment où des groupes sociaux sont en interaction et où une définition réciproque des identités collectives devient un enjeu pour les groupes ou pour les individus. Encore une fois, il ne préexiste pas d'ethnies ou d'ethnicité hors des processus sociaux, politiques et culturels de (re)définition des identités couplés à des processus « d'ethnicisation » de la part des groupes majoritaires et des groupes « ethnicisés ». Ce qui n'empêche pas que l'ethnicité puisse faire l'objet d'une mobilisation dans la construction de l'identité, de la présentation de soi et de sa mise en narration.

La troisième remarque concerne une posture épistémologique de type transdisciplinaire. Le souci de comprendre, d'interpréter et d'analyser ces pratiques et ces significations favorise le recours à diverses sources théoriques issues de plusieurs paradigmes sociologiques et de diverses disciplines, de même qu'à l'inventivité et au « bricolage » théorique. Ainsi, selon cette posture, une compréhension sociologique nous paraît plus riche lorsqu'elle fait montre d'ouverture à plusieurs horizons disciplinaires, en se gardant toutefois de tomber dans l'éclectisme.

CHAPITRE III

MÉTHODOLOGIE

3.1 La détermination de la population

La population parmi laquelle nous avons déterminé des échantillons pour cette recherche couvre un ensemble d'individus d'âge adulte dont la condition d'inclusion est de ne pas être né au Canada. Nous avons exclu de la population visée les individus nés dans certains pays comme les États-Unis, la France, la Grande-Bretagne ou l'Australie. L'hypothèse était que les individus qui sont nés dans ces pays étaient susceptibles de présenter des pratiques alimentaires, des références culturelles, des représentations de l'alimentation, des manières de s'approvisionner, des aliments de base, et globalement des manières de cuisiner proches de celles qu'on rencontre dans les modèles alimentaires dominants au Québec et en Amérique du Nord. De plus, comme nos entrevues et nos questionnaires ont été passés dans des centres de francisation, cela constitue une autre limite de l'échantillonnage. Cela a donc réduit alors la possibilité de rencontrer des immigrants issus du Maroc ou de l'Algérie, car la majorité de ceux qui proviennent de ces pays parlent déjà le français.

Ce choix a cependant sa part d'arbitraire dans la mesure où des individus nés à Toronto (Ontario) de parents originaires de l'Inde, à Sydney (Nouvelle-Écosse) de parents d'origine écossaise, à New York dans le Bronx de parents afro-américains, ou encore en Californie de parents dont les ancêtres étaient venus d'Italie à la fin du 19^{e} siècle, auraient sans doute présentés des préférences et des pratiques alimentaires et des manières de mobiliser symboliquement les nourritures assez différentes les unes des autres. Ces individus sont tous assurément des migrants. Or, comme le rappel Chantal Crenn et ses collaborateurs, la notion de migration recouvre aujourd'hui de nombreuses configurations et toutes « impliquent d'avoir à repenser et à ré-imaginer l'acte alimentaire ; et c'est en ce sens que ces situations de migration sont heuristiques pour l'étude du fait alimentaire en général, car elles font varier,

presque à l'infini, les paramètres sociologiques et historiques du changement alimentaire qui, lui, n'est pas spécifique aux déplacements de populations » (Crenn *et al.*, 2010, § 4).

C'est pourquoi, en concordance avec notre question de recherche, nous avons voulu porter le regard sur des populations qui ne sont pas nées au Canada et dont les pratiques alimentaires étaient le plus susceptibles d'avoir fait l'objet d'une reconstruction, d'une adaptation, de modifications. Plus spécifiquement, la population visée devait avoir eu très peu de contacts avec la société québécoise ou plus globalement nord-américaine, et avec leurs modèles alimentaires avant d'immigrer. Les espaces sociaux alimentaires où ces individus avaient été socialisés devaient présenter des caractéristiques très différentes de celles qu'on rencontre à Montréal (et en Amérique du Nord), par exemple au niveau des types d'approvisionnements, des systèmes agricoles, des aliments de base utilisés, des cultures alimentaires et des histoires nationales et régionales qui ont fait les spécificités des espaces sociaux alimentaires d'où ils sont issus. Migrer d'un espace social à un autre supposait alors (c'est notre hypothèse) des transformations importantes des pratiques alimentaires et des représentations de l'alimentation et une adaptation à cet espace, sans parler de l'adaptation aux autres dimensions de la société québécoise (langue, culture politique, travail, rapports entre les hommes et les femmes, modes de vie), de la morphologie urbaine de Montréal et du climat, pour ne nommer que les principales.

En principe, les sujets de la population visée ne sont pas choisis en fonction du nombre d'années de résidence au Québec. Les centres de francisation auraient pu induire un biais à ce niveau puisqu'ils sont majoritairement fréquentés par des immigrants de très récente date (moins de 3 ans). Cependant, il s'est avéré qu'une assez bonne part des deux échantillons habitait au Québec depuis plus de cinq ans, voire plus de dix ans, ce qui augmente la diversité des échantillons et offre des perspectives de comparaison entre les groupes selon le temps écoulé depuis la migration.

Pour résumer, les deux échantillons se composent d'immigrants adultes de première génération (primo-arrivants), qui fréquentaient un centre de francisation et donc qui ne parlaient pas le français avant d'immigrer. À part quelques exceptions mentionnées au début de cette section, des sujets de toute provenance étaient inclus dans les échantillons.

Nous avons mis en annexe A.1 une description de la composition et des caractéristiques générales de la population migrante allophone, de même qu'en annexe A.2, des indications sur le fonctionnement des centres de francisation.

3.2 Recrutement des sujets

Un travail qui comporte une forte dimension ethnologique, qui repose en partie sur la collecte de discours à propos des pratiques quotidiennes, des significations que les acteurs donnent à ces pratiques, des représentations culturelles, des modes de vie et leurs transformations, présente des difficultés pour la constitution d'un échantillon suffisamment large afin d'obtenir des données variées et précises, mais aussi pour permettre l'émergence des régularités, des similarités et des différences au sein de l'échantillon. Il nous a donc fallu aller là où ces individus se trouvaient, où ils étaient disponibles et où les entretiens pouvaient se dérouler selon des conditions favorables pour produire des discours avec suffisamment de contenu ou pour remplir un questionnaire.

C'est pourquoi les centres de francisation sont apparus comme des lieux particulièrement propices afin de rencontrer cette population. Cependant, cela a eu pour effet de limiter (mais à la fois de préciser) la population visée aux populations qui ne parlaient pas le français à leur arrivée. Comme nous le verrons, les populations immigrantes allophones récentes (en majorité au pays depuis moins de dix ans) présentent des similitudes à maints égards, et cela est clairement le résultat des politiques récentes du gouvernement du Québec et du Canada en matière d'immigration. Nous verrons aussi que les immigrants qui fréquentent les centres de francisation sont représentatifs de la population immigrante allophone, ce qui légitime le choix de faire appel à ces derniers pour constituer nos échantillons.

3.3 Les méthodes de cueillette des données. Une méthodologie mixte

Comme nous l'avons préalablement annoncé, nous avons utilisé deux méthodes distinctes afin de cueillir des données, car il nous est apparu qu'une méthodologie mixte combinant une approche qualitative et quantitative procurerait les meilleurs résultats en regard de la question de recherche et des objectifs de celle-ci. En outre, ce choix de méthode de cueillette offre de stimulantes possibilités de triangulation dans l'analyse des résultats.

Un nombre croissant de chercheurs de divers horizons, notamment en santé, en sciences infirmières, en santé publique, en évaluation des interventions, mais également dans le domaine des sciences humaines et sociales (notamment en travail social, en sociologie, en psychologie, en sciences de la communication et de l'éducation) font usage de méthodologies mixtes (Charles et Abbas, 2009 ; Johnson et Onwuegbuzie, 2004 ; Johnson *et al.*, 2007 ; Pluye *et al.*, 2009 ; Zeller, 2002). Combiner ces deux méthodes, longtemps considérées comme des paradigmes concurrents provenant de deux idéaux-types méthodologiques que maints éléments séparent, vise à aller au-delà des limites propres aux deux types de méthodes, et cela postule que ces méthodes sont compatibles et commensurables. Pierre Pluye (2009) et Abbas Tashakkori *et al.* (2003) montrent qu'il existe de nombreuses typologies des approches en méthodologies mixtes, qui varient selon les disciplines, les questions de recherche ainsi que les objectifs de cette dernière. Toutefois, on peut retenir trois approches principales : l'approche complémentaire, l'approche par tension dialectique et l'approche par assimilation. Notre approche s'inscrit dans ce dernier type. L'approche par assimilation suggère que les résultats qualitatifs et quantitatifs sont assimilés sous forme qualitative ou quantitative (plutôt qualitative dans notre cas) et ce paradigme théorique comporte le principe qu'il n'y a pas de distinction claire à établir entre les résultats issus des deux méthodes dans les analyses. Bien que ces méthodes aient été conçues comme indépendantes, liées cependant par la question de recherche et par le fait que le questionnaire a été construit après une analyse préliminaire des résultats de l'étape qualitative, il est légitime de faire des méthodologies mixtes pas association (Creswell et Plano Clark, 2007 ; Pluye *et al.*, 2009 ; Tashakkori et Teddlie, 2003).

De plus, il n'existe pas de modèle assignant à l'avance le « poids » méthodologique, épistémologique de chacune des méthodologies pour les enquêtes de terrain de même que pour la présentation et l'analyse des résultats. Pierre Pluye (2009), à la suite de Burke Johnson *et al.* (2007), propose l'idée que les méthodologies mixtes s'inscrivent en quelque sorte le long d'un continuum dont les deux extrêmes sont des « idéaux types » d'une méthode (quali-quanti), qui ne permettent pas le mélange. Entre ces deux extrêmes, diverses combinaisons des méthodologies sont possibles, allant de la très quantitative avec légèrement de qualitatif jusqu'à l'inverse. Notre recherche se situerait alors dans une dominance qualitative avec environ de 30 % à 40 % de quantitatif. Elle fait un usage qualitatif des résultats quantitatifs à cause des approches interprétatives retenues et des types de triangulations proposées. Chaque méthode est utilisée rigoureusement par rapport aux critères généralement admis. Selon la classification proposée par John Creswell *et al.* (2007), le devis de notre recherche se qualifierait de « devis concomitant triangulé » dans la mesure où l'évaluation quantitative est basée sur la convergence et la correspondance avec une évaluation qualitative concomitante, une collection et une analyse concomitante de données quantitatives et qualitatives. Voici une présentation des deux méthodes de cueillette employées.

3.4 La méthode qualitative, l'entretien de groupe

Nous avons déjà dit, dans le cadre d'analyse, que nous nous intéressons à la culture matérielle et à ses liens avec les significations sociales et, qu'ainsi, nous focalisons le regard sur l'anthropologie et la sociologie de la consommation[41] comme processus d'acquisition, d'échange et d'usage de biens, de services, d'espaces et de lieux. Nous entendons également dépasser (mais en l'intégrant) l'analyse de ces phénomènes sociaux en termes d'aliénation et privilégier la mise au jour des processus d'appropriation et de création (familiales, personnelles, diasporiques) dans le cadre de la vie domestique. Ainsi, à l'instar d'Isabelle Garabuau-Moussaoui, nous nous intéressons aux phénomènes de domestication, « c'est-à-dire l'intégration sociale de l'objet dans l'espace domestique » (2002, p. 20). Cela détermine

[41] Mais entendue aussi comme production, ce qui constitue un des objectifs de démonstration de cette thèse.

une certaine posture épistémologique, sociologique et anthropologique, qui implique une approche microsociologique, compréhensive et inductive favorisant l'observation du développement du point de vue des acteurs par l'entretien, mais également par le truchement de l'enquête sociologique utilisant le questionnaire.

Afin de recueillir les discours des participants à propos de leurs pratiques, de leur expérience de manger, de cuisiner et de s'approvisionner de même que sur les significations que revêtent ces pratiques, nous avons procédé, pour l'essentiel, selon la méthode du groupe d'entretien (plus individualisée), mais également selon la méthode du « groupe de discussion » qui diffère un peu de la première. Un tel choix a été motivé par les dynamiques des entrevues elles-mêmes, certaines fonctionnant plus comme des « groupes de discussion » tandis que d'autres, plus « timides » ou hétérogènes, fonctionnant plus selon le modèle de l'entretien de groupe et demandant plus d'implication de la part du chercheur afin d'animer l'entretien. La recherche basée sur des groupes d'entretien de type « focus group » comporte des discussions organisées avec un groupe d'individus afin d'obtenir leurs opinions et un discours sur leurs expériences à propos d'un sujet particulier. Cette méthode est particulièrement adaptée pour l'obtention de plusieurs points de vue ou de plusieurs expériences à propos de ce sujet (Gibbs, 1997 ; Goss et Leinbach, 1996 ; Marshall et Rossman, 1999 ; Stewart et Shamdasani, 1992 ; Strauss et Corbin, 2004). Elle est aussi largement recommandée dans les cas où le chercheur cherche à obtenir des réflexions, des discours à propos des conceptions partagées des pratiques quotidiennes. Cette approche donne aussi d'excellents résultats lorsqu'il s'agit de sujets « sensibles » comme ceux touchant les pratiques de santé, les difficultés « domestiques » et familiales, les questions de santé mentale ou d'accessibilité à des soins de santé ou encore les questions touchant les expériences d'individus issus de groupes culturels minorisés et de sous-cultures ou des problématiques liées au genre ou au groupe d'âge (Davis *et al.*, 2005 ; Gibbs, 1997 ; Hoppe *et al.*, 1995 ; Powell et Single, 1996 ; Zeller, 2002). Elle permet aussi aux immigrants de partager leur expérience d'adaptation, leurs pratiques alimentaires et les significations qu'ils leur donnent (Burns, 2004 ; Jonsson *et al.*, 2002a ; 2002b ; Koçtürk, 2004 ; Mellin-Olsen et Wandel 2005 ; Renzaho et Burns, 2006 ; Satia *et al.*, 2000). Enfin, cette approche sert particulièrement bien les contextes de recherche exploratoire, ce qui fut le cas des premières entrevues, et elle est très utile pour identifier des problématiques, des thèmes, des

dynamiques afin de construire des questionnaires destinés à mesurer correctement des variables et des construits qui sont en lien avec des processus préalablement observés ou identifiés par des groupes lors d'entrevues. Dans le cas de cette recherche, les entrevues, en plus de faire l'objet d'une analyse « pour elles-mêmes », ont également servi à construire le questionnaire.

Cependant, cette méthode pose quelques difficultés particulièrement à cause des caractéristiques de nos échantillons (des groupes de discussion eux-mêmes). Généralement, les sujets qui participent à ces groupes sont sélectionnés sur la base d'une certaine représentativité d'un type d'individu particulier, de leur capacité à prendre la parole aisément, et enfin sur le fait qu'ils possèdent une opinion sur les sujets abordés et qu'ils sont capables d'en discuter. De plus, les entretiens en « focus group » supposent aussi que le groupe ait en quelque sorte une vie autonome, une politique explicite et implicite de la répartition de la parole. Le chercheur y a ainsi un rôle de modérateur plutôt qu'un rôle d'animateur et l'effet de groupe est non seulement inévitable, mais souhaité (Gibbs, 1997 ; Kitzinger, 1994 ; Krueger, 1988 ; Powell et Single, 1996).

Pour que le groupe de discussion fonctionne comme groupe, cela suppose donc que les participants aient des compétences linguistiques comparables dans la langue dans laquelle ces discussions se déroulent et que les participants n'aient pas de difficultés à débattre de certaines questions. Dans le cas d'immigrants qui auraient des difficultés à s'exprimer dans la langue de la majorité, en l'occurrence le français, les entrevues devraient regrouper des participants qui partagent la même langue maternelle et faire appel aux services d'un interprète au besoin. Compte tenu des contraintes, mais aussi des opportunités qui se sont présentées, il n'a pas été possible de séparer les groupes sur une base linguistique, ni d'opérer une sélection des participants sur un autre critère que celui de ne pas être né au Canada. Nous reviendrons un peu plus loin sur les façons dont nous avons pris soin de répondre aux normes éthiques de la recherche.

Ces conditions particulières, propres aux terrains de type ethnologique, où le chercheur n'a pas le plein contrôle sur la composition de ses échantillons ni sur les conditions dans lesquelles les rencontres se déroulent, ont donc nécessité l'utilisation d'une méthode d'entretien hybride à mi-chemin entre l'entrevue de groupe (groupe de discussion) et

l'entrevue individuelle en présence d'un groupe. L'accent est donc mis à la fois sur les questions et les réponses entre le chercheur et des participants individuellement et sur la participation des sujets dans une discussion de groupe. Cependant, dans tous les cas, tous les efforts ont été déployés afin que les entrevues répondent à certains critères de base comme ceux d'une discussion organisée favorisant au maximum possible les interactions entre les participants (Kitzinger, 1994, 1995) et dont la forme générale soit la moins directive possible.

De plus, la forme des entretiens avait également quelques autres particularités. Comme nous voulions recueillir des expériences et des témoignages individuels plutôt qu'une construction « groupale » de valeurs, d'opinions, nous avons relancé régulièrement les participants individuellement à propos de ce qu'ils disaient afin qu'ils approfondissent ou précisent leurs propos, ce qui dépasse le rôle d'animateur ou de modérateur habituellement dévolu au chercheur dans les « focus group ». De plus, afin de pouvoir relier les discours au participant qui l'énonce lors de la transcription, afin d'en faciliter l'analyse, nous avons demandé aux participants de s'identifier par leur prénom avant de prendre la parole. Cela permettait également de croiser les discours des participants avec leurs données socioéconomiques et démographiques. Tout cela rapproche la forme des entretiens de celle des entrevues de groupe.

C'est pourquoi nous disons que nous avons utilisé une forme d'entrevue hybride. Cela est redevable à la fois au type d'informations que nous voulions obtenir et à la dynamique des groupes eux-mêmes, dans lesquels les participants n'étaient pas toujours familiers avec la prise de parole en groupe et avec la langue française.

3.4.1 Constitution des groupes d'entretien

Nous avons rencontré des élèves de quatre centres de francisation de Montréal. Ceux-ci sont situés dans les quartiers de Verdun, de Parc-Extension, de Côte-des-Neiges et de Villeray–Saint-Michel. Les groupes étaient mixtes, le nombre des participants s'élevait à huit en moyenne, la durée à deux heures et les entrevues se sont déroulées entièrement en français. Nous avons ciblé les groupes-cours les plus avancés afin de rencontrer les élèves qui possédaient une maîtrise suffisante du français pour pouvoir pleinement participer au processus. Les participants ont été rencontrés une seule fois et toutes les rencontres ont eu

lieu dans les murs des établissements durant les heures de cours, entre le mois de décembre 2008 et le mois de décembre 2010.

Afin de pouvoir analyser les propos de chaque participant individuellement et de faire des recoupements selon diverses variables descriptives, les participants étaient invités à se présenter et à déclarer notamment leur âge, leur genre, leur pays d'origine, leur année d'arrivée au Québec, leur état civil, la composition de leur famille, leur nombre d'années de scolarité, leurs diplômes, l'emploi occupé dans le pays d'origine et leurs activités professionnelles depuis leur arrivée. Ces informations étaient fournies sur une base volontaire et n'étaient pas une condition à leur participation. Tous et toutes ont accepté de livrer ces informations sous la garantie de la protection de ces informations et de leur confidentialité.

Il n'existe pas de règles strictes quant au nombre total de sujets pour ce type d'exercice. Cependant, le principe de saturation s'applique la plupart du temps, ce dernier voulant que lorsque les entretiens ne produisent plus de nouvelles données, de nouveaux cas de figure, de nouvelles significations et que les informations deviennent redondantes, le chercheur y mette fin (Beaud et Weber, 1997 ; Duchesne et Haegel, 2004 ; Marshall et Rossman, 1999 ; Strauss et Corbin, 2004). Nous avons réalisé un très grand nombre d'entretiens, ce qui dépasse de loin les normes en ces matières. Trois raisons expliquent cette situation. D'abord, comme notre question de recherche était assez large et qu'il était possible d'enquêter dans diverses directions, lorsqu'un thème était saturé, il était abandonné et remplacé par un autre, ce qui a permis d'aborder et d'approfondir plusieurs thèmes. Ensuite, malgré certains effets de saturation, une des stratégies de cette recherche a été de créer un « effet quantitatif » en mettant en lumière des processus récurrents, des types de pratiques. Enfin, comme la thèse repose en bonne partie sur des extraits de discours des participants, nous avons tenté d'en amasser le plus grand nombre possible afin de pouvoir sélectionner les plus éloquents, qui étaient non seulement représentatifs des phénomènes observés, mais qui étaient exprimés avec le plus d'éloquence et de clarté.

Les entrevues ont toutes été enregistrées. L'analyse a été réalisée sur la base d'un regroupement thématique des énoncés et des extraits de discours. Voici sous forme de tableau les caractéristiques descriptives de l'échantillon qualitatif :

Tableau 3.1 Répartition des participants aux entrevues de groupes selon les caractéristiques descriptives retenues. Résultats exprimés en nombre total et en %

	N	%		N	%
Femmes	113	66	Mexique et Amérique centrale	29	18
Hommes	57	34	Amérique du Sud	59	25
18-24 ans	15	9	Europe orientale et méridionale	37	20
25-34 ans	66	39	Asie du Sud-Est	18	5
35-44 ans	66	39	Sous-continent indien	11	8
45 ans et plus	23	13	Chine et Hong Kong	11	12
Avec un conjoint	124	73	Afrique du Nord	17	7
Célibataires	46	27	Autres	4	8
Enfants à la maison	109	64	1 an et moins de résidence	35	32
Sans enfant	61	36	Entre 2 et 4 ans de résidence	69	31
Travailleurs manuels non qualifiés	18	11	Entre 5 et 9 ans de résidence	39	19
Travailleurs manuels qualifiés	13	8	Plus de 10 ans de résidence	39	18
Vente, services, travail de bureau	55	32			
Professionnels	57	34			
Jamais occupé d'emploi, étudiant	27	16			
			Total des participants	**170**	**100**

3.4.2 Permissions et consentement

Des ententes ont été prises avec chacune des directions des centres de francisation afin d'obtenir les permissions nécessaires pour rencontrer des élèves dans le cadre des activités pédagogiques de ces centres. Notre présence dans les classes est le fruit d'une approbation à la fois de la direction, des professeurs concernés et des élèves eux-mêmes qui ont majoritairement consenti à utiliser une période de cours de deux heures afin de discuter avec le chercheur ou remplir un questionnaire. À chaque fois, un rendez-vous avait été fixé avec un groupe et chaque participant avait préalablement été mis au courant de notre visite. Nous avions une autorisation de recherche de la Commission scolaire de Montréal émise au nom de Pierre Sercia Ph.D., notre directeur de recherche. Cette autorisation était délivrée sur la base du certificat éthique du Comité institutionnel d'éthique de la recherche (CIÉR) de l'UQAM.

Dans tous les cas, nous avons recueilli les consentements d'une manière orale pour les entretiens, car cette manière convenait aux normes des établissements. De plus, elle est acceptée lorsque des participants à une recherche ne sont pas tout à fait familiers avec la

langue écrite ou que le consentement par écrit n'est pas culturellement familier (Instituts de recherche en santé du Canada, 2005). Ces consentements ont été enregistrés après que les participants aient été informés verbalement (et avant de débuter), par le chercheur, de la nature de la recherche, de ses objectifs, du traitement des données, de la diffusion des résultats, des règles éthiques qui l'encadrent et de leurs droits.

3.5 La méthode quantitative, le questionnaire

L'intérêt et l'utilité du questionnaire[42] dans l'enquête sociologique ne sont plus à démontrer, cependant son usage n'est pas une fin en soi. La question de recherche et les objectifs de celle-ci déterminent la pertinence d'un questionnaire (Beaud et Weber, 1997 ; Singly, 1992). Pour cette recherche, il s'est révélé d'un grand intérêt afin de recueillir certains types de données. Les entretiens, quant à eux, possèdent des limites et permettent difficilement d'aborder certains thèmes ou, plus précisément, limitent les manières dont on peut les aborder. Cela est cependant également le cas du questionnaire. Ces limites de l'entretien de groupe sont principalement le fait que le chercheur n'a pas le plein contrôle sur les thèmes abordés ni sur le temps que les participants consacrent à chacun de ceux-ci. Elles sont également dues au fait de l'influence du groupe sur les réponses des participants (et qu'il est difficile d'évaluer et d'analyser *a posteriori*), que les entretiens se prêtent assez mal à la quantification de certains phénomènes ou que cette quantification prend beaucoup de temps et que cela est autant de temps qui est perdu pour amasser d'autres types de données. De plus, généralement, les groupes d'entretien demeurent en nombre limité et ce n'est pas précisément leur représentativité qui est visée. Le questionnaire, quant à lui, rejoint un échantillon plus vaste, ce qui augmente sa représentativité, du moins à l'intérieur des échantillons eux-mêmes. Pour cette recherche, le problème des petits échantillons des groupes d'entretien ne se pose pas vraiment puisque les deux échantillons ont presque la même taille.

La forme du questionnaire en vue de mesurer des pratiques alimentaires ainsi que des attitudes, des valeurs et des convictions a été largement utilisé depuis les années 1940, mais

[42] Une copie du questionnaire est disponible en annexe C.

plus intensivement depuis les années 1960 dans le cadre d'études de marché. Or, les États se sont aussi progressivement intéressés aux habitudes alimentaires de leurs populations, la santé de celles-ci étant devenu un enjeu politique et économique. Certaines enquêtes sociologiques ont largement utilisé le potentiel du questionnaire afin d'analyser les pratiques alimentaires de la population en général, mais également de groupes spécifiques (Beardsworth *et al.*, 1999 ; Bourdieu, 1979 ; Brousseau et Gaignier, 2002 ; Fischler et Masson, 2008 ; Grignon, 1999 ; Grignon et Grignon, 1980 ; Halbwachs, 1912 ; Hébel, 2007 ; Herpin, 1988 ; Poulain, 2001c ; Poulain, 2002c ; Sobal, 2003 ; Tomlinson et Warde, 1993 ; Warde, 1997 ; Warde et Hetherington, 1994).

Ainsi, le questionnaire est particulièrement bien adapté afin de mesurer des fréquences (par exemple d'achat et de lieux d'achat, d'utilisation d'un four à micro-ondes ou de préparation de plats non familiers, de repas en famille, de distribution des tâches), des volumes (de consommation de divers aliments) ou des attitudes, des opinions en réaction à des énoncés. De plus, le fait de posséder des informations précises sur des variables descriptives telles que l'âge, le genre, le pays d'origine, le statut social, la famille, l'année d'immigration permet des analyses poussées de différents phénomènes.

3.5.1 Validation et test du questionnaire

Le questionnaire combine un certain nombre de questions qui ont déjà fait l'objet d'une validation dans des enquêtes sur les pratiques alimentaires (Beardsworth *et al.*, 1999 ; Fischler, 1996b) et d'autres que nous avons nous-mêmes construites la plupart du temps sur la base d'une analyse préliminaire des thèmes qui ont émergé des entretiens. Afin de valider les questions, les variables qu'elles isolent, leur formulation, et les échelles de mesure employées, le questionnaire a été testé sur deux groupes témoins composés d'environ quinze sujets chacun. Nous avons tout d'abord fait passer le questionnaire avec un groupe de niveau avancé dans l'apprentissage du français sous la forme d'une session de travail. Le groupe était invité à faire des commentaires et des suggestions sur le vocabulaire employé, la clarté des formulations, la pertinence des thèmes, les choix de réponses ainsi que sur les échelles utilisées avec une version préliminaire du questionnaire. À la fin de l'exercice, les

participants ont remis chacun une copie du questionnaire avec des annotations. Une fois l'ensemble des modifications effectuées, le questionnaire a été administré à un second groupe, un peu moins avancé cette fois, afin de le tester à nouveau et de vérifier s'il pouvait convenir à des immigrants de niveau « intermédiaire avancé ». Encore une fois, les participants ont fait des commentaires et des suggestions et ce n'est qu'après avoir effectué les modifications nécessaires que la version finale du questionnaire a été validée.

Des tests de fiabilité des indicateurs et des échelles de même que de cohérence interne des construits ont été pratiqués (alpha de Cronbach, test de répartition) et se sont révélés élevés ou significatifs dans la grande majorité des cas, c'est-à-dire que les répartitions des réponses n'étaient pas dues au hasard et que les variables ou les construits mesuraient bien ce qu'ils voulaient mesurer. Ainsi, l'on pouvait procéder à des analyses comparatives entre les divers groupes.

3.5.2 Administration du questionnaire

Le questionnaire a été passé à 184 sujets adultes en groupes d'environ 20 personnes, dans les mêmes centres de francisation que ceux où les entretiens avaient été réalisés. Son administration a eu lieu entre le mois de février 2011 et le mois de mai 2011. Il a été complété dans les salles de classe pendant les heures de cours, avec l'assistance du chercheur, ainsi les répondants pouvaient poser toutes les questions désirées aux fins d'éclaircissement et de précisions. Cette manière de procéder assure un maximum de validité aux résultats dans la mesure où l'on s'assure du fait que tous les répondants interprètent les questions de la même manière. Elle donne de meilleurs résultats que celle où le répondant remplit le questionnaire chez lui (Bilocq, 1996 ; Fowler, 1995 ; Singly, 1992).

Voici, à la page suivante, un tableau récapitulatif des caractéristiques descriptives de l'échantillon quantitatif.

Tableau 3.2 Répartition des répondants au questionnaire selon les caractéristiques descriptives retenues. Résultats exprimés en nombre total et en %

	N	%		N	%
Femmes	127	69	Mexique et Amérique centrale	29	17
Hommes	57	31	Amérique du Sud	59	33
18-24 ans	15	8	Europe orientale et méridionale	37	21
25-34 ans	64	35	Asie du Sud-Est	18	10
35-44 ans	71	39	Sous-continent indien	11	6
45 ans et plus	31	17	Chine et Hong Kong	11	6
Avec un conjoint	155	93	Afrique du Nord	17	9
Célibataires	28	7	Autres	4	2
Enfants à la maison	108	59	1 an et moins de résidence	35	19
Sans enfant	75	41	Entre 2 et 4 ans de résidence	69	38
Travailleurs manuels non qualifiés	4	2	Entre 5 et 9 ans de résidence	39	21
Travailleurs manuels qualifiés	6	4	Plus de 10 ans de résidence	39	21
Vente, services, travail de bureau	74	40			
Professionnels	63	36			
N'ont jamais occupé d'emploi	26	26			
			Total des participants	**184**	**100**

3.5.3 Consentement

Pour les questionnaires, les consentements ont été recueillis par écrit. Cependant, les informations à propos des règles éthiques et du caractère volontaire de la recherche ont été fournies oralement par le chercheur avant que les répondants ne commencent à remplir le questionnaire. Bien que l'espace pour signer le consentement soit situé à la fin du questionnaire, les répondants étaient invités à le signer avant de débuter.

CHAPITRE IV

NORMES SOCIALES DU REPAS

4.1 Introduction : origine de la question

Dans ce chapitre, nous analyserons les réponses à une question que nous avons posée lors de nombreux entretiens. Nous avons demandé aux participants de nous dire ce qu'était pour eux un « vrai repas ».

L'idée de poser cette question est issue entre autres de la lecture des travaux d'Anne Murcott (1982), de Nickie Charles et Marion Kerr (Charles et Kerr, 1986, 1988) ainsi que de Marjorie DeVault (DeVault, 1991) qui, chacune à leur manière, ont montré l'importance du repas familial dans la structuration des éléments cohésifs de l'unité familiale, des rôles sociaux et des rapports de pouvoir entre les membres de la famille (surtout entre l'épouse et le mari), de la constitution des frontières ou des limites de l'espace domestique et plus largement de la construction d'un espace social, transformant une « habitation » en véritable « foyer ». En anglais, les auteurs utilisent le concept « home » qui est un terme assez polysémique qu'on traduit généralement, quand il est utilisé de cette manière, par le terme « foyer », qui est aussi largement employé dans le sens commun. Cette notion de « foyer » est une allusion au foyer réel (l'âtre de la cheminée) qui, durant plusieurs siècles en Europe du moins (mais pas dans les maisons nobles ou bourgeoises), était situé dans la pièce centrale de la maison. C'était la pièce commune, la « front region » comme dirait Erving Goffman (1971), où l'on faisait cuire les aliments, où l'on mangeait, recevait les invités et où l'on se tenait au chaud durant la saison froide. Ce n'est qu'à la fin du 19^{e} siècle, avec la généralisation croissante du modèle bourgeois de découpage des espaces intérieurs, que la cuisine est devenue une pièce dédiée à la préparation de la nourriture et qu'elle est devenue, toujours pour reprendre la terminologie de Goffman, une « back region », un endroit où ne sont admis que ceux qui sont autorisés, et un lieu de confinement pour les femmes (Steel, 2009, p. 170-171). Cette période de migration de

la cuisine vers une pièce tenant une fonction spécialisée correspond également à l'émergence de l'institution du repas « de famille » (Flandrin et Montanari (dir.), 1996 ; Kaufmann, 2005 ; Latreille et Ouellette, 2008), qui lui aussi est issu d'une généralisation du modèle bourgeois en matière de comportement familial et de moralisation de l'espace familial dans de larges franges des sociétés industrielles, particulièrement dans les espaces urbains (Amilien, 2006 ; Lhuissier, 2007). La progression de ce modèle sera toutefois plus lente et ses formes concrètes plus différenciées dans les classes populaires. La section 7.2 donne plus de détails sur ce sujet. C'est à cette institution du repas familial, qui avait fait l'objet d'une institutionnalisation toute récente, que se sont intéressés Émile Durkheim, Georg Simmel et Maurice Halbwachs, sans qu'aucun d'eux ne montre toutefois son origine de classe et la fonction de moralisation des masses laborieuses que les autorités publiques attendaient de la généralisation de la norme sociale du repas de famille.

Quoi qu'il en soit, pour définir les liens entre la cuisine, les repas faits à la maison ou pris en commun et la construction d'un espace social circonscrit et qui est celui de la famille, du couple ou même du célibataire, il nous semble que le terme « chez-soi » est plus approprié. Pour une discussion sur cette question, on peut se reporter à la section 7.6. Montrant de nombreuses similitudes, les travaux de Murcott, Charles, Kerr et DeVault insistent sur la centralité de ce qu'elles désignent comme le « proper meal » dans la structuration de l'unité familiale et des rapports de genres, qui pourrait se traduire par un « repas convenable » ou, dit autrement, un repas « comme il se doit » ou encore « comme il faut[43] ». Nous proposons quant à nous de le désigner comme un « vrai repas ». Le « proper meal » est une norme sociale de même qu'une norme diététique répandue dans l'ensemble des classes sociales, mais actualisée de différentes manières selon les ressources matérielles, sociales, symboliques disponibles et selon les cultures de classe. Cette norme définit ce qu'il convient de manger mais aussi les manières de préparer et de consommer les nourritures que prendrons quotidiennement les membres d'une famille – il est surtout question ici du repas du

[43] À cet effet, le sociologue Michel Freitag, professeur à l'Université du Québec à Montréal, montrait que la famille est le lieu du « comme il faut » dans la mesure où elle est un lieu de moralisation et de transmission des normes sociales, et le cas du repas de famille en est un exemple sans équivoque. Martine Segalen et Atrouver Le Wita, à leur manière, arrivent à des conclusions similaires en montrant que la maison s'avère un espace de renforcement des normes sociales (Segalen et Le Wita, 1993). Nous avançons quant à nous qu'il est aussi le lieu de négociations et même de conflits au sujet de ces mêmes normes.

soir et des repas du dimanche –, afin de correspondre à la norme sociale de ce que devrait être une « vraie famille ». La norme dicte également que ce « repas convenable » doit être préparé par la mère de la famille. Nous aurons l'occasion de revenir sur ces thèses à propos des repas, de l'organisation sociale des rôles liés à l'alimentation particulièrement dans le chapitre VIII.

Pour l'énoncé de la question, nous avons donc choisi le terme de « vrai repas », car nous avons pensé que formulée avec ce terme plutôt qu'avec « convenable » ou « comme il se doit », la question était plus susceptible d'être compréhensible par le plus grand nombre; car il faut garder à l'esprit que si la majorité des participants avaient une maîtrise du français suffisante pour produire des discours riches en significations, ces participants n'en maîtrisaient pas pour autant toutes les subtilités. Par ailleurs Martin Latreille et Françoise-Romaine Ouellette (2008) proposent également de traduire le concept de « proper meal », chez Murcott, Charles et Kerr de cette manière. Retenons cependant que ce terme, qui a acquis un statut de concept dans le cadre de leur analyse, a émergé lors d'entretiens que les auteurs ont réalisés avec des femmes de diverses classes sociales, résidantes en Grande-Bretagne et aux États-Unis. Nous avons voulu utiliser ce concept afin de voir s'il serait susceptible de permettre aux participants de produire des énoncés qui livreraient ou porteraient la marque d'une normativité sociale du repas. Les résultats que nous avons obtenus dès les premières entrevues ont montré que cette question permettait effectivement de produire des discours à teneur normative.

Cette question nous a également été inspirée par les travaux de Mary Douglas (1979, 1997), de Jean-Pierre Poulain (Poulain, 1998, 2002b) et d'Amy Shuman et ses collaborateurs (1985) qui ont montré que les repas sont organisés et régulés par une commensalité (qui prend place au repas et selon quelles règles), par des rôles sociaux (comment se prennent les décisions, qui fait les achats et prépare la nourriture) et par les propriétés diététiques des aliments, mais qu'ils possèdent également une forte dimension « logique », structurale, voire sémiotique. Ils sont organisés comme un langage et répondent à des règles (des « patterns »), telles que la séquence temporelle, la composition des plats, l'agencement esthétique et l'apparence des aliments dans les plats et la disposition des éléments sur la table (ou sur le sol). Le choix même des aliments se fait en fonction de schèmes mentaux (culturellement construits) définissant la comestibilité et hiérarchisant la désirabilité de tel ou tel aliment.

Cette séquence qui s'observe comme une succession des plats répond à des logiques internes comme le passage du salé au sucré, du liquide au solide ou du chaud au froid. La rupture ou l'absence de ces séquences indique alors que la prise alimentaire n'est pas un repas, mais pose également le problème de la déviation, de l'anomalie et de « l'anormalité ». Mary Douglas (1997) avance que la participation des individus dans ces séquences structurées est l'une des façons d'exprimer et de faire l'expérience du fait qu'on appartient à une famille, et nous ajouterions à un couple ou à un groupe social particulier ou, inversement, qu'on ne veut plus appartenir à ce groupe où que l'on en conteste les normes, ce qui peut concourir, à terme, à la transformation de ces normes ou à l'exclusion de certains individus.

L'objectif n'était pas que les participants s'expriment spécifiquement à propos du repas familial, c'est pourquoi la question n'en fait aucune mention, tout en faisant l'hypothèse que les individus qui ont des enfants et ceux qui n'en ont pas organiseraient leurs réponses en fonction de cette réalité objective. Par ailleurs, la question était suffisamment vague pour que les discours ne portent pas seulement sur les repas pris à la maison, mais également sur les autres contextes où l'on consomme de la nourriture. Il arrivait toutefois que les participants interprètent le concept de « vrai repas » comme « le repas idéal » ou même « un bon repas pour moi », cependant, et c'est intéressant de le noter, leurs réponses ressemblaient beaucoup à celles des autres (qui avaient saisi le sens « normatif » de la question) puisqu'il y a sans doute un peu de tout ça dans le « vrai repas ». On comprendra que rapporter ces normes sociales du repas aux divers contextes sociaux dans lesquels les participants aux discussions en ont fait l'apprentissage dépasserait le cadre de cette thèse et mobiliserait un grand nombre de connaissances ethnographiques, culinaires, sociologiques à propos de dizaines de sociétés ou d'ères culturelles. Quoi qu'il en soit, nous verrons que peut importe d'où l'on vienne, qu'elle que soit l'origine de classe, le genre ou l'âge, on ne mange pas n'importe quoi, n'importe quand, n'importe comment ni avec n'importe qui.

4.2 Les dimensions du vrai repas

4.2.1 Le vrai repas comme séquence temporelle des plats, des aliments

Débutons par quelques citations qui serviront à illustrer le propos.

> Comme nous venons tous de l'Amérique du Sud, c'est comme ça que mes amies ont dit et on mange l'entrée c'est une soupe, après le plat c'est de la viande, du riz, la salade et des fois des haricots, et aussi nous, dans mon pays, on mange beaucoup des bananes plantain, on en trouve ici et j'en mange toujours, et aussi un bon jus de fruits et comme ça on est tout satisfaits, tout plein, on est content et c'est tout, du dessert des fois, ça dépend des quantités de repas que tu manges parce qu'après sinon du café. Et du vin, ici on s'est habitué à boire du vin en mangeant, parce que là-bas c'est juste du jus de fruits [...] Pour le vin, là-bas il y en a beaucoup de choix aussi, mais on le voit surtout pour les fêtes, à la fin de l'année, Noël, des choses comme ça (Lucia, femme, 28 ans, Venezuela, célibataire, enfant, 2007, administration).

> J'aimerais commencer avec une soupe, à l'avance et après viande, c'est comme obligatoire ou nécessaire sur la table, donc viande et salade ou soit du riz, soit spaghetti, macaroni, des choses comme ça, comme on dit des hydrates de carbone, un féculent, mais après ça j'aimerais avoir un dessert aussi. Pour moi ça serait un repas complètement et j'aime aussi, après le repas, avoir un thé turc, un thé noir (Mulent, homme, 33 ans, Turquie, en couple, sans enfant, 2003, travail de bureau).

> Un bon repas, tout le repas il inclut les légumes et toutes différentes choses comme la viande, le poisson ou poisson ou poulet ensemble. Pour moi j'aime la soupe avant le repas. Je bois la soupe, après je mange du riz (Sing, femme, 41 ans, Chine, mariée, enfant, 2004, technicienne de laboratoire en biotechnologie, travaille ici comme acheteuse pour une entreprise).

> D'après moi, un vrai repas c'est d'abord du riz, de la pâte, de la viande, des légumes, après c'est la soupe et ensuite des fruits (Kim, femme, environ 42 ans, Chine, mariée, enfant, 2001, secrétaire).

> Pour le dîner[44], c'est presque tout le temps une soupe et du riz, la viande, c'est presque nécessaire aussi ou le poisson et les légumes et les salades, c'est presque toujours les salades avant, avant tout c'est un gros plat de salade, après c'est les autres choses, la soupe, le riz, la viande et ensuite les desserts, les desserts avec du café ou du thé (Maria, femme, 38 ans, Cuba, mariée, enfants, 1999, formation de comédienne et d'enseignante).

Comme on le voit dans ces cinq cas, on retrouve la présence d'une séquence qui prend la forme d'une entrée, presque toujours une soupe, d'un plat principal constitué de viande (ou d'un mélange de viandes qui démontre une culture culinaire issue de la Chine), accompagné d'un féculent ou d'une légumineuse (riz dans les cinq cas, pâtes, haricots, plantain) et de légumes (ici, dans deux cas, il s'agit d'une salade), puis d'un dessert dans trois des cas (mais

[44] Elle parle du souper, le repas du soir au Québec.

facultatif dans un des cas). Dans le cas de Kim, la soupe se prend après le plat principal, sans entrée, tandis que le dessert, assez informel, est constitué d'un fruit. Kim a raconté être originaire du nord de la Chine et que souvent on y consomme la soupe après le plat principal. Le fait que le dessert est absent de la séquence relatée par Sing, et assez informel dans le cas de Kim, n'est guère surprenant dans la mesure où les desserts occupent une très petite place dans la gastronomie chinoise. Enfin, dans trois des cas, une boisson chaude marque la fin du repas et le choix de cette boisson n'est pas fortuit. En effet, la consommation de café est très répandue en Amérique du Sud et dans les Antilles, et l'héritage colonial y est assurément pour quelque chose. Maria[45] et Lucia sont nées dans cette aire culturelle. Le thé, quant à lui, est une boisson très largement répandue de par le monde. En Occident ses origines coloniales sont indéniables et il est la boisson chaude de prédilection pour l'ensemble des régions qui vont de l'est de la mer Méditerranée jusqu'au Japon. En Chine et dans l'Asie du Sud-Est, il est consommé tout au long du repas et non strictement à la fin, comme c'est le cas la plupart du temps en Occident. Par ailleurs en Turquie, d'où Mulent est originaire, la consommation de café y est importante tout comme la consommation du thé (Fumey et Etcheverria, 2004).

Notons enfin que cette mise en séquence du repas ne s'appliquait pas au premier repas du matin – du moins en semaine – qui, à la limite ne constituerait pas, selon cette définition, un vrai repas (Kalka, 2008) de par son côté souvent informel même au pays d'origine, il est toutefois toujours culturellement marqué. Comme c'est également le repas le moins socialisé et en quelque sorte la plupart du temps le moins chargé de signification, cela explique sans doute que c'est la prise alimentaire qui se transforme le plus facilement et sans réel conflit après la migration. Les participants ont souvent mentionné les changements importants, voire quasi complets, que cette prise alimentaire a subis. Ce phénomène est également assez largement démontré dans la littérature (Burns, 2004 ; Calvo, 1982 ; Girard et Sercia, 2009b ; Hassoun, 1996 ; Himmelgreen *et al.*, 2007 ; Jerome, 1980 ; Kalka, 2008 ; Pagezy *et al.*,

[45] À cet effet, voici des propos complémentaires de Maria qui enchaînait son discours sur le vrai repas par une évocation de souvenirs de sa mère et du café à Cuba. « Même le soir, à Cuba, ici mon mari et même le soir il fait du café, petit café comme ça cubain, espresso, et voilà. À Cuba, des fois on finit de manger à 8 h, tu reprends à 9 h, quelqu'un dit on va chez toi pour boire du café et c'est l'heure que ma mère commence, elle fait le café pour tout le monde, on boit du café le soir. Je vois ici que tout le monde prend le café pour ne pas dormir, mais là-bas on dort, on boit du café et on peut dormir » (Maria, ibid.). Un bel exemple des liens entre les dimensions physiologiques et culturelles de l'incorporation.

1997 ; Ray, 2004). Nous reviendrons, au chapitre VII, sur cette question et sur les significations que prennent les déjeuners en situation de migration.

L'importance du respect d'un ordre dans la succession des plats apparaît ici clairement. Cette séquence temporelle s'impose même si dans chacun des cas, on apprendra au cours de la discussion que certains éléments sont une nouveauté dans leur alimentation. Pour Lucia, boire du vin plus régulièrement durant les repas est une nouveauté dont elle a fait l'expérience au Québec. On remarquera aussi qu'elle a conscience du fait que cette façon de concevoir un vrai repas est culturellement partagée, car, d'entré de jeu, elle déclare « nous venons tous de l'Amérique du Sud... ». Pour Mulent, dont la conjointe est québécoise, les pâtes ont fait leur apparition dans l'assiette, ce qui n'est pas commun en Turquie, mais remarquons qu'elles prennent la place d'un accompagnement au même titre que le riz, et qu'elles ne sont pas l'élément central du plat principal comme ce serait le cas d'un spaghetti avec une sauce par exemple. Sing a changé ses habitudes et l'ordre de la séquence quand elle avait 20 ans. Comme Kim, elle est originaire du nord de la Chine et, comme son groupe social, elle consommait la soupe après le plat principal. Dans le sud de la Chine, la soupe se consomme généralement avant le plat principal. Mais autour de l'âge de 20 ans, elle raconte avoir découvert que la consommation de la soupe avant le plat principal était préférable pour la santé[46]. On assiste toutefois au maintien de l'idée d'une séquence temporelle, il s'agit ici simplement d'une permutation. Pour Maria, ses habitudes alimentaires ont changé quand elle a épousé un Iranien peu après son arrivée au Québec. Elle raconte qu'elle s'est adaptée (avec beaucoup de plaisir d'ailleurs) aux préférences alimentaires du mari qui est demeuré attaché à sa culture culinaire prémigratoire et qui fait régulièrement la cuisine. Elle a raconté également que le riz était un aliment commun à leurs cultures culinaires prémigratoires, ce qui a facilité son adaptation en créant en quelque sorte un pont. Cela explique également pourquoi la salade a changé de statut et de place dans la séquence du repas. En effet, d'accompagnement au plat principal, comme c'est le cas dans maintes cultures culinaires de l'aire « latino-américaine » – la plupart des

[46] Intervention ici de la norme diététique, elle est « constituée d'un ensemble de prescriptions étayées sur des connaissances scientifiques nutritionnelles et diffusée par le milieu médical et ses relais » (Poulain, 2002b, p. 65). Ces prescriptions sont évidemment fluctuantes selon les découvertes scientifiques ou les pressions qui s'exercent sur les nutritionnistes, les autorités de santé publique ou les divers relais de l'information. Dans l'hypermodernité qui caractérise l'espace social alimentaire nord-américain, la multiplication des discours, souvent contradictoires, rend les contours des normes diététiques plus flous.

participants issus d'un de ces pays en ont témoigné –, elle est devenue une entrée qui précède la soupe. Notons également que son mari, dont le thé était la boisson chaude de prédilection (d'où la présence du thé aux côtés du café comme option à la fin du repas), s'est mis à la préparation du café à la « manière cubaine » y compris après le repas du soir. On peut y déceler, c'est du moins une hypothèse, une intégration, dans les habitudes alimentaires du couple, d'un rituel qui était cher à Maria et qui est chargé de souvenirs et de significations recomposées. Ainsi, le partage du café ou du thé participe de la construction d'une identité de ce couple – et de la famille –, qui n'est ni « iranienne », ni « cubaine », mais cosmopolite.

La mention claire de la définition d'un vrai repas comme mise en séquence dans les discours des participants a été somme toute assez rare. Cela n'est guère surprenant dans la mesure où ces actualisations d'une norme alimentaire qui régule la succession des plats durant le repas est une chose qui va de soi, qui est généralement inconsciente et « routinisée » par la personne qui cuisine. On pouvait donc s'attendre à ce que cette dimension « logique » du repas ne soit pas spontanément évoquée sans qu'on demande aux participants dans quel ordre ils consommaient les plats qu'ils mangeaient lors des repas. Ils auraient sans doute livré alors la norme implicite de cette succession dans la majorité des cas. Or, les repas « formels » qui sont pris en groupe (en famille, en couple, lors d'événements spéciaux, de fêtes, avec des amis, des parents, des collègues) et même souvent ceux qui sont pris seuls, possèdent tous cette dimension séquentielle.

Il existe cependant, dans maintes cultures culinaires, une conception du repas qui n'est pas véritablement séquentielle. Par exemple en Chine, tous les plats, y compris la soupe, sont placés sur la table en même temps et chacun compose son assiette en attrapant les morceaux avec des baguettes. Dans les pays du Maghreb, le couscous, avec tous les aliments qu'il contient, est présenté dans un grand plat où chacun se sert à la main sans assiette individuelle. Il est généralement servi sur une table basse et mangé en position accroupie[47]. C'est aussi le

[47] Cet extrait de discours d'un homme originaire du Maroc illustre bien la question de la position corporelle durant les repas et montre bien aussi comment les nourritures sont mobilisées afin de marquer la temporalité, le découpage de la semaine et comment elles peuvent aussi participer d'une performance de l'ethnicité. Pour un approfondissement de ces questions, voir la section 7.5 « Moi, ma façon de manger, quand je suis avec mes enfants, on mange à table, mais on a un sous-sol, donc quand on s'assoit là-bas c'est typique arabe, donc on s'assoit accroupi comme ça puis on mange, alors les samedis il y a le couscous, le tajine, les barbecues, ça c'est typique vraiment les samedis, dimanches » (Omar, homme, 50 ans, Maroc, marié, enfants, 1985, emploi inconnu).

cas des diverses « soupes repas », populaires par exemple au Vietnam, en Thaïlande et au Cambodge, dont tous les ingrédients sont servis dans un grand bol individuel. Ainsi d'autres types de normes s'appliquent à ces types de repas. Il n'en demeure pas moins que chaque culture culinaire prescrit un certain ordre de succession des éléments du repas.

4.2.2 Le vrai repas comme combinaison des aliments

Les repas (et plus largement les règles de la cuisine) sont également organisés selon une normativité qui prescrit quels seront les types d'aliments qui doivent être présents afin qu'une prise alimentaire devienne un vrai repas. Pour Matéo, c'est simple, il faut qu'il y ait du riz.

> Pour moi je pense qu'un vrai repas c'est toujours avec du riz, parce que nous les Philippinos on n'appelle pas un repas s'il n'y a pas de riz, c'est ça pour moi (Matéo, homme, 21 ans, Philippines, célibataire, habite chez ses parents, 2004, restauration).

Ricardo nous dit que cela dépend des repas. On voit toutefois qu'il s'agit d'une permutation des aliments d'un repas ou d'un autre et que la composition, l'agencement des aliments définissent encore structurellement les différences entre les repas de sa journée alimentaire. Il mentionne aussi le fait qu'il dépend maintenant des industries alimentaires pour les jus de fruits et que le vrai repas, nous le verrons plus loin, est fait de produits frais.

> Pour moi le vrai repas ça dépend si c'est un déjeuner, petit-déjeuner ou dîner ici. Dans mon habitude le petit-déjeuner c'est… c'est un café au lait, une pièce de pain ou quelque chose avec de la farine, c'est-à-dire du pain ou bien un cookie ou une espèce de crêpe […] et le déjeuner[48], c'est le plateau le plus important, toujours, il faut qu'il y ait de la viande et du riz et aussi des salades fraîches et dans mon pays c'est plus important des fruits tous les jours, c'est une chose que j'ai changé ici complètement, parce qu'ici j'achète les petites boîtes de carton où il y a une espèce de jus, je m'imagine qu'il y a beaucoup de préservatifs, quelque chose comme ça et dans le dîner c'est plus léger, c'est des œufs en sandwich, mais tout, normalement, c'est très frais (Ricardo, homme, 30 ans, Colombie, marié, enfant, 2008, dessinateur industriel).

> Le vrai repas pour moi c'est le riz et curry. Nous allons préparer de beaucoup de manières, nous allons mélanger la viande, souvent le poulet ou le poisson, avec la patate. Aussi, je vais mettre quelques piments parce que dans ma maison, il y a ma grand-mère aussi elle aime manger les nourritures de mon pays, elle fait la même chose, très piquant, très piquant, mais mes enfants n'aiment pas la nourriture comme ça, ma fille elle aime manger la pizza et le hamburger. Mon mari aussi il aime beaucoup riz et curry, il n'aime pas la viande, il aime poisson (Mandy, femme, 38 ans, Sri Lanka, mariée, enfants, 1991, couturière).

---

[48] Il fait référence au plat de la mi-journée.

> Normalement je préfère riz avec légumes et poisson, quelquefois avec *rootis*[49] et légumes aussi, les *rootis* sont des produits faits de farine et après ça, quelquefois un peu, quelque chose de sucré (Rahmani, homme, 43 ans, Bangladesh, marié, enfants, 2002, ingénieur textile).

> Pour moi, je pense que le vrai repas, c'est avec différents légumes, viandes ou poissons avec du riz, chaque jour comme ça. (Yensing, femme, 40 ans, Chine, mariée, enfant, 2005, ingénieur en chimie).

On voit ici que les participants opèrent un glissement vers leurs pratiques alimentaires quotidiennes ou vers leurs préférences alimentaires. Nous émettons l'hypothèse qu'il s'agit ici d'une actualisation d'une norme alimentaire qui définit tout de même une « manière correcte » de manger issue de la normativité alimentaire du groupe social prémigratoire. On le voit par ailleurs par les termes qu'ils emploient, par exemple le fait que ce soit « toujours du riz » pour Matéo, « il faut qu'il y ait » pour Ricardo, que Mandy, son mari[50] et sa grand-mère (qui habite avec eux) consomment très régulièrement des « currys très très épicés », et que pour Yensing c'est « chaque jour comme ça ». Dans le cas de Yensing, elle nous dit que c'est ce qu'elle fait tous les jours, mais on peut aussi comprendre que c'est également ce qu'il faut faire et que ces pratiques sont « routinisées ». Les participants nous livrent ici une norme intériorisée et, nous le verrons plus loin, cela ne nous dit rien sur les manières dont sont préparés les aliments qui leur paraissent nécessaires à la confection d'un vrai repas, pas plus que les écarts qu'ils font à cette norme.

L'exemple de Mandy est instructif à cet effet. Elle nous dit que ses enfants n'aiment pas le curry (du moins pas quand il est très très épicé) et plus loin dans la discussion elle nous apprend qu'elle prépare de la pizza, des hamburgers et des pâtes pour ses enfants, mais que sa grand-mère et son mari ne mangent jamais ces types de plats. Donc, les aliments qui lui paraissent nécessaires à la préparation d'un vrai repas participent d'une normativité qu'on

---

[49] Les *rootis* sont des galettes de blé, sorte de pain plat dont l'équivalent est les *chapatis*, que l'on retrouve d'une manière généralisée en Inde et au Pakistan. Les *rootis* sont à la base de l'alimentation quotidienne dans la province indienne du Bengale-Occidental, au Bangladesh et au Sri Lanka où ils portent le même nom. Dans ces pays, la fabrication des *rootis* n'est pas externalisée, comme c'est le cas par exemple de la *tortilla* au Mexique. Ils sont donc fabriqués à la maison quotidiennement, souvent tôt le matin. Au Québec, la majorité des femmes originaires de ces pays continuent à préparer les *rootis* et les *chapatis* tous les jours, généralement sans égards à leur classe sociale, ce qui n'est pas le cas dans les pays d'origine. À l'évidence, les *rootis* et les *chapatis* sont des marqueurs culinaires et identitaires puissants et Mandy, sa grand-mère, son mari ainsi que Ramhani y sont très attachés.

[50] Son mari, qui était également présent lors de la discussion, a affirmé qu'il mangeait des currys accompagnés de *rootis* tous les midis et tous les soirs et que cela constituait, selon ses propres mots, « des nourritures traditionnelles de mon pays ».

peut « adapter », contourner. C'est sans doute d'autant plus facile quand on a immigré et que le groupe social porteur de ces normes n'est plus celui du pays d'origine, mais un autre, diasporique et circulant dans un tout autre espace social alimentaire. On peut néanmoins supposer, sur la base de son discours, que s'il n'en tenait qu'à elle, son mari et sa grand-mère, les pâtes, la pizza et les hamburgers ne feraient pas partie du répertoire culinaire familial. De même, Ricardo nous confie qu'il n'achète plus de fruits frais (une pratique répandue dans de nombreux pays latino-américains) et n'utilise plus de fruits frais pour préparer les jus de fruits qu'il nous dit qu'il faut boire tous les jours durant un « vrai repas ». Il achète plutôt des jus en boîtes, qui par ailleurs contiennent « beaucoup de préservatifs » dont on devine qu'ils ne sont pas bons pour la santé et que ces produits s'éloignent d'une norme qui précise que les produits employés doivent être frais et que les jus – comme le reste des éléments du repas par ailleurs – doivent être préparés à la maison. Ricardo nous expliquera qu'il n'achète plus de fruits frais parce que ceux qu'ils trouvent sur le marché ne correspondent pas à ses attentes, aux caractéristiques familières (apparence, goût) des fruits tropicaux mûris sur l'arbre et vendus frais comme c'est le cas en Colombie. La norme du vrai repas, ou ici plus précisément d'un vrai aliment, suppose une dimension de fraîcheur qui se reconnaît par son goût. L'impossibilité à se procurer des aliments qui correspondent à cette norme explique le fait de l'abandon de l'achat de fruits frais. Voici des extraits complémentaires du discours de Ricardo qui montrent bien ce phénomène.

> Je pense que c'est important de vous mentionner que depuis que je suis arrivé ici mes habitudes ont changé complètement. Je pense qu'il y a beaucoup de facteurs, les saveurs, les goûts des fruits et des légumes c'est complètement différent, c'est-à-dire que j'achète seulement les fruits que j'ai goûtés ici et qui sont les plus similaires aux fruits de mon pays. Je trouve que l'ananas ici ça ressemble un peu et les melons d'eau ça ressemble un peu aussi et c'est les fruits que j'achète le plus ici. Les bananes aussi, c'est comme les trois qui sont les plus similaires, les autres je les achète, mais de temps en temps parce que le goût est complètement différent. Et la viande aussi c'est le grand problème, parce que dans mon pays il y a une condition économique différente ici, mais je m'imaginais qu'ici il y avait de bonnes viandes, mais les viandes que je peux acheter c'est seulement les viandes des hypermarchés et le goût c'est vraiment mauvais pour moi, c'est là que j'ai commencé à quitter la viande de ma nourriture habituelle et aussi le poulet, j'ai commencé à quitter, éliminer la viande (Ricardo, ibid.).

Ricardo mentionne une autre dimension de la norme alimentaire dans la première citation et qui est celle de son contexte, plus précisément du moment dans la journée : le repas du matin, le repas de mi-journée ou de celui (ou ceux) de la fin de journée. On voit ici par ailleurs, et c'est une norme communément partagée autant au Mexique qu'en Colombie et

au Venezuela, que le repas le plus important de la journée est celui de la mi-journée, qui est habituellement pris vers quatorze heures. Nous verrons plus loin que cela n'est plus possible dans le contexte québécois, particulièrement à cause de la structuration des horaires de travail et des horaires scolaires. Les fins de semaine sont cependant l'occasion pour beaucoup de renouer avec ce découpage de la journée scandée par le repas. Nous reviendrons plus loin, dans le chapitre VII sur les significations de l'alimentation, sur le fait que les nourritures sont mobilisées afin de marquer des découpages du temps (section 7.5).

Afin de poursuivre notre discussion sur la question des écarts entre les normes et les pratiques, l'exemple suivant illustre bien notre propos.

> Pour moi, je viens d'un pays d'Amérique du Sud, c'est la Colombie, un repas complet, c'est-à-dire pour moi c'est un repas qui vient avec de la soupe, de la viande, du poisson, du riz et des pommes de terre et de la salade et aussi un jus de fruit en plus, ça c'est le repas idéal. Mais ça c'est le repas idéal pour ma mère, pour ma grand-mère, mais ce n'est pas pour moi ou ma femme, ni pour ma fille parce que nous avons changé la façon de penser sur les plats qu'il y a. Maintenant, si je mange deux pointes de la pizza, ça c'est bien avec coca-cola c'est tout, c'est-à-dire que j'ai changé complètement [...], mais bien sûr que je sais qu'il faut manger tout ça, tout ce que ma mère m'a dit, il faut manger ça, mais je pense si c'est la facilité de la vie tu prends quelque chose du réfrigérateur, tu le dégèles et après tu manges, la vie c'est facile (Ramon, homme, 42 ans, Colombie, marié, enfant, 2007, ingénieur civil).

Ramon a en quelque sorte décelé la nature du jeu auquel nous avions convié les participants, c'est-à-dire de livrer une norme et de faire comme si elle correspondait effectivement à leurs pratiques. Ramon nous rappelle qu'il existe des décalages entre la formulation de la norme sociale et diététique attendue du repas, les pratiques réelles des individus et les pratiques déclarées qui font souvent l'objet d'oublis, de transformations, de restructuration sémantique ou même de dénégation (Poulain, 2001b) dans la mesure où les individus savent ce qu'on attend d'eux, à savoir une conformité à la norme intériorisée. On peut toutefois réfléchir sur le sens des propos de Ramon quand il nous dit que c'est le repas idéal pour sa mère et sa grand-mère. Deux options s'ouvrent ici qui sont aussi intéressantes l'une que l'autre. Dans un premier cas, il veut peut-être nous indiquer que les pratiques alimentaires de sa mère et de sa grand-mère sont (ou étaient) conformes aux normes sociales et diététiques d'un vrai repas et que la modernité alimentaire (qu'il indique en parlant de la « facilité de la vie », du four à micro-ondes et de la pizza, symbole de l'externalisation de la préparation de la nourriture) n'a pas affecté l'unité des diverses dimensions de l'alimentation

(socialisation, normes, pratiques, rapport à soi et aux normes) de sa mère et de sa grand-mère. À cet égard, plusieurs sociologues et anthropologues pensent en effet (et nous l'avons montré dans le cadre d'analyse) que la modernité alimentaire se caractérise entre autres par des phénomènes de dissonances entre les normes intériorisées et les pratiques réelles, mais aussi par le développement d'une attitude fonctionnelle pour certaines prises alimentaires (Ariès, 1997 ; De Labarre, 2001 ; Diasio, 2008 ; Fischler, 1990 ; Gofton, 1995b ; Mestdag, 2005a ; Poulain, 1998, 2000, 2002a, 2002b ; Recours et Hébel, 2006). Dans le second cas, il veut peut-être nous indiquer que sa mère et sa grand-mère considéraient qu'il était de leur devoir de transmettre des normes alimentaires et diététiques à leurs enfants, que cela fait partie de la socialisation, que des écarts peuvent être permis, mais que ces normes doivent guider la majorité des choix alimentaires que leurs enfants auront à faire au cours de leur existence. Dans les deux cas cependant, il semble bien que pour Ramon, son épouse et sa fille, cette « époque » soit révolue et qu'il faille plutôt assumer cette « modernité » dont l'un des grands avantages est, semble-t-il, de nous rendre la vie « plus facile » et que les individus, composant avec un nombre croissant de contraintes usent de toutes sortes de stratégies techniques, marchandes et symboliques afin de donner du sens à ce qu'ils mangent.

Il n'est donc pas question pour nous de croire que le vrai repas dont nous parlent les participants correspond à leurs pratiques réelles. De plus, nous analyserons quelques raisons qui expliquent la présence de dissonances entre les normes du repas et les pratiques en les rapportant entre autres à des contraintes spécifiques dues à la migration et à des négociations intergénérationnelles dans l'espace familial. C'est néanmoins la mise au jour des diverses dimensions de cette norme sociale qui nous intéresse pour le moment et que nous avons tenté de susciter avec cette question.

On peut conclure que le vrai repas doit inclure certains types d'aliments, souvent les mêmes d'un participant à l'autre : le riz, la viande, les salades fraîches, les fruits et les jus de fruits frais, les légumes, le poisson, les *rootis*. Mais le vrai repas possède aussi une norme nutritionnelle.

4.2.3 La dimension nutritionnelle du vrai repas

Un vrai repas c'est quand il contient tous les éléments fondamentaux pour la santé, les minéraux, les vitamines, la protéine et qu'il est bien très balancé et par exemple les soupes. J'ai mangé à Cuba comme ça et ici aussi parce que ma mère prépare la même nourriture que Cuba. Et le riz toujours, comme le Chinois nous mangeons le riz toujours, la protéine peut-être le poulet, peut-être le poisson, la viande rouge et la salade, toujours. Je ne peux pas manger sans la salade, le végétal, parce que j'aime beaucoup ça, je ne peux pas manger même si le repas c'est très bon, les saveurs, le goût c'est très bon, s'il n'y a pas de salade, je ne peux pas manger. C'est une habitude, toujours je mange avec la salade et les jus de fruits ou de l'eau et les autres choses c'est les desserts comme pour finir le dessert, c'est toujours (Daniella, femme, 39 ans, Cuba, mariée, enfant, 2007, médecin).

Pour moi pour le repas c'est un repas complet, un repas équilibré avec la protéine, les vitamines et un repas avec lequel j'ai été satisfait, pour moi c'est ça. Je pense, O.K., une bonne soupe pour commencer, une assiette complète avec la viande, avec les légumes, avec une farine seulement, une pomme de terre, quelque chose comme ça, amidon (Patricia, femme, 38 ans, Colombie, mariée, enfants, 2007, administration).

Je pense qu'un bon repas, c'est un repas balancé, les légumes, les patates, le riz, les valeurs nutritives de chaque chose, s'il y a de la viande avec les légumes, s'il y a du poulet, je pense que tout ensemble pour moi c'est très important les valeurs nutritives... Je pense que quand il y a des enfants ce n'est pas facile de donner le goût, parce que je change, aujourd'hui je prépare des légumes, demain je prépare quelque chose de frit, parce que les enfants aiment beaucoup les patates frites avec des légumes, avec des fruits. Je change tous les jours parce que mes enfants, c'est pas vrai tous les jours le goût, non, non [...] C'est tous les enfants détestent les légumes, mais je les ai mis à mes enfants. Oui c'est ça parce que les enfants demandent tous les jours, ils voulaient manger la poutine, le MacDonald's, les pizzas, toutes les choses, ce n'est pas bon. J'ai dit c'est quoi, maman tous les jours moi je prépare, légumes, patates, le riz et je prépare le jus parce que je leur dis, est-ce que ce n'est pas bon pour ta santé? (Fabiola, femme, 30 ans, Pérou, monoparentale, 1999, design d'intérieur, patroniste mode masculine).

Le soir je mange un plat russe qui s'appelle le Borsh, c'est une soupe de légume avec de la viande et avec épices, différentes épices, je trouve que c'est un repas très équilibré, on mange la viande, les légumes, le bouillon, et je trouve que c'est un très bon repas pour moi. Et, de plus, je pense que le repas doit être équilibré. J'évite les restaurants de fast-food, je trouve que les repas ne sont pas équilibrés, et je ne trouve pas que c'est utile pour notre organisme, c'est comme ça (Yvan, homme, 55 ans, Kazakhstan [Russe], marié, enfant ayant quitté la maison, 2006, ingénieur mécanique).

Pour moi, c'est important une nourriture équilibrée, soit des grains, soit du riz ou des pâtes ou des pommes de terre, purée de pommes de terre, et aussi de la viande soit poulet ou poisson, pas les deux ensemble, mais un des deux, de la salade et aussi un petit plat de fruits et si c'est possible, le dessert. Et aussi un jus de fruit (Carola, femme, 29 ans, Panama, célibataire, sans enfant, 2006, commis de bureau).

Pour moi, un vrai repas c'est un repas qui contient tous les groupes d'alimentation, protéines, vitamines, minéraux comme les légumes, les protéines, la viande pour moi et des céréales, peut-être je ne sais pas comment je peux dire, il y a une chose au Mexique qui s'appelle la *tortilla*, elle contient des céréales de maïs. Pour moi c'est un vrai repas quand il contient de tout, de tous les groupes (Fina, femme, 45 ans, Mexique, mariée, enfants ayant quitté la maison, 2007, infirmière).

Les citations précédentes montrent bien que norme alimentaire et norme diététique sont intimement liées et que ce qu'on mange doit être « bon pour la santé » et qu'un vrai repas doit contenir tous les nutriments dont l'organisme a besoin. C'est ce que les participants désignent par les qualificatifs « équilibré » ou « balancé ». Toutefois, la définition de la nourriture comme un ensemble de nutriments (protéines, vitamines ou minéraux) est apparue assez rarement dans les entretiens, autant dans les réponses à la question du vrai repas que lors des discussions à propos des habitudes alimentaires ou, plus largement, de l'alimentation[51]. Cela créée un contraste avec les discours nutritionnels très présents dans les espaces sociaux et qui sont largement relayés par les médias, les agences de santé publique, les autorités médicales et les nutritionnistes, surtout en Amérique du Nord (Fischler, 1996a ; Goode *et al.*, 1995 ; Levenstein, 1988, 2003 ; Nestle, 1994, 2002 ; Wilkins *et al.*, 2010), dans certains pays européens et sans doute un peu partout dans le reste du monde[52]. En effet, particulièrement depuis la fin de la Seconde Guerre mondiale (mais les tentatives pour instiller des notions de diététique chez les populations datent déjà du début du 20^{e} siècle), on a assisté à l'amplification des discours à teneur diététique, c'est-à-dire qui traitent de l'alimentation et des aliments dans leurs rapports à la santé, à la physiologie, aux maladies chroniques, au développement des enfants, à des populations spécifiques, etc. Mais depuis environ une vingtaine d'années, ces discours ont tendance à restructurer les représentations sociales des aliments et plus largement des nourritures en les fractionnant en nutriments et en micronutriments, ce qui a transformé en profondeur les façons que les mangeurs ont de reconnaître, de classer et d'évaluer les aliments. Nous n'entrerons pas plus loin dans ce débat pour le moment. Disons seulement que ce type de discours sur les aliments et les nourritures en termes de nutriments et de micronutriments a été exceptionnel chez les participants.

---

[51] Mais, fait notable, quand le vrai repas était défini en tant que nutriments ou micronutriments, ce fut toujours le cas de participants issus de l'Amérique latine, peut-être est-ce là l'effet d'un discours des autorités de santé publique qui d'un pays à l'autre se partagent expertises et recherches, la langue commune et la proximité géographique facilitant ces échanges et la circulation des modèles en termes de communications publiques.

[52] Tous les pays industrialisés du Nord, ceux de l'Australasie, mais aussi ceux d'Amérique latine, possèdent l'équivalent du *Guide alimentaire canadien*, mais avec des contenus différents, qui est un outil développé afin de diffuser dans les populations un certain nombre de connaissances à propos des différents aliments (les groupes alimentaires), leurs propriétés et les quantités moyennes qu'il faut consommer. Ce guide, ainsi que d'autres outils développés par les agences de santé publique (ou leurs équivalents), les différents ministères de la Santé ou l'Organisation mondiale de la santé, est largement utilisé par exemple dans les écoles.

Dans les citations précédentes, plusieurs éléments sont présents simultanément, cependant les aliments qui sont mentionnés le sont en fonction du fait qu'ils font partie d'une alimentation équilibrée, balancée. Cependant, ces discours sont en quelque sorte polysémiques (chacun d'eux pris individuellement ou les uns avec les autres), car ils disent beaucoup plus qu'un vrai repas doit être nutritif. Daniela, par exemple, nous confie que s'il n'y a pas de salade durant le repas, elle ne pourra pas le manger, aussi savoureux ou nourrissant soit-il. Sans doute nous dit-elle qu'elle est convaincue que la salade est bonne pour la santé (comment penser le contraire ici?), mais elle ne dit pas qu'un repas sans salade aurait une moins grande valeur nutritive. Néanmoins, peu importe la valeur nutritive du repas et la présence « de tous les éléments fondamentaux pour la santé, les minéraux, les vitamines, la protéine », ce n'est pas cela qui va l'inciter à manger, lui donner de l'appétit et qui, au fond, fera d'une prise alimentaire un vrai repas, mais plutôt le fait qu'il y ait toujours de la salade. Il serait cependant tout à fait faux de dire que pour elle, un vrai repas, c'est un repas qui présente de la salade, car il est remarquable qu'il y ait dans son discours une mention claire d'une séquence des aliments et des plats dans l'ordre où elle les présente. Il ne s'agit pas d'une hiérarchisation, mais d'un ordre de succession : soupe, riz et protéine (poulet, poisson, viande rouge), accompagnés de salade et d'eau ou de jus de fruit et, pour finir, le dessert « c'est toujours ».

Patricia mentionne aussi les nutriments (protéines, vitamines) et le fait que le repas doive être équilibré. Elle ajoute « un repas avec lequel j'ai été satisfaite » et enchaîne avec la mention d'une succession entre la soupe et le plat principal qui se doit d'être complet c'est-à-dire avec « la viande, avec les légumes, avec une farine seulement ». La dimension de la « satisfaction » a souvent été abordée par les participants à un moment ou l'autre des discussions et renvoyait bien entendu généralement à l'impression d'avoir mangé quelque chose en quantité suffisante pour « calmer son appétit » ou « d'avoir mangé à sa faim ». Cependant nous proposons que l'évocation de cette satisfaction (la satiété) dépasse largement celle d'avoir suffisamment mangé, mais renvoie plus fortement au fait d'avoir « correctement mangé » et cela est généralement associé aux nourritures familières (culturellement et socialement construites et partagées) ainsi qu'aux caractéristiques gustatives des aliments[53]. L'idée de la satisfaction est

[53] Dans la mesure où les aliments, et plus généralement les plats, doivent avoir le goût escompté pour produire une impression de satiété.

en effet intimement liée à l'idée du vrai repas et son évocation par Patricia ne nous paraît pas anodine. Le début du chapitre suivant élaborera ce thème plus en profondeur.

La petite mention « avec une farine seulement » dans le discours de Patricia pourrait passer inaperçue et mérite un dernier commentaire. Elle nous dit ici que l'accompagnement de la viande ne doit comporter qu'une seule farine (elle parle d'amidon, des aliments riches en hydrates de carbone, elle mentionne d'ailleurs à cet effet la pomme de terre). Cette catégorie regroupe des aliments familiers à l'aire culinaire du Venezuela et de la Colombie comme le riz, la pomme de terre, le pain et les pâtes. Nous proposons l'hypothèse qu'elle tient ici à se distinguer d'une alimentation propre aux classes populaires qui font en général une consommation abondante de ces aliments entre autres parce qu'ils sont peu coûteux et, pour reprendre les mots de Pierre Bourdieu (1979), de Claude et Christiane Grignon (1980), parce qu'ils « tiennent au corps » et qu'ils sont appropriés au travail manuel, une représentation (un habitus) largement partagée dans les classes populaires. Les classes moyennes ou supérieures jugent également que ce type d'alimentation est le propre des classes populaires qui présentent des goûts de nécessité en matière d'alimentation, et qu'eux présentent des goûts de liberté (ils mangent selon des critères esthétiques, pour rester minces et en santé par exemple). Ce qui fait dire à Pierre Bourdieu, qui, se plaçant du point de vue des classes « supérieures », que les classes populaires « n'ont pas de goûts, elles n'ont que des besoins ». Nous ne prétendons pas que c'est ce que dit Patricia, mais que cela dénote toutefois selon nous un éthos ou une culture de classe. L'allusion de Patricia est à mettre en lien avec le discours d'Elba, également originaire de la Colombie, dont l'éloquence rivalise avec la clarté de l'énonciation et qui déclarait durant un autre entretien :

> Chez nous on dit, ce qui ne tue pas va nous faire grossir et c'est toujours comme ça, les gens ne mangent pas pour la santé, *mais ils mangent que pour se remplir et c'est comme ça dans la culture latino-américaine. Des fois ce n'est même pas le goût, c'est vraiment la grosse quantité !* Le riz, les patates et des viandes, chaque jour peut être la même chose, mais il faut voir aussi le côté économique parce qu'il y a plusieurs familles dans mon pays qui vont manger chaque *jour du riz, des patates, des patates, parce que c'est moins cher et que ça remplit et ça tient toute la journée, que si on mange des légumes, tout à l'heure on va avoir faim*, c'est vraiment une question économique aussi. Ici on a plus de moyens pour pouvoir faire attention à notre nourriture, et on n'a pas encore les moyens pour suivre le « courant bio », parce que c'est trop cher (Elba, femme, 42 ans, Colombie, célibataire, enfant, 2008, [a déjà vécu au Québec de 1991 à 1997], études en sciences de l'environnement, travaillait comme commis de bureau en Colombie).

Elba, un peu plus tôt dans l'entretien, avait aussi déclaré :

> Moi j'adore manger, j'adore faire la cuisine, et je mange tout, je déteste avoir dans la même assiette des pâtes, du riz et des patates, j'aime pas avoir trop de farine dans la même assiette, mais j'aime manger tout, tout, tout (Elba, ibid.).

Ainsi, nous posons l'hypothèse que lorsque Patricia dit qu'il ne faut qu'« une seule farine », cela veut dire qu'il ne faut pas faire comme le font les classes populaires qui, comme le souligne Elba, « chaque jour mange du riz, des patates, des patates » et sans doute aussi du pain et des haricots. Patricia et Elba proviennent toutes deux des classes moyennes, ont fréquenté l'université et travaillaient dans des bureaux avant d'immigrer, l'une comme administratrice et l'autre comme secrétaire dans une compagnie d'importation de papier carton. Ainsi, manger un vrai repas, c'est aussi une manière de se distinguer des classes populaires, de montrer que l'on n'en fait pas partie, c'est aussi « faire attention à sa ligne » (elles sont minces toutes les deux). On peut supposer, c'est une hypothèse, que leurs préférences alimentaires et leur représentation d'un vrai repas ne témoignent pas seulement d'un goût personnel, mais qu'elles participent d'une culture de classe et d'un « habitus » partagés. Elba témoigne aussi d'un certain « omnivorisme culturel » qu'on retrouve dans certains groupes sociaux contemporains lorsqu'elle dit « j'aime tout, tout, tout » et qui est en quelque sorte une nouvelle forme de distinction non plus sous une forme « snob » ou élitiste, mais qui se donne plutôt sous la forme de l'éclectisme (Bellavance *et al.*, 2004 ; Emmison, 2003 ; Peterson, 2004 ; Peterson et Kern, 1996 ; Sullivan et Katz-Gerro, 2006 ; Warde *et al.*, 1999).

Notons en terminant que l'entrevue à laquelle participait Patricia faisait partie d'un cycle où nous recevions des fonds du groupe de recherche Média et santé de l'UQAM (dirigé par Lise Renaud, professeur au département de communication sociale et publique) afin de procéder à la fois à notre recherche sur les pratiques alimentaires, mais où nous enquêtions également sur les représentations de la santé et sur la pratique de l'activité physique. Ainsi, à la question « Ça veut dire quoi pour vous la santé[54] ? » Patricia a répondu :

> Pour moi la santé c'est être bien avec vous-même, c'est avoir des expectatives, avoir des rêves et faire face à difficultés avec une bonne attitude (Patricia, ibid.).

---

[54] Cette question était posée à la fin de l'entrevue afin que les participants n'associent pas d'emblée l'alimentation et la santé et qu'ils ne formatent pas leurs discours en conséquence en leur donnant une forte dimension de désirabilité sociale.

Ce type de réponse dénote une appartenance de classe et un statut social particulier dans la mesure où, dans une recherche en cours sous la direction de Pierre Sercia[55] (FQRSC 2010-2014) et pour laquelle nous avons réalisé de nombreuses entrevues avec des immigrants récents, les individus issus des milieux populaires ou qui avaient un niveau de scolarité peu élevé, définissent la santé la plupart du temps comme une absence de maladie ou un état permettant de réaliser les activités qu'une personne doit faire durant sa journée. Ici, il s'agit d'être bien avec soi-même, de faire des projets (des expectatives) et d'avoir des rêves. Cela ne veut aucunement dire que les classes populaires n'ont pas de rêves ou le désir d'être bien avec soi-même. Seulement, il s'est dégagé chez les individus issus des classes sociales aisées et éduquées une représentation de la santé comme un « éthos », une attention à soi, qui est apparue plus marginalement chez les individus issus des classes populaires. Pierre Bourdieu remarque des phénomènes similaires dans *La distinction* (1979). Pour ce qui est de « faire face aux difficultés avec une bonne attitude », une telle définition de la santé est très répandue dans les populations migrantes de première génération et, là-dessus, la classe et le statut social ne sont pas un facteur de différenciation. Cela s'explique tout à fait dans le cadre de la situation qui est propre aux immigrants dans les processus d'adaptation et d'intégration et encore plus peut-être pour ceux et celles qui doivent apprendre le français en plus.

Revenons à nos extraits de discours. Fabiola, quant à elle, insiste bien sûr sur le fait qu'un vrai repas doit être bon pour la santé (page 116). Mais, à l'évidence, le repas est aussi un moment d'apprentissage des normes diététiques pour ses enfants par l'exemple quotidien de sa cuisine faite à la maison. Apparemment, ses enfants ne voudraient manger que de la poutine, du « MacDonald's » et des pizzas et tout cela représente précisément ce « qui n'est pas bon ». De plus, il faut apprendre aux enfants qu'on ne mange pas que pour le goût (comprendre le goût des choses qu'on aime beaucoup) bien qu'elle prépare de temps à autre des repas pour leur faire plaisir[56] : « aujourd'hui je prépare des légumes, demain je prépare

---

[55] Cette recherche, subventionnée par le Fonds québécois de recherche sur la société et la culture (FQRSC), d'une durée de 4 ans, s'intéresse principalement aux transformations des modes de vie chez des populations d'immigrants de première génération (primo-arrivants). Cette recherche cible l'alimentation, l'activité physique de même que les représentations de la santé.

[56] Voir à ce sujet la section 6.4 sur les goûts et les demandes des enfants, de même que le chapitre VII sur la construction de la famille par les repas.

quelque chose de frit, parce que les enfants aiment beaucoup les patates frites avec des légumes, avec des fruits. Je change tous les jours parce que mes enfants, c'est pas vrai tous les jours le goût, non, non ». La variété ici (« je change tous les jours ») n'est pas qu'une norme diététique, mais une norme aux vertus pédagogiques, dans la mesure où elle est destinée à habituer les enfants au goût de divers aliments (en l'occurrence les légumes et les fruits) qui sont bons pour la santé. De plus, c'est un travail « que moi, maman, je fais chaque jour pour vous ». Nous savons par ailleurs que Fabiola ne reçoit pas d'aide d'un conjoint, elle se déclare monoparentale. Nous reviendrons en profondeur sur la question de la cuisine, du travail des femmes et des soins attentionnés dans le chapitre VIII. Nous laissons ces questions ouvertes pour le moment bien qu'elles émergent déjà.

Yvan, lui, ne doute pas que le *Borsh*, un plat slave qui est une soupe garnie à base entre autres de betteraves, constitue un repas équilibré et donne lui aussi l'exemple des fast-foods comme l'archétype d'un repas qui n'est pas équilibré (page 114). En plus de souligner le caractère équilibré du vrai repas, Yvan insiste également sur une technique de préparation. En effet, tous les aliments (bouillon, légumes, viandes, épices) sont cuits (bouillis) et servis en même temps. Le *Borsh* est assurément un marqueur alimentaire de la culture culinaire slave, comme Yvan nous l'a confié plus loin dans l'entrevue. Il est également un marqueur alimentaire qui peut être mobilisé afin de faire valoir son identité slave, mais également un moyen efficace d'intégrer les aliments disponibles de l'offre alimentaire dans une préparation familière qui a de plus la grande qualité de constituer un vrai repas équilibré pour lui.

4.2.4 Le vrai repas comme espace de sociabilité

> Et pour nous le vrai repas quand on mange ensemble c'est parce que quelquefois même si nous avons faim ma mère dit que non, on mange pas, on attend votre père, mais quelquefois on mange avec ma mère et quand mon père arrive après le travail, mon père dit réveille-toi, accompagne-moi à la table et ma mère se lève et accompagne mon père pour manger à la table (Mateo, homme, 21 ans, Philippines, célibataire habite chez ses parents, 2004, restauration).

> Un vrai repas ça veut dire je mange avec ma famille, avec mon garçon, avec mon mari toujours, je ne peux pas manger seule, je ne sais pas, je ne me sens pas bien, et lui aussi, mais pour le repas pour moi par exemple les fruits et les jus que je fais quelquefois si je n'ai pas le temps pour faire la nourriture vraie, c'est pas un vrai repas… Ensemble, pendant tout l'été quelquefois, parce que j'ai un grand jardin, on fait le barbecue ensemble, chaque samedi pendant l'été on invite quelques amis proches ici, on fait le barbecue avec les enfants, ils jouent, je sors la piscine, c'est ça je

pense, pendant l'été je me sens mieux avec le barbecue c'est ça. Mais le soir après on finit avec un petit bol de yogourt que je le prépare moi-même à la maison. (Massia, femme, 42 ans, Albanie, mariée, enfant, 2007, infirmière).

Un bon repas comme d'habitude je le fais à la maison, de la viande, soupe, pâtes, riz et salade, c'est bon parce que moi je suis toujours à la maison avec la famille, mais aussi un bon repas pour moi c'est si on mange un sandwich de Subway, mais si tout le monde, toute ma famille ensemble ça c'est un bon repas aussi, parce que nous sommes ensemble. Si je le mange seule, je sais que c'est seulement pour calmer ma faim (Marina, femme, 25 ans, Mexique, mariée, enfants, 2005, formation en service de garde, n'a jamais exercé de métier).

Dans ma maison je prépare tous les repas, quelquefois à l'extérieur, mais une fois par mois, deux fois par mois, pas beaucoup. Dans ma maison on mange tous ensemble, même si je ne fais pas beaucoup de choses, mais on a partagé toutes les personnes. Je suis végétarienne, tous les jours je mange des légumes. Mon mari il mange quelquefois du poulet, mais moi non. Je pense que bon repas pour moi toutes les personnes mangent ensemble et ont partagé qu'est-ce qu'on avait (Prahti, femme, 33 ans, Inde, mariée, enfants, 1996, formation en arts [en Inde], a travaillé ici comme couturière actuellement au chômage).

Je pense que le repas, le vrai repas, c'est beaucoup de choses incluses, premier le repas, le goût du repas, OK, moi mon estomac est habitué au repas régional du Sichuan, quand j'ai goûté le repas du Sichuan avec beaucoup de piquant, je me sens... c'est vraiment un repas. Une autre chose, quand on mange pour moi la sensation d'un vrai repas ça veut dire environnement. Par exemple j'aime ça quand je mange, écouter de la musique, de la belle musique, et j'habille ma table avec des chandelles, avec le vin rouge, eh oui, oui, oui, chaque jour j'essaie de préparer un repas comme ça, chaque jour. Et parler avec quelqu'un qui me connaît bien, quand je mange je parle avec quelqu'un et on peut parler de quelque chose d'intéressant ensemble. Et... c'est ça. Par exemple environnement, le restaurant ce sont de bonnes sensations, avec le vin rouge, boire de bonnes choses, euh... Tout, tout, toutes les choses qu'on met ensemble, pour construire un vrai repas (Jen, femme, 46 ans, Chine, monoparentale, enfant, 2000, orthopédiste en Chine, technicienne en chirurgie biologique au Québec).

Et encore Elba que nous avons rencontré plus haut :

Pour moi le vrai repas c'est un plat équilibré, mais, plus que la nourriture, c'est la compagnie, c'est le temps de manger, de partager, de se réunir avec les gens pour partager un repas, c'est ça avec une bonne bouteille de vin (Elba, femme, 42 ans, Colombie, célibataire, enfant, 2008 [a déjà vécu au Québec de 1991 à 1997], science l'environnement, travaillait comme commis de bureau en Colombie).

Ces citations sont très caractéristiques des discours qu'ont tenus les participants à toutes les entrevues et pas seulement en réponse à la question du vrai repas. L'importance de l'idée de mise en commun apparaît avec force et n'est assurément pas spécifique aux populations migrantes. Depuis longtemps les sociologues, les anthropologues et les historiens ont relevé la forte dimension de sociabilité associée aux repas qu'ils soient pris en famille, avec des proches, des collègues au quotidien ou lors d'occasions spéciales (Beardsworth et Keil, 1997 ; Diner, 2001 ; Farb et Armelagos, 1980 ; Flandrin et Montanari (dir.), 1996 ; Hassoun,

1997a ; Herpin, 1988 ; Lemangeur-ocha.com, 1996 ; Munzele, 2004 ; Ochs, 2006 ; Sobal, 2003). Un des objectifs de cette thèse est cependant de montrer que cette sociabilité prend des significations toutes particulières en situation de migration. Avant d'entrer dans les détails de l'analyse de cette sociabilité dans le chapitre VII et VIII, poursuivons notre analyse de la mise en discours des normes sociales du vrai repas.

Pour Mateo, pour sa famille et pour ce « nous » qui sont peut-être les « Philippinos », auquel il fait référence à la section 4.2.4 lorsqu'il nous parlait du riz, on mesure l'importance du fait que la famille mange ensemble, à un point tel que même si le père rentre tard à la maison, le fils et l'épouse l'attendent ou même se lèvent pour l'accompagner à table. Il n'a cependant pas été possible d'en savoir plus long sur les règles de la commensalité cette fois (et qui régissent qui peut ou même qui doit être à table) qui prévalent chez lui ou plus largement dans son groupe social prémigratoire. On peut émettre deux hypothèses ici. La première est que son père, à l'instar de Massia (la seconde citation de cette section), ne peut manger seul, qu'il n'a pas d'appétit et que de plus, il désire prendre des nouvelles de son fils et de son épouse. La deuxième est que les règles de la commensalité du groupe social d'où sont issus Mateo, sa mère et son père, imposent la présence des membres de la famille lorsque le père est à table et que, même endormis, Mateo et sa mère se lèvent afin de répondre à une norme sociale. L'illusio (l'effet de « naturel ») d'une idéologie patriarcale consiste alors à faire croire à ceux qui occupent des positions subalternes dans des rapports de pouvoir qu'il s'agit d'un témoignage d'une sociabilité et non d'une soumission à un ordre sur lequel ils n'ont pas de prise. Nous ne penchons pas pour une hypothèse ou l'autre. Ce commentaire avait pour but de montrer qu'il ne faut pas confondre sociabilité alimentaire et commensalité (Grignon, 2001) et que les repas peuvent être (et sont) le lieu de l'expression de rapports inégaux entre les genres et entre les groupes d'âge (Charles et Kerr, 1988 ; Counihan, 1999 ; Counihan et Van Esterik (dir.), 2008 ; Daly, 2001 ; DeVault, 2008 ; Kaufmann, 2005, 2007 ; Kerr et Charles, 1986).

Massia, quant à elle, ne peut pas manger seule, elle ne se sent « pas bien ». Cela semble être le cas de son mari également. On perçoit, à l'évocation de l'été, du barbecue, des amis, de la piscine, que partager de la nourriture revêt une dimension émotive pour elle et qu'elle est mobilisée pour construire des relations sociales au-delà de la seule famille. Elle nous dit

également que si elle n'a pas eu le temps de préparer des « nourritures vraies » (comprendre qu'elle a fait elle-même), ce n'est pas un vrai repas. Le type de repas qu'elle évoque et qui lui paraît très cher (le barbecue avec les enfants et les amis) se termine par ailleurs avec un petit bol de yogourt qu'elle a préparé elle-même « à la maison ». On commence à deviner la force des liens qui unissent la cuisine et la maison, ce que nous nommerons le « chez-soi » et comment l'un participe de la coconstruction de l'autre. Nous reviendrons en détail sur cette coconstruction au chapitre VII.

Marina, elle, ne cache pas le fait qu'elle va manger des sandwichs chez Subway même si, en général, dans les entrevues, l'évocation des restaurants de fast-food étaient sur le mode négatif. Dans son cas aussi cependant, un vrai repas est fait à la maison par ses propres soins, mais cette dimension de la norme est « assouplie » par une autre qui dit que l'important, au fond, c'est d'être ensemble. Plus loin dans l'entrevue, elle explique pourquoi, bien qu'elle continue de faire à manger la plupart du temps, son congélateur est rempli de pizzas congelées, que le manque de temps la force à prévoir des en-cas quand elle n'a pas le temps ou l'énergie de se mettre aux casseroles. Elle répétera que même à ce moment, qui constitue une entorse aux pratiques alimentaires de son groupe social prémigratoire – au Mexique, la congélation est assez mal vue (Pilcher, 1998, 2004) –, l'important c'est que toute la famille (4 enfants, 2 adultes) soit ensemble. On observe ici le développent d'un rapport plus fonctionnel aux repas et d'une ouverture à certaines formes d'externalisation de la préparation de la nourriture, ici les pizzas congelées. On remarquera aussi le fait que cette externalisation de la préparation et la visite des restaurants de fast-food sont intégrées dans un univers de sens : répondre aux goûts des enfants, composer avec des contraintes externes (le temps, les coûts), témoigner de la lourdeur de la contrainte de produire des repas familiaux tous les jours, recentrer les significations sur des principes essentiels (l'important c'est d'être ensemble).

Le cas de Prahti est assez touchant. Quand elle est arrivée à l'entrevue, elle sortait d'une rencontre avec une orthophoniste, car le Centre de francisation offre ce service aux étudiants qui éprouvent des difficultés dans l'apprentissage et la prononciation du français. Prahti, comme de nombreuses femmes issues du sous-continent indien, du Vietnam et de la Chine et qui sont arrivées au Québec vers la fin des années 1980 et durant les années 1990, a travaillé comme couturière dans une manufacture. Durant les années 2000, les activités de la grande

majorité des ces manufactures ont été transférées en Chine. Toutes ces femmes, et plusieurs hommes également (issus la plupart du temps des mêmes pays), ont perdu leur travail. Ayant épuisé les prestations de chômage auxquelles elles avaient droit et afin d'accroître leur employabilité, Emploi-Québec leur offre des cours de francisation assortis de prestations financières conditionnelles à leur présence à ces cours. Objectivement, les chances pour ces femmes et ces hommes d'obtenir un emploi bien rémunéré sont plutôt minces sans qualifications professionnelles ni scolaires, avec une difficulté à s'exprimer en français et compte tenu des transformations majeures qu'ont connues les secteurs manufacturiers au Québec depuis les dix dernières années. Ainsi, on comprend mieux le sens de son discours lorsqu'elle dit timidement, « même si je ne fais pas beaucoup de choses » et, plus loin, « on a partagé ce qu'on avait », on comprend alors que la situation financière du ménage est peut-être précaire et qu'il arrive que les repas soient « modestes ». Cela explique sans doute le fait qu'un vrai repas pour elle c'est un repas que toute la famille prend ensemble. Par ailleurs, elle prépare toute la nourriture de la famille elle-même, y compris les *chapatis* et les nourritures à emporter, car elle n'aime pas manger les nourritures de la veille. Comme beaucoup de familles de la diaspora indienne, ses enfants n'apprécient guère la cuisine de sa région d'origine et, pour leur faire plaisir, elle prépare des pâtes et de la pizza que toute la famille mange ensemble (mais, qu'à leur tour, son mari et elles n'apprécient guère). Enfin, le samedi et le dimanche, elle prépare un plat pour ses enfants et un autre (indien diasporique) pour elle et son mari. On peut donc en déduire que pour elle, un vrai repas est fait à la maison, qu'il est frais et non réchauffé, qu'il doit faire plaisir aux autres (du poulet pour son mari même si elle est végétarienne, des pâtes et de la pizza pour les enfants), et bien entendu qu'il est pris en famille. De plus, le fait qu'elle cuisine pour faire plaisir aux autres et en fonction de leurs goûts pose un tout autre ordre de problème en lien avec la position souvent subalterne des femmes dans l'espace domestique et dans les tâches culinaires. Cette question fera l'objet d'une ample discussion au chapitre VIII, où nous discuterons aussi de la propension de certaines mères à préparer deux menus pour un même repas et du fait que cette propension est très prononcée justement chez les immigrants en provenance de l'Inde.

Jen est systématique dans son énonciation (page 121). Cela est peut-être dû à sa formation scientifique : elle a pratiqué la médecine en Chine et travaille dans un laboratoire

pharmaceutique à Montréal. Pour elle, le vrai repas est constitué de trois dimensions : le goût des aliments résultant d'un travail culinaire, l'environnement dans lequel le repas est consommé et les personnes avec qui il est partagé. Elle nous dit que son estomac est habitué à la cuisine du Sichuan, et elle prend le soin de dire qu'il s'agit d'une cuisine régionale et non d'une cuisine « chinoise » comme l'ont souvent fait les participants issus de la Chine. Nous apprendrons cependant un peu plus loin dans l'entrevue qu'il s'agit bien plus que d'une habitude de l'estomac, mais que la cuisine du Sichuan est un marqueur de son identité auquel elle tient beaucoup, d'autant qu'il est mobilisé afin de transmettre à sa fille une partie de cette identité : « si ma fille se mettait à ne plus aimer les nourritures du Sichuan, j'aurais l'impression de l'avoir un peu perdue », a-t-elle confié à la fin de l'entrevue. Nous lui avons alors demandé comment elle se sentirait si elle-même venait à abandonner la cuisine du Sichuan. Elle a répondu : « je me serais perdue moi-même ». Il semblerait alors que lorsqu'elle dit que c'est une habitude de l'estomac, elle fait référence à des schèmes cognitifs, pratiques, gustatifs et émotionnels qui sont chevillés au corps et à « l'esprit ». Mais Jen semble à la recherche d'exotisme ou peut être est-ce une projection de classe basée sur l'impression que le raffinement se trouve dans une esthétisation « à la française », dont une des formes serait un certain « romantisme ». Elle est toujours à la recherche d'endroits pour prendre un café dans une ambiance « française » (elle nous a demandé les bonnes adresses). Elle habille sa table avec des chandelles et apprécie les repas accompagnés de vin rouge. Cela contraste en effet avec le peu de décorum (pour un Français) qui caractérise souvent la prise de repas en Chine, à la maison ou au restaurant (où l'emphase est mise sur les aliments employés, sur les techniques de préparation et sur la variété des plats proposés simultanément et non sur « l'ambiance », « l'environnement » ou le service). Elle aime beaucoup aller au restaurant avec son amoureux (elle vit seule avec sa fille) et recherche des types de restaurants aux styles culinaires les plus variés. On comprend en tout cas que, pour Jen, manger est un grand plaisir, que les moments des repas, même quotidiens, sont très importants, qu'ils constituent des moments particuliers et que la dimension rituelle de cet événement est importante. On comprend aussi qu'un marqueur identitaire (ici alimentaire) n'est pas une marque de fermeture et que Jen aime offrir sa cuisine comme un cadeau, ainsi elle « emballe » son repas comme un cadeau avec une nappe, des chandelles, de la musique. Nous reviendrons sur les questions du don, du rituel et de la présentation du repas dans le chapitre VIII.

On voit ici, comme c'était le cas pour Prahti, que parler de son alimentation, c'est aussi parler de soi-même et que d'un point de vue sociologique, les préférences, les pratiques, les habitudes, les schèmes cognitifs sous-jacents, les contraintes objectives (revenu, langue, lieu de résidence, provenance de classe, genre, etc.), sont souvent collectivement partagés par un groupe plus ou moins large. Parler de son alimentation comporte une certaine mise en discours de soi, mais les règles qui régissent ce discours et celles qui régulent les pratiques alimentaires et les représentations qui leur sont sous-jacentes ne sont pas que des productions « personnelles ». Ces règles sont socialement et culturellement construites, mais ne sont pas figées et se transforment dans le temps et dans l'espace (la migration). Elles sont réappropriées par les acteurs afin de donner des significations à leurs pratiques et à faire preuve de créativité. Ainsi, ces discours sont subjectivement mobilisés dans une construction narrative d'un « soi », pas seulement comme mangeur, mais aussi comme sujet de ses choix, de ses goûts, de sa cuisine (Devasahayam, 2005 ; Giddens, 1991 ; Kehily, 2010 ; Ochs et Capps, 1996 ; Ochs et Taylor, 1992 ; Somers, 1994 ; Stewart, 1993 ; Thompson, 1997).

4.2.5 Un vrai repas est préparé et consommé à la maison

Dans les réponses à la question sur le vrai repas, les participants ont rarement exprimé le fait que le vrai repas soit préparé et consommé à la maison. Cependant, dans les extraits que nous avons cités tout au long de cette section, il est clair selon nous que cette dimension normative du vrai repas est présente en filigrane presque dans chacun de ces extraits. Cela est sans doute dû au fait que c'est une évidence pour les participants, et l'analyse ultérieure des discours à propos de leurs pratiques alimentaires montrera sans équivoque l'importance centrale des repas pris à la maison. Cet extrait montre bien l'importance du repas cuisiné à la maison :

> Pour moi un vrai repas c'est ce que je mange à la maison, quand je sors de la maison je sais que je vais manger des cochonneries comme hamburger, des choses comme ça, mais à la maison je mange des choses bien préparées et je sais que la nourriture pour moi c'est bien, c'est ça. Je pense comme ça pour la nourriture. Je veux ajouter une autre chose, normalement je mange pendant la semaine, du lundi au vendredi, je mange bien, mais presque toutes les fins de semaine je sais que je vais manger des cochonneries parce que normalement on sort pour manger à l'extérieur (Alphonso, homme, 47 ans, Mexique, marié, enfants ayant quitté la maison, 2007, technicien en électricité).

La maison et les repas préparés à la maison sont des espaces qui protègent de l'offre alimentaire externalisée et particulièrement du fast-food. Alphonso et son épouse (qui était également présente lors de l'entrevue) apprécient le fast-food et plus généralement les nourritures offertes dans les restaurants. Pour eux, les fins de semaine ne sont pas, comme pour beaucoup des participants rencontrés, des moments privilégiés pour l'expression d'une ethnicité, où l'on prend le temps de faire des plats élaborés souvent issus du répertoire culinaire prémigratoire, de manger selon un découpage du temps et un rythme qui est familier ou encore d'inviter des amis, mais elles sont plutôt pour eux le moment d'un congé. Il s'agit ici en quelque sorte d'un triple congé : tout d'abord un congé pour Fina, la conjointe, qui prépare la nourriture le reste de la semaine, ensuite un congé de la norme alimentaire et diététique, enfin un congé de l'ethnicité dans la mesure où ils vont manger des hamburgers, des hot-dogs et de la pizza et que cela signifie peut-être pour eux une intégration à une dimension de l'univers culturel de l'Amérique du Nord où l'offre de ces nourritures est très présente et qu'elles en symbolisent le mode de vie. Ainsi peut-être peuvent-ils faire valoir une identité cosmopolite ainsi qu'une capacité à circuler dans l'espace social alimentaire. Ajoutons par ailleurs que Fina et Alphonso ne fréquentaient qu'assez rarement les restaurants lorsqu'ils habitaient au Mexique et que cela ne relevait pas de limitations financières, car les deux avaient un travail dont les revenus les plaçaient dans la classe moyenne. Le fait que leurs enfants ne demeurent plus avec eux joue sans doute dans le fait qu'ils prennent congé de certains repas faits à la maison, un signe que la « carrière des mangeurs » est faite de plusieurs périodes et que les pratiques et les significations se modifient tout au long de cette « carrière ». C'est assurément le cas pour les femmes qui ont été responsables de l'alimentation de la famille durant de très longues années (Counihan, 1988 ; Counihan et Van Esterik (dir.), 2008 ; Kaufmann, 2005 ; Sidenvall *et al.*, 2000).

Rarement aussi, les techniques de préparation ont été mentionnées comme constitutives d'un vrai repas, peut-être parce qu'il va de soi, pour le mangeur, qu'une nourriture doit passer par le travail culinaire avant de se retrouver sur la table et qu'elle doit être préalablement chauffée. On peut émettre aussi l'hypothèse que comme les techniques se transforment sous l'effet de plusieurs contraintes et de changements aux modes de vie et dans l'espace de la cuisine – four, ustensiles, espace physique –, cette norme tend à s'effacer ou du moins à perdre

de son importance normative. Il semblerait toutefois que les participants issus de la Chine, du Vietnam, du Cambodge et souvent du Sous-continent indien conservent d'une manière plus marquée cette dimension de la norme du vrai repas. L'exemple suivant le montre assez bien.

> Moi, si je ne mange pas de la viande rouge ou du poisson, ça veut dire je ne mange pas. Il faut ajouter du riz à la vapeur ou du pain, mais cuit à la vapeur comme en Chine. C'est comme ça, il faut avec ça trois ou quatre assiettes, de la viande, poisson, légumes. Légumes ce n'est pas comme ici où c'est mélangé avec beaucoup de légumes pas cuits avec la sauce. Mais en Chine c'est rare de mélanger tous les légumes ensemble, oui par exemple si je voulais manger un brocoli, mais moi je vais mettre un petit peu d'huile dans le bol après quand l'huile est assez chaude je vais mettre beaucoup de morceaux de brocoli dedans, après c'est mélangé dans l'assiette, c'est comme ça [...] Une fois, je suis allée au restaurant italien, j'ai payé beaucoup, j'ai payé presque chacun c'est 50 $, mais assiette c'est seulement un morceau de bœuf, quelques frites, un verre de vin, pour moi ça ce n'est pas vraiment manger, mais c'est cher aussi. Ici les gens cuisinent très facilement d'après moi, la façon de cuisine, très facile. Mais je pense que c'est simple, la façon de cuisine ici, trop facile (Linsing, femme, 35 ans, Chine, mariée, enfant, 2002, technique mécanique).

Linsing nous dit qu'il faut plusieurs assiettes, en fait elle veut dire plus précisément que les aliments qui lui paraissent nécessaires d'employer (la viande rouge, le poisson, les légumes, le riz) sont servis dans des assiettes différentes une fois cuits. Elle spécifie cependant la manière dont il convient que cette cuisson des aliments soit faite, c'est-à-dire qu'ils soient sautés (au wok probablement) individuellement, si d'autres légumes s'ajoutent au brocoli, ils seront sautés et assaisonnés séparément. Les aliments cuits sont ensuite déposés chacun dans une assiette de présentation puis assemblés dans l'assiette individuelle par le mangeur. Elle nous dit aussi, à l'instar de plusieurs autres Chinois qui ont participé aux entrevues, que les techniques culinaires (et plus largement la gastronomie) « occidentales » sont simples, fonctionnelles, utilitaires et, selon eux, même un peu trop.

4.3 Conclusion : des normes transculturelles, des modalités d'actualisation contextuelles

En conclusion, il semblerait que pour l'essentiel, les normes sociales et diététiques du vrai repas varient très peu d'un point de vue structurel. En effet, un vrai repas répond à une séquence de présentation et d'incorporation des plats, qui commence généralement par une soupe suivie d'un plat principal qui se présente toujours comme un assemblage d'un aliment

de base à forte teneur en hydrate de carbone très marqué culturellement (ici, la plupart du temps du riz, mais aussi des galettes ou des pommes de terre), d'une portion de viande et d'un ou deux légumes d'accompagnement (parfois plus, surtout en Chine et dans l'Asie du Sud-Est). Bien entendu, la répartition des proportions entre la viande et les légumes prend également une dimension normative. Il semble que des critères d'origine régionale, de revenus et de genre jouent ici des rôles déterminants. Ce repas se termine par un dessert et une boisson chaude, mais pas toujours. Un vrai repas doit aussi répondre à des normes diététiques. Il doit contenir tous les éléments importants pour la survie, le bon fonctionnement et le développement de l'organisme. Le vrai repas est également un espace de sociabilité. Il se prend en compagnie des membres de la famille, des collègues, des amis; ainsi un repas pris seul est une prise alimentaire « instrumentale » pour calmer la faim. Il est préparé à la maison (par la mère, fait rarement énoncé, mais toujours sous-entendu), quotidiennement, et il est doit être chaud et préparé avec des ingrédients frais. Enfin, le vrai repas suppose des techniques spécifiques de préparation : frit, bouilli, sauté, poêlé, mijoté, etc., ainsi que des modes de présentation des nourritures dans l'assiette et sur la table. On peut ajouter que la normativité alimentaire comporte aussi une dimension contextuelle liée au moment de la journée, à la période de l'année et au cycle de vie des individus (enfance, jeunesse, parentalité, vieillesse, etc.). Nous avons tenté de ne pas rabattre ces normes sur le modèle occidental des trois repas, mais en divisant tout de même la journée alimentaire en trois grandes parties (les repas du matin, les repas de mi-journée, les repas de fin de journée et de soirée). À cet effet, pour des raisons qui dépendent des modes de vie en Amérique du Nord, les immigrants adoptent, en semaine du moins, le modèle des trois repas par jour, sans toutefois accorder la même importance que celle qui prévaut à chacun de ces repas dans les normes nord-américaines.

Ces résultats sont assez similaires à ceux obtenus par les recherches (Boutaud, 2005 ; Corbeau, 1992 ; Durkheim, 1984 ; Shuman *et al.*, 1985) à propos de la dimension rituelle des repas, mais compris comme des rituels profanes ou sécularisés. Ils se rapprochent également de ceux (Douglas, 1979, 1997 ; Douglas et Nicod, 1974 ; Shuman *et al.*, 1985) qui insistaient sur la dimension structurée du repas et sur celle du « pattern », principalement une mise en séquence, mais également à propos de la composition des plats, et d'une structure d'oppositions binaires comme chaud/froid, liquide/solide, fade/relevé, salé/sucré, etc. Ces

résultats sont aussi assez conformes aux résultats obtenus (Charles et Kerr, 1986, 1988 ; DeVault, 1991 ; Murcott, 1982) à propos du « cooked dinner » comme norme sociale, mais qui ne doit pas nécessairement être préparé tous les jours, mais toujours par la mère[57] (ou l'épouse). Le repas est également un moment très socialisé (Beardsworth et Keil, 1997 ; Fischler, 1990 ; Grignon, 2001 ; Kaufmann, 2005 ; Lhuissier, 2006b ; Poulain, 2002b ; Régnier *et al.*, 2006 ; Sobal, 2003), mais il convient de ne pas confondre la sociabilité alimentaire (partager un repas, ambiance du repas, types de discussions, etc.) et la commensalité (ensembles de règles qui dictent qui peut être présent, les rôles et les statuts des commensaux) (Corbeau et Poulain, 2002 ; Grignon, 2001 ; Mäkelä, 2000 ; Sobal, 2000, 2003). Le vrai repas est également le lieu d'un travail de socialisation des enfants. Ici, nous n'avons vu que l'aspect de l'éducation nutritionnelle et gustative, mais les apprentissages réalisés durant les repas dépassent largement cette dimension.

Ainsi, on voit que le vrai repas trouve son ancrage dans une normativité sociale et qu'il n'appartient pas aux individus de la fixer, mais il y a cependant de l'espace pour l'adapter. Cette relative hétéronomie des normes alimentaires explique sans doute pourquoi une réponse comme celle qui suit ne s'est présentée qu'une seule fois :

> Moi, mon vrai repas c'est qu'est-ce que je veux manger, les choses que je veux manger c'est ça mon vrai repas. Un vrai repas pour moi ça change à chaque jour, et à chaque mois, des fois j'ai envie de manger juste les fruits, alors ça c'est mon vrai repas et puis je mange juste les fruits et j'ai l'énergie et c'est tout. Des fois j'ai juste envie de viande et je prends que la viande et c'est tout. Alors moi mon vrai repas c'est juste ce que je veux manger et je m'adresse à cela, à mon désir (Saki, femme, 42 ans, Cambodge, monoparentale, enfants, 1981, emplois et formations divers).

Le lecteur peut facilement mesurer l'ampleur des différences entre ce discours et tous ceux qui précèdent. Par contre, on peut se demander s'il ne s'agit pas un peu d'une boutade, parce qu'elle avait entendu les discours des autres participants qui se situaient dans le droit fil de l'ensemble des résultats à propos des normes du repas qu'elle trouvait un peu « rigides ». Rappelons aussi que Saki habite au Québec depuis trente ans. En tout cas, il est ressorti clairement tout au long de cette entrevue qu'elle assumait et s'était approprié certaines dimensions de l'hypermodernité alimentaire, dont celle d'un certain individualisme et de ce

---

[57] Nous verrons dans la section 8.2 sur les rôles sociaux liés à l'alimentation que la division de ces tâches, bien que ces dernières soient majoritairement dévolues aux femmes, ne comporte pas un caractère aussi univoque que dans les études menées par A. Murcott, N. Charles et al. et M. DeVault par exemple.

que certains auteurs nommeraient une déstructuration de la prise alimentaire (Fischler, 1979, 1990 ; Herpin, 1988 ; Poulain, 1998). Nous reviendrons à Saki et à la question de l'hypermodernité alimentaire dans le cadre d'une discussion qu'elle a eue avec une autre participante à propos de cette hypermodernité à la section 8.2. Saki a en tout cas le mérite d'avoir insisté pour faire entrer la dimension hédoniste et celle du désir dans la norme alimentaire non comme un élément externe ou potentiellement déstructurant, mais constitutif. Il est cependant clair que pour l'ensemble des participants, le plaisir et le désir sont des dimensions fondamentales de l'acte social (et individuel) de manger, mais peut-être seulement dans la dimension de la sociabilité du vrai repas où l'on devinait le plaisir d'être ensemble, mais assurément pas de ne manger que ce qui nous plaît.

La principale différence entre les résultats de notre recherche et ceux des travaux cités plus haut est qu'ils proviennent d'un échantillon dont les participants sont issus de différentes régions géographiques, de différentes aires culinaires et culturelles. Il semblerait toutefois que la normativité sociale du repas, et plus largement les règles qui définissent les diverses prises alimentaires, réponde à un nombre assez restreint de dimensions, que ces dimensions sont présentes partout, mais que certaines d'entre elles prennent plus d'importance que d'autres en fonction de critères qui ne semblent pas participer principalement d'une différenciation culturelle, mais plutôt sociale (genre, âge, situation objective, classe sociale, etc.). Il s'agit ici cependant d'une norme en quelque sorte idéale, socialement et culturellement construite (comme des schèmes cognitifs et d'action) orientant les pratiques des individus et qui leur donne un sens et constitue en quelque sorte un « sens de l'orientation alimentaire », un savoir, des représentations et des normes de conduite qui sont transportables d'un espace alimentaire à un autre, mais qui, comme les pratiques, se transforment. Le chapitre VI montrera les principales causes de changement de ces pratiques et d'ajustement de ces normes. Tout d'abord, le prochain chapitre explorera les raisons qui expliquent le fort attachement des immigrants à leurs styles culinaires prémigratoires.

CHAPITRE V

ATTACHEMENT AUX NOURRITURES PRÉMIGRATOIRES ET RENCONTRES DE L'ESPACE SOCIAL ALIMENTAIRE. GOÛT, MÉMOIRE ET FAMILIARITÉ

5.1 De la faim et de l'appétit

Ce chapitre se présente comme un ensemble de réflexions théoriques, à partir notamment des extraits d'entrevues sur quelques thèmes qui ont émergé, mais aussi sur les manières dont nous entendons analyser les pratiques alimentaires et les significations que leur donnent les acteurs en contexte. Ces thèmes sont les liens entre les nourritures et la construction de la mémoire, la rencontre de l'espace alimentaire « montréalais », l'importance symbolique et nutritionnelle de certains aliments, les différences entre les systèmes agricoles et leurs effets sur les propriétés organoleptiques des aliments et sur les pratiques de consommation, le travail de la cuisine afin de rendre comestible des produits qui ont peu de goût. Ce chapitre sera aussi le lieu de réfléchir sur le problème de l'analyse des pratiques alimentaires en termes de continuité et de rupture et de proposer un autre paradigme d'analyse insistant sur les phénomènes d'appropriation, de recomposition et d'emprunts sélectifs. Pour ce faire, nous citerons en exemple quelques travaux significatifs et qui ont été une source d'inspiration. Commençons à un niveau très général et, pour amorcer la discussion, avec une réflexion sur deux notions, la faim et l'appétit.

Il convient tout d'abord de distinguer les notions de faim et d'appétit. La première renvoie à une série de phénomènes biologiques et physiologiques. Le corps, comme entité biophysiologique, a besoin d'absorber régulièrement une certaine quantité des calories et des nutriments disponibles dans les aliments, qui lui procureront l'énergie nécessaire afin d'être en mesure d'assurer son « fonctionnement » et son maintien comme entité afin que les

individus puissent « vaquer à leurs occupations ». Le corps a également besoin d'eau, car il en est composé à 80 %. Ainsi, dans une métaphore empruntée à la physique, les mitochondries « brûlent » les calories pour les transformer en énergie. Dans une autre, empruntée à la mécanique, le corps est une machine et la nourriture, son « carburant ». Les nutriments et l'oxygène circulant dans le sang « nourrissent » notamment les cellules des muscles, assurant au corps sa mobilité, ainsi que celles du cerveau dont l'activité consomme à elle seule 20 % de l'énergie fournie par la nourriture et 20 % de l'oxygène absorbé par l'organisme (Farb et Armelagos, 1980 ; Liberelle, 2008). Quand ces calories viennent à manquer, le corps envoie des signaux puissants : d'abord ce sont des gargouillements, puis une diminution du tonus musculaire, une perte de concentration et des malaises dans l'abdomen. À partir de ce moment, il est temps d'incorporer de la nourriture dans le plus bref délai possible. Si l'organisme humain peut tenir plusieurs jours sans manger (mais pas sans boire de liquides), les effets délétères se font néanmoins vite sentir : l'organisme puise tout d'abord dans ses réserves de gras, ralentit les activités physiologiques et neuronales, puis, les jours passant, viennent les étourdissements, les crampes au ventre et, si rien n'est fait, la suite des événements est connue.

Bien entendu, la quantité de calories nécessaires à ce fonctionnement dépend de plusieurs facteurs qui ont trait aux dépenses énergétiques des individus dans l'accomplissement de leurs tâches. Cependant, la culture, les déterminations sociales, la géopolitique mondiale de l'alimentation et le biotope jouent un rôle primordial dans la distribution, l'accessibilité, les types d'aliments généralement consommés, de même que dans la définition même de la quantité de nourriture qui est considérée « adéquate » dans un groupe social particulier à un moment particulier (Beardsworth et Keil, 1997 ; Farb et Armelagos, 1980 ; Fumey, 2008a ; Mennell, 1985b ; Mennell *et al.*, 1992 ; Nestle, 2002). D'un point de vue planétaire, on assiste à une très grande diversité du nombre de calories qu'un individu ou qu'un groupe social incorpore sur une base hebdomadaire, de même que des aliments, ou plus précisément du mélange et de l'amalgame de plusieurs aliments résultant du travail de la cuisine (Fumey et Etcheverria, 2004 ; Menzel et D'Aluisio, 2010). Nous sommes déjà ici de plain-pied dans les dimensions culturelles, sociales et politiques de l'alimentation humaine, mais à un niveau élevé de généralité.

La seconde notion, celle de l'appétit, renvoie plutôt à une construction sociale, culturelle et historique en rapport avec ce substrat physiologique. Ce dernier n'a rien « d'essentiel » dans la mesure où il est toujours ressenti ou vécu par un être social dont la sensibilité (le fait d'être affecté par quelque chose) est à la fois à la base de son expérience du monde, mais qu'elle est aussi médiatisée par un univers symbolique qui procure une signification à cette expérience sensible (Freitag, 1986). Il n'en demeure pas moins que la faim conserve un caractère qui nous lie à notre animalité et au fait que tout organisme vivant a besoin de nourriture et que celui-ci envoie nombre de messages physiologiques afin de signaler la faim, la soif ou la satiété. Néanmoins, une première dimension de l'appétit est l'interprétation qui est faite de ces signaux, et cette interprétation n'a rien de physiologique. Stephen Mennell (1985a), s'inspirant des travaux de Norbert Elias et particulièrement de son ouvrage *La civilisation des mœurs* (1974), nomme civilisation de l'appétit, « civilisation of appetite », les régulations sociales et culturelles entourant la pulsion de la faim comprises dans leur développement historique. John Germov et Lauren Williams (1999) parlent également de « social appetite » afin de conceptualiser les structures et les modalités de production et de consommation de nourriture dans une perspective sociologique. Cependant, pour poursuivre notre définition de l'appétit, nous aurions tendance à dire, à propos des régulations et des normes sociales régissant les formes de l'incorporation (temporalité, quantité, commensalité, règles de bienséances, sociabilité, etc.), qu'il s'agit plutôt d'une « civilisation de la faim » pour paraphraser Mennel et Elias. L'appétit est ainsi une sorte de version socialisée, symboliquement et pratiquement, de la faim; il est déjà « civilisé ».

C'est en tout cas ce qui permet d'expliquer des phénomènes comme celui d'avoir faim, mais de ne pas avoir d'appétit, d'avoir plus d'appétit quand on mange en groupe plutôt que seul, de déclencher l'impression de la faim par des odeurs, d'avoir de l'appétit pour certaines choses plutôt que d'autres à des moments particuliers ou encore de continuer à manger même si l'organisme envoie des messages de satiété. L'appétit est aussi en lien avec la vie psychique intime des individus. Par exemple, de nombreux individus ont beaucoup d'appétit quand ils sont heureux, s'ils sont avec des gens qu'ils aiment, dans des situations familières et, à l'inverse, ont moins d'appétit lorsqu'ils sont tristes, ou qu'ils sont dans des situations ou avec des gens qui ne leur sont pas familiers. Ainsi, on pourrait croire que l'appétit a une

dimension essentiellement personnelle et cela ne serait pas faux. Or, un individu ne développe que difficilement de l'appétit pour un aliment ou un plat auquel il n'a pas été mis socialement en contact. De plus, les résonnances émotionnelles de cet appétit se font la plupart du temps en contexte social, car les manières de réguler les émotions (d'en faire l'expérience, de les exprimer à soi et aux autres) résultent d'une socialisation et sont inscrites dans des grammaires particulières et qui relèvent de contextes tout aussi particuliers.

Par ailleurs, aussi intime soit l'expérience alimentaire et gustative, notre regard sera avant tout sociologique et anthropologique et il restera la plupart du temps limité à ce type de découpage des réalités sociales et psychiques qui suppose que « chaque acte individuel est l'expression d'une appartenance sociale liée aux différentiations entre groupes (les classes sociales), aux sexes, aux âges (les générations) ou aux cultures » (Xiao Min, 2002, p. 209). Ici, le concept d'appartenance est peut-être un peu « fort ». Nous lui préférerons le concept d'affiliation, afin de refléter le caractère souple et mouvant des liens entre les individus et les groupes sociaux dans lesquels ils circulent. Cet aspect est encore plus manifeste quand il s'agit d'immigrants.

Pour terminer notre propos sur l'appétit comme une manière sociale de ressentir la faim, comment expliquer par exemple que la plupart des Mexicains que nous avons rencontrés ont déclaré n'avoir que peu d'appétit au repas du midi et qu'ils la ressentent beaucoup dès 14 h ou 15 h et qu'ils retournent tous vite à la maison afin de prendre le repas aussitôt que possible? De même que cette femme du Paraguay qui déclarait n'avoir pas d'appétit le soir avant 20 h sinon 21 h et cette autre femme originaire de l'Inde qui n'éprouve pas d'appétit avant la tombée de la nuit, ce qui lui a causé quelques difficultés alors qu'elle résidait en France où, durant les mois d'été, la noirceur arrive vers 22 h. Notre hypothèse ici est que la temporalité alimentaire socialement construite, mais chevillée au corps à la manière de l'habitus chez Pierre Bourdieu, est une des façons de socialiser la faim, et cette façon de ressentir la faim prend la forme de l'appétit dans un contexte social donné.

5.2 Les premiers contacts et la question de la familiarité

Voyons d'une manière plus concrète ce qui se passe lorsque les immigrants (parfois seuls, souvent en famille) arrivent en terre québécoise. À n'en pas douter, ils ressentent la faim quelques heures après leur arrivée et le problème de savoir quoi manger se pose déjà. Qu'arrive-t-il les premières heures, les premiers jours de leur arrivée, où vont-ils, que font-ils pour manger? Dans notre échantillon, trois cas de figure se dégagent. Quelques-uns se rendent au *Young Men's Christian Association* (YMCA) qui est un organisme caritatif qui offre, entre autres, l'hébergement et la restauration aux immigrants à un coût modique pour une courte durée, généralement d'un mois.

> Mais quand on est arrivé ici... Ah ! Ça, c'était vraiment dur parce qu'on est arrivé Bang ! Au YMCA (rires) ! Et la première chose ça été les horaires, parce qu'on doit déjeuner à 7 h du matin, mais dans notre état ça été 6 h du matin parce qu'il y a une heure de décalage, c'était très tôt pour nous, mais on savait qu'on doit manger, pour ma fille et tout ça. [...] Mais ça a été presque toujours les mêmes repas pour plus qu'un mois [...] Après ça, on est sorti, maintenant nous avons un bel appartement, grand et spacieux et vide (rires) ! (Juanito, homme, 39 ans, Mexique, marié, enfant, 2006, enseignant).

Ou encore, ils sont accueillis par des connaissances, des parents ou des familles d'accueil (souvent des individus qui ont eux-mêmes immigré au Québec depuis plusieurs années) qui offrent l'hébergement et la nourriture, souvent pendant plusieurs semaines.

> Quand je suis arrivée ici, je suis installée avec une famille, parce que mon mari il a un cousin ici qui est marié avec une femme québécoise et ils nous ont reçu dans sa maison et c'était plus facile parce que nous sommes arrivés en famille [...] et après six mois nous avons déménagé seuls quand mon mari est arrivé du Venezuela, parce qu'il est arrivé plus tard, six mois plus tard et c'est à ce moment que nous avons commencé, comme une famille, à vivre nous-mêmes (Marcela, femme, 43 ans, Venezuela, mariée, enfants, 2007, formation en biologie, vente d'équipements médicaux).

> Pour moi quand je suis arrivé, ça été un peu facile parce que je suis arrivé chez une famille mexicaine, ils habitaient ici depuis quelques années et ils préparaient presque la même chose que nous et on a habité pendant un mois. Ensuite on est allé à Saint-Jérôme, loin de Montréal, et c'était un peu difficile de trouver les choses comme ici à Montréal, on connaissait où acheter la *tortilla*, la viande ou les piments, mais à Saint-Jérôme, c'est très français, il y a beaucoup de Colombiens, mais ils mangent des choses différentes que nous. On a essayé de changer un peu parce que la viande de bœuf, c'est plus cher, alors on a changé pour le poulet ou pour le porc, on a acheté premièrement les haricots dans une canette, mais on a dû les nettoyer avec de l'eau pour enlever la saveur sucrée (Raoul, homme, 42 ans, Mexique, marié, enfants, 2008, informaticien).

> Pour moi, le repas le plus important c'est à midi et c'était ma coutume et c'est ça que je faisais en Colombie parce que j'avais le temps pour aller chez moi pour me reposer et pour dîner, mon

> travail c'était exceptionnel et j'avais trois heures. C'est une chose que je trouvais un peu bizarre ici pour moi, parce qu'ici le repas le plus important c'est le soir. Quand je suis arrivée ici, je suis arrivée chez ma sœur qui habite ici depuis 16 ans. Elle et son mari cuisinent toujours le soir avec tout le protocole, ils prennent trois heures pour faire le repas en parlant et en prenant de la bière et un peu de vin, tous les jours. Pour moi c'est très très bizarre. Ça prend deux heures dans le four et chaque fois on doit la regarder, pour moi c'est beaucoup de temps parce que le soir je préfère faire d'autres choses, ce que j'aime et ça été comme ça pendant les 9 mois que j'ai habité avec eux. Et quand j'ai déménagé, j'ai changé toutes les choses et je suis revenue à ce que je faisais en Colombie (Margarita, femme, 44 ans, Colombie, monoparentale, 2008, administration).

Pour une bonne part des immigrants qui n'ont pas de proches, de parents ou de parrains, il existe néanmoins à Montréal et dans quelques autres grands centres, des organismes dont l'un des mandats est de fournir des informations et du soutien aux nouveaux immigrants dans leur langue d'origine et de les mettre en contact avec des réseaux de compatriotes pour échanger leurs expériences et recueillir des informations utiles comme, par exemple, où trouver des aliments afin de préparer des plats familiers. Les immigrants reçoivent des informations à propos de ces organismes avant de quitter leur pays et peuvent ainsi mieux prévoir et planifier leur arrivée.

Cependant, pour ceux qui doivent très rapidement trouver un endroit pour se loger et reconstruire un réseau d'approvisionnement en produits alimentaires sans l'aide d'un réseau social, l'atterrissage peut être un peu plus difficile.

> Quand je suis arrivée ici, de préparer la cuisine chinoise, c'est très difficile. Parce que quand je suis allée au supermarché, je ne comprends pas le français, je ne sais pas ce que je cherche. C'est comme le riz, il y a beaucoup de couleurs, quelle couleur c'est comme d'habitude je l'aime. Après, j'ai téléphoné ma mère, et je demande comment je dois cuisiner les légumes comme avant et elle me dit tu cherches ça et après tu fais comme ça, mais je trouve que pour moi ce n'est pas le goût comme avant, ma cuisine, c'est pas bon le goût. Je suis allé chez Burger King et au Tim Horton, mais pour un Chinois ça dure un mois, deux mois, c'est correct, mais après un bout de temps, c'est pas bon parce que c'est très différent de comme d'habitude. Les Chinois aiment beaucoup manger du riz avec la soupe (Juan, femme, 32 ans, Chine, mariée, enfant, 2005, inspecteur de machines industrielles).

> Pour moi en arrivant, ça fait un choc, parce que je pensais que jamais je trouverais les ingrédients pour cuisiner, quelques personnes m'avaient dit, ici il n'y a pas d'ingrédients pour cuisiner, pour préparer les repas mexicains, on a dit, wow, qu'est-ce qu'on va manger (rires) ? Qu'est-ce qu'on va manger, on va manger tout le temps la pizza, MacDonald's, je ne sais pas? Ensuite on a acheté des boîtes de haricots, j'ai essayé, ouache mauvais! On a demandé à un mexicain, mais il a dit qu'il n'y avait pas de choses (mexicaines) ici. Mais on a trouvé un autre Mexicain qui nous a dit oui, il y a des choses, il y a cet ingrédient, cet ingrédient et ça a passé. Enfin on a cherché beaucoup, mais maintenant je pense qu'il y a presque tous les ingrédients, oui, ça été la façon qu'on en a trouvé des choses (Alejandro, homme, 29 ans, Mexique, marié, enfants, 2007, mécanicien de machine).

Pour des raisons qui demeurent à éclaircir, mais qui sont sans doute en lien avec la réputation de salubrité et d'homogénéisation des aliments et des procédés de fabrication des grandes chaînes de restaurants de fast-food et au fait qu'elles sont mondialement connues[58], du moins auprès des classes moyennes qui habitent les grandes agglomérations urbaines, particulièrement dans les pays de l'hémisphère sud et des pays émergents, ces restaurants constituent une valeur refuge pour certains immigrants nouvellement arrivés. Nous l'avons déjà dit, une large part des participants appartient à ces classes moyennes. Cependant, comme nous l'avons vu dans les deux exemples ci-dessus, aussitôt que les immigrants ont reconstitué un réseau d'approvisionnement et qu'ils peuvent entrer dans un supermarché sans être pris de vertiges, ils abandonnent ces établissements et n'y reviennent qu'assez rarement et, la plupart du temps, à la demande des enfants. De plus, on peut émettre l'hypothèse que ce sont ceux qui faisaient rarement la cuisine avant d'immigrer ou qui avaient le moins de connaissances et de savoir-faire culinaire qui sont les plus susceptibles de fréquenter ces établissements durant les premières semaines de transition. C'est d'ailleurs clairement le cas de Juan. Nous verrons également que pour une assez bonne part de l'échantillon, une telle option n'est pas envisageable dans la mesure où ils cultivent une méfiance, voire une franche hostilité envers ces chaînes de restauration rapide.

On le voit, les participants cherchent à se loger le plus rapidement possible, ce qui est tout à fait compréhensible, et c'est d'abord pour avoir un « chez-soi » et pour reconstruire un espace familier pour y faire la cuisine. Le reste viendra par la suite. Ainsi, les premiers objets que devront se procurer les immigrants sont précisément ceux servant à faire la cuisine (certains en apportent avec eux) : la cuisinière, la batterie de cuisine, le réfrigérateur et, rapidement, le désormais incontournable four à micro-ondes, les ustensiles, de même que les assiettes, les bols et les plats qui servent à présenter les repas aux commensaux, les

---

[58] Ces grandes chaînes de restauration rapide font désormais partie non seulement du paysage urbain contemporain dans la mesure où elles sont très présentes et très visibles, mais elles occupent une place prépondérante dans un segment de la culture populaire mondialisée. Dans les pays du Sud ou dans les pays émergents, la fréquentation de ces établissements est généralement réservée aux classes moyennes. Il n'en demeure pas moins que ces grandes chaînes participent de la structuration des imaginaires à un niveau planétaire, mais cela ne veut pas dire que les significations qu'un groupe social ou un autre accordent au fait d'aller manger (ou non) dans ces établissements soient homogènes, tant s'en faut et, en retour, ces corporations savent précisément jouer sur ces significations différenciées. On peut lire à cet effet le bel article de Yan sur la fréquentation des McDonald's de Beijing par les natifs chinois (Yan, 2008).

couverts – fourchettes couteaux, cuillères et baguettes chacun selon son espace culinaire – (Fumey et Etcheverria, 2004), de même qu'une table et des chaises. Dans le cas de la table et des chaises, il est intéressant de remarquer que leur adoption est assez généralisée et se fait rapidement pour ceux qui avaient l'habitude de manger accroupis ou sur une table basse.

On dénote, parmi tous les extraits de discours cités, l'empressement à vouloir recréer un univers familier et que la nourriture en est un élément important. C'est à dessein que nous emploierons la notion de familier plutôt que d'autres telles que « typique », « traditionnel » ou même « habituel ». Les deux premières sont trop problématiques d'un point de vue sociologique, car elles renvoient à un univers prémigratoire supposé homogène, qui ne connaît pas le changement dans son espace alimentaire. La dernière notion, quant à elle, est trop proche d'une mise en forme de l'objet en termes de continuité ou de discontinuité ou suppose que les choses de la cuisine et des repas ne se font que par habitude. De plus, étymologiquement, le mot familier provient du latin *familiaris*, « qui appartient à la maison », et c'est bien de cet espace domestique dont il s'agit, par contraste avec l'espace public, mais sans supposer que l'espace domestique soit fermé sur lui-même. À cet effet, les nourritures établissent par ailleurs des ponts et jouent un rôle de médiateur entre ces deux espaces, entre autres par les réseaux d'approvisionnement en produits alimentaires ou par la consommation de nourritures à l'extérieur de la maison, mais, plus largement, parce qu'on peut considérer la famille comme une unité (non homogène) de consommation entretenant des liens multiples avec le marché, dont font partie les aliments et les produits alimentaires. Ces derniers possèdent cependant un statut un peu particulier par rapport aux autres biens de consommation dans la mesure où ils comportent une dimension essentielle à la vie et qu'ils sont destinés à être incorporés, qu'ils traversent la barrière du corps.

Pour revenir à la citation de Marcella, qui indiquait qu'après six mois, ils ont trouvé une maison et se sont mis à vivre « comme une famille », voyons voir comment, un peu plus loin dans l'entretien, elle exprime l'importance d'une « ambiance familière » :

> Quand je suis arrivée ici il y a une année et demie, presque deux ans, en juillet, dès les premiers moments que je suis arrivée ici, j'ai fait un effort pour reproduire l'ambiance que j'avais au Venezuela, surtout pour mes deux filles, parce que je suis sûre que c'est fort un changement d'immigrer dans un autre pays, s'adapter (Marcela, ibid.).

Elle raconte ensuite comment la nourriture est un élément important, sinon central, de cette ambiance. Elle raconte également comment ses filles étaient heureuses de pouvoir retrouver ici un produit fromager destiné aux enfants qu'elles appréciaient au Venezuela et dont la consommation les faisait sentir « chez-elles ». Hasia Diner (2001), Simon Choo (2004) et Robyn Longhurst et al. (2009) soulignent que l'attachement à certaines nourritures se développe sur des liens sensoriels[59] entre les nourritures et la mémoire. Ces liens puissants donnent la capacité aux nourritures de participer à la construction imaginaire de lieux, d'espaces, de communautés, d'identité et de rapports aux temps. Il semblerait que les individus, en général et peu importe d'où ils viennent, aiment ce qui leur rappelle leur enfance. Ainsi, « les immigrants, lorsqu'ils s'installent dans un nouvel endroit, peu importe le temps qu'ils comptent y rester, tentent de recréer des nourritures familières. Ils trouvent les moyens de les préparer, coopèrent entre eux afin de les rendre disponibles à leur communauté. Leurs magasins, boulangeries, pensionnats[60], cafés et restaurants constituent des témoignages du désir des nouveaux arrivants de revivre les nourritures, les manières de les préparer et de les consommer (*foodways*) issues des régions qu'ils ont laissé derrière eux » (Diner, 2001, p. 9. Notre traduction).

Pierre Bourdieu, dans *La distinction* (1979), a des propos qui vont dans le même sens quand il dit en substance que c'est probablement dans les rapports aux nourritures que les individus manifestent la marque la plus forte et la plus indélébile des apprentissages de l'enfance, et qui demeurent le plus durablement tout au long de l'existence même quand tout le reste du monde de l'enfance a basculé. Les nourritures maintiennent une nostalgie de cette époque de l'existence. Nous avançons quant à nous qu'il ne s'agit pas que de nostalgie dans le cas des pratiques alimentaires des immigrants. Les rapports qu'ils entretiennent avec celles-ci participent également de schèmes cognitifs (en transformation), de la normativité alimentaire, du fondement de la famille et de son identité, de la construction d'un « chez-soi » et de fortes significations à propos de ce que manger veut dire. Mais cela ne veut pas dire que la nostalgie et l'attachement aux goûts, aux odeurs, aux souvenirs des personnes chères, mortes ou

---

[59] Entendre ici les sensations qui sont des perceptions « sémiotisées ». Voir le cadre d'analyse.

[60] Dans la mesure où l'on fournissait la nourriture dans ces établissements.

vivantes, et aux sensations « du pays » ne sont pas présents dans les rapports imaginaires et mémoriels que les immigrants entretiennent avec les nourritures, bien au contraire.

La littérature est sans doute un lieu particulièrement approprié pour la mise en forme et en récit de ces liens entre la nourriture, la mémoire et les émotions. Voyons tout d'abord comment Marcel Proust, dans ce passage désormais classique, décrit la force d'évocation des souvenirs de l'enfance que suscitent une simple petite madeleine et une tasse de thé. Suivons-le dans ce passage tiré de *Du côté de chez Swann* :

> [...] un jour d'hiver, comme je rentrais à la maison, ma mère, voyant que j'avais froid, me proposa de me faire prendre, contre mon habitude, un peu de thé. Je refusai d'abord et, je ne sais pourquoi, me ravisai. Elle envoya chercher un de ces gâteaux courts et dodus appelés Petites Madeleines [...] Et bientôt, machinalement, accablé par la morne journée et la perspective d'un triste lendemain, je portai à mes lèvres une cuillerée du thé où j'avais laissé s'amollir un morceau de madeleine. Mais à l'instant même où la gorgée mêlée des miettes du gâteau toucha mon palais, je tressaillis, attentif à ce qui se passait d'extraordinaire en moi [...] en me remplissant d'une essence précieuse : ou plutôt cette essence n'était pas en moi, elle était moi [...] Et tout d'un coup le souvenir m'est apparu. Ce goût c'était celui du petit morceau de madeleine que le dimanche matin à Combray (parce que ce jour-là je ne sortais pas avant l'heure de la messe), quand j'allais lui dire bonjour dans sa chambre, ma tante Léonie m'offrait après l'avoir trempé dans son infusion de thé ou de tilleul [...] Mais, quand d'un passé ancien rien ne subsiste, après la mort des êtres, après la destruction des choses seules, plus frêles, mais plus vivaces, plus immatérielles, plus persistantes, plus fidèles, l'odeur et la saveur restent encore longtemps, comme des âmes, à se rappeler, à attendre, à espérer, sur la ruine de tout le reste, à porter sans fléchir, sur leur gouttelette presque impalpable, l'édifice immense du souvenir [...] maintenant toutes les fleurs de notre jardin et celles du parc de M. Swann, et les nymphéas de la Vivonne, et les bonnes gens du village et leurs petits logis et l'église et tout Combray et ses environs, tout cela qui prend forme et solidité, est sorti, ville et jardins, de ma tasse de thé (Proust, 1992, p. 49-52).

On mesure ici toute l'intensité potentielle, la force d'évocation que recèle la nourriture. Plus que le simple souvenir d'un moment de l'existence, c'est tout le monde qui vient avec, accompagné d'un pan de l'histoire de la constitution de la subjectivité des individus, de leur mémoire et de leurs émotions. La saveur et l'odeur sont en fait ici ce qui unifie, pour un bref instant, toutes ces dimensions. Encore plus près de notre objet, les nourritures en situation de migration, voici comme Dany Laferrière, un romancier d'origine haïtienne qui partage maintenant sa vie entre Montréal, Paris, Miami et Port-au-Prince, mobilise la nourriture et les moments des repas afin d'évoquer son enfance à Petit-Goâve et les personnages qui l'ont peuplé, dans le roman dont le titre, *L'odeur du café*, cadre tout à fait avec notre propos :

> La salle à manger. C'est le royaume de Da. Da a toujours nourri tout le monde. Je veux dire sa famille, les voisins et aussi des indigents qui passent toujours au bon moment. Sans compter les

> chiens que Marquis invite lui aussi à manger. Ce qui fait beaucoup de bols blancs pour la famille, et de bols bleus pour les autres. Da n'a jamais oublié personne, sauf tante Gilberte. Et on ne sait pas pourquoi. Ce qui fait que c'est toujours son bol qu'elle donne à tante Gilberte. Je n'ai jamais vu Da en train de manger. Quand tout le monde a fini, Da se fait un café qu'elle va siroter sous le manguier [...] Une fois par mois, mon grand-père allait voir ses terres, près du cimetière, en face de la vieille guildive de Duvivier. Il y passait toute la journée et ne rentrait que fort tard dans la soirée. Son dîner l'attendait sous le couvre-plat en plastique rose, dans la salle à manger. Quelques mouches volaient autour des plats, par principe. Son repas favori : banane, mirliton, aubergine, très peu de riz (cuit sans sel) avec du pois noir en sauce. Pas de viande, ni de carotte. Da dit toujours qu'il n'y a que mon grand-père et les enfants qui n'aiment pas les carottes. Il s'asseyait, mangeait lentement et se servait toujours une tranche d'ananas pour dessert. Après le repas, mon grand-père se nettoyait longuement les dents. C'était sa fierté. Il a conservé toutes ses dents jusqu'à la fin. Un soir, il avait l'air plus fatigué que d'ordinaire. Il a à peine touché à son repas, s'est longuement brossé les dents avant d'aller se coucher. Une dernière fois. (Laferrière, 1991, p. 38-39).

Kim Thúy, dans le très beau récit *Ru*, raconte comment elle a fui Hanoï avec sa famille après la victoire des communistes et comment, en arrivant au Québec, elle a dû se reconstruire une identité avec des fragments de son passé, de ses rêves, de sa mémoire, mais aussi de son présent et des nouvelles possibilités qui s'ouvraient à elle. Ce faisant, elle met en scène des rapports à la nourriture et montre comment celles-ci contribuent à la (re)construction de la mémoire et de la subjectivité et dévoile aussi que tout un monde de sensations, d'émotions de souvenirs est attaché à une odeur, à un goût, à la cicatrice d'un vaccin. Dès son arrivée à la cérémonie de bienvenue, la vue de la montagne de canapés et de hors-d'œuvre produit en elle des sentiments ambivalents.

> Je ne reconnaissais aucun de ces plats, pourtant je savais que c'était un lieu de délices, un pays de rêve [...] Je n'avais plus de points de repère, plus d'outils pour pouvoir rêver, pour pouvoir me projeter dans le futur, pour pouvoir vivre le présent, dans le présent (Thúy, 2009, p. 18).

Grandissant à Granby, la petite Kim et d'autres enfants immigrants vietnamiens font l'objet de sollicitude de la part de la population et ils sont très régulièrement invités à manger le midi dans des familles québécoises curieuses de les rencontrer et de partager leur repas avec eux.

> Ainsi, chacun de nos midis était réservé par une famille et, chaque fois, nous retournions à l'école le ventre presque vide, parce que nous ne savions pas comment manger du riz non collant avec une fourchette. Nous ne savions pas comment leur dire que cette nourriture nous était étrangère, qu'il n'était pas nécessaire pour eux de courir les marchés pour dénicher la dernière boîte de riz Minute Rice[61] (ibid., p. 31).

---

[61] Le riz Minute Rice est demeuré longtemps la référence populaire en termes de riz au Québec. Ce riz, prêt en cinq minutes, ne colle pas et possède un goût et des propriétés nutritives « discutables ». Aujourd'hui, il a presque disparu des tables québécoises, mais il est encore curieusement présent sur les tablettes des supermarchés.

À propos des souvenirs, de leur actualisation, de leur réinterprétation, de leur transmission, elle raconte aussi comment les femmes dont les maris se trouvaient en camps de rééducation allaient leur rendre visite et leur apporter, en guise de réconfort et en témoignage de leur amour, une certaine nourriture. Il s'agissait de viande de porc effilochée fibre par fibre, séchée à la braise toute la nuit et salée avec du nu'ó'c mám que ces femmes avaient obtenu après deux jours de queue. « [L]es femmes mettaient leur dévouement dans ces filaments de porc [...] En souvenir de ces femmes, je prépare de temps à autre cette viande rissolée pour mes fils, afin de préserver, de répéter, ces gestes d'amour » (ibid., p. 44). Le souvenir de l'amour, sa transmission à travers le travail de la cuisine fera l'objet d'une discussion au chapitre VIII, mais Kim Thúy insiste afin de témoigner de la force des liens entre les nourritures, le travail de préparation des aliments et l'amour, les liens sociaux et émotionnels que les femmes veulent construire, maintenir, développer.

Enfin, il y a ce touchant témoignage à propos du repas préféré de son grand-père paternel. Celui-ci était du riz au porc rôti auquel sa tante ajoutait quelques gouttes de sauce de soja avec une noisette de beurre en conserve de marque Bretel importé de France. Kim Thúy avait droit elle aussi à ce riz lors de ses visites.

> Aujourd'hui, mon père prépare ce plat pour mes fils lorsqu'il reçoit une boîte de beurre Bretel en cadeau d'amis qui reviennent de la France. Mes frères se moquent affectueusement de mon père parce qu'il utilise les superlatifs les plus déraisonnables pour qualifier ce beurre en conserve. Moi, je suis d'accord avec lui. J'aime le parfum de ce beurre parce qu'il me ramène à mon grand-père paternel » (ibid., p. 76-77).

De toute évidence, les nourritures symbolisent un ancrage dans le passé et dans le présent, elles participent de la (re)construction d'une subjectivité, d'un « chez-soi », d'une identité familiale et groupale. Ce témoignage est à mettre en lien avec celui de Naviha à la section 7.4.1 qui, arrivée au Québec dans des circonstances similaires à celles de Kim Thúy, raconte son souper du Nouvel An vietnamien de la veille entourée de ses enfants et de ses petits-enfants.

Poursuivons maintenant avec quelques exemples tirés des entretiens et qui sont particulièrement éloquents. Débutons avec Margarita, qui nous parle de son « odeur du café » bien à elle :

> Quand je prépare le café, tous les matins, je pense à ma mère, l'odeur du café me transporte en Colombie tous les matins, et je pense que ma mère est en ce moment même dans sa cuisine et prépare son café aussi. Je pense que la nourriture nous transporte à différents endroits ou dans le passé. Parce qu'il y a des goûts et des odeurs qui te rappellent ou qui te font penser à des choses ou à des personnes (Margarita, femme, 44 ans, Colombie, monoparentale, 2008, administration).

Ici, c'est l'odeur et le sens de l'odorat, si important dans la perception des saveurs, qui sont mobilisés. On observe un phénomène de « condensation » du temps et de l'espace, lequel est comprimé à mesure que les aliments cheminent vers les mangeurs, du champ au camion, au bateau, au marché, à la maison, sur la table, dans l'assiette, le bol, la tasse, dans la bouche (et « dans » le nez) et, finalement, dans le tube digestif. Dans cette réduction d'échelle, manger et sentir expriment une « mêmeté », une proximité, l'appropriation d'une distance comme dirait Susan Stewart (1993) qui s'est intéressée au phénomène de la nostalgie et de la signification des objets. Manger et sentir permet d'incorporer le monde extérieur au corps et à « l'esprit », précisément en incorporant « l'esprit des choses[62] », d'intérioriser l'extérieur comme le souligne Laurier Turgeon. Ce dernier fait pas ailleurs remarquer que c'est « l'association étroite des domaines biologiques, géographiques et culturels qui rend les pratiques alimentaires si efficaces dans l'essentialisation des identités et dans la domestication de l'espace » (Turgeon, 2002, p. 212). Notons enfin que Margarita ne pense pas à sa mère « au passé », mais telle qu'elle se l'imagine « en ce moment même dans sa cuisine ». De la cuisine de Margarita à celle de sa mère flotte une odeur de café.

5.3 Attachement aux aliments et aux styles culinaires prémigratoires

5.3.1 Quelques résultats du questionnaire à propos du maintien ou des transformations des préférences alimentaires

Avant de pousser plus loin l'analyse, il est pertinent à ce moment-ci de présenter quelques résultats issus du questionnaire. Voici les résultats à une question dont voici le libellé exact :

---

[62] Ici, la notion d'« l'esprit des choses » n'est employée que d'une manière strictement métaphorique et renvoie à l'idée du « surplus d'âme » contenu dans les aliments ou à l'ensemble des significations que ceux qui préparent la nourriture et ceux qui les mangent y ont déposées et à l'efficacité ou à la « réalité » desquelles ils sont convaincus. Le chapitre VIII sera l'occasion de réfléchir sur ces phénomènes.

« En général, je préfère le style de cuisine de ma région (de mon pays) d'origine? Attention, la réponse non ne veut pas dire que l'on aime plus la nourriture de la région d'origine, mais simplement que l'on ne la préfère pas à une autre ». Les répondants étaient invités à répondre « oui » ou « non » : comme on peut le voir dans le libellé, la réponse « non » permet des nuances. De plus, pour chaque réponse, les répondants étaient appelés à l'expliquer par des choix de réponse à échelle graduée. Les raisons qui expliquent que les répondants préfèrent ou non manger selon le style culinaire prémigratoire ont été analysées au chapitre VII.

Les résultats sont sans équivoque. Ainsi, 62 % des hommes répondent « oui » tandis que les femmes le font à 77 %, pour une moyenne de 72 % pour l'ensemble des répondants. Les différences observées ici entre les hommes et les femmes sont significatives (test de Kruskal-Wallis). Bien entendu, la question portait sur les préférences alimentaires et non sur les pratiques culinaires qui, comme on le verra dans le chapitre suivant, sont soumises à des contraintes qui forcent à toutes sortes d'ajustements, de modifications, de simplifications et à l'essai de nouvelles recettes et techniques culinaires. Ainsi, l'expression d'une préférence n'est pas le reflet de la pratique quotidienne. Le fait que les femmes préfèrent manger selon le style culinaire prémigratoire plus que les hommes est difficile à expliquer. Entre autres parce qu'il n'existe pas, pour ces résultats, de différences significatives entre les femmes qui vivent seules, en couple sans enfants ou en couple avec des enfants, ce qui aurait pu expliquer certaines tendances à l'abandon ou au maintien des pratiques culinaires prémigratoires. On pourrait expliquer le maintien de certaines pratiques culinaires à cause des goûts du conjoint et d'une subordination des femmes à ces « goûts »; or la question portait spécifiquement sur les préférences et non sur les pratiques culinaires, et les répondantes semblaient bien établir la différence entre ces deux notions. Ainsi, on peut cuisiner dans le style culinaire prémigratoire la plupart du temps – résultant de divers types de contraintes, dont celles des goûts du conjoint ou des pressions familiales – et ne plus accorder sa préférence à ce type de cuisine.

Les résultats d'autres recherches à cet effet sont ambivalents : certaines recherches montrent que les femmes sont réticentes à adopter d'autres styles culinaires (Arredondo *et al.*, 2006 ; Crenn, 2006a ; Harbottle, 1997b, 2000) tandis que d'autres montrent qu'elles sont plus susceptibles que leurs conjoints de faire l'expérience de changements dans leurs préférences alimentaires (Burns, 2004 ; Himmelgreen *et al.*, 2005 ; Himmelgreen *et al.*, 2007 ; Jonsson *et*

al., 2002a ; Renzaho et Burns, 2006), mais les raisons qui expliquent ces phénomènes sont multiples et souvent contradictoires. Mentionnons toutefois, aux fins de la discussion, que la raison principale invoquée par les répondants[63] pour cette préférence est « pour le goût », suivie de près par « pour le plaisir de manger ce que j'aime ». Mentionnons en terminant, et cela montre des tendances qui ne vont pas dans le sens de la plupart des recherches, que le temps écoulé depuis la migration ne joue en rien dans ces résultats. En général, la littérature montre que les préférences pour le style culinaire prémigratoire s'estompent avec le temps[64]. Il n'y a par ailleurs aucune différence significative entre les autres groupes (région d'origine, type d'emploi occupé au pays d'origine, scolarité, âge, etc.).

Les résultats à cette question sont à mettre en lien avec la précédente dans le questionnaire. Il s'agissait de savoir quelle était la fréquence de consommation de plats que les répondants identifiaient comme issus de leur région d'origine. Le total des réponses « souvent » et « très souvent » pour le repas du matin est de 63 %, pour celui du midi de 73 % et pour celui du soir de 85 %. Notons que pour le repas du soir, ils sont 61 % à répondre « très souvent ». Évidemment, on pourrait se demander ce qu'ils entendent exactement par « souvent » ou « très souvent ». Ainsi, nous leur avons demandé la fréquence hebdomadaire de préparation de plats qu'ils ne considèrent pas être issus de leur style culinaire prémigratoire. Les réponses montrent que ces plats sont préparés moins d'une fois par semaine dans 38 % des cas, une fois par semaine dans 28 % des cas et plus d'une fois par semaine dans 34 % des cas. On peut conclure que ces plats sont préparés une fois par semaine ou moins dans 66 % des cas.

Ces quelques résultats, qui seront nuancés et mis en perspective un peu plus loin dans ce chapitre ainsi qu'au chapitre VI, montrent toutefois un fort attachement aux systèmes de saveurs et aux styles (cultures) culinaires prémigratoires et montrent aussi qu'ils se maintiennent dans le temps chez les répondants. Les participants aux entrevues ont témoigné de diverses manières de cet attachement. En voici quelques exemples.

---

[63] Pas de différences significatives cette fois entre les hommes et les femmes.

[64] Bien que l'on observe aussi des retours vers le style culinaire prémigratoire ou vers un style diasporique quelques années après la migration. Cela s'explique peut être par des phénomènes de nouveautés alimentaires des premières années et par le fait que comme les aliments importés coûtent plus chers, les immigrants doivent attendre une augmentation de leurs revenus disponibles avant de fréquenter des épiceries et des marchés spécialisés.

5.3.2 Les *rootis*

Les extraits suivants témoignent d'un attachement très fort à certains aliments. Les participants ne font toutefois pas mention de la dimension mémorielle que comportent ceux-ci. Cependant, on peut supposer que cette dimension est présente en creux et que ces aliments établissent un lien symbolique avec la socialisation alimentaire, les émotions, le groupe social prémigratoire, l'enfance, une personne chère.

> Chaque matin, on prend le *rooti*, avec du jus, et parfois des légumes ou de la viande. Chaque matin, chaque personne choisit avec quoi prendre ses *rootis*. C'est très bon pour la santé aussi. On fait les *rootis* avec de la farine de blé, farine blanche ou brune, ça dépend. On peut mettre des oignons, des pommes de terre, dans le *rootis*, on met aussi des lentilles, c'est délicieux (rires) ! Pour nous, c'est délicieux, pour vous je sais pas, mais pour nous c'est très délicieux, on l'aime beaucoup (Sharmista, femme, 34 ans, Bangladesh, mariée, enfant, 2005, maîtrise en sciences politiques, a travaillé au Québec dans une usine).

Ce que Sharmista ne dit pas ici, mais elle le dit ailleurs et nous reviendrons sur son expérience, car il condense en lui de nombreux processus propres aux reconfigurations des pratiques alimentaires et des significations qui les accompagnent, c'est qu'elle et sa famille mangent aussi des *rootis* le midi et souvent aussi pour souper, quand il n'y a pas de riz au menu. Elle fait les *rootis* elle-même tous les matins. Ces derniers sont à la base de l'alimentation de l'aire culturelle bengali[65] qui comprend la province indienne du Bengale-Occidental et l'État indépendant du Bangladesh. Au Sri Lanka et dans certaines autres régions de l'Inde, on utilise également le nom de *rooti* pour désigner un pain plat non levé, très semblable au *chapati* du sud et de l'ouest de l'Inde. Il se consomme en général à tous les repas, surtout le midi et le soir. Avec le riz, il constitue la base de l'apport quotidien en hydrates de carbone, mais n'est jamais pensé en ces termes. À la différence du riz, il sert entre autres, si on le roule, à pousser les aliments vers la bouche du mangeur, un ustensile mangeable en quelque sorte. Il est intéressant de constater que, contrairement aux Bengalis que Krishnendu Ray (2004) a rencontrés dans le cadre de son étude sur la culture alimentaire liée à ses dimensions mémorielles des Bengalis immigrés aux États-Unis dans la région de Chicago, les immigrants bengalis que nous avons rencontrés, de même que ceux du Sri Lanka

---

[65] Nous utiliserons le terme « bengali » pour identifier des individus qui proviennent de l'aire culturelle aussi bien du Bangladesh que de la province de l'Inde, bien que généralement on réserve ce terme aux habitants de la province indienne du Bengale-Occidental.

et de l'Inde, continuent à manger et à préparer quotidiennement des *rootis* ou des *chapatis*. La grande majorité de ceux que Ray a rencontrés ou qui ont répondu à son questionnaire avait abandonné la consommation des *rootis*. Dans ce cas, cela s'explique par des pratiques de classes. En effet, les participants bengalis de son étude sont tous issus de la classe moyenne, au Bangladesh ou dans la province du Bengale-Occidental et, bien que la consommation de *rootis* y soit quotidienne, la confection de ces derniers est laissée à des employés domestiques, comme le reste des tâches ménagères qui comprennent la cuisine. En immigrant aux États-Unis, où ils occupent souvent un emploi dans des secteurs de l'économie qui les placent parmi les classes moyennes américaines[66], les femmes bengalis considèrent que la préparation des *rootis* prend trop de temps, que cela n'est pas leur rôle, que le ménage n'a pas les moyens d'engager une aide-domestique aux États-Unis et, qui plus est, une Bengali qui saurait cuisiner les nourritures familières et préparer les *rootis*. Enfin, puisqu'il n'existe aucune fabrication externalisée de ce type de produit, la consommation des *rootis* a disparu dans cette population, et le riz est devenu le seul aliment céréalier de base des plats « bengalis », mais également d'autres plats que les participants de la recherche de Krishnendu Ray se sont appropriés qu'on peut accompagner de riz (Ray, 2004 , p. 54).

Au Québec, malgré le fait que les femmes originaires de l'ère culturelle bengali que nous avons rencontrées (mais aussi les autres femmes originaires d'autres régions de l'Inde ou du Sri Lanka qui vivent ici des situations sociales, familiales et professionnelles assez similaires) proviennent souvent des classes moyennes dans leurs pays[67] et préparent elles-mêmes les *rootis* (ou les *chapatis*), la plupart du temps le matin très tôt. C'est les cas de Sharmista qui possède une maîtrise en sciences politiques de l'université de Dhaka, mais qui doit travailler à temps partiel dans une manufacture, tout en étudiant le français et en cuisinant pour son mari et son fils. Il est probable que la déqualification professionnelle et

---

[66] Les hommes comme les femmes, même si celles-ci sont moins présentes sur le marché du travail.

[67] Elles ont souvent fait des études, parfois avancées, mais n'ont pas pu capitaliser sur celles-ci après l'immigration, car de nombreuses barrières se sont élevées devant elles les empêchant de poursuivre cette trajectoire, des barrières ou du moins de puissants freins au nombre desquels il faut compter la langue, le fait de devoir intégrer le marché du travail très rapidement pour des raisons financières, l'influence du milieu communautaire postmigratoire dans certains quartiers de Montréal, ici le quartier de Parc-Extension où se concentrent de nombreux ressortissants du sous-continent indien dont un grand nombre (les hommes comme les femmes) a travaillé dans des manufactures de vêtements dont la plupart ont délocalisé leur production en Chine et au Vietnam.

académique que vivent de nombreux immigrants en arrivant au Québec (avec la diminution relative des revenus qui l'accompagne) soit en partie responsable du fait que ces femmes sentent le besoin de fournir à la famille cet élément important de la culture (culinaire) bengali[68] et qu'elles le fassent elles-mêmes. Mais il aurait été possible pour elles d'abandonner cette pratique, car elles ne sont pas moins actives à l'extérieur de la maison que leurs compatriotes bengalis américaines. Au demeurant, il existe sans doute des *rootis* qu'on peut acheter dans le commerce, mais un « vrai *rooti* » se mange frais du jour et est préparé à la maison[69]. Voilà pour la double face d'un marqueur alimentaire puissant qui vous (r)attache à votre région d'origine, mais qui vous « attache » aussi à un rôle social et à une tâche dans la cuisine, levée à l'aube avant tout le reste de la famille afin que celle-ci ait ses *rootis* pour la journée. Nous reviendrons plus amplement sur le rôle des femmes dans l'alimentation familiale et conjugale, où nous retrouverons Sharmista au chapitre VIII.

5.3.3 Les *tortillas*

> Au Mexique bien sûr c'est différent qu'ici. Au Mexique, on mange toujours toujours des haricots, et des *tortillas*, je ne sais pas si vous les connaissez. Et la salsa, c'est les piments forts et après ça on met quelque chose, mais ça c'est de manière presque religieuse, on ne peut pas manger sans ça ! (Juanito, homme, 39 ans, Mexique, marié, enfant, 2006, enseignant).

Manger des *tortillas* qui auraient en gros les mêmes caractéristiques que celles qu'on retrouve dans maintes régions du Mexique (dont la capitale) est presque impossible au Québec[70]. Cela est dû principalement aux variétés de maïs qui sont généralement produites au Canada et aux États-Unis, qui contiennent moins d'amidon et sont beaucoup plus sucrées que les variétés cultivées au Mexique et en Amérique centrale. Ainsi, obtenir une pâte qui se comporte d'une manière attendue au modelage et à la cuisson est très difficile et, même si la

---

[68] Et aussi par émulation ou par un effet de groupe en raison d'une masse critique de ressortissants du sous-continent indien habitant le quartier Parc-Extension à Montréal.

[69] En Inde et au Bangladesh, la complexité des interdits alimentaires liée entre autres au système de caste et aux croyances religieuses rend la consommation de nourriture à l'extérieur du foyer compliquée et périlleuse à cause des risques de contamination (culturelle). C'est pourquoi il est toujours préférable que la nourriture provienne « de la maison ».

[70] Quoique des informations obtenues de manière informelle font état de l'ouverture de boutiques à Montréal où l'on peut obtenir des tortillas fabriquées d'une manière à peu près identique à celles utilisées au Mexique et en Amérique centrale. Cependant, le problème du type de maïs utilisé afin de faire la farine demeure entier.

cuisinière réussit cette opération, le goût diffère énormément du « modèle » original à cause de la saveur sucrée du maïs employé. La plupart des immigrants originaires du Mexique que nous avons rencontré ont relaté le fait qu'ils n'appréciaient pas la saveur sucrée, surtout dans les aliments servant à fabriquer les plats familiers (maïs et haricots). On peut voir encore ici que les préférences alimentaires pour certaines saveurs (ici le sucré) ne sont pas qu'individuelles, mais qu'elles sont socialement construites et qu'elles participent en quelque sorte de l'identité de ce groupe. Plusieurs femmes, qui occupaient la plupart du temps de bons postes au Mexique, ont confié avoir tenté de faire elles-mêmes des *tortillas* une fois à Montréal, ce qui aurait été impensable dans un contexte mexicain compte tenu de leur statut social et du fait qu'au Mexique, l'offre pour ce produit est massive et externalisée dans la plupart des villes, même celles de petite importance. Voici notamment l'exemple d'Isabella :

> Je fais la *tortilla* à la maison, parce que j'ai acheté des *tortillas*, mais ils se cassent beaucoup et sont petits, je n'aime pas et maintenant j'ai acheté la machine, une petite machine pour faire la *tortilla*, je fais la pâte, je fais la *tortilla*, c'est très facile et j'aime plus. Pour la farine ça va, si je mélange avec la farine de blé et le maïs, ça va très bien (Isabella, femme, 23 ans, conjointe de fait, sans enfant, 2007, formation de technicienne comptable).

Certains immigrants originaires du Mexique ont trouvé un commerce qui offre un produit qui s'approche de la *tortilla* mexicaine, mais dans beaucoup de cas, ils en consomment beaucoup moins parce qu'ils ne retrouvent pas le goût et la texture familiers. Les haricots et les piments forts demeurent toutefois très présents dans la cuisine quotidienne des immigrants issus du Mexique de même que le riz, mais ce dernier ne semble pas avoir de connotations identitaires, mais plutôt nutritionnelles, il est considéré comme un hydrate de carbone.

5.3.4 Le riz

> Euh, j'aime pas comme du pain. J'aime beaucoup du riz, mais j'aime pas le pain. J'en mange très rare (sic), peut-être neuf fois par année, mais du riz tous les jours, 3 fois par jour. Le matin, je fais du potage avec du riz, oui, à midi, du riz ! Le soir, du riz ! [...] Chez nous, il y a beaucoup de riz, au Cambodge, beaucoup de riz (Tiwa, femme, 54 ans, Cambodge, mariée, enfant décédé durant le régime des Khmers rouges, 1985, travail manuel dans une compagnie d'électronique, maintenant au chômage).

Le riz est si important dans la culture alimentaire du Cambodge[71] qu'en langue khmère, la plus parlée au Cambodge, le mot « manger » signifie « manger du riz », si l'on veut demander à quelqu'un s'il a bien mangé, on lui dira « as-tu bien mangé du riz? ». Le riz demeure l'aliment de base non seulement pour Tiwa, mais pour l'ensemble des Cambodgiens que nous avons rencontrés. Tiwa n'est pas la seule à ne pas apprécier le pain, et sans doute les immigrants issus du Cambodge sentent-ils le besoin de comparer les vertus du riz et du pain. Il est vrai que le pain occupe une place importante dans la culture culinaire européenne et américaine (dans une moins large mesure), et qu'il constitue une des sources les plus importantes de l'apport en hydrates de carbone. Il est particulièrement intéressant d'observer qu'à quantité égale, le pain ne procure pas une sensation de satiété comme c'est le cas du riz pour les Cambodgiens que nous avons rencontré. Le fait que les immigrants trouvent moins « satisfaisant[s] » les aliments et les plats qui ne leur sont pas familiers et qu'ils ne sentent pas qu'ils ont suffisamment mangé (satiété) est un élément relevé quelquefois dans la littérature (Farb et Armelagos, 1980 ; Harbottle, 1997b ; Lalonde, 1992). Cela nous ramène à la discussion du début de ce chapitre à propos de l'appétit et plus largement aux liens entre les dimensions physiologiques et socioculturelles de l'acte de manger. Il semblerait que l'impression de satiété ne soit pas seulement liée à des signaux venant de l'estomac (interprétés par le cerveau) ou encore au taux de sucre dans le sang, mais à un apprentissage qui remonte loin dans l'enfance et qui associe l'odeur, la texture, l'aspect, les propriétés gustatives et l'interprétation des signaux physiologiques dans laquelle les apprentissages culturels jouent un grand rôle (Farb et Armelagos, 1980). Ainsi, voyons ce que dit Tiwa un peu plus loin dans la discussion :

> Chez nous au Cambodge il y a beaucoup de riz [...] Parce que c'est pas une habitude de manger du pain, parce que quand je mange du pain, 15 min après je dois manger encore une fois. C'est facile à avoir faim encore. Si vous mangez du riz, c'est pesant, le repas pesant ça, ça reste dedans, ça travaille lentement là-dedans dans le ventre. Et le pain, ça travaille vite et c'est fini (rires) ! (Tiwa, ibid.)

---

[71] Le riz est également l'aliment de base (souvent de tous les repas) dans toute la région de l'Asie du Sud-Est qui comprend le Vietnam, le Laos, la Thaïlande, le Myanmar et le Cambodge. Le Québec compte d'importantes communautés vietnamiennes et cambodgiennes. Ces immigrants arrivés entre la fin des années 1970 et la moitié des années 1980 ont bénéficié du statut de réfugié. Ils ont fui le Vietnam suite à la défaite du Sud-Vietnam aux dépens du Nord-Vietnam communiste, ou encore le Cambodge suite à la guerre civile et à l'instauration du régime communiste des Khmers rouges. C'est le cas de Tiwa mais aussi de Soy, que nous rencontrerons un peu plus loin.

Ces propos sont à mettre en rapport avec ceux de Soy qui est lui aussi originaire du Cambodge et qui est arrivé au Québec dans les années 1980. Tout comme Tiwa, Soy est au chômage depuis que la compagnie qui l'employait a fermé ses portes. À la différence de Tiwa, Soy ne sait écrire ni le français ni sa langue maternelle, car le régime des Khmers rouges (1975 à 1979) avait fermé les écoles et tué ou placé les instituteurs en camps de travaux forcés où beaucoup sont morts des mauvais traitements. Le fait qu'il ait immigré dans ces conditions et à cette époque où il était difficile, voire impossible, de se procurer des aliments afin de préparer des plats familiers, au Cambodge en guerre tout d'abord, puis ici à Montréal, a été déterminant dans la transformation profonde de ses pratiques alimentaires et de celles de nombreux immigrants de cette époque[72]. Cependant, malgré le fait que Soy habite au Québec depuis plus de vingt-cinq ans, que ses enfants y soient nés, il demeure très attaché au riz :

> Pour moi, pour maintenant, chaque semaine on change le menu parce que j'ai des enfants, ils aiment les mets canadiens et c'est ça on fait mélangé, on fait multi, après moi j'aime, je pense que je m'adapte ici au Québec et au Canada, mais pas beaucoup parce j'aime encore mieux mes aliments. Comme par exemple du riz, je dois en manger du riz chaque jour, je ne peux pas laisser le riz, non, je dois manger du riz, mais après mes enfants ils peuvent manger du pain et fini tous les jours, mais moi je ne peux pas. Moi et ma femme on a toujours fait du riz, mais on fait d'autres choses pour les enfants et moi aussi j'aime les mets canadiens, les mets italiens, oui les choses comme ça. (Soy, homme, 52 ans, marié, enfants, 1983, opérateur de machines, actuellement au chômage).

5.3.5 Le *bortch*

> Le soir je mange un plat russe qui s'appelle le *bortch*, c'est une soupe de légume avec de la viande et avec épices, différentes épices, je trouve que c'est un repas très équilibré, on mange la viande, les légumes, le bouillon, et je trouve que c'est un très bon repas pour moi (Yvan, homme, 55 ans, Kazakhstan [russe], marié, enfant ayant quitté la maison, 2006, ingénieur mécanique).

---

[72] Comme en témoigne d'ailleurs l'extrait du discours de Shaleen à propos de ce que lui a raconté sa belle-mère arrivée de l'Inde à Montréal en 1972 : « pour moi l'adaptation c'était facile parce que la famille de mon mari était déjà ici et connaissent beaucoup de choses. Mais avant, c'est ma belle-mère qui m'a dit, avant quand ils sont arrivés ici, ils n'ont pas trouvé les légumes pour préparer le cari indien, mais ils ont mangé juste deux ou trois choses, des haricots, des choux-fleurs, patates et oignon, il y avait juste ces quatre choses, mais ils les ont préparées de la même façon qu'en Inde. Mais après quelques années, il y a plus de population indienne et il y a les épiceries indiennes qui ont beaucoup les légumes indiens et puis c'est facile. Mes beaux-parents sont arrivés en 1972. Mais après quelques années, ils ont adapté beaucoup de choses. Ils m'ont dit que quand ils sont arrivés, mon beau-père ne lisait pas beaucoup en langue française ou anglaise, ils ont acheté des biscuits pour chien. Ils avaient déjà mangé ça, et quand le paquet est presque fini, il a apporté le paquet au travail, et quelqu'un lui a dit que ça, c'est des biscuits pour chiens (rire général). Maintenant on peut rire, mais c'était très difficile pour eux » (Shaleen, femme, 26 ans, Inde, mariée, enfant, 2002, cours secondaire, sans emploi).

Yvan, quant à lui, affectionne particulièrement le *bortch* qui est une soupe d'origine ukrainienne fabriquée entre autres avec des betteraves (c'est ce qui la définie comme *bortch*) et garnie avec d'autres légumes comme des pommes de terre, du chou, de l'oignon, des carottes et parfois de la viande, souvent de bœuf, rehaussée d'épices et dont l'origine serait ukrainienne (Schultze, 2000 p. 65). Ce plat commun à l'ensemble de l'espace slave connaît de nombreuses variations selon les produits disponibles et les recettes locales. Le *bortch* a été apporté en Asie centrale surtout par des Russes et des Ukrainiens venus s'installer dans le Kazakhstan dans le cadre de la politique de colonisation tsariste dans un premier temps et, plus intensivement encore, durant l'ère soviétique (surtout sous Staline) où des millions de Russes et des centaines de milliers d'Ukrainien et de Biélorusses immigrèrent dans la République socialiste soviétique du Kazakhstan (Peyrouse, 2009). Bien qu'originaire du Kazakhstan, aujourd'hui une république indépendante, les parents d'Yvan et de son épouse sont venus de Russie. Ils sont russophones et se reconnaissent d'abord comme Russes et comme Slaves. Le parcours du *bortch* est emblématique à cet effet et c'est une autre manifestation de la circulation des nourritures dans les espaces sociaux alimentaires et du fait que les immigrants emportent des recettes et des traditions culinaires dans leurs valises, ici de l'Ukraine, à tout l'espace slave puis aux Républiques socialistes d'Asie centrale et enfin dans la cuisine d'Yvan et de son épouse à Montréal. Dans une recherche approfondie sur la migration de la pizza, Sylvie Sanchez (2000) montre bien le parcours et l'histoire de celle-ci du sud de l'Italie au début du 20e siècle à sa diffusion mondiale aujourd'hui.

Isabella, une Mexicaine que nous avons rencontrée dans la section sur la *tortilla* (5.3.3), et son conjoint originaire de Moldavie cuisinent chacun selon leur style culinaire prémigratoire sans faire de mélanges. Voici ce qu'elle dit :

> Il fait sa nourriture moldave, beaucoup de soupes, il mange, les Moldaves mangent beaucoup de soupe, il mange beaucoup du pain, du poisson et des légumes, beaucoup de légumes et beaucoup de salade. Et moi je fais ma nourriture avec piquant et les Moldaves ne mangent pas piquant, ça veut dire que je dois enlever le piquant [...] la nourriture c'est tellement différent, mais nous partageons. C'est très intéressant parce qu'il y a de la nourriture que je n'ai jamais goûtée et maintenant je goûte et j'aime. Par exemple une soupe qui s'appelle la soupe rouge, il utilise avec les betteraves. Moi je n'ai jamais mangé les betteraves en soupe et c'est délicieux, vraiment j'aime beaucoup, c'est vrai. Nous partageons la nourriture. Maintenant on partage la soupe (Isabella, femme, 23 ans, conjointe de fait, sans enfant, formation de technicienne comptable en 2007).

5.3.6 La *pupusa*

Edgardo, quant à lui, est on ne peut plus explicite sur la capacité de la nourriture à mettre en branle un ensemble de souvenirs et de sensations. Comme il le dira à la fin de l'extrait, la *pupusa* est une véritable institution au Salvador. Fabriquée à partir d'une *tortilla* de maïs « nixtamalisée[73] », mais plus épaisse que sa version mexicaine, elle est de plus destinée à être fourrée. Sa version la plus populaire est la *revuelta* qui est fourrée avec du *chicharrón*, du porc cuit et haché très fin, des *frijoles*, haricots cuits et en purée, à la base de l'alimentation dans de nombreux pays d'Amérique latine, et du *quesillo*, un fromage frais généralement parfumé avec une herbe appelée *loroco*. Le tout est ensuite placé au four. Elle est ensuite consommée généralement accompagnée de *curtido*, du chou légèrement fermenté, avec du chili rouge et du vinaigre et une sauce tomate liquide (Janer, 2008 p. 19). Fruit de l'héritage précolombien qui demeure encore très vivace au Mexique et en Amérique centrale (Fumey et Etcheverria, 2004), dont la base de l'alimentation reposait sur le maïs, les haricots (légumineuses) et les courges, la *pupusa* est présente dans la région du Salvador actuel depuis au moins 2000 ans (Benson, 1977 ; Fumey et Etcheverria, 2004). On retrouve de nombreuses *pupuserías*, des petits restaurants ou comptoirs installés directement sur la rue servant des *pupusas*, dans la plupart des villes et villages du Salvador, mais également dans des quartiers où l'on retrouve une concentration d'immigrants originaires de ce pays aux États-Unis et au Canada (Janer, 2008 p. 19). C'est aussi le cas à Montréal où il existe quelques établissements qui offrent des *pupusas*, pour le plus grand bonheur d' Edgardo. Pour trouver ces restaurants ainsi qu'un grand nombre de restaurants « ethniques » à Montréal, on peut consulter l'excellent ouvrage *Guide du Montréal multiple* (Laurence et Perreault, 2010).

> Quand je mange, et normalement c'est la nourriture de mon pays, il me revient des souvenirs de mon pays. Par exemple, le repas typique de notre pays c'est la *pupusa*, mais quand on va aller au restaurant, parce qu'à la maison c'est trop cher de les faire, et c'est un gros travail de les faire, mais c'est mieux d'aller au restaurant, mais on se souvient de la ville de notre pays où c'est la meilleure *pupusa*, on la compare avec notre pays [...] Mais normalement, quand ma femme elle prépare de la soupe de notre pays, on se souvient de la touche de la grande grand-mère, de l'arrière grand-mère même, on se souvient [...] Parce qu'au Salvador, c'est rare les jours où tu ne

[73] C'est-à-dire, comme pour la fabrication de la tortilla mexicaine, les grains de maïs sont trempés et cuits dans une solution alcalinisée avec de l'eau de chaux (ou, traditionnellement, de la cendre issue du feu de cuisson), qui aide à retirer l'enveloppe du maïs (péricarpe). Pour plus d'informations sur les origines de la tortilla, voir l'annexe B.1.

> dînes pas avec la *pupusa* (Edgardo, homme, 25 ans, Salvador, marié, sans enfant, 2007, a travaillé dans la construction quelques années aux États-Unis).

Plus loin dans la discussion, Edgardo insiste sur la dimension identitaire de la *pupusa* et sur le fait que ce plat fait partie de l'héritage (de la transmission culturelle) qu'il désire léguer à ses enfants :

> Mais, je pense, autre chose, c'est la culture, à mes enfants, si Dieu me donne des enfants dans quelques années, je voudrais les voir grandir avec ma culture, avec la nourriture de ma culture, mais ça n'importe pas si c'est pour la bonne santé ou pas, mais je pense que les enfants doivent connaître d'où ils viennent. Parce que c'est difficile ici, par exemple, il y a les garçons de ma belle-sœur, ils sont petits, mais ils aiment aussi la *pupusa*, mais ils aiment aussi la pizza et le Macdo et tout ça, mais quand ils vont manger la *pupusa*, ils disent "ah oui, c'est la nourriture de mon pays". Pour moi c'est ça, la fidélité à la nourriture de mon pays, et spécialement à la *pupusa* (Edgardo, ibid.).

5.3.7 Les desserts, le thé, la cuisine

Pour d'autres, comme Linsing, ce sont les desserts et surtout le thé qui lui procurent un sentiment de bien-être.

> J'aime beaucoup manger donc ça me fait vraiment plaisir, surtout quand je ne suis pas de bonne humeur, j'aime beaucoup manger un dessert. Quand je bois du thé, je pense qu'à ce moment-là je suis très contente, tout le temps comme ça, j'aime beaucoup boire du thé. Donc quand je bois du thé je suis contente, je suis tranquille (Linsing, femme, 35 ans, Chine, mariée, enfant, 2002, technique mécanique).

Collée à des souvenirs d'enfance et plus spécialement concernant sa mère, c'est le fait de faire la cuisine qui est chargé de significations pour Linseng. Mais il ne s'agit pas de n'importe quelle cuisine.

> Pour moi quand j'étais petite, j'aimais la cuisine beaucoup. Dans ma famille c'est seulement ma mère qui fait la cuisine, je peux regarder quand j'étais petite, je pense que j'ai cinq ans, j'ai déjà demandé à ma mère comment on fait la cuisine, j'aime beaucoup. Quand ma mère fait la cuisine, c'est pour essayer le goût. Maintenant, j'aime beaucoup faire la cuisine. Tous les jours je fais minimum une heure pour faire la cuisine. Je fais la cuisine chinoise (Linseng, femme, 45, monoparentale, 1997, travaille ici dans une compagnie pharmaceutique).

De plus sa mère lui a légué le goût de l'expérimentation en cuisine « pour essayer le goût ». Originaire de la province du Sichuan, réputée entre autres pour sa gastronomie riche et variée, quand elle retourne en Chine pour visiter sa mère, Linseng passe beaucoup de temps à table chez sa mère ou au restaurant.

> Quand je suis allée en Chine, il y a deux ans, dans mon pays, chez ma mère, juste un mois j'ai perdu cinq kilos. Je mangeais beaucoup, tout le temps manger, aller au restaurant, manger, mais j'ai perdu cinq kilos et quand je suis arrivée ici, deux mois, trois mois, j'ai tout repris, je sais pas pourquoi (Linseng, ibid.).

Ainsi, la *tortilla*, les *rootis*, le *bortch*, le riz, le thé, le café, la cuisine chinoise, sans oublier la *pupusa* sont, en quelque sorte, leurs petites madeleines à eux. On aperçoit ici une partie de la dimension symbolique que comportent les aliments, l'acte de manger et la cuisine ainsi que leurs liens puissants avec la mémoire, l'imaginaire et la subjectivité. À l'instar de Claude Fischler (1990), Mathieu De Labarre (2001, 2004) et de John Coveney, (2006) mais chacun à leur manière, nous avançons que l'alimentation est l'un des éléments participant à la subjectivation, c'est-à-dire à la construction des individus en tant que sujet de leurs préférences, de leurs dégoûts, participant aussi à l'incorporation des normes sociales d'un groupe (entre autres celles liées au corps) et à la constitution d'un sujet responsable de ses choix alimentaires[74]. Pour poursuivre notre réflexion à propos des madeleines de Proust, à la différence de celles-ci, il ne s'agit pas, pour une bonne part des participants, d'une expérience vécue exceptionnellement, mais fréquente, sinon quotidienne. Elle en constitue peut-être une expérience moins puissante que celle décrite par Proust parce que « routinisée », insérée dans un quotidien, mais dont la force réside en ce qu'elle participe d'un sens de l'orientation gustatif et d'une manière « appropriée » de combiner des aliments et de les envelopper de saveurs familières. C'est pourquoi, dans l'expérience alimentaire en situation de migration, il convient de ne pas s'en tenir qu'à cette dimension nostalgique dans laquelle on cantonne trop souvent les pratiques alimentaires des immigrants, mais de rappeler toutefois l'importance de la mémoire et de la dimension psychique des saveurs familières, et particulièrement celles qui font remonter la période de l'enfance dans le maintien d'un attachement à certaines nourritures et aux manières de les préparer et de les partager. Car maintenir l'analyse au niveau de la nostalgie, qui comme on le verra a été somme toute assez peu évoquée lors des entretiens, empêche de comprendre les transformations, les adaptations, les appropriations, les changements de goûts, certaines ruptures, de nouvelles contraintes, etc. Une chose est

---

[74] Ce sujet responsable de ses choix en matière d'alimentation (et qui en est imputable) est une production très contemporaine et qui est sans doute propre aux sociétés individualistes et encore plus aux sociétés nord-américaines (et particulièrement anglo-saxonnes) (Caraher *et al.*, 2004 ; Coveney, 1998 ; Fischler *et al.*, 2008 ; Levenstein, 2003). Cette construction discursive trouve un relais dans les discours de santé publique où les individus sont considérés comme responsables de leurs choix en négligeant parfois le rôle des environnements sociaux ou matériels sur les pratiques.

certaine, et elle relève sans doute en partie de la nostalgie, mais en quelque sorte comme un effet en retour, c'est que la plupart des participants, peu importe leur région d'origine, sont très déçus du goût des aliments qu'ils trouvent en général dans les marchés. Les fruits, les légumes, les viandes, les poissons, les épices, loin de satisfaire leurs attentes, les placent souvent en situation de dissonance cognitive et gustative.

5.4 Dissonances gustatives. Ou quand la vue, le goût et le souvenir ne concordent plus

5.4.1 « Tu le vois qu'il y a une pomme, mais elle n'a pas de goût »

Débutons avec quelques extraits de discussion qui serviront à illustrer le propos.

> Il y a quelquefois, pas toujours, mais je trouve qu'il y a des fruits comme par exemple les pommes, les raisins aussi, tu les manges, il n'y a pas de goût. Tu le vois qu'il y a une pomme (il fait le geste de tenir une pomme dans sa main), mais vraiment n'a pas de goût, c'est comme tu manges quelque chose que sans goût, zéro, pas de goût, pas différent goût, goût zéro comme ça et puis je n'aime pas les légumes qui sont gelés que tu achètes dans le store, ils sont vraiment, comme tu manges quelque chose qui est déjà mort, il n'y a pas de goût aussi (Volvir, homme, 37 ans, Albanie, 2005, marié, enfants, restauration, construction).

> Parce que quand je suis arrivée toutes les choses sont, toutes les choses ont l'air très bonnes comme les fruits c'est gros, mais quand tu essaies les fruits et les légumes il n'y a pas de goût vraiment (Mara, femme, 41 ans, Hongrie, 1990, mariée, enfant, enseignement).

Et cet échange entre 3 femmes qui s'accordent pour dire que les aliments ont très peu de saveur :

> Evelyne : En général, je mange toutes les choses, je mange la viande, les légumes, les fruits. Mais j'ai été très déçue parce qu'ici, parce que les légumes sont un peu… différents que les légumes de mon pays, les légumes et les fruits aussi sont très délicieux, mais ici, je pense que tous les légumes et tous les fruits sont produits aux États-Unis et je pense qu'ils sont pleins avec chimiques.
>
> Renarojo : Oui parce que ça semble très très bien et il n'y a pas de goût, la saveur, il n'y a pas.
>
> Chila : Malheureusement.
>
> J'aime manger des fruits, des légumes, mais malheureusement ici je trouve pas bon ces choses-là et je n'aime pas comment ça goûte, totalement différent, et parfois quand tu les vois dans le magasin, l'épicerie, c'est très grand, les couleurs c'est magnifique, euh, ça t'intéresse, mais, je l'achète, mais quand je le goûte ça me fait rien et depuis que je suis arrivée, c'est bizarre, parce

> que je mange et en même temps je sens que je mange pas (Dania, femme, 23 ans, Mexique, célibataire, habite avec ses parents, formation en enseignement).

Puis Rathina enchaîne à la suite de Dania :

> Je suis d'accord avec mon amie qui dit que les légumes, les fruits, euh ça a une couleur très bonne et sont très grands, mais le goût... il n'y a pas de goût, vraiment. Quelquefois, pas toujours, parce que quelquefois il y a des légumes qui sont bons (Rathina, femme, 23 ans, Cambodge, mariée, sans enfant, 2005, petit travail à temps partiel).

> Quand je suis arrivé au Canada, j'ai trouvé de grandes différences entre le goût des légumes et des viandes. Le goût des légumes dans mon pays c'est très bon, oui, ici c'était très très différent, cela a duré une année quand je suis arrivé au Canada, mais maintenant c'est bon, maintenant je n'ai pas de problème avec le goût (Rihana, femme, 28, Pakistan, mariée, enfants, 2005, formation d'ingénieur en informatique, n'a pas occupé d'emploi au Québec).

Si ces jugements concernent souvent les viandes, les fruits les légumes et les poissons, il arrivait aussi que les produits dont l'ingrédient principal est la farine (pain, gâteau, biscuits) fassent l'objet d'un jugement négatif. Ce fut surtout le fait des participants issus des pays de l'Europe orientale ou méridionale qui ont majoritairement critiqué la qualité du pain disponible d'une manière générale[75]. Il est si difficile et si coûteux de se procurer du pain qui correspond à leurs attentes qu'il arrive souvent que les répondants achètent une « machine à pain » et qu'ils le fassent eux-mêmes à la maison. Nous reviendrons plus loin sur ce thème de la fabrication de produits alimentaires à la maison dans la section 7.6 sur la construction d'un « chez-soi ».

> J'ai trouvé seulement une boulangerie ici où la qualité du pain très très bon comme en Russie, je suis habituée de manger du pain très bonne qualité. Mais ici c'est comme tous les produits de blé, c'est comme synthétique, ce n'est pas comme naturel. Chez nous c'est autre chose, le biscuit c'est comme ta mère a préparé, mais tu peux acheter ça dans un magasin, mais ici je ne peux pas m'habituer, pas encore (Marina, Russie, femme, 43 ans, 2006, dentiste).

Ces extraits sont représentatifs d'expériences largement partagées dans tout l'échantillon. En effet, une très grande part des participants ont déclaré qu'ils constatent une grande différence entre la saveur des aliments de leur région d'origine et celle des aliments qu'ils trouvent dans les divers commerces de Montréal. Il arrivait fréquemment qu'ils insistent sur le

---

[75] On peut penser qu'il s'agit peut-être ici d'un manque d'information, car il existe à Montréal de nombreuses boulangeries qui fabriquent du pain de grande qualité. Sans doute parlent-ils du pain de mie industriel vendu dans les supermarchés. Il est vrai aussi que le pain de qualité est très onéreux et qu'une grande partie des immigrants récents n'ont sans doute pas les moyens d'acheter ces produits. Toutefois, cela n'enlève rien au fait que la majorité de ceux qui se plaignent de la qualité du pain n'a jamais mentionné qu'ils connaissaient l'existence de ces boulangeries artisanales.

fait que la saveur des aliments était insipide ou même mauvaise. Cette situation est une source de perplexité pour certains et d'inquiétude pour d'autres, l'usage de leur goût leur sert alors de mécanisme de protection ou en tout cas cette absence (ou mauvaise) de saveur est interprétée comme une source de danger potentiel, le signe que quelque chose ne va pas.

5.4.2 Un système alimentaire mondialisé dont les pratiques ont des incidences sur les propriétés organoleptiques des aliments

Tout d'abord, portons le regard à un autre niveau afin d'expliquer cette « différence de goût » qui est bien réelle et non le fruit d'une nostalgie et d'une saveur du pays « imaginée ». Les fruits, les légumes et les feuilles (dans ce cas-ci les herbes aromatiques et les épices) tirent tout d'abord une partie de leurs qualités organoleptiques du biotope dans lequel ils sont implantés. Les caractéristiques du sol, du terreau (podzols, hydromorphes, ferrallitiques, ferrugineux, limoneux, etc.), ses qualités (alcalinité, acidité, etc.), la longueur des saisons, l'ensoleillement, la pluviométrie et sa distribution, la proximité de la mer, la chaleur et ses variations ainsi que l'humidité ambiante font la spécificité d'une région agricole et chacune de ces caractéristiques imprime des qualités organoleptiques aux divers produits qui y sont cultivés[76]. C'est ce que l'on reconnaît généralement sous l'appellation de « terroir », et certains pays comme la France et l'Italie – mais cela se développe actuellement au Québec – ont mis en place des systèmes de règlementation qui reconnaissent, encadrent et règlementent les pratiques agricoles de ces terroirs ainsi que les produits qui en sont issus. Bien que la notion de terroir comporte, pour certains acteurs des milieux agricoles, une dimension artisanale de la production des produits, cela n'empêche pas des productions d'assez large échelle d'y trouver leur place ainsi que de voir certaines étapes mécanisées et industrialisées. Retenons ici simplement qu'il est attendu que lorsqu'on se déplace d'une région à une autre, la saveur d'une carotte, d'une patate ou d'une mangue soit différente, sans parler des multiples variétés de fruits, de légumes, d'épices cultivés de par le monde, mais également d'animaux destinés à la consommation à cause des aliments avec lesquels ils sont nourris.

---

[76] Cela est encore plus vrai lorsqu'il s'agit par exemple du vin (et de certains grands spiritueux) qui doit la majeure partie de ses propriétés aux cépages employés et au terroir dont il est issu. C'est pourquoi le lieu de provenance est la plupart du temps indiqué sur la bouteille, souvent très précisément, sinon on ne mentionnera que la région de production.

Cependant, des éléments tout à fait spécifiques à l'Amérique du Nord et à l'Australie viennent en quelque sorte changer la donne. Un de ces éléments qui fait la spécificité de l'espace social alimentaire nord-américain (de son système alimentaire plus précisément), et le Québec fait partie de cet espace, est le fait que la production agricole y soit très largement industrialisée et qu'elle repose sur l'usage massif d'intrants (insecticides, fongicides, engrais chimiques) pour les plantes et d'hormones de croissance, d'antibiotiques et de moulées industrielles pour les animaux de boucherie. De telles pratiques ont des incidences importantes sur l'aspect et la saveur des aliments. De plus, pour des raisons de mise en marché et de préférences des industries de transformation et des chaînes de marchés d'alimentation, de même que pour des raisons de durée de conservation des aliments frais, les producteurs ont graduellement sélectionné des espèces en nombre assez restreint. Ces dernières présentent des qualités visuelles (absence de bosses, de taches, présence de formes égales), une bonne résistance aux transports et à la manutention, de même qu'une longue durée de conservation. Encore une fois, de telles pratiques ont une incidence sur la saveur des aliments et dans le cas de la sélection des espèces ou de la génétique afin d'augmenter la durée de conservation, il est reconnu que cela diminue l'intensité de la saveur. Voici par exemple un extrait d'un article issu du site Internet de l'Institut national de la recherche agronomique de France (INRA) qui est très clair à cet effet et où il est question de la culture et de la commercialisation de la tomate.

> Concernant la qualité des fruits, le producteur recherche d'abord l'absence de défauts (fruits déformés, éclatés ou mal colorés, non commercialisables), et des produits répondant aux conditions actuelles de transport et de commercialisation. Les qualités de présentation et de conservation des fruits ont été améliorées : la forme et le calibre sont plus homogènes, la couleur est plus attractive, le collet vert persistant à la maturité a été supprimé, la fermeté et la durée de conservation sont meilleures. Sur ces deux derniers points, des progrès très importants ont été réalisés ces dernières années. Il existe actuellement une certaine diversification concernant la forme des fruits (ronds ou longs), leur calibre (tomates "cerises"), leur présentation (en grappes par exemple); cette diversification pourrait être plus importante et concerner également la couleur (rouge, rose ou jaune) et le goût [...] Les progrès génétiques qui ont abouti à la création de variétés présentant une productivité, puis des qualités de présentation et de conservation des fruits améliorées ont parfois été obtenus (sic) au détriment des qualités gustatives. L'amélioration du goût constitue maintenant un objectif important pour les sélectionneurs qui, après avoir tenté de sélectionner ce caractère de manière plus ou moins empirique, sont à la recherche de tests objectifs, simples, rapides et fiables d'appréciation du goût. (Source : http://www.inra.fr/internet/Directions/DIC/presinra/SAQfiches/tomate.htm, consulté le 11 août 2011).

Ce document a été produit par « l'unité de génétique et d'amélioration des fruits et légumes » de l'INRA, c'est pourquoi le rôle de la recherche en génie génétique est très prononcé dans l'extrait ci-dessus, mais cette façon technico-scientifique et industrielle d'intervenir dans la production agricole n'est pas le propre du génie génétique. Ce dernier n'est que l'un des acteurs participant à la transformation des semences et des espèces. Or, ce qui est vrai pour la tomate l'est aussi pour les autres fruits et légumes d'une manière générale.

Cette tendance à la standardisation des produits, couplée à une industrialisation massive et à l'emploi d'intrants, est encore plus prononcée en Amérique du Nord (mais aussi en Australie et en Nouvelle-Zélande) que dans le reste du monde, mais l'extrait ci-dessus montre que cette approche fait son chemin en Europe. Cette progression de la standardisation et de l'industrialisation à été rendue possible parce que ce sont les modèles qui ont été favorisés par les gouvernements, les industries alimentaires et certaines associations de producteur agricole, dont l'Union des producteurs agricoles du Québec (UPA) depuis la fin de la Seconde Guerre mondiale. L'augmentation de la productivité et la baisse des coûts des produits alimentaires pour les industries de la transformation et pour les consommateurs ont été les principales raisons qui ont amené l'adoption généralisée de ce modèle dans les pays industrialisés. Ce modèle de développement et de production agricole a des conséquences importantes sur l'environnement, la santé publique, les communautés rurales, la sécurité et la souveraineté alimentaire ainsi que la qualité des aliments.

Nous insistons toutefois pour dire que cela ne veut pas dire que les pays du Sud sont un grand jardin et qu'ils ne produisent que des aliments de qualité et en quantité suffisante pour répondre aux besoins de leurs populations. La question de l'agriculture dans l'hémisphère sud est très complexe, mais rappelons tout de même que sous les pressions des grands bailleurs de fonds (Banque mondiale, Fonds monétaire international) de même que des organismes régulant les échanges internationaux, les pays de l'hémisphère sud ont tendance à privilégier les cultures d'exportation – coton, cacao, café, fruits exotiques, etc. – au détriment des aliments de base, ce qui les rend dépendant des importations – céréales, huiles et oléagineux, lait – (Donald *et al.*, 2010 ; Dubois, 2010 ; Fumey, 2007, 2008a, 2008b ; Godfray *et al.*, 2010 ; Nestle, 2002 ; Patel-Campillo, 2010). Il n'en demeure pas moins qu'une très large majorité des participants ont témoigné du fait que, selon eux, la qualité (saveur, fraîcheur) des

aliments est meilleure en Amérique du Sud, au Mexique, en Chine, en Inde, au Pakistan ou dans les pays de l'Europe orientale et méridionale.

Pour ce qui est des viandes, les gouvernements canadiens et américains autorisent les éleveurs d'animaux destinés à la boucherie à employer des antibiotiques et des hormones de croissance. Les éleveurs ne s'en privent pas et sont d'ailleurs souvent placés dans des situations qui ne leur laissent que peu le choix à cause de la compétitivité des marchés et des minces marges de bénéfices qu'ils obtiennent pour leurs produits, sans compter le fait qu'ils sont lourdement endettés, souvent du fait même de l'industrialisation de leur production. Ils nourrissent également beaucoup les ruminants avec du maïs, les porcs avec de la moulée, tandis qu'ils confinent bien souvent les poulets dans des espaces exigus sans les laisser sortir. Encore une fois, ce type de pratiques a des effets considérables sur la saveur des viandes.

Encore une fois, l'idée ici n'est pas d'idéaliser les systèmes de production agricole de l'Europe, de l'Amérique du Sud ou de l'Asie qui connaissent aussi des transformations qui poussent ces systèmes agricoles vers plus de productivité, à ouvrir leurs marchés et à modifier leurs normes et leurs pratiques.

Ce qui précède plaide en faveur du fait que le palais de nos participants ne s'y trompe donc pas : il existe de réelles différences qualitatives entre les produits (plantes, viandes, produits de la mer) qu'on trouve généralement dans les divers marchés à Montréal et ceux qu'ils consommaient dans leur région d'origine. Bien entendu, ceci a besoin d'être nuancé. D'une part, ce ne sont pas tous les types de produits qui sont toujours jugés sans saveur (ou présentant un mauvais goût) par tous les participants, ainsi certains n'aiment pas la saveur du bœuf, d'autres du porc ou du poulet, tandis que d'autres n'aiment pas la saveur de certains fruits et d'autres de certains légumes. De plus, ils sont assez souvent d'avis qu'il est possible de trouver des aliments de qualité et dont la saveur s'approche beaucoup de leurs attentes, mais ils ne sont disponibles que durant une courte période de la saison, pendant les récoltes locales, ou encore dans les produits issus des filières « biologiques ». À cet effet, le questionnaire révèle avec force que s'ils en avaient les moyens, la majorité des répondants achèteraient la plupart du temps des fruits, des légumes et des viandes issus de ces filières. Compte tenu de leurs ressources financières limitées, ils n'achètent que rarement ces

produits. Il sera question des effets des revenus disponibles sur les achats de produits alimentaires dans le chapitre suivant.

Deux choses sont cependant claires. D'une part, les aliments qu'ils peuvent se procurer ne répondent souvent pas à leurs attentes en terme de saveur, de texture, d'odeur et d'apparence. D'autre part, ils jugent, phénomène encore plus marqué, la saveur des aliments qu'on trouve dans l'offre alimentaire au Québec très différente de celle des mêmes aliments dans leur région d'origine.

Nous avons insisté sur les effets d'un certain type d'agriculture et de l'organisation du système alimentaire (notamment le transport) sur les qualités visuelles et organoleptiques des aliments, plantes et animaux. Or, les effets de ce système alimentaire mondialisé dépassent et de loin ceux qu'ils ont sur la saveur des aliments. En effet, l'organisation de ce système a des conséquences importantes sur l'accès aux aliments, sur la division internationale du travail et des systèmes de production, sur les conditions de travail des travailleurs et travailleuses agricoles, sur les systèmes de distribution et au final sur l'offre alimentaire de détail. Ces questions dépassent largement le cadre de cette recherche et, de plus, le sujet n'a été que très marginalement évoqué par les participants. C'est pourquoi nous laissons de côté ces questions importantes, mais dont l'analyse n'apporterait pas un éclairage pertinent à notre objet, mais leur évocation aide à comprendre comment il se fait que les immigrants trouvent ici la plupart des aliments qui leur étaient familiers et qui ont parcouru des milliers de kilomètres pour parvenir jusque dans leur assiette.

5.4.3 Le travail de la cuisine pour « réenchanter » les aliments

Revenons maintenant à l'endroit où nous avions laissé l'analyse de la question de la saveur des aliments que les immigrants trouvent dans l'offre alimentaire, autant dans les supermarchés que dans les boutiques de produits importés (quoique dans une moindre mesure). Une telle situation est sans doute une des raisons qui poussent les participants à mobiliser le savoir-faire culinaire afin d'enrober les aliments bruts de saveurs familières, comme Dario le souligne avec détails un peu plus bas et dont nous avons déjà parlé dans la problématique. Ainsi le principe des saveurs (Beardsworth et Keil, 1997 ; Rozin, 1978)

intégré au savoir-faire culinaire est ici d'une grande aide pour l'incorporation d'aliments dont la saveur ne correspond pas à l'expérience qu'ils en ont eue jusque-là, mais également pour d'autres aliments qui leur sont inconnus. En d'autres mots, ces aliments « fades » sont rehaussés en saveur par la cuisson dans un mélange d'herbes, d'épices et de matières grasses dont la technique est maîtrisée et le résultat connu ou anticipé. Le jugement que les participants ont porté sur les aliments s'appliquait aussi souvent à la « gastronomie québécoise », qu'ils ne connaissent bien souvent que par les cafétérias et les restaurants (surtout les « fast-food »), et qui leur paraît manquer de saveur et de diversité. Sans doute par politesse envers l'intervieweur, les participants, pourtant invités à le faire, ont été prudents et « polis » dans leurs jugements à propos de la gastronomie québécoise et des pratiques alimentaires qu'ils observaient chez la population québécoise en général. Certains par contre ont insisté sur le fait que la cuisine de leur région d'origine était plus savoureuse – délicieuse était le qualificatif le plus souvent employé – et variée que celle dont ils avaient fait l'expérience au Québec et qui était identifiée comme « québécoise » ou « canadienne ». Lynn Harbottle fait remarquer à cet effet que « le goût est clairement utilisé comme une métaphore par laquelle les propriétés organoleptiques de la nourriture viennent connoter la valeur symbolique comparative des deux cuisines et des deux cultures » (Harbottle, 1997b, p. 181). Cette remarque peut s'appliquer selon nous à l'appréciation de la saveur des aliments et pourrait se résumer par cette boutade, « d'où je viens, nous savons apprécier les choses qui ont du goût ».

> Et je voulais parler de manger dans mon pays qui est l'Afghanistan [...] Et dans mon pays quand même la nourriture c'était pas beaucoup, mais c'est très cher et très délicieux, mais ici c'est vraiment beaucoup et pas délicieux comme dans mon pays, c'est la viande, fruits et tout c'est beaucoup, mais pas délicieux comme dans mon pays (Nafila, femme, 23 ans, Afghanistan, célibataire, vit avec sa famille, 2004, étudiante).

> [...] je suis arrivée ici et j'étais surprise parce qu'on parle beaucoup de joie de vivre du Québec. Il n'y a pas beaucoup de joie de vivre, parce que prendre aussi la nourriture les gens simples, les Québécois, ils mangent mal vraiment, ils mangent toutes les choses qu'on ne doit pas manger et pour acheter la nourriture bonne on doit dépenser plus d'argent parce que si tu vas acheter les fruits et légumes dans un supermarché normal, ça va avoir l'air d'être du plastique, alors quand on a la possibilité on va dans les… on achète les fruits et légumes des producteurs. Aussi pour la même chose pour la viande, le poisson et tout ça, c'est ça que je voulais dire et aussi on essaie de faire tout notre repas à partir de « scratch », parce que si on va par exemple dans un supermarché Maxi il y a seulement les boîtes. Les gens mangent des boîtes, toutes les choses congelées déjà préparées et je n'aime pas ça (Orina, femme, 31 ans, Russie, célibataire, sans enfant, 2003, formation en droit et en production cinématographique. Travaille comme assistante en cinéma).

> Normalement, je mange de tout, mais moi pour la viande, normalement c'est le poulet et le poisson, les frites et la verdure. Si je suis obligée de manger quelque chose d'un autre pays, pour moi pas de problème, mais ici je ne mange... que deux fois la nourriture québécoise. Je ne connais pas la nourriture québécoise. Seulement la poutine... (rires) Je pense que ce n'est pas bon. Je me dis, c'est tout ce que les Québécois mangent? (Galina, femme, 50 ans, Mexique, mariée, enfants, 2008, architecte).

Voici maintenant des citations qui montrent d'une manière éloquente que malgré le fait que les participants trouvent tous les ingrédients nécessaires à la préparation des plats familiers (matières grasses, viandes, légumes, épices, herbes aromatiques, etc.) et que ces plats sont cuisinés de la même façon, la saveur globale des plats est fort différente de celle qu'elle avait au pays d'origine. Les participants sont très déçus de ces résultats.

> Mais comme Juan a dit, on essaie aussi de garder la même façon de faire la cuisine de mon pays, mais ici à Montréal on peut trouver des choses pour faire la cuisine de façon semblable à la nôtre, mais le goût c'est vraiment différent, vraiment différent, parfois je prépare des plats typiques colombiens par exemple du poisson avec du riz avec de la noix de coco et avec des salades, avocats, des tomates, c'est la même chose que mon pays, mais quand tu manges, j'imagine le goût, je mange, c'est vraiment différent (Dario, homme, 34 ans, Colombie, marié, enfants, 2008, marketing, administration).

> Quand je suis arrivé ici pour moi la nourriture ça a été un problème parce que les goûts c'est totalement différent à mon pays, la viande, ça ne goûte pas la même chose, le poulet aussi, les fruits, tout ça et on mangeait la nourriture, fast-food chez Macdonald, quelque chose comme ça, c'est pour ça j'ai maigri depuis, mais j'ai grossi de presque dix kilos en six mois. Maintenant je pense que c'est une question d'habitude, on essaie quelquefois quelque chose pour faire la nourriture le plus similaire que dans notre pays, mais je pense que c'est presque impossible que ça peut arriver, mais on s'habitue. J'aime faire la cuisine, j'aime cuisiner, mais les mêmes repas que j'ai faits dans mon pays, je les fais ici, mais ça goûte totalement différent (Portifiro, homme, 36 ans, Venezuela, marié, enfants, 2007, administrateur).

> Pour moi, quand je suis arrivé ici, au début, j'ai habité chez ma sœur, ma sœur c'est elle qui cuisine, mais je ne trouve pas le goût de mon pays, malheureusement, mais je mange toutes les nourritures, j'ai essayé toutes les nourritures de tous les pays [...] la plupart du temps chez des gens, toutes toutes, tous sont vraiment très bien. Mais je sais pas le goût, j'ai essayé le goût de, euh, ici, mais je sais pas c'est quoi le goût dans ce pays. Même eux, ils disent ça, il n'y a pas le même goût, même s'il y a des choses dans les magasins mexicains ou indiens ou Bangladesh ou n'importe quoi, il n'y a pas le goût (Chila, femme, 45 ans, Égypte, célibataire, sans enfant, 1996, serveuse et superviseure dans un club de santé).

Malgré le travail de la cuisine, on l'a vu, les participants considèrent que les résultats sont souvent un peu décevants. Chila raconte même que plusieurs immigrants qu'elle a rencontrés ou chez qui elle est allée manger lui ont confié que les goûts des plats familiers ne sont pas les mêmes. Cela témoigne encore une fois que le phénomène de la dissonance gustative est très largement répandu. Cela pourrait être une raison qui favorise des

transformations aux pratiques culinaires et alimentaires. En effet, puisque de toute façon il n'est pas possible de reproduire les plats familiers, surtout au niveau de leur saveur, mais aussi à cause de l'absence de certains ingrédients, les transformations des recettes, des types de cuisson et des aliments employés deviennent peut-être plus faciles parce que le contexte global s'y prête. L'envie d'essayer d'autres types de cuisine, des aliments inconnus et même d'autres techniques culinaires pourrait trouver là des déclencheurs, puisqu'en principe on ne connaît qu'assez rarement le « vrai goût » que devrait avoir une recette ou un aliment qui n'est pas familier. Il est alors plus facile d'adapter, de créer et de s'approprier de nouveaux aliments ou de nouvelles recettes sans avoir à être « fidèle » (authentique) à une forme ou une autre d'héritage ou de règles culinaires.

Il leur faut donc apprendre à faire l'expérience, durant un certain temps du moins, de ce que nous nommons une dissonance gustative, c'est-à-dire une expérience où la saveur, la mémoire, la vue et la connaissance qu'on a d'un aliment (ou plus largement d'une préparation culinaire) ne concordent plus. En d'autres termes, il y a un hiatus entre la socialisation, les schèmes cognitifs d'une part et la sensation puis l'interprétation de celle-ci d'autre part. Au début, l'expérience de cette dissonance mène au rejet du ou des aliments (ou de la cuisine) en question. Il arrive fréquemment que les mangeurs éprouvent de la méfiance, de la répulsion ou du dégoût pour des aliments qui sont inconnus, dont la saveur et la couleur ne sont pas familières, qui sont susceptibles d'être impurs, d'être culturellement, socialement ou chimiquement « contaminés » (Beardsworth et Keil, 1997 ; Fischler, 1988 ; MacBeth, 1997 ; Memmi *et al.*, 2011 ; Rozin, 1976, 1995 ; Rozin *et al.*, 1997). Puis, comme nos informateurs l'ont confié, et on peut en voir des exemples dans les extraits ci-dessus, « on finit par s'y faire » bien qu'ils continuent d'éprouver une certaine méfiance dont la saveur et aussi l'aspect visuel sont les déclencheurs.

Cette dissonance a des conséquences à divers degrés. Elle peut entretenir le sentiment de la perte des nourritures et des saveurs aimées qu'il ne sera plus possible de recréer et d'ajouter ainsi un « deuil » supplémentaire à tous ceux que suppose déjà l'immigration (ils laissent derrière eux parents, amis, maison, objets, travail, réseaux sociaux, environnements géographiques). Elle peut également favoriser le développement d'un rapport instrumental et abstrait aux aliments dans la mesure où ces derniers apparaissent comme des objets de

consommation et que cette dimension prend une place importante. Ces aliments (ou plus largement la nourriture) sont chargés de significations qui sont très différentes de celles des aliments qui servent de médiateur au rattachement à un terroir, une ville, un village, une région, à un groupe social, à une chaîne d'approvisionnement (marchés, magasins spécialisés, marchands ou même fermiers), au jardin de la grand-mère ou plus largement à un rapport à la « nature » (imaginaire et matériel); ce qui est fort différent que lorsque les significations renvoient à un système alimentaire marchand et industrialisé. En bref, la connexion à un terroir et à un « lieu » court-circuité par l'immigration peine à se refaire si une des dimensions importantes des aliments (leur saveur) se trouve largement altérée et parce que cette saveur contribue justement à la construction imaginaire d'un lieu, d'un espace et des liens qui s'établissent avec des lieux, des espaces.

Cette question de la perte de rapport de « proximité » ou de rapport « concret » avec les aliments n'est pas le propre des populations migrantes installées dans les grands centres urbains. Cette « dégradation », ou du moins ce qui est parfois interprété comme tel, du rapport aux aliments, à la cuisine et plus largement à l'alimentation (par le développement d'un rapport strictement diététique ou instrumental à celle-ci par exemple), a été analysée par plusieurs auteurs (Ariès, 1997 ; Belasco, 1999 ; Fischler, 1979, 1990 ; Gofton, 1995b ; Monceau *et al.*, 2002 ; Pollan, 2008 ; Poulain, 2002a ; Pynson, 1993) et elle caractérise, pour ces derniers, l'hypermodernité alimentaire, du moins dans les pays industrialisés[77]. Qu'on soit d'accord ou non avec leurs analyses qui font état, d'une manière ou d'une autre, d'un « désenchantement » de l'alimentation et de la dégradation d'un rapport « ontologique » à la nature et aux aliments et du contrôle sans cesse grandissant des industries alimentaires sur les systèmes alimentaires, il n'en demeure pas moins que ces derniers ont été considérablement transformés depuis la fin de la Seconde Guerre mondiale. Or, ces transformations ont pris des dimensions d'une ampleur sans précédent, et presque sans équivalent, en Amérique du Nord, et les produits de l'offre alimentaire des années 1970 ou 1980 sont fort différents de ceux qu'on trouve aujourd'hui dans les marchés de masse.

---

[77] Et dont l'archétype ou la forme la plus avancée serait les États-Unis, mais la situation de ce pays est beaucoup plus complexe que cela en ce qui concerne l'alimentation. En cela, comme en beaucoup de choses, c'est un pays de très grands contrastes.

Un nombre très restreint de participants aux discussions et de répondants au questionnaire tentent de se procurer leurs aliments dans des marchés publics où l'on peut souvent rencontrer les producteurs, mais il est vrai que la saison des récoltes est somme toute assez courte (il faut de toute manière acheter les aliments ailleurs le reste de l'année) et que les prix pratiqués dans ces marchés sont souvent prohibitifs pour un grand nombre d'entre eux. La pratique de se rendre directement au lieu de production est exceptionnelle et, quand c'est le cas, c'est pour se procurer de la viande. Ils achètent alors une bête entière qu'ils font découper et qu'ils conservent au congélateur. De plus, la plupart du temps, ceux qui tiennent à se procurer des aliments directement des producteurs, avaient déjà l'habitude de ce mode d'approvisionnement avant d'immigrer. Les filières biologiques de même que les autres types de pratiques de solidarité en matière d'approvisionnement comme les coopératives, les jardins urbains, la consommation responsable occupent peu de place, du moins en entrevue. Il en a été très peu mention et les résultats du questionnaire à propos des approvisionnements confirment que les répondants vont la plupart du temps en premier lieu au supermarché (49 %) et dans une épicerie spécialisée en produits importés (19 %) et, en second lieu, dans une fruiterie (19 %), une épicerie de grande surface (27 %) et une épicerie spécialisée en produits importés (11 %) et plus marginalement dans un marché public (4 %). Pour ne pas alourdir le texte, mais tout en donnant accès au lecteur aux résultats du questionnaire à propos des approvisionnements des répondants, nous avons reporté les tableaux et leur analyse à l'annexe B.4.

Une autre conséquence de cette dissonance est plus proprement diététique. Certains répondants ont déclaré avoir abandonné la consommation de certains aliments. Il s'agit des fruits la plupart du temps (et c'est beaucoup le fait des participants originaires d'Amérique latine) et de certaines viandes moins souvent (par exemple abandon du poulet, du bœuf ou du porc). Voici quelques exemples assez représentatifs. Ricardo raconte qu'il n'achète plus que trois sortes de fruits et que sa consommation de viande a changé aussi : « Les viandes que je peux acheter c'est seulement les viandes des hypermarchés et le goût c'est vraiment mauvais pour moi, c'est là que j'ai commencé à quitter la viande de ma nourriture habituelle et aussi le poulet, j'ai commencé à quitter, éliminer la viande » (Ricardo, homme, 30 ans, Colombie, marié, enfant, 2008, dessinateur industriel). Mstislav lui ne mange plus de viande de porc

« parce qu'elle n'a pas de goût, elle est très différent goût de mon pays ici », ni de tomates qui n'ont pas de goût, « il y des tomates c'est comme de l'eau » (Mstislav, homme, 30 ans, Russie, marié, enfant, 2007, économiste). Sharmista quant à elle ne peut pas manger le poulet, bien qu'elle en donne à son fils : « je ne mange pas ça, je ne touche pas ! Le goût, la texture ! » (Sharmista, femme, 34 ans, Bangladesh, mariée, enfant, 2005, maîtrise en sciences politiques, travail ici en usine à temps partiel). Célia a beau acheter des fruits et les mettre à la vue, ils se gâtent sur les comptoirs : « on n'a pas la volonté pour les manger, c'est bizarre. Je ne peux pas dire que ce n'est pas bon, mais parfois je trouve que par exemple les oranges ou clémentines, parfois le goût c'est bon, mais parfois on n'a pas l'odeur comme je me rappelle quand j'étais jeune » (Célia, femme, 38 ans, Ukraine, demeurée en Argentine sept ans, célibataire, enfant, 2007, esthéticienne). Sandy, elle, trouve que c'est le bœuf qui est mauvais, par contre elle aime le porc ou le poulet : « c'est pour ça qu'on préfère acheter le poisson et le poulet et le porc » (Sandy, femme, 36 ans, Colombie, mariée, enfants, 2008, technologue en électronique). Pour Mandy c'est le lait de coco :

> Mais quand je suis arrivée ici je n'aime pas le lait parce que dans notre pays j'ai utilisé le lait de noix de coco pour faire le curry, mais ici un peu difficile pour le goût, ce n'est pas le même goût, aussi ce n'est pas bon pour la santé ici, parce que dans notre pays c'est un pays tropical, ici tout le temps très froid, c'est ça que je n'aime pas (Mandy, femme, 38 ans, Sri Lanka, mariée, enfants, 1991, couturière).

Ouvrons une petite parenthèse au sujet de la dernière citation. Mandy semble nous dire que le lait de coco est moins bon pour la santé ici au Québec. Un peu plus loin dans la discussion, elle nous apprendra que son taux de cholestérol est élevé et que son médecin lui a conseillé de diminuer sa consommation de lait de coco. Voilà une bien mauvaise nouvelle pour elle, car le lait de coco est largement employé dans la confection de différents plats du Sri Lanka et donne à la cuisine sri-lankaise son caractère distinctif; la noix de coco sous diverses formes est également très présente dans cette cuisine (Gunawardena, 2005). Ce qu'elle exprime ici, c'est que son mode de vie a complètement changé. En général, le corps s'ajuste à la température ambiante. Quand il fait chaud, le corps envoie des signaux de satiété plus rapidement (c'est-à-dire que le mangeur incorporera moins de nourriture) que lorsqu'il se trouve dans un environnement plus frais (Farb et Armelagos, 1980, p. 30), il est donc possible que les immigrants issus des pays tropicaux aient l'impression d'avoir plus faim au Québec qui, comme on le sait, connaît une très longue période froide. Ajoutons que plusieurs

participants ont témoigné du fait qu'ils mangeaient « plus gras » et « plus sucré » en hiver afin de « combattre le froid ». De plus, d'une manière générale, dans les pays connaissant un indice de développement humain (IDH[78]) moyen ou faible, les individus sont en général physiquement plus actifs que dans les pays qui ont un indice plus élevé, même parmi les classes sociales plus aisées qui sont sans doute plus sédentaires, mais qui le deviennent encore plus après l'immigration (NG et al., 2005 ; Tremblay et al., 2006 ; Stodolska, 2000). Les infrastructures de transport et la possession d'une voiture y sont beaucoup moins développées et les femmes, avec tous les travaux domestiques et les courses quotidiennes, dépensent beaucoup d'énergie et donc « brûlent » plus de calories. Selon une recherche que nous menons sous la direction de Pierre Sercia Ph.D. (FQRSC 2010-2014) et dont les résultats seront communiqués au cours des années 2013-2014, les immigrants se sédentarisent au cours de leur intégration à la société québécoise. Ainsi, en conservant la même diète, les calories « non dépensées » sont emmagasinées dans les tissus adipeux. Mandy a pris beaucoup de poids depuis son arrivée au Québec et son cas est assez répandu chez les populations migrantes issues du sous-continent indien comme le montrera la recherche en cours (mentionnée plus haut) et comme le montre aussi la littérature scientifique qui s'intéresse à ce type de phénomènes chez ces populations (Glenday *et al.*, 2006 ; Kumar *et al.*, 2006 ; Wandel *et al.*, 2008). Voilà entre autres pourquoi Mandy n'aime pas le froid, mais elle n'aime pas beaucoup le goût du lait de coco non plus, elle n'a même pas cette consolation... Voici en tout cas un exemple du délicat équilibre entre l'alimentation, le corps, l'environnement et le mode de vie et qui est souvent perturbé par la migration et est susceptible de favoriser des problèmes de santé, mais qu'il serait fautif d'imputer à la diète seule.

En conclusion de cette discussion, il est légitime d'émettre l'hypothèse que cette dissonance gustative et cognitive est un frein au développement d'un sentiment d'appartenance à un lieu, en l'occurrence à un nouveau pays. Cette transformation des aliments en marchandise, cette déconnexion du cycle de la production, produite par le

---

[78] « Les données utilisées pour calculer l'Indice de développement humain (IDH) et autres indices composites présentés dans le Rapport sur le développement humain sont fournis (sic) par une variété de sources internationales publiques et représentent les meilleures et plus récentes valeurs disponibles pour ces indicateurs au moment de la préparation du rapport. [Ce rapport] est commandé par le Programme des Nations Unies pour le développement, a été publié en version imprimée et en ligne le quatre novembre 2010 » (Source, http://hdr.undp.org/fr/statistiques/).

fonctionnement et l'organisation du système alimentaire lui-même, procure un certain « flottement », un manque de prise sur le « sol » (« grounding »), sur le terroir. En d'autres termes, se sentir appartenir à un lieu, un espace, éventuellement une nation, c'est aussi se sentir appartenir par un contact avec ses terroirs, et les aliments en sont un des médiateurs privilégiés. La question des revenus demeurera toujours une limite difficile à contourner, mais il existe diverses alternatives au système alimentaire dominant. Le modèle d'une association de consommateurs (de mangeurs) qui bénéficie de meilleurs prix et qui établit des liens avec différents producteurs, mais également entre les membres eux-mêmes, serait sans doute porteur de potentiel d'intégration sociale qui leur permettrait, du même coup, d'élargir leurs réseaux sociaux, de découvrir et d'intégrer des aliments locaux.

5.5 Discussion autour de la question de la continuité des pratiques alimentaires

Quand nous avons demandé aux groupes de discussion ce qu'ils aimaient manger, comment ils mangeaient au quotidien ou quel genre de cuisine on faisait chez eux, plusieurs répondaient tout d'abord que leurs habitudes alimentaires n'avaient que très peu changées. Cela était particulièrement remarquable chez les immigrants arrivés récemment (moins de trois ans), mais assez fréquent aussi chez ceux arrivés depuis plus longtemps. Voici quelques réponses représentatives d'un certain nombre de participants, Natia tout d'abord. « Pour moi ça ne change pas, rien, ici je trouve tout ce qui est dans mon pays, il n'y a rien qui change [...] oui, il y a les légumes d'Afrique, les légumes d'Amérique, maintenant tous les pays ils sont ouverts à, chaque pays il est ouvert à l'autre, tu peux trouver toutes les choses (Natia, femme, 30 ans, Syrie, mariée, sans enfant, 2008, professeur d'arts féminins [artisanat]). Et puis Ahn : « je suis Vietnamienne et dans ma famille, moi et mon mari, partagent... font la cuisine. Et puis, normalement, on mange des mets vietnamiens (Ahn, femme, 52 ans, Vietnam, mariée, enfant, 1990, travail en usine, actuellement au chômage). Claudia quant à elle tente d'être précise, bien qu'on puisse percevoir la construction d'une cuisine diasporique « latino » qui ressemble à la cuisine mexicaine :

> Maintenant, je pense que chez moi c'est 90 % la cuisine mexicaine, nous n'avons pas changé la forme, la façon de faire la cuisine. J'essaie de faire régulièrement la cuisine latino-américaine,

> péruvienne, colombienne, parce que j'ai beaucoup d'amis qui sont de l'Amérique du Sud et on se passe les recettes. Les autres cuisines, la cuisine chinoise, la cuisine vietnamienne, je préfère les goûter au restaurant, parce que c'est différent le goût, les techniques de préparation, donc je préfère goûter au restaurant. Mais j'essaie de faire des cuisines similaires à la cuisine mexicaine comme les cuisines colombienne, péruvienne et salvadorienne (Claudia, femme, 32 ans, Mexique, mariée, enceinte, 2007, psychologue).

À la question de relance que nous avons posée à Alejandro : « Votre enfant a sept ans, c'est ça? Est-ce qu'il y a quelque chose par rapport à sa manière de s'alimenter à l'extérieur, qui crée des dynamiques particulières? » Il a répondu :

> Eh oui ! Il mange dans l'école, c'est l'école qui fournit toute la nourriture et chez moi ça fait un problème parce que ma femme prépare toujours les repas mexicains, mais il n'aime pas maintenant manger les repas mexicains. Il le mangeait avant beaucoup, maintenant il dit : qu'est-ce que c'est? C'est trop gras, j'aime pas ça, c'est comme ça, il n'aime pas manger beaucoup la nourriture mexicaine [...] Mais ma femme ne fait qu'un seul repas, c'est la seule chose qu'il y a à manger et tu dois manger, tu veux pas manger, OK, c'est ton problème ! (Alejandro, homme, 29 ans, Mexique, marié, enfants, 2007, mécanicien de machines fixes).

Nous reviendrons plus en détail sur la question du rôle des enfants dans la dynamique alimentaire de la vie des immigrants au prochain chapitre. Son importance vaut qu'on lui consacre une section de chapitre à elle seule. Ajoutons encore les trois citations suivantes. D'abord Elsa : « Je cuisine comme dans notre pays, parce que le climat est le même qu'en Russie et la nourriture aussi, je mange, et ma famille mange beaucoup de viande, beaucoup de poulet et beaucoup de produits gras, à cause de l'hiver (Elsa, femme, 39 ans, Russie, mariée, enfant, 2008, formation en comptabilité, a travaillé dans l'encadrement d'une entreprise en Russie). D'Europe orientale également, Natalya explique :

> Je préfère préparer les mêmes choses que dans mon pays. Mais dans mon pays, le Bélarusse, c'est un pays de pommes de terre et nous mangions beaucoup de pommes de terre. Ici on a des difficultés quelquefois parce que le goût des pommes de terre c'est quelque chose d'autre et si je veux je veux préparer quelque chose spécifiquement bélarusse, comme les crêpes Draniki, c'est une crêpe de pomme de terre râpée, c'est un peu difficile. Ça ne réagit pas de la même manière et le goût est très différent (Natalya, femme, 36 ans, Bélarusse, mariée, enfants, 2008, médecin).

Enfin Jeena qui avoue ne pas aimer cuisiner, mais qui fait tout de même « des choses du Bangladesh » tous les jours :

> Je n'aime pas cuisiner en général, mais je cuisine beaucoup parce que je dois cuisiner, c'est comme ça. Je prépare des choses du Bangladesh. La première chose, c'est du riz, avec le cari, le poulet, yogourt, poisson… Je prépare le *chapati*, pour le déjeuner. Le samedi dimanche, je prépare le *rooti* pour le matin [...] je les fais moi-même (Jeena, femme, 39 ans, Bangladesh, mariée, enfants, 1995, préposée aux bénéficiaires dans un hôpital).

Remarquez que Jeena n'aime pas beaucoup cuisiner. Assez peu de participants (et plus précisément peu de femmes) ont déclaré spontanément ne pas aimer cuisiner. Si certains et certaines ont confié que cuisiner n'était pas toujours un plaisir, pour l'ensemble des deux échantillons la cuisine est considérée comme une activité d'une très grande importance, mais aussi comme une source de plaisir, de gratification et d'expressivité. Le chapitre VIII analysera plus en détail la question du plaisir et de l'acte de cuisiner.

Si l'on s'en tient seulement à ce type de réponse, on pourrait conclure qu'on est en face d'une continuité des pratiques alimentaires et culinaires prémigratoires et que ces immigrants n'ont effectué que quelques modifications mineures dues à l'absence de certains aliments, en tout cas, certains répondants l'évoquent d'emblée. Les chercheurs qui se sont intéressés à ces questions les ont souvent interprétées en termes de continuité ou de rupture, plutôt que de les penser dans un paradigme de recomposition et de réappropriation. Emmanuel Calvo (1982), dans un texte important parce qu'il a le mérite d'être l'un des premiers à poser l'objet, accordait beaucoup d'importance à l'idée du continuum alimentaire et à celle du style alimentaire. L'une des qualités de ce travail était de montrer, justement par le concept de style alimentaire, la grande variabilité du changement des pratiques des populations migrantes. L'idée de continuum alimentaire renvoyait à un attachement à tout un ordre de phénomènes sensuels, sensoriels, mémoriels, mais également cognitifs et liés à des savoir-faire qui le menait à une vision dichotomique des pratiques alimentaires entre, d'une part, un système alimentaire et un modèle culinaire prémigratoire stable (et non différencié), une « cuisine nationale » et, d'autre part, un « modèle alimentaire occidental » lui-même conçu comme assez homogène et dans une relation qui est analysée sous l'angle du conflit, de l'enrichissement mutuel ou de l'anomie (le sentiment de ne pas appartenir à l'un ou l'autre modèle). Donc, dit plus simplement, on assisterait à une dichotomie entre « tradition » et « modernité ». Il y avait, chez Calvo, une tendance à interpréter les reformulations de la cuisine et des pratiques alimentaires sur la base d'une permanence.

Aux États-Unis, beaucoup de recherches sur l'alimentation des populations migrantes utilisent le même paradigme, mais en utilisant le concept d'acculturation dans une acception assez étroite et linéaire de ce dernier (Abraído-Lanza *et al.*, 2005 ; Aldrich et Variyam, 2000 ; Devine *et al.*, 1999 ; Lee *et al.*, 1999 ; Mavreas *et al.*, 1989 ; Norman *et al.*, 2004 ; Satia *et*

al., 2001). Il est souvent entendu comme un processus qui va d'un état où le migrant « arrive » avec ses spécificités culturelles et où progressivement il abandonnera ses spécificités pour se fondre dans la société américaine et adopter ses modes de vie (assimilation). Ce modèle, bien que les chercheurs s'en défendent, est lui aussi plutôt dichotomique. Les immigrants font preuve de rétention, en gardant leurs pratiques alimentaires, ou font preuve d'assimilation en les abandonnant[79]. L'utilisation fréquente de l'anglais, un milieu de travail et un cercle d'amis « américain » parlant anglais et le fait de consulter les médias anglophones sont, en général, des variables déterminantes dans la mesure de l'acculturation. Rappelons cependant que l'intérêt qui motive ces nombreuses recherches, est le fait qu'on observe, aux États-Unis des phénomènes de prise de poids et de développement de maladies chroniques à grande échelle et spécifiquement chez certaines populations migrantes de première et de seconde génération et c'est le cas toute origine ethnique et classe sociale confondues. Cet intérêt vient donc la plupart du temps de nutritionnistes, de professionnels de la santé, qui s'intéressent principalement aux dimensions nutritionnelles des changements aux pratiques alimentaires.

Dans le sens commun, mais également dans les sciences pures (médecine, diététique), très influencées par les paradigmes de type dichotomique, ces modèles sont très attirants parce qu'ils sont à la fois simples (et démontrables scientifiquement en vertu des variables retenues) et qu'ils semblent refléter la réalité de l'expérience alimentaire en contexte de migration, parce qu'en effet, un premier regard montre que les immigrants primo-arrivants demeurent très attachés à ce qu'ils avaient l'habitude de manger avant d'immigrer, mais qu'ils adoptent aussi des nourritures « mainstream », qui sont souvent des nourritures issues des industries alimentaires ou de la restauration fast-food. On note aussi une baisse de la consommation des fruits et des légumes. Certains modèles sont plus heuristiques comme celui de Jessie Satia-Abouta (2002b ; 2000); car il met en place une méthodologie très précise pour comprendre des changements diététiques, mais moins pour comprendre des changements culturels parce que le paradigme dont elle se réclame, l'acculturation entendue d'une manière linéaire, est de type

[79] Les modèles d'acculturation plus complexes et qui ne sont pas linéaires, comme celui de John Berry, sont rarement utilisés ou invoqués, mais étonnamment même lorsque ce dernier est invoqué, on cherche tout de même à mesurer l'acculturation sur une échelle (plus ou moins acculturé) et non comme une stratégie d'adaptation comme le suggère Berry (2003, 2008) et Berry et *al.* (1989).

dichotomique (continuité, rupture). Norge Jerome (1980), dans un paradigme assez similaire, voit dans les changements des pratiques alimentaires des immigrants, l'expression d'apprentissage d'un nouveau mode de vie et l'acquisition de nouvelles valeurs.

Nous proposons de comprendre ce phénomène selon des lignes d'analyses fort différentes. Les anthropologues Chantale Crenn, Jean-Pierre Hassoun et Xavier Medina (2010) font remarquer à cet égard que ce type de réponse en terme de continuité est assez fréquent chez des immigrants et que, ce qui paraît être une continuité culturelle, un attachement aux pratiques alimentaires issues d'une socialisation prémigratoire, ne doit pas être assimilés à une reprise ou à une reproduction des pratiques antérieures à la migration. Ainsi, les auteurs rappellent que dans ces situations de migration, « les significations et les ressentis de ces pratiques alimentaires se reformulent et se renouvellent à des degrés divers » (ibid., § 14). Mais l'adoption de nouvelles pratiques alimentaires découvertes dans l'espace social alimentaire postmigratoire, qui sont des stratégies pour composer avec de nouvelles contraintes, qu'on désigne généralement comme des discontinuités, a souvent des relations avec les pratiques alimentaires et les normes alimentaires et diététiques intériorisées avant la migration. Ces nouvelles pratiques sont rarement adoptées telles quelles. On rencontre donc en général des phénomènes d'appropriation culturelle qui font fréquemment l'objet de pratiques créatives, que ces dernières soient culinaires ou symboliques.

On peut alors émettre l'hypothèse, à l'instar de Chantale Crenn *et al.* (ibid.) et de Krishnendu Ray (2004), que les acteurs qui déclarent « manger encore comme au pays » se placent eux-mêmes, d'un point de vue émique, dans ce paradigme dichotomique continuité-discontinuité, alors même que leurs pratiques alimentaires et culinaires se sont transformées. Crenn, Hassoun et Medina avancent l'hypothèse que cette perception est peut-être le produit d'un regard extérieur aux acteurs et que ces immigrants se positionnent ainsi en rapport avec ce que Paula Lopez-Caballero (2011) nomme un « régime d'altérité » en se définissant comme un « autre » dont une des particularités, un des marqueurs, est de ne pas manger (encore) « à la canadienne ». Ce « régime d'altérité » est conçu chez Lopez-Caballero comme un processus permanent de formation d'un « nous » (les Québécois ou les Mexicains par exemple) et d'un « autre », mais ici un autre qui réside sur le même territoire. Il convient alors de faire référence à une altérité en devenir, à un *effet d'altérisation*, qui est le produit de relations sociales,

historiques, quotidiennes, par exemple dans les pratiques alimentaires, et qui sont actualisées et renégociées à chaque interaction sociale. Ce « régime d'altérité » est inspiré du concept de « régime de vérité » proposé par Michel Foucault (2001), qu'il évoquait afin d'expliquer comment une société crée, comment elle est créée et mise en forme dans l'image qu'elle se donne d'elle-même dans des discours que cette société « accueille et fait fonctionner comme vrais » (Lopez-Caballero, 2011, p. 130). Dans le même sens, Lopez-Caballero avance que « chaque État-nation crée et est ainsi créé par un *régime d'altérité*, c'est-a-dire par des rhétoriques historisantes qui finissent par rendre "vraie" la distinction qui fonde un "nous" national et un "autre" marginal et différent » (ibid., p. 130-131). Les normes et les pratiques alimentaires associées (à raison ou à tort) à un groupe majoritaire ou minoritaire sont mobilisées dans les critères d'inclusion et d'exclusion que les membres d'une société

> [...] se donnent, à un moment historique donné, pour délimiter le "Nous" national, ce qui incite à tracer des frontières (alimentaires) avec ceux qui sont imaginés comme (partiellement) exogènes y compris parfois plusieurs générations après la migration. Dans le même esprit, on peut également faire l'hypothèse que le concept d'ethnicité, entendu comme un rapport social producteur de distances et de hiérarchies entre des groupes, permet également de mieux comprendre comment les marqueurs alimentaires sont "fabriqués" (Crenn *et al.*, 2010, § 14).

Sans doute faut-il remettre ces propos et cette manière de poser le problème dans le contexte français où l'intégration des minorités ethniques (et religieuses), particulièrement celles des banlieues « chaudes », est souvent problématique et où ces dernières sont victimes de stigmatisation dans de nombreux discours publics et parfois même chez les plus hauts représentants politiques. Pour quelques exemples à cet effet, voir l'annexe B.3. Mentionnons toutefois que dans certains milieux français particulièrement sensibles aux discours sécuritaires, néoracistes, xénophobes et de la droite, les marqueurs alimentaires servent à camper (et à construire) des identités bien définies et à tracer des frontières gustatives et olfactives séparant « nous » et « eux ». Dans ce contexte, on peut comprendre qu'une altérité peut facilement et fortement être ressentie par des immigrants et des communautés ethniques (culturelles) et que les pratiques alimentaires peuvent être vues comme participant de cette altérité, qu'elles ont, dans le regard des « majoritaires » des « effets d'altérisation ». Dans le même sillon, l'anthropologue Annie Hubert (2000), montre que les plats nationaux existent avant tout dans le regard des autres et servent parfois à témoigner de leur « nature profonde ». Elle fait fort justement remarquer qu'

> [a]utrement dit, la constitution d'un plat national serait une idée, une représentation de ce que consomment les autres, par opposition à nous. Nous nous sentons unis dans une même cuisine, face à ce que mangent les barbares, les étrangers, qui ne se nourrissent pas comme nous, leur alimentation illustrée par un plat que nous pensons caractéristique. L'identité culinaire se fait par l'exclusion en quelque sorte. Or c'est bien ainsi qu'apparaissent nos idées sur le plat national, c'est toujours celui des autres, et quand il faut définir le nôtre cela devient impossible. Nous sommes obligés de retrouver les régions, les noyaux culturels forts, enracinés dans un milieu, où l'on a développé des produits et des techniques ancestrales (Hubert, 2000, p. 10).

Si, pour elle, le plat national n'existe que dans le regard des autres, la cuisine nationale existe cependant et, bien que constituée plutôt de particularités régionales qui se donnent comme « nationales », elle accompagne la constitution des États modernes, et son lien avec une image de l'unité de la nation et de l'État est manifeste. Par exemple, la notion de « communautés imaginées » s'applique bien pour décrire ce phénomène (Anderson, 1991). Les immigrants, les communautés culturelles ne sont pas que des « victimes » de cette altérisation, ils participent aussi de leurs dynamiques. En effet, avant d'immigrer, ils étaient souvent « majoritaires » dans leurs pratiques alimentaires, et une partie de l'identité des « autres », tous les « autres », construite par la majorité, l'était justement sur la base de leurs pratiques alimentaires. Une fois devenus les « minoritaires », comme immigrants, on peut s'attendre à ce que ce rapport s'inverse et qu'ils se voient alors comme les « autres », déjà familiers avec ce type de dichotomisation.

Pour revenir à la question de la stigmatisation des identités et des pratiques alimentaires, il serait plus qu'exagéré de dire que la situation au Québec est similaire à celle en France, et on peut ajouter que le Québec se distingue de la France au moins dans les discours publics qui reconnaissent le pluralisme et la diversité culturelle dans l'espace public (MCCI, 1991). Or, nous avons montré dans la problématique que ce modèle d'intégration est fondé sur une politique d'interculturalisme (Bourhis *et al.*, 1998 ; Mc Andrew, 2006 ; MCCI, 1991 ; Pagé *et al.*, 1998). Cela ne veut cependant pas dire que les immigrants et plus largement les « communautés ethnoculturelles » ne font pas l'objet de stigmatisation, de discrimination ou de traitements inéquitables dans différents domaines de la vie sociale (Bouchard et Taylor, 2008). Il est cependant difficile de relever les signes d'une instrumentalisation des pratiques et des marqueurs alimentaires aux fins de stigmatisation, du moins dans les discours publics. Les modèles alimentaires des immigrants font plutôt l'objet d'une valorisation dans l'espace social alimentaire (Laurence et Perreault, 2010) dans les milieux cosmopolites (Fridman et

Ollivier, 2004a), mais aussi chez les nutritionnistes. C'est aussi le cas des marchés d'alimentation spécialisés en produits importés. Cela dit, on peut tout de même maintenir l'hypothèse que l'impression de manger différemment, renvoyée par le regard de la majorité, procure l'illusion aux immigrants que leurs pratiques alimentaires et les significations qui leur sont associées n'ont pas vraiment changé. En fait, nous verrons que c'est entre autres à cause des significations que les immigrants donnent à ce qu'ils mangent que leurs pratiques alimentaires leur apparaissent presque inchangées. Nous verrons pourtant qu'il y a peu de dimensions du modèle alimentaire qui ne soient pas affectées par la migration. Il demeure vrai néanmoins que certains immigrants sont plus « conservateurs » que d'autres.

Krishnendu Ray (2004), pour comprendre ce phénomène, propose une analyse plus centrée sur les pratiques des mangeurs. Il remarque en effet que les Bengalis américains de son échantillon considèrent par exemple que leur repas du soir est demeuré « traditionnel ». Il insiste néanmoins pour dire qu'il s'agit d'une perception, car en réalité, d'importants changements se sont produits. C'est le cas par exemple de certaines entrées sous forme de croquettes (*pokora*) particulièrement populaires dans la province indienne du Bengale-Occidental et au Bangladesh, qui ne sont plus préparées avec de la viande de mouton hachée, mais avec de la dinde hachée et dans lesquelles on a aussi ajouté de la coriandre. L'emploi de la coriandre, typique de la cuisine du sud de l'Inde, est assez rare dans la cuisine bengali et son usage non seulement pour les *pokoras*, mais aussi dans le *dal* du lundi et le curry de poisson du jeudi témoigne d'une tournure syncrétique dans le répertoire culinaire. L'auteur fait remarquer que si l'usage de la dinde dans les *pokoras* est un indice d'une créolisation à une échelle globale, l'usage de la coriandre quant à lui suggère la construction d'une cuisine « indienne » syncrétique dans la diaspora indienne qui transcende les cultures linguistiques et régionales de l'Inde (Ray, 2004, p. 55 et 62). On peut établir des parallèles entre la construction de cette cuisine « panindienne » hors de l'Inde et l'analyse que fait Arjun Appadurai (1988) de la construction d'une cuisine « panindienne » destinée aux classes moyennes indiennes, cette fois à l'intérieur de l'Inde, et qui vivent souvent très loin de leur région d'origine, l'Inde étant un pays très grand et très diversifié culturellement. Cette « cuisine panindienne » participe à créer une culture, une esthétique et des choix de consommation et des styles de vie propres à ces classes, mais elle n'a d'autre réalité que celle

liée aux modes de vie et à la culture de ces classes moyennes. Elle est créée de toutes pièces entre autres par les magazines et les livres de cuisine qui s'adressent à ces classes. Arjun Appadurai (1988) montre qu'une cuisine « panindienne » ou « typique » de l'Inde n'a jamais existé tant les disparités régionales et les clivages sociaux (les castes, les religions, les classes, les genres par exemple) sont profonds et durables dans l'histoire de ce pays.

Pour poursuivre avec l'analyse de Krishnendu Ray, celui-ci montre que le riz continue d'être le noyau ou le cœur du repas principal (mais plus les *rootis* comme nous l'avons déjà mentionné précédemment). Les herbes aromatiques et les épices sont toujours tirées largement du répertoire culinaire (gustatif) bengali, et les techniques de cuisson (sauté, en ragoût et braisé), qui sont à la base de la notion bengali de la cuisson, sont restées les mêmes. C'est donc parce que les changements les plus importants concernent les éléments périphériques du plat principal du repas du soir (les hors-d'œuvre, par exemple les *pokoras*, la boisson d'accompagnement et les desserts) que ce repas peut être considéré par ses participants comme étant bel et bien « bengali ». En fait, on pourrait dire ici, et c'est aussi le cas chez nombre de nos participants, qu'il y a quelque chose comme l'expression d'une « bengalinité[80] » dans les façons de s'approprier certains aliments (par exemple la dinde à la place du mouton et le bœuf haché à la place du mouton haché, des pratiques répandues dans la communauté bengali américaine) ou même certains éléments du repas, ce qui participe sans doute du fait que de nombreux immigrants disent que ce qu'ils mangent n'est pas très différent de ce qu'ils mangeaient avant d'immigrer. Pour reprendre les mots de Krishnendu Ray, « nous pouvons conclure que le souper ("diner" en anglais) a changé selon deux directions : de nouveaux ingrédients, comme la dinde, ont été absorbés dans les vieux paradigmes culinaires; et l'usage des vieux éléments constituants, comme le riz et le poisson deviennent l'objet d'insistance. L'un absorbe le changement tandis que l'autre réitère la tradition » (Ray, 2004, p. 56. Notre traduction). Il n'est pas question de revenir ici à une

[80] Il n'est pas question pour nous d'essentialiser une « culture bengali » ou de généraliser les pratiques de certains Bengalis à l'ensemble de la diaspora, et il en est de même pour les autres manifestations culturelles que nous avons observées dans notre échantillon (« mexicanité », « moldavinité », etc.), mais plutôt que ce ne sont que des Bengalis (des Mexicains ou des Moldaves) qui peuvent présenter certaines particularités dans leurs manières de s'approprier des éléments de la culture matérielle ou immatérielle de leur environnement et qui, de plus, présentent des similitudes entre des ressortissants qui ne se connaissent pas ou qui peuvent se rencontrer lors d'évènements à caractère public ou ethnique comme des fêtes nationales, des commémorations, des festivals, etc. et où les nourritures sont à peu près toujours présentes.

dichotomie tradition-modernité, mais de comprendre qu'une référence à une « tradition » (imaginaire, reconstruite, peu importe) est un élément qui entre en jeu dans les (re)définitions identitaires et dans la performance de l'ethnicité.

Dans le même ordre d'idée, Hasia Diner (2001), montre, en parlant des pratiques culinaires de la diaspora italienne de la fin du 19e et du début du 20e siècle aux États-Unis, des phénomènes d'appropriation et d'invention assez similaires à ceux qu'observe Krishnendu Ray et à ceux qui nous ont été relatés par nos participants, qui opèrent plusieurs modifications aux recettes et aux techniques de préparation afin de gagner du temps par exemple. Les immigrants en provenance d'Italie ne connaissaient généralement pas d'autre type de cuisine que celle de la région d'où ils provenaient, ce n'est qu'en Amérique qu'ils ont rencontré les cuisines des autres régions de l'Italie ainsi que l'abondance des aliments (et particulièrement des viandes). Ainsi les Italiens originaires du sud ont été mis en contact avec l'*osso buco* et le *veau scallopini*, et ceux originaires du nord avec la pizza ou les aubergines au parmesan.

> Une bonne partie de l'univers alimentaire construit par les immigrants issus du haut comme du bas de la péninsule italienne était nouveau. Qu'ils reconnaissent les nourritures qu'ils mangeaient comme "italiennes" était nouveau également [...] Les détails fondamentaux de leurs consommations alimentaires aux États-Unis représentaient une rupture avec le passé. Mais, peu importe la profondeur de l'abîme entre ce qui a été (en Italie) et ce qu'ils ont accompli en terme de nourritures en Amérique, ils croyaient qu'ils continuaient d'agir d'une manière traditionnelle. Les nourritures qu'ils mangeaient en Amérique ont été investies d'une aura d'authenticité (ibid, p. 225. Notre traduction).

Les nourritures italiennes en Amérique ont un destin assez particulier non seulement du fait qu'elles ont circulé dans l'ensemble de la diaspora comme une partie intégrante de l'identité italienne et qu'elles ont contribuées à créer un mode de vie distinctif en Amérique, mais aussi parce que les autres groupes sociaux ont aussi identifié ces nourritures aux Italiens et qu'ils se sont approprié ces nourritures à leur tour, la grande popularité des pâtes alimentaires et de la pizza en témoigne avec éloquence. Une chose est certaine en tout cas, c'est que ces Italiens issus de la migration du tournant du 19e siècle ne mangeaient plus comme ils le faisaient dans leur région d'origine. Ils ne mangeaient pas comme les autres américains non plus. Ils ont de plus érigé leurs nourritures en symboles de distinction sociale. Les pratiques alimentaires des immigrants que nous avons rencontrés peuvent aussi être analysées selon cette perspective. Le cas des immigrants italiens en Amérique est assez

emblématique du destin des nourritures en situation de migration et de leur intégration dans l'espace social alimentaire, à la différence des deux autres communautés dont il est question dans l'ouvrage de Diner (juives d'Europe de l'Est et irlandaises) qui ont un rapport plus problématique et conflictuel aux nourritures[81]. Leurs cas ne sont pas généralisables, toutefois l'analyse qui le montre est plus susceptible de l'être.

Un autre élément susceptible d'expliquer cette impression du maintien des pratiques alimentaires et culinaires, et pour revenir à notre échantillon de participants, est que le déjeuner a perdu l'importance qu'il pouvait avoir[82], en raison de son individualisation qui est le résultat de la diversification des horaires des membres de la famille (ou du couple) et de l'adoption de nouveaux modes de vie en lien avec le travail ou l'école. Les significations du déjeuner se sont également transformées. Le questionnaire est fort instructif à cet égard : un peu plus du tiers des répondants (37,1 %) déclare prendre le déjeuner avec tous les membres du foyer deux fois ou moins par semaine, ils sont 35,3 % à déclarer le faire sept fois par semaine. L'hypothèse la plus plausible ici est que les déjeuners pris le plus souvent en famille ou en couple le sont la fin de semaine[83]. Le dîner, quant à lui, est pris la plupart du temps à l'extérieur du domicile. Encore une fois, les réponses au questionnaire sont éloquentes à ce sujet : ils sont seulement 24,2 % à manger tous ensemble trois fois ou plus par semaine. Cette situation ne correspond pas à leur définition d'un « vrai repas », comme nous l'avons montré. Cela ne veut pas dire que les repas sont toujours évalués à l'aune de cette norme et que les repas du soir correspondent à celle-ci, mais que le déjeuner et le dîner (qui est souvent constitué de restes de la veille réchauffés et qui est donc susceptible d'avoir été cuisiné d'une manière familière) apparaissent plutôt comme des prises alimentaires plus ou moins élaborées

---

[81] Diner montre que des logiques de classes et des situations prémigratoires expliquent le destin des pratiques alimentaires transplantées dans un autre espace social de ces trois communautés.

[82] C'est généralement, même au pays d'origine, le repas le moins important et le moins chargé symboliquement parce que le moins socialisé et le plus individualisé. On le prend souvent seul, ou de manière décalée et il n'y a pas de préparation proprement dite à faire. Il existe bien entendu certains moments particuliers comme certaines fins de semaine ou les vacances, surtout lorsque les enfants sont jeunes et que les membres de la famille se lèvent à la même heure. Ces types de déjeuners conservent leur importance après l'immigration, surtout pour les participants issus de l'Amérique latine pour qui le déjeuner est réellement un « repas », mais cela demeure occasionnel pour l'ensemble des répondants.

[83] Ceux et celles qui habitent seuls ou en colocation ont été retirés de l'analyse et considérés comme données manquantes pour cette question.

ou structurées. Ainsi, il apparaît que le repas « fort », le plus socialisé, préparé et consommé le plus près possible de la norme du vrai repas (cuisiné le jour même, à la maison, avec des aliments frais, servi chaud, avec toute la famille à table) est maintenant le repas du soir[84] pour l'ensemble des participants, en semaine du moins. Encore une fois, les résultats du questionnaire confirment ce phénomène : 60,1 % déclarent prendre le repas tous ensemble sept soirs par semaine, 76,3 % déclarant le faire cinq soirs ou plus dans une semaine normale. La fin de semaine donne lieu à des variations que nous analyserons plus loin dans la section 7.5. Nous avançons donc que le seul « vrai repas » qui reste, d'une manière générale, est le repas du soir et que c'est en pensant à ce repas, et sans doute uniquement à celui-là, que certains immigrants déclarent qu'ils mangent encore « comme avant ». Voici pour terminer un extrait de discours qui illustre parfaitement ce phénomène.

> Euh… mais des fois, on va aller au McDonald's, on va essayer la pizza, le spaghetti aussi, parce que ça fait 20 ans que j'habite ici, mais mon garçon, quand il était petit, il mangeait les mets chinois, mais après qu'il avait quatre ans, il est entré en maternelle, mais dans l'école, on ne peut pas préparer toute la nourriture des fois, mais des fois il mange à l'école. Je pense que mon garçon est moitié-moitié, 50 % nourriture chinoise. Mais le souper c'est sûr que mon garçon mange à la maison, parce que le souper est toujours à la maison, c'est la nourriture chinoise 100 % (Changyu, homme, 42 ans, Chine, marié, enfant, 1990, vendeur de véhicules destinés à la destruction à l'international).

---

[84] Pour certains, surtout les participants issus de l'Amérique du Sud, c'était le repas de mi-journée, servi vers 14 h, pour les participants issus de la Chine, le repas du midi était également très important, parce que socialisé avec les collègues, ce repas correspondait à leur définition du vrai repas, et dans les grandes villes chinoises, il n'a pas besoin d'être préparé à la maison par la mère, on insiste plus sur les formes, les aliments, les techniques et les modes de partage.

CHAPITRE VI

LES FACTEURS ET LES PROCESSUS DE TRANSFORMATIONS DES PRATIQUES ALIMENTAIRES

6.1 Introduction

Dans ce chapitre, divisé en quatre grandes sections, nous traiterons des principaux facteurs qui concourent à transformer les pratiques alimentaires des immigrants que nous avons rencontrés en entrevue et qui ont répondu au questionnaire. Nous verrons d'abord comment les contraintes financières ont des impacts sur les manières de s'approvisionner et sur le choix des aliments. Dans la seconde section, nous verrons comment le temps devient une contrainte de taille et comment les cuisinières et les cuisiniers développent des stratégies notamment en simplifiant les recettes et en adoptant d'autres techniques de préparation. Dans la troisième section, nous aborderons la question de l'influence des enfants dans les transformations du répertoire culinaire familial. Enfin, dans la quatrième section, il sera question des effets des contacts avec les différents modèles alimentaires présents dans l'espace social alimentaire transculturel.

6.2 Les contraintes financières

6.2.1 Déqualification professionnelle et baisse proportionnelle des revenus

Comme nous l'avons montré dans la présentation de la population des échantillons dans le chapitre III et l'annexe A.1, la migration est à la source d'une baisse relative des revenus – souvent temporaire – au moins pour ceux qui ont été admis comme immigrants économiques et nous avons vu que le nombre et la proportion de ceux-ci est en progression constante

depuis le tournant des années 2000, au détriment des immigrants admis dans la catégorie du regroupement familial et celle des réfugiés ou en situation semblable (MICC, 2003, 2007a, 2009c, 2011b).

Pour un professionnel, un professeur, un juriste, un comptable, un ingénieur, un journaliste, un développeur de réseau informatique, un informaticien, un administrateur, un commis de banque, un analyste financier ou un travailleur du domaine de la santé, cela signifie le plus souvent une déqualification professionnelle. Or, Jean Renaud et Christian Cayn (Renaud et Cayn, 2006) qui ont étudié les parcours professionnels d'immigrants récents, francophones comme allophones, montrent qu'en général « après 3 mois de résidence, 50 % des répondants avaient obtenu un premier emploi. À la fin de la période totale observée (environ 5 ans), la probabilité globale qu'un premier emploi ait été décroché s'établit à 91 %. Pour ce qui est de l'accès à un emploi qualifié, le seuil de 50 % sera franchi après un an et la probabilité finale, après 5 ans, sera de 68 % » (ibid., p. viii). Bien que la région de provenance défavorise de façon significative tous les répondants qui ont participé à leur étude (n = 1875), sauf ceux originaires d'Europe de l'Ouest et des États-Unis, cet effet s'estompe pour plusieurs groupes, y compris les groupes allophones, quelques mois après leur arrivée. Cela serait lié entre autres à une méconnaissance du français pour les allophones et plus largement à une période d'adaptation à la société québécoise et aux diverses cultures en vigueur dans les milieux de travail. Certains groupes continuent d'éprouver des difficultés d'insertion professionnelle et ne trouvent pas d'emploi en lien avec leurs qualifications au-delà de cinq ans après leur arrivée dans des proportions d'environ 30 %. Cela ne veut pas dire qu'ils ne trouvent pas de travail, car seulement 8,5 % des requérants principaux du statut d'immigrant économique n'auront pas encore occupé un emploi après cinq ans de séjour (ibid., p. 13). Évidemment, comme les sujets de nos échantillons suivent des formations de français à temps plein, les chances de trouver un emploi selon ses compétences à temps plein sont minces puisqu'il s'agit d'activités concurrentes, sauf pour les cours de soir, mais le nombre d'immigrants qui suivent ces cours est beaucoup moins élevé que ceux qui fréquentent les cours de jour.

Entrer en détail dans les divers processus et les facteurs explicatifs de la situation de l'emploi des immigrants nous amènerait trop loin de notre propos. Quoi qu'il en soit, il

apparaît que trouver un premier emploi est relativement facile pour certains groupes, tandis que d'autres rencontrent plus de difficultés qui sont dues fort probablement à de la discrimination et à des difficultés d'adaptation à diverses dimensions de la société québécoise, mais elles sont difficiles à distinguer statistiquement l'une de l'autre. Trouver un emploi à la mesure de ces compétences est encore une fois plus difficile et plus long pour certains groupes et particulièrement pour les individus issus des régions de l'Asie de l'Ouest, du Moyen-Orient, du Maghreb et de l'Asie de l'Est, et certains secteurs de formation – même de haut niveau – ralentissent le regain de statut de leurs détenteurs. Un des éléments qui ralentit significativement la marche vers un emploi à la hauteur des qualifications est le fait d'accepter un emploi en dessous de ses qualifications, bien que le fait d'avoir un emploi permet évidemment d'assurer un revenu en attendant une situation plus avantageuse (ibid., p. 39).

Dans le cas de nos échantillons, le fait que tous les individus suivaient des cours de francisation à temps plein les place souvent en situation de fragilité sur le plan financier. C'est le cas de ceux qui sont arrivés depuis peu (moins de trois ans) et qui n'ont pas encore d'emploi. D'autres dans les échantillons ont occupé des emplois à temps plein durant quelques années et comptent sur la maîtrise du français afin de trouver un emploi à la mesure de leurs qualifications. D'autres enfin ont occupé un emploi non qualifié dans les secteurs manufacturiers (surtout l'industrie du vêtement) et ont perdu leur emploi parce que la grande majorité de ces emplois ont été déménagés en Chine, au Vietnam et au Bangladesh. L'apprentissage du français est une mesure d'employabilité nécessaire afin de retrouver un emploi non qualifié. Tous recevaient des prestations du Gouvernement du Québec pour toute la durée de leur francisation. Certains occupaient un emploi à temps partiel et pour beaucoup le conjoint ou la conjointe occupait un emploi, mais il n'a pas été possible d'évaluer la teneur de ces emplois.

Ce n'est pas notre objet de discuter de ces questions, pas plus que des politiques québécoises d'intégration des immigrants ou de la discrimination sur le marché du travail, mais force est de constater que cette baisse de revenu a des conséquences sur le mode de vie de ces individus. Cela a aussi des incidences sur leurs pratiques alimentaires et plus précisément, nous le verrons, sur les types de produits qu'ils achètent, sur leurs modes d'approvisionnement ainsi que sur la cuisine. Notons enfin qu'à cette baisse de revenus

s'ajoute le fait que, selon nos participants, le prix du « panier d'épicerie » à Montréal est proportionnellement plus élevé que dans la majorité des pays d'où ils proviennent, avec une différence notable pour les viandes qui sont en général proportionnellement moins chères ici. Ce qui ne veut pas dire qu'elles ne sont pas chères en proportion de leurs revenus disponibles pour les individus des échantillons. Voyons voir tout d'abord comment les participants nous parlent de ces contraintes financières en lien avec leurs consommations alimentaires.

> Ce que j'aime le plus manger ce sont les choses qui sont nutritives, par exemple les yogourts, les fruits, et surtout le fromage, mais je trouve qu'ici, j'ai beaucoup de problèmes pour me nourrir comme ça [...] Maintenant, je ne peux plus me nourrir comme ça, parce que je trouve que les produits dans les marchés sont très chers pour moi et c'est pourquoi je dois trouver ou chercher une autre façon de faire les aliments, les choisir (Victoria, femme, 46 ans, Mexique, mariée, enfant, 2008 ans, juriste).

> Pour moi je pense que le problème ce n'est pas la possibilité de trouver les aliments c'est une situation économique différente, parce que mon pays à part que la nourriture est très, très économique, tu as autre statut comme professionnel, mais ici je ne peux pas acheter la même chose que je pourrais acheter là-bas dans mon pays. C'est ça pour moi les points les plus importants, mais si j'avais de l'argent et un travail ici [...] je pourrais manger presque la même chose, je pense que c'est ça la différence (Ricardo, homme, 30 ans, Colombie, marié, enfant, 2008, dessinateur industriel).

> On doit aller dans les marchés pour trouver le moins cher. On peut pas acheter les légumes au Loblaw, c'est trop cher (Vania, femme, 55 ans, Albanie, mariée, enfants, 1999, comptabilité).

> Mais pour moi, je ne change rien (à ma cuisine et à mes préférences alimentaires), parce que je trouve toutes les choses qui sont les mêmes que dans mon pays. Mais ce qui est important, c'est les prix, tout est plus cher que dans mon pays, mais quand même il y a. Le problème c'est le prix (Goa, femme, 32 ans, Cambodge, mariée, enfants, 2000, formation non terminée, pas d'emploi).

> Mais aussi c'est difficile d'acheter le fromage pour faire la pizza[85], parce que c'est très cher le fromage, parce que nous sommes habitués le fromage partout, mais ici c'est difficile parce que ça coûte cher, la viande et le fromage (Rita, femme, 35 ans, Uruguay, mariée, enfants, 2009, professeur de mathématique au secondaire).

> Et dans le marché il y a beaucoup de choses en promotion, que c'est mieux d'acheter dans un marché que dans un dépanneur, parce que le dépanneur c'est plus cher. Mais pour l'économie premièrement, je ne savais où aller comme je dois acheter quelque chose, mais maintenant je connais et l'économie c'est mieux. (Suzanna, femme, 43 ans, Colombie, mariée, enfant, 2007, dentiste).

---

[85] Comme aux États-Unis et en Argentine, les immigrants italiens affluèrent par centaines de milliers en Uruguay à la fin du 19e siècle et au début du 20e siècle. Leur présence massive sur le territoire uruguayen a laissé des traces manifestes entre autres dans la cuisine. Rita nous a également dit que les boutiques qui vendent des pâtes fraîches sont très répandues. On trouve aussi dans ce pays de nombreuses traces de la cuisine des immigrants espagnols comme en témoigne une recette d'omelette que nous a donnée Rita.

On remarquera qu'à l'exception de Goa, tous ces participants sont des professionnels qui, ils l'ont souvent confié lors des discussions, n'avaient pas l'habitude de « faire un budget » lorsqu'il s'agissait de se procurer des aliments ou des produits alimentaires. Comme nous le confiait une femme originaire de la Roumanie, lors de la passation du questionnaire, « avec le salaire que j'avais en Roumanie, je pouvais m'acheter toute la nourriture que je voulais, maintenant tout ça a changé et je dois faire un budget et il y a des choses que j'achète beaucoup moins » (Ludmilla, femme, 42 ans, Roumanie, mariée, 2008, économiste). Les conséquences de cette baisse relative des revenus ont des effets à plusieurs niveaux pour ce qui est de l'alimentation.

Le propos de Goa est tout à fait représentatif des réponses de l'ensemble des échantillons. L'offre alimentaire sur le territoire de la ville de Montréal fait en sorte que les immigrants trouvent une grande partie des aliments auxquels ils étaient familiers dans des marchés spécialisés en produit importés et qui leur permettent de préparer et de cuisiner des plats d'une manière assez similaire à celle de leur pays et région d'origine. Ils déclarent qu'on en trouve même une partie dans des supermarchés, pour les produits qui ont été adoptés par les Québécois. Bien entendu, il manquera toujours certains aliments, surtout certains légumes et fruits de même que certains types de viandes (chameau, mouton) ou de poissons, mais dans l'ensemble l'offre ne pose pas de difficultés insurmontables. Ainsi, à ce niveau, la principale difficulté ne se situe pas au niveau des produits disponibles, mais bien de leur accessibilité en raison de leur coût. Voici quelques types de conséquences qu'engendre cette situation. Leur ordre de présentation n'est pas un ordre d'importance et il serait par ailleurs difficile d'établir une hiérarchie dans celui-ci.

6.2.2 Les banques alimentaires

D'abord, les contraintes financières peuvent obliger les immigrants à avoir recours à la banque alimentaire.

> Quand nous sommes arrivés au Canada, on s'est alimenté dans des banques alimentaires, ça nous a aidés beaucoup, parce que quand on arrive c'est différent, on ne sait pas les choses, ça nous a aidés beaucoup (Gourian, homme, 24 ans, Ukraine, célibataire, vit avec ses parents, 2007).

> [...] alors qu'est-ce qu'on doit faire parce qu'on vient d'arriver, on avait beaucoup de problèmes et pas beaucoup d'argent? C'est la banque alimentaire. Alors pas de choix encore, c'est beaucoup de laitue, beaucoup de pain et de pommes de terre, j'ai commencé à utiliser, à manger la laitue comme la *tortilla* je la coupais et je la mangeais, pour tout je la mangeais comme la *tortilla* (Juanito, homme, 39 ans, Mexique, marié, enfant, 2006, enseignant).

À cet effet, le questionnaire nous donne quelques précisions sur ce phénomène et révèle que 38,5 % des répondants disent avoir recours actuellement ou avoir déjà eu recours à une banque alimentaire par le passé. Par ailleurs, ils sont 3,6 % à y avoir recours très souvent au moment de passer le questionnaire, 10,7 % souvent, 21,4 % à l'occasion et, 64,3 % jamais[86]. Si l'on additionne les résultats de tous ceux qui déclarent fréquenter une banque alimentaire (peu importe la fréquence), on obtient une moyenne de 35,7 %, ce qui est une proportion élevée. Ces résultats sont à mettre en lien avec ceux obtenus à la question sur les liens entre le revenu et les achats de produits alimentaires. Nous analyserons un peu plus loin les résultats de cette question ainsi que les résultats d'autres recherches à propos de l'insécurité alimentaire, mais disons pour le moment que 37 % des répondants disent que leur situation financière limite plutôt (14,9 %) ou beaucoup (22,1 %) leurs achats de produits alimentaires[87], ce qui est une valeur presque identique au 35,7 % qui disent fréquenter une banque alimentaire à un moment ou a un autre. Cependant, le fait d'avoir des limitations financières pour l'achat de certains produits ne signifie pas toujours une situation d'insécurité alimentaire et encore moins de diète compromise. On peut en tout cas conclure pour le moment qu'au moins 14,3 % des répondants (ceux qui fréquentent les banques alimentaires souvent et assez souvent) ont des contraintes financières qui limitent beaucoup la quantité, la qualité et probablement l'acceptabilité sociale et culturelle des aliments qu'ils peuvent se procurer et qu'ils sont donc en situation d'insécurité alimentaire.

---

[86] Les données pour cette question sont moins précises parce que nous avons ajouté la question de la banque alimentaire en cours de route. Notre intention au départ était de ne pas évoquer de situations désagréables dans le questionnaire afin de ne pas provoquer d'inconfort chez les répondants. Nous avons constaté durant le processus que la grande majorité des répondants étaient disposés à livrer des informations sur leur fréquentation des banques alimentaires. Le nombre de participants pour cette question est donc assez bas : n=28. Par ailleurs, les résultats d'un autre questionnaire distribué dans une population identique dans le cadre d'une recherche de Pierre Sercia (FQRSC 2010-2014) montrent un plus fort taux de fréquentation des banques alimentaires : Jamais (49 %), très peu souvent (16 %), peu souvent (11 %), assez souvent (11 %), très souvent (8 %), toujours (4 %). Par ailleurs, le groupe issu de l'Amérique du Sud est encore celui qui fréquente le plus les banques alimentaires et le groupe issu de la Chine celui qui les fréquente le moins.

[87] La recherche que nous avons mentionnée à la note précédente (Sercia FQRSC 2010-2014), montre des résultats similaires pour cette question.

Mentionnons enfin que le questionnaire montre également que le groupe constitué des individus en provenance d'Amérique du Sud a significativement plus recours aux banques alimentaires que les autres groupes. Ceux issus du Mexique ou d'Amérique centrale y ont aussi plus souvent recours que ceux des autres groupes, mais ces différences ne sont pas significatives. Concernant ces derniers, il est possible cependant qu'un plus grand nombre de participants au questionnaire ait peut-être changé ces résultats, c'est du moins ce que laissent supposer les entrevues. Rien dans le questionnaire ne permet d'expliquer ce phénomène, y compris des différences selon la formation professionnelle ou le type d'emploi occupé avant la migration. On peut toutefois proposer l'hypothèse que les ressortissants de l'aire latino-américaine ont peut-être une plus grande familiarité avec le travail et les services des organismes caritatifs (les organisations dirigées par les églises par exemple), qu'ils sont plus au courant de l'existence de ceux-ci et qu'ils vont plus spontanément faire appel à ces ressources en cas de besoin. Les notions d'entraide et d'empathie si présentes dans les discours des institutions catholiques jouent sans doute ici un rôle dans le fait que les Latino-Américains s'accommodent tant bien que mal de la fréquentation des lieux d'entraide. On peut aussi avancer l'hypothèse que certains groupes éprouvent plus de malaise, voire de honte, à faire appel à ce type de service. En tout cas les données montrent que les répondants issus de la Chine, de l'Asie du Sud-Est et du sous-continent indien utilisent beaucoup moins les banques alimentaires. De fait, c'est une honte pour un chinois de faire appel à ce type de service (Koç et Welsh, 2001 ; Welsh *et al.*, 1998). C'est pourquoi les statistiques sur les banques alimentaires ne peuvent à elles seules constituer des indicateurs de l'insécurité alimentaire. Nous discuterons d'ailleurs de ces indicateurs un peu plus loin.

Les types de produits qui sont disponibles dans les banques alimentaires sont généralement des produits en conserve, des pâtes alimentaires, du riz, du pain de mie tranché, quelques fruits et légumes qui se conservent facilement (pommes de terre, carottes, céleri, pommes, oranges). Quand des individus ont l'habitude de pouvoir se procurer une gamme beaucoup plus large de produits frais, la fréquentation d'une banque alimentaire est un appauvrissement de la diversité et une offre alimentaire souvent culturellement inappropriée. Cette fréquentation est également une situation difficile pour l'estime de soi et une source de dissonances entre la situation réelle des individus et la représentation qu'ils se font de leur

rôle de pourvoyeur ou de responsable au sein de leur famille et de leur couple. Les participants nous ont largement déclaré que la banque alimentaire était une solution transitoire, la plupart n'ayant plus besoin d'y avoir recours après quelques mois. De plus, leur dépendance à cette source d'approvisionnement en denrées n'est pas très forte pour la grande majorité, 14 % y aurait recours souvent et assez souvent.

Ces résultats sont aussi à mettre en perspective avec des données publiées récemment (novembre 2011) sur le site Internet de Radio-Canada[88] et qui montrent que la fréquentation des banques alimentaires est en hausse partout au Canada. La récession de 2008 a fragilisé la situation financière de nombreux individus et ménages à un point tel que la moyenne de l'augmentation de la fréquentation des banques alimentaires atteint 25 % à l'échelle du Canada. Au Québec, cette moyenne est 22 % supérieure à ce qu'elle était en 2007 et le nombre total de personnes qui ont eu recours à ces services est actuellement de 155 539. Malgré le fait que la récession soit en principe une chose du passé au Canada, il apparaît clairement que ses effets se faisaient encore sentir en 2011 et que ces chiffres révèlent le nouveau visage de la pauvreté au Canada et au Québec. En effet, un bon nombre de personnes qui fréquentent ces banques alimentaires ont un emploi (18 %) ou en avaient un récemment. On y retrouve aussi des personnes qui ont travaillé toute une vie et se retrouvent démunies à la suite d'une maladie ou d'une séparation. Parmi la population qui fréquente ces services, on retrouve des nouveaux arrivants (nos résultats montrent dans quelles proportions pour cette population), des retraités et de nombreux célibataires. Au Canada en 2011, 51,5 % de ceux qui fréquentent les banques alimentaires ont l'aide sociale comme source principale de revenu. Au Québec, cette proportion est de 60,7 %. Pour un aperçu de la situation au Canada, voir l'annexe B.5.

6.2.3 L'effet des revenus sur les choix alimentaires : la qualité des aliments

Revenons à nos résultats. On constate ensuite que ces contraintes financières obligent les participants à faire des choix en matière de consommation. Pour la plupart, la qualité de l'alimentation est une valeur importante et le questionnaire le montre d'ailleurs sans

---

[88] L'adresse de la dépêche est la suivante :http://www.radio-canada.ca/nouvelles/National/2011/11/01/002-banques-alimentaires-pauvrete.shtml.

ambiguïtés. Ils sont 82 % à se déclarer assez d'accord (45 %) et très d'accord (37 %) avec l'énoncé « pour moi, la qualité compte plus que le coût pour choisir des aliments ». Une analyse plus poussée de ces résultats montre des différences significatives entre les hommes et les femmes. Pour les hommes, ils sont 3,6 % à se déclarer en désaccord, 23,6 % un peu en désaccord, 49,1 % assez d'accord et 23,6 % très d'accord avec l'énoncé. Pour les femmes, elles sont 4,8 % à se déclarer en désaccord, 8,9 % en désaccord, 42,7 % assez d'accord et 43,5 % très d'accord avec l'énoncé. Synthétisons la présentation des résultats sous forme d'un tableau récapitulatif et les différences apparaîtront encore plus clairement.

Tableau 6.1 Réponse à l'énoncé « Pour moi, la qualité compte plus que le coût pour choisir des aliments ». Exprimé en %

	Hommes	Femmes
En désaccord + un peu en désaccord	27.2	13.7
Assez d'accord + très d'accord	72.7	86.2
Très d'accord seulement	23.6	43.5

Il apparaît donc à l'évidence que les femmes accordent beaucoup d'importance à la qualité des aliments pour effectuer leurs choix et elles sont deux fois plus nombreuses à être très d'accord sur la primauté de la qualité sur les coûts que ne le sont les hommes. Il apparaît qu'en plus des autres contraintes avec lesquelles elles jonglent en matière d'achat de produits alimentaires, il est probable qu'il faille ajouter le fait que le mari ou le conjoint soit d'avis qu'entre deux aliments ou produits alimentaires similaires, on devrait acheter le moins cher. On peut en tout cas poser l'hypothèse que lors des courses, qui sont souvent faites en couple, l'achat des produits alimentaires fait l'objet de négociations et de compromis.

Cela dit, il apparaît assez clairement que la qualité demeure un facteur important dans le choix des produits pour les femmes et pour les hommes et qu'il faut donc limiter certains achats dans d'autres postes de dépenses (vêtements, transports, loisirs, logement) afin de dégager une marge de manœuvre permettant d'avoir accès à une certaine variété alimentaire de même qu'à des aliments acceptables culturellement.

> Je n'achète pas de vêtements, de cigarettes ou d'alcool, mais j'achète toute la nourriture que je veux. Au début, comme Victoria, je voulais manger le fromage, mais je le trouvais très cher

> aussi, mais après j'ai vu que si je n'achète pas de vêtements ou d'autres choses, j'ai toujours du fromage dans la maison, c'est plus important (Juan, homme, 34 ans, Mexique, marié sans enfant, 2007, emplois divers).

> Et j'accorde plus l'importance à la nourriture de ma femme et ma nourriture que les autres choses, comme de voyager, peut-être acheter des choses, une télévision, des choses de consommation, quelque chose comme ça, d'abord c'est manger, bien manger (Renaldo, homme, Colombie, marié, sans enfant, 2009, technicien en télécommunication).

Les contraintes financières conduisent aussi à la diminution de la consommation de certains aliments en particulier par rapport au volume qu'ils avaient au pays d'origine. C'est le cas très notable des poissons et autres produits de la mer qui sont très dispendieux au Québec, surtout lorsqu'ils sont frais ou même vivants. C'est aussi le cas de certains fruits tropicaux qui ne sont plus consommés du tout ou qui ne sont plus utilisés pour faire des jus de fruits frais, ainsi que l'ont révélé beaucoup de participants du Mexique et des pays d'Amérique du Sud. C'est également le cas pour certaines coupes de viande. Elles conduisent également à la substitution de certains produits par d'autres plus économiques, par exemple chez les participants chinois qui remplacent souvent les produits de la mer par de la viande de porc ou de bœuf ou le canard par le poulet ou la dinde. Voyons voir, par exemple, comment Cécilia a remplacé les viandes :

> Je suis d'accord avec Victoria que c'est trop cher de se bien nourrir ici, parce que pour acheter de plus santé ou bien… c'est plus facile d'acheter des pâtes, du popcorn que d'acheter de la laitue, des choses comme ça [...] Mais qu'est-ce que je mange, euh… les légumes, mais pas beaucoup parce que c'est trop cher. Je mange les choses qui sont moins chères pour économiser. Oui c'est ça. J'aime beaucoup le poisson, mais c'est le même problème, c'est trop cher [...] Par exemple, moi j'aime les pâtes, donc je fais plus comme des trucs vietnamiens avec les légumes, parce que tu n'as pas besoin de beaucoup de légumes, juste un peu de sauce soya pis c'est fini. Ou bien, aussi le… comment ça s'appelle... oui, le tofu ! Moi j'aime beaucoup le tofu, j'en mange beaucoup (Cécilia, femme, 23 ans, Mexique, célibataire, 2006 ans, étudiante au Mexique).

Cécilia a découvert le tofu en immigrant ici, elle a aussi découvert d'autres types de cuisines et d'autres manières de cuisiner qui en plus d'être économiques, lui sauvent du temps, car Cécilia vit seule et, au fond, n'aime pas beaucoup cuisiner. Elle est jeune, n'a pas d'enfant et il y a beaucoup d'autres choses à faire ! C'est ce que son discours laisse supposer. On comprend donc qu'elle mange plus de pâtes, moins de poissons, de légumes et sans doute de fruits, qu'elle a appris la technique du sauté et que ses assaisonnements se sont passablement simplifiés (« la sauce soya pis c'est fini »). Tout cela constitue un énorme changement par rapport à ce que les autres participants du Mexique nous ont raconté à propos

des *tortillas*, des haricots, des viandes, des sauces très épicées (les salsas), des jus de fruits et des soupes. L'âge de Cécilia[89] y est sans doute pour quelque chose aussi, la jeune vingtaine (dans les classes moyennes, insistons) n'est pas un âge où l'on passe quotidiennement beaucoup de temps à la cuisine, c'est aussi une période d'expérimentations culinaires (Eyer *et al.*, 2004 ; Garabuau-Moussaoui, 2001, 2002) et où l'on veut s'affranchir des nourritures familiales. Cela s'applique du moins dans un contexte « occidental » où les jeunes filles ont beaucoup d'autonomie, quittent le foyer en moyenne plus tôt et ne sont pas toujours les seules responsables de l'alimentation de leur couple. Cela est beaucoup moins vrai en dehors de « l'espace occidental » où les rôles sociaux, en ce qui regarde la cuisine et les tâches domestiques, demeurent assez « traditionnels ». En tout cas, Cécilia avouera elle-même un peu plus loin que si un jour elle a un mari et des enfants, elle devra effectuer des changements dans son style de vie et qu'elle devra faire la cuisine autrement. Écoutons maintenant Luis nous raconter comment la situation financière de sa famille oblige son épouse à faire de la magie dans la cuisine en travaillant avec ce qu'il y a :

> Pour ma part, en parlant des habitudes, on essaie de manger ensemble avec ma famille chaque jour. Chaque fois qu'on mange, on le fait ensemble réellement… et en parlant de qu'est-ce qu'on mange, on n'a pas… prévoir qu'est-ce qu'on va manger, on ne peut pas magasiner chaque fois qu'on veut, parce qu'on est limité. On mange des choses qu'on reçoit d'une banque alimentaire, euh, la plupart oui. Des fois on achète du lait, on achète des œufs, on achète quelque chose… parce que pour nous l'alimentation c'est le plus important, l'alimentation des enfants… on a l'habitude de les nourrir très bien, le plus qu'on peut le faire. Mais, on essaie de manger bien. Oui, si on reçoit des légumes, on mange des légumes, si on reçoit de la viande, on mange de la viande. Et… heureusement, nous avons la capacité de nous habituer, de faire de la magie dans la cuisine, surtout ma femme [...] Oui, mais ma femme fait de la cuisine de la manière mexicaine, mais avec les ingrédients d'ici. Il y a quelques différences. La saveur, c'est complètement différent, parce que ici la différence des enfants… elle a des ingrédients d'ici, mais ici il n'y a pas beaucoup de choses du Mexique et… c'est ça. Mais, ici s'il y avait des ingrédients mexicains, on les achèterait, mais s'il n'y a pas d'argent sur Visa, on doit se limiter de toute façon (Luis, homme, 43 ans, Mexique, marié, enfants, 2008, avocat).

Ces contraintes obligent bon nombre de participants à se rendre dans diverses épiceries de grande surface afin de profiter des « spéciaux » hebdomadaires. Les menus de la semaine

---

[89] Dans de nombreuses sociétés de l'hémisphère sud, les « enfants » demeurent en général à la maison jusque dans la vingtaine, en fait jusqu'à leur mariage, ou une union de fait ce qui est encore rare, mais en développement. Donc, les femmes ne se mettent réellement à la cuisine qu'au moment de leur union, tant qu'elles sont à la maison familiale, elles peuvent aider, mais elles n'ont pas la responsabilité de la cuisine. Peut-être aussi que Cécilia est représentative d'une certaine tendance au Mexique, et particulièrement à Mexico. Il est clair cependant qu'elle s'intègre très bien au « modèle » nord-américain où les jeunes femmes se marient plus tard et peuvent vivre seules.

sont donc modulés selon les produits et les aliments en vente cette semaine-là. Le questionnaire documente cette question d'une manière assez précise. Nous avons déjà vu que les supermarchés sont l'endroit où les répondants se procurent le plus de denrées alimentaires, les marchés spécialisés en produits importés viennent en second lieu à peu à égalité avec les marchés spécialisés dans la vente de fruits et de légumes (fruiteries). Pour plus de détails, voir l'annexe B.4. De plus, 58,2 % des répondants fréquentent souvent (38 %) et très souvent (24,5 %) les épiceries de grande surface afin de profiter des spéciaux[90]. Écoutons les précisions apportées par Dana :

> C'est moi toujours qui prépare les repas et on mange une fois tous ensemble vers 16 h 30. Je prépare encore les cuisines mexicaines, j'essaie de préparer un autre repas, si c'est facile, d'un autre pays, mais pas toujours. J'achète les choses qui sont bon marché, alors si aujourd'hui c'est le fromage qui est bon marché, je vais cuisiner quelque chose avec le fromage, si c'est les carottes ou les oignons, alors je prépare quelque chose avec ça. On vient d'arriver alors la cuisine n'a pas changé beaucoup…
>
> Intervieweur : Vous disiez que vous cuisiniez en fonction du prix des aliments. Si vous n'aviez pas de limites financières, est-ce que vous pensez que vous achèteriez autre chose?
>
> Par exemple, au Mexique nous avons l'habitude toujours de manger du bœuf, alors toujours c'est des gros morceaux de bœuf, avec du riz, de la salade. Maintenant, avec ce morceau de bœuf, je vais faire une salade ou je fais des tacos, je dois faire preuve d'imagination parce qu'il n'y a pas un morceau pour chacun. Il y a un morceau pour tous ! Quand je suis arrivée ici, j'avais de l'argent pour acheter les choses, mais seulement pendant 4 mois (rires) ! Parce que pour arriver ici, le gouvernement m'a demandé que je devais avoir de l'argent pour 5-6 mois, quelque chose comme ça. Mais moi par exemple, pour le poulet, j'avais l'habitude de faire le poulet avec de la panure, des grands morceaux. Et là, aujourd'hui, j'ai fait une salade avec un morceau de poulet. Alors je pense que c'est plus santé maintenant, mais bien sûr ce n'est pas les choses que je voudrais faire... Je pense qu'on mange assez, la qualité? Je pense qu'on a augmenté la qualité parce qu'on mange plus de légumes qu'au Mexique. Je mange par exemple des lentilles, je mange des choses différentes. Mais je pense que si j'avais de l'argent, je mangerais les mêmes choses que je mangeais au Mexique. Mais on mange bien ! Je n'ai pas faim ! (Dana, femme, 35 ans, Mexique, mariée, enfants, 2009, formation en ingénierie industrielle, développement organisationnel et ressources humaines).

Le discours de Dana est riche à divers degrés et l'ensemble de ce qu'elle dit mériterait un article scientifique afin d'expliquer et d'analyser tous les thèmes qu'elle évoque sans les développer. Nous retrouverons toutefois tous ces thèmes au cours de la thèse. Au Mexique, Dana (et son mari) avait les moyens d'acheter de gros morceaux de bœuf, mais le fait de ne pouvoir acheter que de petites quantités l'oblige à être créative, à fourrer des tacos par

---

[90] Il n'y a pas de différences significatives selon les régions d'origine.

exemple et c'est la même chose pour le poulet quelle cuisinait souvent en panure en utilisant de gros morceaux. Maintenant elle le coupe en petits morceaux et les met dans une salade. Non seulement Dana a une grande capacité d'adaptation par sa cuisine, mais de plus elle prend les choses avec philosophie en se disant, au final, que c'est peut-être meilleur pour la santé de manger de plus petites portions de viande, plus de légumes et de lentilles. La cuisine mexicaine fait généralement un grand usage des légumineuses (surtout les haricots) et de la salade (la laitue en accompagnement, mais beaucoup moins les salades garnies). Or, même si ces éléments sont présents aux repas « forts[91] », demeurent toujours des éléments périphériques de celui-ci aux côtés de la viande et des *tortillas* qui prennent beaucoup de place, avec la soupe bien entendu. Ainsi, la structure du repas n'a pas essentiellement changé, c'est ce qu'elle nous dit d'ailleurs en disant « je prépare encore les cuisines mexicaines », mais la place des éléments dans cette structure a été modifiée (viande, légumineuses, salade). Il est intéressant de constater que malgré ces changements structuraux, qui font tout de même une différence dans l'assiette (autres types de plat, moindre importance des viandes), elle déclare que sa cuisine n'a pas changé beaucoup. Nous renvoyons le lecteur au chapitre précédent pour des hypothèses susceptibles d'expliquer ce phénomène.

Enfin, Dana nous dit que si elle avait les moyens, et sans doute plus de temps pour cuisiner, elle cuisinerait comme elle le faisait au Mexique même si, de son propre aveu, ses limitations financières ont eu des effets positifs sur la diète de sa famille, que dans l'ensemble elle mange bien et que sa famille ne souffre pas d'insécurité alimentaire : « on mange bien, je n'ai pas faim ». Son discours à cet effet est en phase avec les résultats du questionnaire à propos des contraintes financières où l'on a vu que 37 % répondent connaître « plutôt » et « beaucoup » de contraintes. Ces chiffres sont à la fois encourageants dans la mesure où une bonne majorité de l'échantillon dispose, selon ses déclarations, d'une marge de manœuvre qui lui permet d'avoir accès à une certaine variété ainsi qu'à une quantité suffisante de nourriture. Ils sont néanmoins préoccupants dans la mesure où plus du quart de l'échantillon déclare que leurs achats de produits alimentaires sont « beaucoup » limités par leur situation

[91] Les participants originaires du Mexique désignaient le plus gros repas de la journée, le plus socialisé et le plus chargé symboliquement, comme le « repas fort ». Au Mexique il est pris en milieu d'après-midi. Après l'immigration au Québec, son heure s'est déplacée quelque part entre 16 h 30 et 17 h 30, du moins en semaine. Il arrive souvent, les fins de semaine, que ce repas reprenne sa place dans la journée alimentaire.

financière, qu'ils connaissent sans doute des épisodes d'insécurité alimentaire et que ce sont sans doute les mêmes individus qui fréquentent régulièrement les banques alimentaires.

Bien que 63 % répondent que leur situation financière n'est pas une contrainte trop lourde, les réponses à la question « Diriez-vous qu'une meilleure situation financière modifierait vos achats de produits alimentaires? » nuancent considérablement ces résultats. En effet, ils sont d'une part 32,1 % à répondre pas du tout (9,4 %) et un peu (22,7 %) et sont d'autre part 67,9 % à répondre plutôt (28,7 %) et beaucoup (39,2 %)[92].

Les résultats à ces deux questions montrent que pour la première, les répondants pensent plus en termes de quantité, leur budget leur permettant d'acheter suffisamment de nourriture pour manger tous les jours d'une manière acceptable pour eux et considèrent qu'ils ont une certaine marge de manœuvre. C'est sans doute l'explication à la dernière phrase de Dana « Mais on mange bien ! Je n'ai pas faim ! » Pour la seconde question, les répondants pensent plus en termes de qualité, c'est pourquoi ils déclarent majoritairement qu'une meilleure situation financière modifierait leurs achats de produits alimentaires.

Les réponses à la question suivante dans le questionnaire viennent confirmer cette interprétation : « Si vous n'aviez pas de limitations financières, quels sont les produits ou les types de produits que vous aimeriez vous procurer? » Les répondants étaient alors invités à faire une courte liste des principaux. Les réponses obtenues montrent une grande régularité : des produits issus de l'agriculture biologique (fruits, légumes, viandes), plus de produits de la mer frais, des produits d'une plus grande qualité (fraîcheur, goût, viandes moins grasses) et des aliments de leur pays d'origine. Cela explique la dernière partie du discours de Dana qui nous disait : « Mais je pense que si j'avais de l'argent, je mangerais les mêmes choses que je mangeais au Mexique », ce qui veut dire beaucoup de viande et des aliments de qualité.

---

[92] L'analyse plus approfondie de ces résultats ne montre pas de différences significatives selon les genres, mais une différence semble s'établir entre les répondants qui ont des enfants à la maison et ceux qui n'en ont pas. En effet, ils sont 46,2 % à répondre que cela modifierait **beaucoup** leurs achats alimentaires lorsqu'ils ont des enfants à la maison et 28,4 % à donner la même réponse lorsqu'ils n'ont pas d'enfants à la maison. Le test de Mann-Whitney donne une valeur $P < 0,053$ qui est légèrement supérieure à la valeur généralement admise (0,05). La tendance est toutefois nettement exprimée.

Il faudrait ajouter ici les résultats de l'énoncé « Le prix des aliments est une source de préoccupation pour moi ». Les répondants ont été 64,2 % à répondre assez d'accord (42 %) et très d'accord (22,2 %) et 35,8 % à répondre un peu en désaccord (29,5 %) et en désaccord (6,3 %). Cela veut donc dire que même s'ils ne considèrent pas majoritairement que leurs achats soient limités par leurs revenus, ils sont tout de même majoritairement préoccupés par le prix des aliments. On peut donc en déduire qu'ils sont sans doute préoccupés par le prix des produits qui répondent à leur définition de la qualité et qu'ils ne peuvent pas se procurer autant qu'ils le voudraient en raison de leurs revenus. De plus, ces résultats sont similaires à ceux de la question suivante : « Diriez-vous qu'une meilleure situation financière modifierait vos achats de produits alimentaires? ». Presqu'autant de personnes répondent « plutôt » et « beaucoup » à cette question (67,9 %) que pour la question sur la préoccupation quant aux coûts (64,2 %).

6.2.4 Discussion sur la question de l'insécurité alimentaire

La littérature s'entend en général pour définir l'insécurité alimentaire (IA) comme une situation où la disponibilité d'aliments sécuritaires et appropriés sur le plan nutritionnel, personnel et culturel ainsi que la capacité de se procurer les aliments qui répondent aux préférences alimentaires d'une manière socialement acceptable sont limitées ou incertaines pour vivre une vie saine et active (Campbell *et al.*, 1988 ; FAO, 1996 ; Koç et Welsh, 2001 ; Power, 2005 ; Tarasuk, 2001c, 2001a). Dans un contexte d'abondance alimentaire comme celui du Canada et du Québec, l'IA renvoie entre autres à la problématique de l'accès aux aliments. Ainsi, des revenus insuffisants jouent un rôle de premier plan dans l'IA chez des groupes économiquement défavorisés. Toutefois, l'IA n'est pas la résultante que de contraintes financières, elle est aussi en lien avec l'accès géographique (de proximité) à des aliments de qualité et à des prix abordables ainsi qu'à certaines connaissances et compétences diététiques et culinaires (« food litteracy », capital culinaire) (Coates *et al.*, 2003 ; Hamelin *et al.*, 2002 ; Hamelin *et al.*, 1999). Le concept d'IA renvoie à une expérience multidimensionnelle dans la mesure où cette dernière prend diverses formes et diverses significations pour les individus qui en font l'expérience et qu'elle peut être observée à des échelles diverses : individus, ménages, groupes sociaux ou ethniques, régions, micro ou macroéconomie, environnement, politique, etc. Enfin, il est légitime de conclure que l'IA est un obstacle de taille à la pleine participation

des individus à la vie sociale et communautaire et à leur possibilité de vivre une vie saine et active (Koç et Welsh, 2001 ; Tarasuk, 2009 ; Welsh *et al.*, 1998).

Les éléments conceptuels clés de l'IA à des niveaux « micros » (individuel et des ménages) qui nous intéressent ici s'articulent principalement autour de quatre dimensions. Il y a d'abord la dimension quantitative de l'apport alimentaire exprimée par la crainte de manquer de nourriture; ensuite, la dimension qualitative de l'apport alimentaire exprimée par des préoccupations quant à la qualité nutritive, à la fraîcheur et au goût des aliments consommés; puis, la dimension du sentiment de privation, d'absence de choix, d'incertitude ou d'« insécurité quant au caractère durable et adéquat de l'approvisionnement alimentaire, appelée anxiété au sujet des réserves alimentaires (*food anxiety*) » (Tarasuk, 2001b, p. 11); enfin, la dimension sociale, qui regroupe un ensemble de phénomènes comme le sentiment d'aliénation, de perte de contrôle sur l'alimentation, les comportements jugés socialement inadéquats ou non conformes à la normativité du groupe social en matière d'acquisition, de sélection et de consommation de nourriture (la fréquentation d'une banque alimentaire, le vol, la consommation de produits périmés ou destinés par exemple aux animaux), l'exclusion sociale, la désorganisation commensale et familiale, etc.

De plus Radimer *et al.* (1992), Campbell *et al.* (1989) et Hamelin *et al.* (Hamelin *et al.*, 1999) considèrent que l'IA doit être considérée comme un processus géré. Ce processus comporte une séquence précise (et relativement prévisible) d'événements, et les compromis que doivent faire les individus à chaque stade sont, dans la mesure du possible, contrôlés. Cela signifie aussi que chaque membre d'un ménage fait une expérience différente des diverses dimensions de l'IA à des degrés et à des moments différents et utilise des stratégies différentes afin de faire face à ces situations (recours aux banques alimentaires, report du paiement des factures, privation des parents pour en laisser plus aux enfants, utilisation d'aliments qui « tiennent au corps », etc.) (Badun *et al.*, 1995 ; Hamelin *et al.*, 1999 ; McIntyre *et al.*, 2003 ; McIntyre *et al.*, 2002 ; Tarasuk, 2001b ; Tarasuk et Beaton, 1999 ; Wehler *et al.*, 1992). À propos de la question de la privation des parents, c'est peut-être ce qu'il faut comprendre de l'extrait du discours de Luis que nous citions plus haut et qui nous disait que « des fois on achète du lait, on achète des œufs, on achète quelque chose, parce que pour nous l'alimentation c'est le plus important, l'alimentation des enfants, on a l'habitude de

les nourrir très bien, le plus qu'on peut le faire. Mais, on essaie de manger bien ». Il y a tout lieu de penser que les parents se privent ici de manger certaines choses afin de donner le plus d'aliments riches en qualités nutritives possibles aux enfants.

Enfin, selon les travaux de Coates *et al.* (2006), il y a un « socle commun » de l'expérience de l'IA qui va au-delà d'une quantité insuffisante de nourriture, qui est transculturel et qui correspond assez bien aux dimensions que nous venons de présenter. L'analyse que les auteurs font de nombreuses recherches portant sur l'IA et plus spécialement sur l'IA vécue par des immigrants conclue

> que des quantités insuffisantes de nourriture, une qualité inadéquate des aliments ainsi qu'une incertitude et de l'inquiétude à propos de la nourriture étaient une part très importante de l'expérience de l'insécurité alimentaire dans tous les groupes culturels échantillonnés. Des préoccupations à propos du caractère socialement inacceptable de cette expérience sont apparues dans toutes les enquêtes de type ethnographique. De nombreux sous-domaines ont été identifiés comme des préoccupations quant à la sécurité des aliments et à la perturbation des habitudes alimentaires et des repas avec, potentiellement, d'importantes conséquences pour le bien-être physique et psychologique » (Coates *et al.*, 2006 p. 1438S. Notre traduction).

Nous n'avons pas construit d'indicateur de l'insécurité alimentaire car ce n'était pas l'objet de ce questionnaire de la mesurer avec précision. Mais avec les résultats disponibles on peut tout de même avancer une estimation. Récapitulons les résultats qui nous permettrons de procéder à cette estimation : 22,1 % répondent que leur situation financière limite beaucoup les achats de produits alimentaires qu'ils aimeraient se procurer, 3,6 % ont recours à une banque alimentaire très souvent et 10,7 % souvent, 22,2 % sont très préoccupés par le prix des aliments, 12 % disent que chez eux on ne mange (plutôt) pas bien, 31,5 % n'arrivent pas facilement a avoir une alimentation saine et enfin 39,2 % disent qu'une meilleure situation modifierait beaucoup leurs achats alimentaires. Dans le cas des deux derniers résultats, on doit être prudent dans les liens que l'on peut établir avec l'insécurité alimentaire. Ils sont importants, mais ils peuvent aussi indiquer par exemple un manque de connaissances diététiques afin d'avoir une alimentation saine (ou un jugement négatif de leur modèle alimentaire) et, dans l'autre cas, cela indique qu'ils désirent aussi se procurer des produits qui coûtent beaucoup plus chers que ceux qu'ils achètent dans les grandes surfaces (produits biologiques, d'importation, etc.). On pourrait estimer, en prenant en compte tous ces résultats, qu'entre 11 % et 17 % des répondants connaissent une situation d'insécurité

alimentaire au moment du questionnaire, que celle-ci semble être généralement plutôt modérée, mais qu'une part beaucoup plus large (autour de 22 %) est très insatisfaite de son alimentation en quantité et en qualité.

De nombreuses enquêtes au Québec et au Canada depuis les années 1990 ont porté sur l'insécurité alimentaire des ménages, par exemple L'*Enquête sociale et de santé 1998* (Institut de la statistique du Québec, 2001), l'*Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, cycle 1998-1999* de Statistique Canada (Che et Chen, 2001), l'*Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, cycle 2000-2001* (Ledrou et Gervais, 2005), *Santé et bien-être, immigrants récents au Québec. Une adaptation réciproque? Rapport de l'Étude auprès des communautés culturelles 1998-1999* (Clarkson *et al.*, 2002) et le cycle le plus récent de l'*Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, cycle 2009-2010* (Statistique Canada, 2010). Dans la plupart de ces enquêtes, on trouve des données sur l'IA des immigrants. L'enquête de (Clarkson *et al.*, 2002) porte spécifiquement sur les communautés culturelles. Cependant, les méthodologies et plus particulièrement la construction des indicateurs sont sujettes à de grandes variations. Malgré cela, les résultats obtenus sont souvent assez similaires les uns aux autres à la fois pour la population canadienne en général et pour les immigrants. Ainsi, l'incidence de l'IA des ménages dans la population canadienne varie entre 8 % et 12 %, cette variation est de 8 % à 13 % pour les populations migrantes, bien qu'en général leur moyenne se situe autour de 11 %.

Le portrait le plus récent et dont l'indicateur est le plus robuste et le plus précis quant à la mesure de l'IA des ménages est l'*Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes cycle 2007*-2008 (Statistique Canada, 2010). Cette vaste enquête conclut que la prévalence pour la population canadienne est de 7,7 %, dont 5,1 % vit une IA modérée et 2,7 % une IA grave. Cette moyenne est de 10,2 % chez les immigrants, de 12,6 % chez ceux qui vivent au Canada depuis moins de dix ans et de 7,8 % chez ceux qui vivent au Canada depuis plus de dix ans. La moyenne de l'incidence pour la population québécoise est de 6,9 % (modérée 4,6 %, grave 2,3 %).

À la vue de ces derniers résultats et en les comparant avec les nôtres, il est légitime de penser que la prévalence de l'insécurité alimentaire est plus élevées chez les répondants du

questionnaire que la moyenne de la population canadienne et québécoise, mais il est fort probable qu'elle soit légèrement inférieure à la moyenne nationale des immigrants récents et sans doute supérieure à celle des immigrants de plus longue date. Par ailleurs, un contrôle des différences entre les groupes de l'échantillon du questionnaire n'a pas montré de différence sur les éléments clés de nos indicateurs par rapport aux nombre d'années de résidence. Cette absence de différences statistiquement significatives s'explique sans doute du fait que les conditions économiques (les revenus disponibles) de l'ensemble de l'échantillon sont assez similaires. Tout d'abord, chaque immigrant qui fréquente un centre de francisation reçoit un montant fixe du ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles (MICC) ou d'Emploi Québec. Il arrive que des conjoints récemment arrivés (moins de trois ans) reçoivent une formation en francisation simultanément, mais généralement, il semble plutôt que le conjoint de celui ou celle qui suit la formation soit déjà sur le marché du travail mais qu'il ne travaille pas dans son domaine de compétence. Pour ce qui est des immigrants de plus longue date, ils sont généralement référés par Emploi Québec, et la francisation fait partie des mesures d'employabilité accordées à certains individus. Ce sont la plupart du temps des travailleurs non qualifiés qui ont perdu leur emploi à la suite d'une relocalisation de l'entreprise et dont le conjoint occupe (ou a occupé) un emploi du même type. C'est ce qui explique que les revenus disponibles sont à peu près similaires dans l'échantillon qui présente toutefois des différences marquées sur le plan de la scolarité, des expériences de travail et du temps écoulé depuis l'immigration.

Enfin, une étude qualitative menée cette fois par Jennifer Welch et de nombreux collaborateurs (Welsh *et al.*, 1998), et dont les résultats sont également analysés dans un autre article (Koç et Welsh, 2001), montre que parmi les immigrants rencontrés dans la ville de Toronto, ce sont ceux qui font l'expérience de la déqualification professionnelle qui sont les plus susceptibles de connaître des difficultés d'approvisionnement en produits alimentaires en raison de leurs revenus. Cependant, les banques alimentaires sont très peu fréquentées par les participants de l'étude qui considèrent que ces banques alimentaires ne sont pas une bonne source d'approvisionnement, qu'elles sont inappropriées à la fois socialement, culturellement et diététiquement. Leurs résultats semblent ici être différents des nôtres, dans la mesure où les participants aux entrevues et les répondants au questionnaire fréquentent les banques

alimentaires selon une proportion significative, mais les chercheurs n'avancent aucun chiffre – la recherche est qualitative. Cette étude montre aussi que les immigrants d'origine chinoise trouvent la fréquentation des banque alimentaires particulièrement stigmatisante, ainsi ils ne les fréquentent pas du tout. Ces résultats sont similaires aux nôtres, on a vu précédemment que les répondants issus de la Chine, mais également de l'Asie du Sud-Est et du sous-continent indien fréquentent beaucoup moins les banques alimentaires que les autres groupes.

6.2.5 Conclusion

En conclusion, une bonne part des répondants et des participants vivent des situations financières inconfortables, fragiles, précaires, voire parfois inquiétantes. Ces dernières résultent d'une déqualification professionnelle, de la perte d'un emploi (souvent à cause d'une délocalisation) ou d'un emploi peu rémunéré qui ne demande pas de qualification particulière. Toutes ces situations ont des impacts sur leurs pratiques alimentaires. Toutefois, la majorité déclare que leur situation financière n'a pas véritablement d'incidences sur leurs pratiques alimentaires, bien qu'une bonne part de ceux-ci déclare toutefois qu'un revenu plus élevé aurait des conséquences sur leurs choix en matière de produits alimentaires.

Mais pour ceux qui voient leurs pratiques alimentaires affectées par les contraintes financières, ces dernières ont surtout des effets sur les types d'aliments qu'ils sont en mesure de se procurer et sur les pratiques culinaires. Ainsi, ils achètent régulièrement leurs aliments (viande, légumes, conserves, fruits, produits laitiers) dans les grandes surfaces qui offrent les meilleurs prix, mais dont la qualité des aliments laisse souvent à désirer selon les participants et les répondants qui ont majoritairement déclaré qu'ils aimeraient avoir les moyens d'acheter des produits de plus grande qualité (saveur, texture, provenance, fraîcheur), issus de l'agriculture biologique ainsi que plus de produits importés issus de leur région d'origine.

Ces contraintes ont aussi des effets sur les pratiques culinaires, comme la transformation des recettes, des permutations entre les accompagnements (légumineuses, salades) et les éléments centraux (généralement les viandes qui deviennent plus périphériques) ou encore le développement de l'inventivité culinaire lorsqu'il faut composer avec les aliments des banques alimentaires ou avec ceux qui sont « en spécial » dans les supermarchés. Pour les

Chinois, qui avaient à faire face eux aussi à des limitations financières, celles-ci ont eu probablement les conséquences les plus importantes que nous ayons observées sur leurs pratiques alimentaires. En effet, alors que dans les grandes villes chinoises ils faisaient appel quotidiennement aux nourritures externalisées (cantines, restaurants, comptoirs) et à l'hospitalité des parents (pour le repas du soir), il ne leur est dorénavant plus possible de faire ainsi. Le résultat est le développement des pratiques culinaires domestiques, ce qui constitue une grande nouveauté pour ce groupe qui présente à cet égard une spécificité rencontrée chez aucun autre groupe.

Par ailleurs, la plupart des cuisinières et des cuisiniers rencontrés font preuve d'une grande créativité et d'une grande souplesse d'adaptation. Ainsi, la plupart pouvaient compter sur un « capital culinaire » qui leur assurait un sens de l'orientation culinaire et gustatif de même qu'un bagage de connaissances et de savoir-faire qui leur permettait la plupart du temps d'exercer un contrôle et de l'autonomie sur leur alimentation.

Les immigrants issus des classes moyennes et aisées dans leur pays d'origine vivent des situations qui sont tout à fait particulières et inédites si on les replace dans le cadre de l'histoire de l'immigration dans les pays industrialisés de la fin du 19^{e} siècle jusqu'à la fin du 20^{e} siècle. Nous avons montré qu'ils font l'expérience entre autres de contraintes financières qui limitent l'accès aux produits alimentaires. Cependant, d'autres dynamiques sont également à l'œuvre dans les espaces sociaux dans lesquels ils interagissent. Elles sont aussi historiquement particulières et favorisent une intégration sociale (et le maintien de certaines particularités culturelles, dont les pratiques alimentaires et culinaires) plutôt qu'une assimilation (et l'abandon de ces mêmes pratiques). L'annexe B.6 présente une analyse de la spécificité de la situation de ces classes moyennes, particulièrement du point de vue de leur alimentation et de leurs rapports avec l'espace social alimentaire qu'ils rencontrent après l'immigration.

Terminons cette section avec le discours d'Alexia, qui montre bien le fait que sa situation financière a eu des impacts considérables sur ses pratiques alimentaires et les significations des repas. Bien que l'accès aux ressources soit plus limité et qu'une situation financière plus précaire soit un frein au plein exercice d'une citoyenneté entendue comme une participation égalitaire à l'ensemble des activités d'une société donnée, la cuisine et le

partage des repas ont pris pour elle une tout autre signification dont le bilan, selon elle, est finalement assez positif. On peut aisément voir qu'Alexia provient des classes moyennes dans son pays d'origine par le fait qu'elle ne s'occupait pas elle-même de la cuisine. Cet extrait a pour but de montrer que les processus que nous décrivons ont de multiples facettes et qu'il faut analyser et montrer à la fois le travail des contraintes, mais également ce que les acteurs en font et comment ces contraintes peuvent être aussi une source de créativité. De toute évidence, Alexia ne peut allouer autant d'argent dans l'achat de nourriture, et le fait de devoir cuisiner elle-même est une source de sociabilité renouvelée. Cependant, en comparaison des autres participants, ses pratiques alimentaires dans son pays d'origine (à part le cas de la majorité des Chinois qui vivaient des situations semblables) sont plutôt atypiques.

> Et il y a une grande différence : ici je cuisine, toujours, mais là-bas je ne cuisinais jamais, parce qu'à l'école ils préparaient la nourriture de ma fille et dans ma maison il y avait une autre personne qui cuisinait pour elle, et moi tout le temps je mangeais au restaurant. Alors, ici c'est presque la première fois que je cuisine tous les jours et je dois apporter ma nourriture à l'école alors je cuisine. Et l'autre chose, c'est peut-être que là-bas, on utilisait beaucoup la livraison, ah oui, tout le temps, parce que parfois j'arrivais très tard à la maison, je n'avais pas envie de cuisiner alors j'appelais pour commander quelque chose [...] Il y a aussi une autre différence : là-bas j'avais un bon salaire et j'étais très flexible avec ça, je pouvais dépenser, je savais que j'avais les façons d'obtenir de l'argent additionnel et je n'avais presque pas de temps, mais ici j'arrive à ma maison à 5 h, là-bas j'arrivais à 10 h - 10 h 30, alors j'ai 5-6-7 h de différence. Mais maintenant j'aime faire la cuisine, ce que je n'aime pas de la cuisine, c'est faire la vaisselle, mais j'aime cuisiner, je me trouve des recettes par Internet parfois pour faire des choses différentes, et aussi partager avec ma fille, parce que parfois elle peut participer dans la cuisine. Elle a 6 ans. J'aime parce que ça nous permet de partager plus de temps ensemble. Parce que le temps que je n'avais pas pour elle là-bas, je l'ai ici (Alexia, femme, 30 ans, Colombie, monoparentale, 2009, professeur d'université en mathématique et statistiques).

6.3 Les contraintes de temps

6.3.1 « Où est passé le temps que j'avais pour cuisiner? »

Dans les sociétés occidentales actuelles, mais également dans les métropoles de certains pays émergents comme la Chine, le Brésil et dans une moindre mesure l'Inde, une grande part des individus font l'expérience d'un phénomène dorénavant assez bien circonscrit et qui est celui d'une compression du temps, ils ont l'impression de ne pas disposer d'assez de temps dans une journée pour accomplir l'ensemble des tâches qu'ils ont à faire et pour

s'accorder des loisirs. Cela est particulièrement le fait des habitants des grandes agglomérations et de ceux qui demeurent en périphérie de celles-ci[93], des travailleurs des secteurs des services et plus largement des familles dont les deux conjoints occupent un emploi à temps plein. Parmi ceux-ci, les femmes au travail sont les plus susceptibles d'en faire l'expérience, car ce sont elles qui sont largement responsables des travaux domestiques (Bradford, 1992 ; Bywaters, 1990 ; Coltrane, 2000 ; Davies, 1994 ; Davies et Madran, 1997 ; Kaufmann, 2005 ; Kemmer, 1999 ; Robinson, 1990). Afin de répondre à cette « accélération du temps », les individus développent des stratégies de gestion du temps (Bellanger et Marzloff, 1996 ; Berry, 1979 ; Kim, 1989 ; Meissonnier, 2002 ; Montulet, 1998 ; Robinson et Godbey, 1997 ; Viard, 1994 ; Warde, 1997, 1999). Ces stratégies peuvent être par exemple de réaliser plusieurs activités simultanément plutôt que séquentiellement, de réallouer du temps accordé au sommeil ou aux loisirs, d'acheter des produits qui permettent de « gagner du temps », de maximiser les déplacements et de réduire le temps consacré aux travaux domestiques (parfois par l'embauche d'une aide ménagère) pour ne nommer que ceux-là. Les effets de cette accélération du temps « dans les stratégies que chacun utilise pour gérer sa mobilité et ses consommations » (Meissonnier, 2002, p. 213) et les incidences de ces modes de vie émergents ont des impacts sur les diverses dimensions de l'alimentation (Ascher, 2005b ; Beardsworth et Keil, 1992, 1997 ; De Labarre, 2001 ; Gofton, 1995b ; Hébel, 2007 ; Kaufmann, 2005 ; Mestdag, 2005a, 2005b ; Poulain, 2002c ; Pynson, 1993 ; Recours et Hébel, 2006). L'ensemble de ces transformations récentes dans l'espace social alimentaire, qu'il s'agisse de l'alimentation dans un contexte domestique ou qu'il s'agisse de la production, de la distribution et de la création de nouveaux produits à des échelles macrosociales et macroéconomiques, résultent en ce que nous nommons une « hypermodernité alimentaire » à l'instar d'Alan Warde (1997). Nous avons déjà discuté de cette question dans le cadre conceptuel. Nous verrons dans cette section quels sont les impacts de la diminution du temps disponible sur les activités domestiques et plus spécialement sur la cuisine.

---

[93] Les résidents des banlieues qui passent plusieurs heures par semaine dans les transports, entre autres à cause de la densité de la circulation routière. Ces heures passées dans la circulation sont des heures en moins qui ne sont plus disponibles pour d'autres activités, dont la cuisine.

Sans doute le fait que le temps ait changé de statut et qu'il faille maintenant le « gérer » n'est pas tout à fait nouveau pour les immigrants que nous avons rencontrés; ils ont souvent raconté qu'ils avaient déjà des vies assez bien chargées dans leur pays d'origine comme travailleurs, comme parents et comme citoyen. Ce qui a changé par contre, c'est qu'ils n'ont plus le réseau social et surtout familial qui leur permettait de compter sur une aide précieuse pour garder les enfants, préparer à manger et aider parfois aux tâches domestiques. Ceux qui en avaient les moyens engageaient des aides ménagères. De plus, beaucoup ont des enfants, occupent un emploi à temps plein ou à temps partiel, doivent étudier le français ou reprennent des études et vont tous les jours chercher les enfants à l'école ou à la garderie, sans compter les autres activités à caractère social. Cela donne lieu, pour ce qui est de la cuisine, à des stratégies de maximisation du temps qui prennent trois formes principales : la simplification des recettes, l'adoption d'autres techniques de préparation, ce qui implique parfois l'apprentissage de ces nouvelles techniques (le sauté ou la cuisson poêlée par exemple) et la préparation des repas à l'avance que l'on n'a plus qu'à faire réchauffer au moment opportun.

Il est difficile d'évaluer le temps moyen de préparation d'un repas à la maison pour chacun des pays de provenance des individus de l'échantillon, il n'existe pas de données à cet effet et la chose se compliquerait encore plus si l'on faisait intervenir des variables descriptives comme le type d'emploi de la mère ou de l'épouse, qui ont des effets significatifs sur le temps disponible. De plus, certains pays pratiquent la journée continue (les travailleurs et les enfants qui fréquentent l'école ne rentrent pas à la maison pour le repas de mi-journée, car le temps destiné à cette activité est très court, les commerces et certains services publics demeurent ouverts), mais une bonne part ne la pratique pas, cela a des conséquences non seulement sur le nombre de repas à préparer, mais plus globalement sur l'organisation de la journée alimentaire (courses, préparation, consommation). Rentrer à la maison pour le repas de la mi-journée est une pratique largement répandue notamment au Mexique, et dans les pays d'Amérique centrale en Colombie et au Venezuela, de même qu'en Afrique du Nord (bien que des changements y soient en cours).

Quoi qu'il en soit, selon les répondants dans leur ensemble, deux éléments apparaissent clairement. Le premier est à l'effet que les types de cuisine et de menus qu'ils faisaient quotidiennement dans leur pays d'origine prenaient beaucoup de temps (au moins une heure,

seulement pour la préparation et la cuisson) et que les approvisionnements en produits alimentaires se faisaient quotidiennement ou sinon au moins trois fois par semaine[94]. Le second est qu'il existe manifestement une différence entre le temps disponible pour faire la cuisine avant la migration et après la migration. En effet, la proportion de temps contraint (travail, études), de même que du temps à accorder à certaines autres activités (transports, recherche d'emploi, aide aux devoirs, etc.), a augmenté chez la majorité des participants. Certains résultats du sondage peuvent aider à comprendre ce phénomène.

6.3.2 L'utilisation du four à micro-ondes comme indicateur de mutations

S'il est un tandem qui est devenu emblématique de l'hypermodernité alimentaire, c'est celui du réfrigérateur-congélateur et du four à micro-ondes. Le premier sert à stocker des aliments frais ou précuisinés (préparés à la maison ou achetés dans le commerce) et le second à les réchauffer (et à les décongeler au besoin) en quelques minutes. Cela permet notamment d'écourter le temps quotidien consacré aux courses (s'il suffit de réchauffer), à la préparation et la cuisson des aliments, mais cela est également un facteur potentiel d'individualisation des prises alimentaires. Dorénavant, n'importe quel membre de la famille, pourvu qu'il soit en âge de se servir de ces appareils, peut se faire réchauffer un plat à l'heure qui est compatible avec ses activités personnelles et peut le consommer seul à table ou ailleurs dans la maison. Au Québec, selon les chiffres de « Un portrait statistique des familles au Québec » (Dallaire *et al.*, 2011), la proportion des ménages qui possédaient un four à micro-ondes en 2007 était de 93,2 %. À titre indicatif, elle était de 4,2 % en 1982 et de 75,4 % en 1992. La possession d'un four à micro-ondes n'est pas corrélée aux revenus, sauf pour les ménages qui gagnent moins de 19 999 $ par année. Pour nos répondants, selon notre questionnaire, la proportion de ceux qui possèdent un four à micro-ondes est de 91,8 %, ce qui est en phase avec la

[94] Les études disponibles, en Amérique du Nord, ne montrent pas d'une manière non équivoque que le fait de faire de grosses courses une fois par semaine sauve beaucoup de temps par rapport au fait de s'approvisionner quotidiennement dans son quartier, près de chez soi, en rentrant du travail par exemple. Bien que le modèle des magasins à grande surface accessibles en automobile se développe dans de nombreux pays d'où proviennent nos participants (Chine, Mexique, Ukraine, Hongrie, etc.) et que cela ait des conséquences sur les modes de consommation, les déplacements et sur l'organisation urbanistique des villes, le modèle du marché, grand ou petit, conserve encore une grande place selon nos participants. Cela est sans doute attribuable entre autres aux conditions climatiques de ces pays qui sont généralement plus favorables à la présence de marchés non couverts et extérieurs ouverts à l'année et qui offrent souvent des produits locaux.

moyenne nationale. Par ailleurs, ils étaient 95,1 % à en posséder un avant d'immigrer. On peut supposer, pour les 3,3 % qui n'en possèdent plus, qu'ils n'ont actuellement pas les moyens de s'en procurer un ou qu'ils n'en voient pas l'intérêt pour le moment. Comme on peut le constater, ils étaient un large pourcentage à posséder cet appareil; sur ce plan, mais sur celui-là seulement nous le verrons, la situation n'a pas changé. Par contre, les choses deviennent très instructives si nous analysons la fréquence de son utilisation. Les deux tableaux suivants illustrent la fréquence de l'utilisation du four à micro-ondes avant et après l'immigration, les données provenant des résultats de notre questionnaire.

Tableau 6.2 *Utilisation du four à micro-ondes avant l'immigration (ordonnées exprimées en %)*

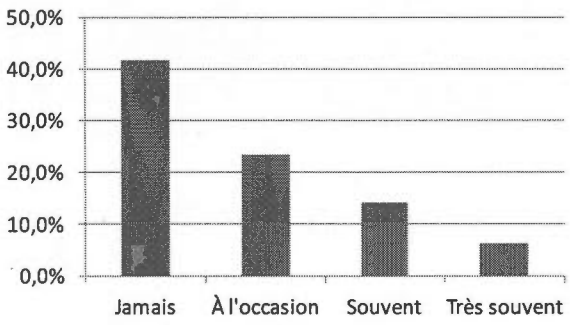
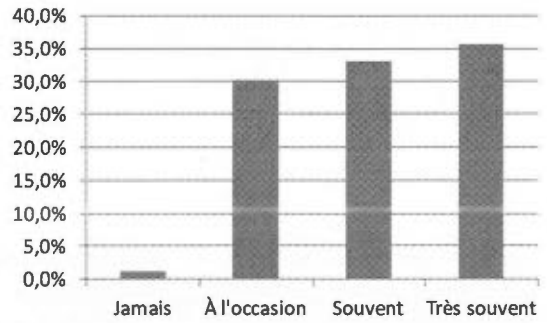


Tableau 6.3 *Utilisation du four micro-ondes après l'immigration (ordonnées exprimées en %)*



Les différences observées entre l'utilisation du four à micro-ondes avant et après la migration pour les groupes qui ont répondu « jamais » et « à l'occasion » avant d'immigrer

sont significatives[95]. Dans ces deux cas, ils l'utilisent plus souvent. Une présentation descriptive montre que 49,4 % n'utilisaient jamais cet appareil[96] et qu'ils étaient 27,6 % à l'utiliser à l'occasion (total 77 %). Si on additionne la proportion de ceux qui restent (« souvent » 16,7 % et « très souvent » 6,4 %), ils ne sont que 23 % qui l'utilisaient à ces fréquences avant d'immigrer. Après la migration, la proportion de ceux qui répondent « jamais » est de 1,2 % et de 30,2 % pour ceux qui disent à l'occasion (total 31,4 %). Tous les autres l'utilisent souvent pour 33,1 % d'entre eux et très souvent pour 35,5 % d'entre eux. C'est une véritable inversion ! Il n'y a pas de différences significatives selon les tranches d'âge ou les années écoulées depuis la migration. Néanmoins, des tendances se dessinent par rapport à son utilisation avant la migration. Les répondants issus des régions de la Chine, de l'Asie du Sud-Est, du sous-continent indien et de l'Afrique du Nord et du Proche-Orient se servaient très peu de cet appareil. Ce sont ceux issus de l'Amérique du Sud, du Mexique et de l'Europe orientale et méridionale qui s'en servaient le plus. Par ailleurs, le groupe pour qui l'utilisation semble avoir le moins changé est celui des 35-44 ans. Une chose est certaine, l'usage du four à micro-ondes a augmenté d'une manière considérable après la migration chez tous les groupes.

On peut mettre ces résultats en parallèle avec ceux obtenus à l'énoncé « J'aimerais avoir plus de temps pour cuisiner », dont les résultats montrent qu'ils sont 55 % à répondre qu'ils aimeraient en avoir plus (« très d'accord » 22,5 %, « assez d'accord » 32,5 %). Il n'y a pas de différences significatives en croisant ces résultats avec les variables descriptives. L'hypothèse la plus plausible pour expliquer ce phénomène n'est pas qu'ils aiment dorénavant le résultat de la cuisson au four à micro-ondes, les entrevues ayant montré qu'ils apprécient massivement les repas préparés le jour même avec des produits frais et consommés immédiatement, mais bien que quelque chose de fondamental a changé dans leur manière de cuisiner et que cela est dû au fait qu'ils consacrent moins de temps à ce travail, ou du moins que les éléments de la structure temporelle de ce travail (et des tâches reliées) ont changé.

---

[95] Selon le test de Wilcoxon.

[96] Mais le possédait néanmoins, un signe ici sans doute de leur statut social.

6.3.3 Les difficultés à réunir les membres de la famille

De plus, la difficulté à réunir tous les membres de la famille en un même endroit en même temps a sans doute un impact sur ces transformations et particulièrement sur les pratiques de préparation des mets à l'avance. À cet effet, le sociologue Alan Warde (1999) fait remarquer que dans la mesure où manger est considéré comme une activité conviviale et commensale, elle pose des problèmes d'horaires. De plus, l'électronique domestique[97] qui accompagne l'hypermodernité « permet des formes de jonglage dans un monde où le problème est de pouvoir se réunir [...] Du temps continu dans un endroit fixe (la table à manger) avec un groupe spécifique de personnes (toute la famille) est l'objet d'une raréfaction. Il s'agit là d'un problème à propos de la planification des repas et de leur réalisation. Manger demeure un événement social et manger seul est rarement l'option favorite pour la plupart des gens [...] La grande difficulté à rassembler les gens ensemble, à synchroniser leur trajectoire spatio-temporelle est au cœur des difficultés et des contraintes de la vie moderne » (Warde, 1999, p. 523. Notre traduction). Tiwa nous livre ici un témoignage qui va tout à fait dans ce sens et nous la retrouverons un tout petit peu plus loin; elle nous dira alors comment elle cuisine.

> Ben ici, au Canada, c'est difficile de se rencontrer la famille ensemble, pour manger ensemble, c'est difficile, parce que chaque personne s'en va travailler à gauche à droite. Des fois on finit c'est pas la même heure. La façon de manger comme ensemble, on peut pas être ensemble. Dès fois vous finissez tard ou mangez après, moi je suis arrivée avant, j'ai faim, je dois manger avant, c'est ça. Quand je finis de préparer, je mange, c'est comme ça. Comme moi, mon mari des fois, je travaille, je suis arrivée tard. Des fois, il peut pas attendre, il mange avant, c'est comme ça (Tiwa, femme, 54 ans, Cambodge, mariée, enfant décédé durant le régime des Khmers rouges, 1985, travail manuel dans une compagnie d'électronique, maintenant au chômage).

---

[97] Selon Warde, la principale caractéristique de ces appareils (répondeurs automatiques, boîtes de courriel, machines pour enregistrer les émissions de télévision, congélateurs et fours à micro-ondes) n'est pas de sauver du temps à proprement parler, mais bien de permettre des (re)mises en ordre de l'usage séquentiel du temps. Bien que certains de ces appareils et de ces produits, auxquels on pourrait ajouter les machines à laver le linge et les plats prêts à manger, puissent avoir pour fonction de réduire le temps requis pour la réalisation d'une tâche particulière, il est important de les distinguer de ceux qui permettent de modifier le déroulement (timing) et l'ordre séquentiel. Le four à micro-ondes, le réfrigérateur et le congélateur et particulièrement l'usage combiné de ces appareils sont clairement une indication de l'arrivée de la problématique du « timing » dans le champ de la préparation de la nourriture et de la capacité de ces appareils et de ces produits de contribuer à « gérer » ces contraintes sur le mode d'une discontinuité du temps. Le temps devient alors modulaire et non plus un procès continu. Les tâches peuvent donc être séparées selon les divers éléments qui les composent (achat de produits, préparation des aliments, cuisson des aliments, réchauffage des plats) et être exécutées d'une façon discontinue en séparant les divers modules (Shu-Li Cheng, 2007 ; Warde, 1997, 1999).

Une étude en cours au Québec et dirigée par le groupe Extenso de l'Université de Montréal, dont certains résultats sont présentés sur le site de la recherche « Tout le monde à table » (http://toutlemondeatable.org/), montre les fréquences de consommation des repas du soir en famille. Voici ci-dessous un tableau récapitulatif comparant les résultats du questionnaire de « Tout le monde à table » (source : http://toutlemondeatable.org/les-resultats-des-sondage/17/) et des résultats de notre questionnaire. Relevons au passage que les résultats de l'enquête « Tout le monde à table » ont été obtenus par un sondage en ligne auprès de 660 personnes.

Tableau 6.4 Fréquences comparatives des repas pris en famille. Exprimées en %

	Questionnaire « Tout le monde à table »	Notre questionnaire
Jamais	1	1
1-2 fois par semaine	4	12
3-4 fois par semaine	12	11
5-6 fois par semaine	35	16
7 fois par semaine	47	60

Notre question ne concernait pas que la famille, mais concernait également les couples. On constate d'emblée que les répondants de notre échantillon mangent ensemble sept jours sur sept beaucoup plus souvent (60 %) que l'échantillon de « Tout le monde à table » (47 %). Prendre le repas du soir tous les jours, tous les membres de la famille ensemble, est aujourd'hui difficile à réaliser et cette difficulté augmente quand les enfants sont plus vieux. Néanmoins, si l'on additionne la proportion des personnes qui mangent tous ensemble cinq fois et plus, les choses s'équilibrent beaucoup plus : en effet, ils sont 82 % pour l'échantillon de « Tout le monde à table » et 76 % pour notre échantillon. Cette différence s'explique probablement par le fait que les immigrants travaillent à temps partiel en grand nombre durant les premières années et que les horaires de travail sont incompatibles avec les repas en famille ou en couple. Dans les deux cas, les moyennes sont élevées et vont à l'encontre de certains discours et de certaines perceptions qui circulent dans les médias et même dans les milieux scientifiques et selon lesquels on assisterait à une certaine déstructuration et à une désagrégation du repas de famille. Cependant, pour au moins 40 % de notre échantillon,

prendre le repas du soir tous ensemble n'est pas possible tous les jours, il faut donc mettre en place des stratégies qui permettent de contourner ces contraintes. La préparation des repas à l'avance et, pour certains, l'achat de produits prêt à l'emploi (notamment les pizzas congelées), seront deux de ces stratégies, comme nous le verrons plus loin.

6.3.4 Les stratégies afin de contourner les contraintes de temps et d'individualisation des trajectoires spatio-temporelles

D'autre part, le temps semble s'être à la fois accéléré et par conséquent celui pour accomplir les tâches et les activités liées à l'alimentation, compressé. C'est du moins ce dont a témoigné une large part des répondants lors des entretiens. Comme on le verra dans des extraits des discours des participants, ces transformations de la structure temporelle de la journée et de la semaine ont des incidences sur le temps de préparation des repas, sur les techniques de préparation et de cuisson ainsi que sur les recettes[98]. Une des premières transformations est la simplification des repas et des recettes en semaine et l'apparition d'une dichotomie entre les repas de la semaine et ceux de la fin de semaine (vendredi soir, samedi et dimanche), de même que l'apparition d'une nouvelle pratique qui est de cuisiner des plats à l'avance.

> Le temps est très précieux ici. Tu n'as pas vraiment besoin de bien manger, de bien préparer la nourriture. Euh, tu es comme un robot (rires) ! Tu te réveilles, après tu vas au travail, tu as besoin de reposer un peu, mais tu n'as pas de temps, parce que quand tu vas à la maison tu dois nettoyer ou faire quelque chose pour préparer pour l'autre jour. Qu'est-ce que j'ai vu ici que les personnes font, euh, leur cuisine un jour par semaine pour toute la semaine. Je pense que ça c'est bon et c'est pas bon. Parce que la nourriture quand tu la cuisines, toutes les valeurs sont bonnes, le moment que tu la cuisines [...] Les personnes ici mangent pour seulement avoir de l'énergie et pour continuer, mais pas pour bien manger et pour la santé, je pense. Moi, maintenant, je ne travaille pas. Mais j'ai vu les autres personnes. Moi, je trouve le temps pour cuisiner et pour faire les choses. Qu'est-ce que j'ai vu mes amis qui vivent ici, qui travaillent et qui ont une famille. C'est comme ça qu'ils font. Parce que quand j'étais dans mon pays, moi, c'était ma famille qui cuisinait pour moi. Quand je suis venue ici, c'est moi qui dois préparer réellement. Quelquefois, pas quelquefois, mais, j'ai commencé à négliger, OK, je mange après ou je fais quelque chose pas bien mangé (Lifa, femme, 25 ans, Albanie, mariée, sans enfant, 2007, étudiante).

---

[98] Cette réduction du temps disponible pour les activités liées à l'alimentation et aux tâches domestiques plus largement a aussi des incidences sur la division sexuelle des tâches du ménage, cependant nous discuterons cette question au chapitre VIII.

Lifa livre ici plusieurs choses. Tout d'abord, il semble que les modes de vie ou sinon le « rythme de vie » soient plus rapides au Québec qu'en Albanie. Quand elle dit « tu n'as pas vraiment besoin de bien manger, de bien préparer la nourriture », elle ne parle pas d'elle, mais de ce qu'elle constate chez la population en général, ce que vient confirmer l'énoncé suivant : « Les personnes ici mangent pour seulement avoir de l'énergie et pour continuer, mais pas pour bien manger et pour la santé, je pense ». On peut se reporter au chapitre IV sur les normes sociales du repas afin de mettre les propos de Lifa en perspective, mais à l'évidence elle exprime des réserves sur ce qu'elle perçoit être les normes alimentaires au Québec. Elle considère aussi que le manque de temps conjugué aux normes alimentaires un peu « relâchées » du Québec (les gens mangent juste pour avoir de l'énergie, font beaucoup appel aux nourritures préparées à l'extérieur de la maison) crée un climat délétère en matière d'habitudes alimentaires pour les immigrants qui s'installent au Québec. Elle affirme avoir constaté que nombre d'immigrants qu'elle connaît ont changé leurs pratiques alimentaires et le jugement qu'elle porte, qui lui appartient, est intéressant dans la mesure où il est révélateur du fait que Lifa a une représentation sans doute très structurée de ce que devrait être un « vrai repas » – préparé tous les jours avec des produits frais, consommés par tous les membres de la famille ensemble – et que ce n'est pas seulement une occasion pour se remplir, mais pour bien manger, savoir apprécier ce qu'on mange et prendre son temps. Comme de nombreuses jeunes personnes immigrantes que nous avons rencontrées, Lifa ne faisait pas régulièrement la cuisine avant d'immigrer. Elle habitait chez ses parents, et sa mère se chargeait de cette tâche. Faire la cuisine est donc une nouveauté pour elle et elle tente (ou en tout cas cela semble important pour elle) de cuisiner autant que possible. On sent toutefois une tension et une ambiguïté dans son discours dans la mesure où elle dit à la fois « moi, je trouve le temps pour cuisiner et pour faire les choses » et un peu plus loin « quelquefois, pas quelquefois, mais, j'ai commencé à négliger, OK, je mange après ou je fais quelque chose pas bien mangé ». Elle avoue en fait qu'elle ne peut se conformer aux normes alimentaires qui étaient celles de son groupe social prémigratoire et qu'elle s'est mise à « tricher » et à prendre moins de temps qu'il ne faudrait pour préparer de « bonnes choses ».

Amanda, qui vit seule, connaissait une situation similaire à celle de Lifa avant d'immigrer, c'est sa mère qui cuisinait. Maintenant, c'est elle qui doit le faire, mais elle

préfère faire des choses moins compliquées. Elle demande souvent des conseils à sa mère demeurée au Costa-Rica, mais adapte facilement les recettes et les conseils qu'elle lui donne en fonction de ce qu'elle trouve dans les commerces près de chez elle.

> Il faut remarquer qu'avant j'habitais chez mes parents, c'était pas moi qui faisais la nourriture, c'était ma mère, et j'étais chanceuse et il ne fallait pas que je mange, mais maintenant il faut que je prépare les choses moi-même et je le fais bien, mais c'est sûr qu'on a différentes façons de préparer les choses. Moi j'essaie de faire les choses moins compliquées. Mais toujours j'essaie de m'adapter aux ingrédients que je peux trouver et de les préparer presque de la même façon [...] Des fois j'appelle ma mère pour lui demander comment se prépare telle chose et elle m'explique et j'essaie de trouver les ingrédients et j'essaie de le préparer et des fois ça marche bien (Amanda, femme, 29 ans, Panama, célibataire, sans enfant, 2006, formation en administration, documentation du trafic maritime).

Dans les exemples suivants, Sandy et Isabella sont deux cas intéressants de mariage interethnique où chacune a conservé son patrimoine culinaire et, bien que chacune ait dû adapter ses recettes et ses modes de préparation (Sandy nous dit qu'elle fait la cuisine colombienne, mais en fin de compte peut-être déjà plus tout à fait colombienne), on assiste à un fonctionnement « biculturel » et non « métissé », mélangé : un jour c'est colombien et l'autre roumain ou, dans le second cas, un jour mexicain et l'autre moldave. Les conjoints ont dû réaliser des adaptations réciproques, entre autres sur le plan gustatif, car la gastronomie mexicaine utilise le piment fort comme marqueur et celle de Moldavie les herbes aromatiques douces. Le résultat est la pratique de deux styles culinaires distincts. Les deux couples ont toutefois adopté de nouvelles pratiques qui consistent à cuisiner une certaine quantité de nourriture à l'avance, la plupart du temps le samedi ou le dimanche, et de la réchauffer par la suite pour le dîner ou le souper et/ou à simplifier recettes et préparation.

> Et à la maison les deux, mon mari et moi, on fait de la cuisine, mais je pense que c'est spécial parce que mon mari, sa mère est roumaine et, chez lui en Colombie, il mangeait roumain, et il fait la cuisine roumaine, mais je fais la cuisine de ma mère qui m'a enseigné. Pendant la semaine on essaie de manger, de faire des choses très faciles à apporter à l'université, à l'école, mais très balancé et les fins de semaine j'essaie de faire quelque chose typique de mon pays, parce qu'on a le temps de le faire et aussi mon mari, il fait la cuisine de sa mère, je fais la cuisine de ma mère. Je fais la cuisine colombienne, mais je pense que ce n'est pas toujours colombien. [...] Pendant la semaine, on essaie de faire une nourriture balancée, nutritive, que l'on peut apporter à l'école, au travail. Parce que par exemple si je veux faire un plat typique de ma ville que j'aime beaucoup ce n'est pas, c'est meilleur de le manger chez moi que de l'apporter (Sandy, femme, 36 ans, Colombie, mariée, enfants, 2008, radiothérapie, physique médicale).

> Quand je suis arrivée au Canada, j'étais toute seule et je préparais toujours ma nourriture et toujours la base de ma nourriture c'est le piquant, l'épicé, les *tortillas*, le maïs, les avocats et souvent je mange aussi du riz. Mais maintenant que je suis avec mon copain, les choses ont

> changé un peu. Avant aussi je faisais la cuisine deux fois par semaine ou trois fois, je faisais trois ou quatre nourritures, je le gardais au frigidaire et après pendant la semaine je prenais de la nourriture. Maintenant aussi je fais la même chose, mais la nourriture a changé un peu. Mon copain par exemple il fait sa nourriture moldave [...] Il fait deux nourritures, moi deux nourritures, on le garde au frigidaire et pendant la semaine je prends la nourriture, je prends la nourriture pour l'école, je ne mange pas à l'extérieur. Presque toujours je fais la cuisine, on mange à la maison et vraiment je ne me rappelle pas combien de fois par année, mais c'est peu de fois que je sors manger à l'extérieur parce que je n'aime pas Burger King, toutes ces choses, je n'aime pas. Quand on a commencé, on avait essayé de faire le samedi et pendant la semaine on mangeait ce qu'on avait fait. Mais pendant la semaine, il y avait la nourriture que ça ne goûte pas la même, ce n'était pas le même goût. Maintenant on a partagé, deux fois par semaine, par exemple le mercredi, on fait trois nourritures et le samedi, on fait encore trois ou quatre nourritures et c'est très bien pour toute la semaine, on n'est pas pressé pour faire la nourriture et j'apporte ma nourriture à l'école. Parce que je préfère, ce n'est pas une question d'argent, c'est meilleur pour épargner de l'argent et aussi je n'ai pas beaucoup d'argent et on épargne vraiment beaucoup (Isabella, femme, 23 ans, Mexique, conjointe de fait, sans enfant, 2007, étudiante).

L'extrait suivant du discours d'Elba qui suit montre bien son adoption enthousiaste de la préparation de grandes quantités de nourritures à l'avance. Dans son cas, ce qui semble être plutôt rare, elle a aussi adopté la congélation et croit que c'est parce que les techniques de congélation ne sont pas bien maîtrisées (du moins dans son pays d'origine) qu'elles sont très peu répandues.

> Ici, j'ai appris à cuisiner des grosses portions et les congeler, mais congeler d'une bonne façon, parce que personne chez nous sait congeler, et c'est pour ça que les personnes n'aiment pas manger congelé, parce qu'ils savent pas congeler, c'est juste pour ça que ça change le goût (Elba, femme, 42 ans, Colombie, célibataire, enfant, 2008, [a déjà vécu au Québec de 1991 à 1997], études en sciences de l'environnement, travaillait comme commis de bureau en Colombie).

Il n'existe pas de données collectées ici ou d'ailleurs sur cette pratique de faire une grande quantité de nourriture et de la conserver pour consommation ultérieure. Les participants ont toutefois déclaré que cela n'était pas une pratique répandue dans leur pays d'origine, quel qu'il soit. Bien sûr, il y a souvent des « restes », mais ceux-ci sont conservés très peu de temps et sont resservis au repas du soir en plus petite quantité pour ceux qui mangent le repas principal à la mi-journée ou pour le repas du midi le lendemain pour ceux qui mangent à la maison. Dans la majorité des cas, c'est tout l'édifice normatif alimentaire qui interdit ce type de pratique. Dit plus simplement, la plupart du temps il n'est pas « convenable » de servir un plat réchauffé pour le repas principal. De même, il est rare d'emporter des « restes » au travail ou à l'école, car il existe des structures (restaurants, cafétéria, traiteurs, cuisines maison) qui se chargent de produire les repas de la mi-journée dont la cuisine tente de se rapprocher le plus possible de la « cuisine maison ». Ces

établissements ne sont donc pas un lieu d'exploration culinaire, mais plutôt de réitération du « familier » et de la norme alimentaire. Par exemple, voici ce que nous dit Dana à propos des repas du midi consommés à l'extérieur de la maison en Colombie. On pourrait généraliser cette situation à une grande majorité des pays d'où proviennent les immigrants que nous avons rencontrés.

> Quand je suis arrivée, il y a une chose que j'ai trouvé tellement différente de mon pays, c'est d'amener le repas pour dîner au travail, à l'école. On ne fait pas ça, on cuisine à la maison oui, mais si on est au travail, on mange là, dans le travail. Il y a des restaurants, des petits restaurants de quartier qui cuisinent des choses de famille, ici, il n'y a pas ça. En Colombie c'est partout, dans chaque quartier, il y a cinq ou sept endroits comme ça qui vendent de la cuisine familiale. Donc, c'est moins cher et c'est de la cuisine normale qu'on cuisinerait à la maison [...] Oui ici on cuisine, c'est plus de travail, parce qu'il faut cuisiner le dîner, mais c'est beaucoup mieux parce qu'on peut choisir qu'est-ce qu'on va manger. Et le fait d'avoir des fours à micro-ondes au travail, à l'école, c'est tellement bon, c'est une bonne idée (Dana, femme, 29 ans, Colombie, mariée, sans enfant, 2009, médecin).

Il est impossible de connaître en détail les normes sociales alimentaires de chacun des groupes sociaux d'où proviennent les participants. Une chose est cependant claire à entendre les récits des femmes à propos des manières de cuisiner quotidiennement. Il existe des normes sociales claires (bien que souvent implicites) et contraignantes sur le type de cuisine et le temps minimal qu'une femme doit passer aux chaudrons afin de préparer un repas « convenable ». On l'a vu, Anne Murcott (1982, 1983, 2000), Marjorie Devault (1991), Nickie Charles et Marion Kerr (1986, 1988), entre autres, ont montré la puissance normative du « coocked dinner » sur la construction même de l'espace domestique (la maisonnée), des rôles, de la féminité, des rapports de pouvoir, d'une « bonne alimentation ». Dans ces ouvrages, elles montrent qu'une femme doit mettre du temps dans la préparation des repas afin de montrer qu'elle a bien utilisé son temps d'une manière conforme à ce qu'on attend d'une mère ou d'une épouse. Cela s'applique également aux femmes qui occupent une place sur le marché du travail, même si dans ce cas la norme peut être un peu plus souple. Cela ne dispense toutefois pas les femmes de servir un repas chaud qu'elles ont fait elles-mêmes[99] en majeure partie à leur famille (Bahr Bugge et Almås, 2006 ; Beagan *et al.*, 2008 ; Counihan, 1999 ; DeVault, 1991 ; Jansson, 1995 ; Sidenvall *et al.*, 2000). Cette situation, ce partage des tâches se sont toutefois considérablement transformés au Québec du moins depuis les dernières années. On verra au chapitre VIII que

[99] Ce qui n'empêche pas l'usage de certains produits issus des industries alimentaires et destinés à diminuer le temps de préparation global.

plusieurs immigrants constatent au Québec une division des tâches (du moins en ce qui concerne les tâches liées à l'alimentation) fort différente de celle qui est la norme dans leur pays d'origine. Toutefois, cela n'altère pas l'argument de fond et la question de l'identité de genre en rapport aux tâches reliées à l'alimentation.

Nous n'avons pas creusé cet aspect en profondeur lors des entretiens, mais une recherche future pourrait tenter de montrer les ambivalences des femmes et des hommes immigrants face aux contraintes temporelles, qui sont le résultat des changements à leurs modes de vie. Ces contraintes temporelles transforment en profondeur les types de repas qui sont servis en semaine qui correspondent alors moins à l'idée (la norme) qu'ils se faisaient d'un vrai repas et du type de cuisine qu'ils pensent qu'une femme (ou plus rarement un homme) doit préparer afin d'assurer la santé et le bien-être de sa famille ainsi que son unité et sa stabilité socioculturelle. La définition de ces rôles genrés et des significations qui leur sont sous-jacentes se transforment dans le temps, mais d'une manière plus rapide en situation de migration (Harbottle, 2000 ; Jonsson *et al.*, 2002a ; Jonsson *et al.*, 2002b ; Koçtürk, 2004 ; Ray, 2004 ; Sercia et Girard, 2010b). Nous reviendrons plus en détail sur la discussion autour de cette question de l'alimentation et des genres au chapitre VIII. Pour le moment, ces remarques avaient pour but de poser le problème et de montrer que les contraintes temporelles ont des conséquences non seulement pragmatiques ou techniques, mais aussi symboliques, normatives et sur le plan des rôles et des tâches.

Il ne faut pas en déduire que la pratique de la préparation de quantités de nourritures à réchauffer par la suite est très largement répandue. Néanmoins, les entretiens ont révélé que c'est une pratique qui se développe. La simplification des recettes et des modes de préparation est la pratique qui semble usuelle. À titre indicatif, voyons voir ce que Lucia pense de la cuisine à réchauffer et comment elle heurte sa représentation du « vrai repas ».

> Quand je suis arrivée ici, j'ai habité chez mon frère. Il était ici depuis 10 ans et tout est comme, c'était dans le réfrigérateur. Et j'ai dit non ! C'est pas comme ça, que je fais, parce que j'ai un enfant et je n'aime pas qu'il mange toujours des choses cuisinées dans le micro-onde, et j'ai fait du riz, de la viande, parce qu'à l'école de mon enfant c'est juste deux jours qu'il peut apporter le repas pour réchauffer, les autres jours c'est repas froids. Ça veut dire que je dois envoyer ses sandwichs ou des choses comme ça. Et la fin de semaine je profite du temps que j'ai et je fais la soupe, les choses plus, notre épice pour lui (Lucia, femme, 28 ans, Venezuela, célibataire, enfant, 2007, administration).

Mellia est du même avis pour ce qui est de cuisiner des plats à l'avance.

> La nourriture, mais il faut la manger immédiatement, quand tu as fini la cuisine tu dois manger. Ici je fais la même chose, je me lève tous les jours à six heures du matin, je cuisine pour mon fils, le riz, le spaghetti, toutes les choses, parce qu'il aime le repas chaud, non préparé une semaine avant (Massia, femme, 42 ans, Albanie, mariée, enfant, 2007, infirmière).

Ce règlement de certaines écoles dont parle Lucia et qui oblige les enfants à emporter trois repas froids durant la semaine, pour le repas du midi, est une source de préoccupation, voire d'irritation pour plusieurs participants, ils sont souvent peu habitués aux crudités et aux sandwichs. Ils sont très attachés à l'idée (mais sans doute aussi aux effets physiologiques) des repas chauds au dîner et au souper pour leurs enfants et pour eux-mêmes. On voit aussi, et nous y reviendrons, qu'en général ils ont une très mauvaise perception des repas à réchauffer issus des industries alimentaires.

> Non, mes enfants ne sont pas difficiles, en Albanie ils mangent tout, les légumes, les fruits, toutes les choses, mais ici il y a un problème parce que mon fils cadet il va à l'école primaire et là-bas il doit manger un jour le dîner froid, un jour le dîner chaud. Qu'est-ce que je vais cuisiner dans ce jour, un dîner froid? Parfois je vais mettre la pizza dans la boîte à lunch, parfois le sandwich, mais pour moi je suis très inquiète pour ça. Il aime manger, il aime manger ces choses comme tous les enfants, mais c'est ça, je n'aime pas les produits congelés, jamais, je n'achète pas ces choses-là [...] Je cuisine tous les jours pour mes enfants, mais ici je pense que la nourriture, les gens, c'est mon avis, sont dirigés un peu vers les choses dans les supermarchés, préparées d'avance. J'ai acheté quelquefois pour mon fils il n'a pas mangé à l'école, non, il n'aime pas ça (Morencia, femmes, 41 ans, Albanie, mariée, enfant, 2007, travail social).

Certaines cultures culinaires comme celles de la Chine et de l'Asie du Sud-Est ne pratiquent pas la conservation des restes, sans doute pour des raisons à la fois techniques (les restes ne se réchauffent pas au wok, les fours à micro-ondes sont moins répandus), mais également pour des raisons gustatives (les saveurs et les textures ne sont pas les mêmes) et cela est sans doute relié aussi à des considérations de santé (médecine populaire), culinaires et normatives (encore une fois reliées à la qualité attendue du travail culinaire des femmes et à la division sociale des tâches domestiques). En situation de migration cependant, si les individus ne veulent pas dépendre des ressources extérieures (restaurants, cafétérias), qu'ils n'apprécient d'ailleurs pas beaucoup en général, il faut alors emporter des portions d'un plat cuisiné à la maison et les faire réchauffer à l'école ou au travail. Toutefois, dans la grande majorité des cas, chez les participants originaires de la Chine, on ne mange pas de restes ou de « réchauffé » pour le repas du soir, et même s'ils ne disposent pas d'autant de temps qu'ils

le désireraient pour cuisiner, ils s'astreignent à la cuisine tous les jours en simplifiant les processus comme nous le verrons dans les extraits de discours suivants.

Le premier des exemples suivants montre comment le « réchauffé » ne fait pas partie de l'univers culinaire et gustatif des Chinois (Wei nous dit qu'il est possible de généraliser), et dans le second Chensé dit clairement qu'il ne cuisine pas de grosses quantités pour « manger plusieurs fois » et que le temps disponible a des effets sur le procès culinaire.

> En Chine, je n'ai jamais mangé à la maison pour le petit déjeuner et presque tout le monde, parce qu'il y a beaucoup de services familiaux, on peut manger par exemple à côté de la rue, ou au petit restaurant. Mais ici, chaque matin, chaque jour, quand on se réveille, il n'y a pas beaucoup de temps, mais il faut préparer le petit déjeuner, il faut manger à la maison, il faut ramasser la table, c'est vraiment dur. Ici, c'est la première fois, euh, quand je travaillais dans une compagnie, j'ai dû apporter le repas, je dois apporter la boîte à lunch, après il faut réchauffer au micro-ondes. C'est très dur pour moi parce que je n'ai jamais, jamais mangé des choses réchauffées. Toujours il va falloir manger, peut-être toute ma vie je devrai manger le lunch comme ça, c'est vraiment dur. On peut toujours demander la livraison, mais il n'y a pas beaucoup de choix et c'est très cher (Wei, homme, 36 ans, Chine, marié, sans enfant, 2007, formation en finance, fonctionnaire et enseignant à l'université en Chine).

> Je n'aime pas cuisiner beaucoup pour manger plusieurs fois, juste ce soir et demain, juste une petite quantité. Ça dépend, par exemple en fin de semaine si j'ai beaucoup de temps, je prends plus de temps pour faire quelque chose par exemple acheter la viande, les légumes parce que je pense que ma cuisine est « so so ». Généralement j'aime faire la cuisine, mais c'est le temps. Juste pendant la semaine parce que maintenant un peu occupé, juste très simple, mais je fais attention à manger du poisson, de la viande, légumes, mais très simple, par exemple j'aime de la soupe beaucoup, juste ajouter la viande, les légumes, quelque chose ensemble (Chensé, homme, 41 ans, Chine, célibataire, sans enfant, 2005, opérateur compagnie de fibre optique au Québec).

> Je fais la cuisine moi-même, toujours, parce que je suis célibataire et, comme d'habitude, je mange la cuisine chinoise, et quand je fais la cuisine chinoise, je mélange légumes, des viandes, comme poulet, porc, bœuf et je fris dans l'huile, je mélange tout... euh un sauté, mettre ça quelque chose comme sauce huîtres, sucre, sel. C'est tout, c'est très simple, avec du riz, tous les jours [...] J'aime cuisiner chinois, car la cuisine chinoise est très compliquée, mais ici je suis devenu, euh, plus simple. Ici, c'est pas facile, à manger standard cuisine chinoise (Kevin, homme, 37 ans, Chine, célibataire, 2003, travaille dans l'import-export).

> Le souper, c'est la cuisine chinoise, c'est mon mari qui fait à la maison (rires). Oui, j'aime manger, mais je fais mal la cuisine. Pour moi, euh, en Chine, je n'ai jamais cuisiné en Chine [...] Pour moi, mes goûts ne changent pas, mais je dois adapter, euh, parce que mes exigences sont plus basses maintenant. Avant si je n'aimais pas quelque chose, je refusais, maintenant, je n'ai pas le choix, je dois manger quelque chose. Mon mari il cuisine rapidement, c'est pourquoi c'est lui qui fait toujours la cuisine, mais le goût pas très bien, parce que avant, je mangeais au restaurant et le goût est vraiment bon, mais à la maison, mon mari, euh, il n'est pas chef ! Ici, ça ne chauffe pas assez, le feu est moins fort, c'est une des raisons, mais il y a une autre raison technique, technique du chef (rires) ! (Chunsing, femme, 35 ans, Chine, mariée, enfant, comptable).

Voyons voir maintenant le témoignage de Tiwa. Son cas est un peu particulier, car, fuyant le Cambodge déchiré par la guerre civile et le régime génocidaire de Khmers rouges, elle est arrivée au Québec en 1985 à un moment où il était très difficile pour de nombreux immigrants de se procurer des aliments afin de préparer des repas familiers. Soulignons au passage que les événements qui ont eu lieu au Cambodge avaient bouleversé radicalement la vie quotidienne et les habitudes alimentaires des Cambodgiens[100] et donc que Tiwa ne pouvait plus cuisiner comme d'habitude depuis un certain temps (pénuries, rationnement puis camps de réfugiés). De plus, à leur arrivée, son mari et elle sont allés travailler dans le secteur manufacturier, ce qui représente de longues heures de travail et un investissement physique considérable. Maintenant qu'elle est sans emploi, elle parle de son alimentation durant ses années de travail en usine et confirme la tendance à la simplification. Elle fait montre également de grands talents de cuisinière et d'une grande adaptabilité, mais conserve un « faible » pour les nourritures « cambodgiennes » et plus généralement pour la gastronomie des régions de l'Asie du Sud-Est et qui, incidemment, partagent l'aliment de base, le riz, et des techniques de cuisson comme le sauté, le frit et à la vapeur. De plus, aujourd'hui elle trouve facilement les aliments qu'il faut pour préparer des repas cambodgiens, ce qu'elle n'avait pas fait durant des années. Le fait qu'elle soit sans travail a changé sa situation, et sa condition financière actuelle est sans doute préoccupante, mais elle ne précipite plus les repas. Elle redécouvre à la fois la cuisine « cambodgienne » et le plaisir de prendre son temps, « tranquillement, on travaille bien et on mange bien ». Quand elle parle de « plusieurs mets » au début, elle fait référence à la gastronomie cambodgienne où, un peu comme la gastronomie chinoise, plusieurs plats cuisinés séparément sont présentés simultanément aux mangeurs.

> Pour la préparation, nous autres, quand on s'en va travailler, on prépare juste une chose. On peut pas faire plusieurs mets, on n'a pas le temps. Le temps c'est très précieux, oui... au Canada (rires). [...] Depuis que je travaille pas, c'est plus facile. Parce que le met cambodgien c'est plus long, le met chinois c'est plus facile, le met chez nous c'est plus long. Il faut trouver plusieurs choses, il faut cogner avec le mortier (rires). Avant, je faisais des repas plus simples, oui, comme les nouilles sautées, juste acheter le brocoli trempé dans l'eau chaude et couper la viande et juste fris ensemble, et les nouilles trempées dans l'eau chaude et fait sortir et fait ensemble avec de la sauce soya, on peut manger comme ça, oui. C'est facile. Et maintenant, non. Tranquillement, on travaille bien et on mange bien (rires) [...] Ben pour moi, mon mari, il a adopté toutes les nourritures. Il peut manger tout, toute sorte de nourriture, oui. Mais moi, des fois oui, des fois

[100] Ces événements ont été une tragédie nationale sans précédent dont les conséquences dépassent, et de loin, le cadre de la vie quotidienne et des pratiques alimentaires.

> non, ça dépend. Mais maintenant, tous les jours on fait le met traditionnel, comme le met traditionnel cambodgien [...]. Moi je fais le met thaïlandais, le met vietnamien, le met chinois, le met cambodgien. Des fois, j'ai appris le met québécois, c'est comme le ragoût, la quiche lorraine, c'est ça, pâté chinois. Oui ça c'est très populaire, le pâté chinois ! À faire (rires) ! Facile à faire (rires) [...] Et jour après jour, une à la fois, c'est comme ça. Parce que maintenant, j'ai trouvé les saisonniers dans le marché, marché asiatique, canadien, cambodgien, comme la citronnelle, gingembre, tous les marchés il y en a, avant il n'y en avait pas. C'était très difficile de trouver ça, il fallait manger comme obligatoire. Mange, mange, comme ça. Maintenant, non, il faut faire le vrai met (Tiwa, femme, 54 ans, Cambodge, mariée, enfant décédé durant le régime des Khmers rouges, 1985, travail manuel dans une compagnie d'électronique, maintenant au chômage).

Un bel article d'Euridice Charon Cardona (2009) montre la redécouverte des nourritures cubaines par des immigrants cubains installés en Australie. En effet, la cuisine et la gastronomie cubaine sont mobilisées par ceux-ci afin de maintenir (mais il serait plus juste de dire reconstruire) un « monde cubain » dans l'espace domestique, et les pratiques alimentaires deviennent des marqueurs de l'ethnicité leur permettant de se différencier comme Cubains en Australie (des autres Latino-Américains par exemple). Encore une fois, comme nous l'avons déjà mentionné, les pratiques alimentaires (et les significations qui leur sont associées) sont une dimension importante de la vie sociale et culturelle des diasporas. Le cas de Tiwa offre un bel exemple d'une redécouverte de la cuisine cambodgienne et qui accompagne une période de sa vie et de celle de son mari où ils peuvent prendre le temps de « bien faire les choses », de préparer le « vrai met ».

La contrainte de temps peut aussi mener à l'abandon de certaines pratiques, de certains aliments et de certaines préparations, comme par exemple ici le cas du jus de fruits frais.

> Dans mon pays j'aimais boire des jus de fruits, ici c'est un peu compliqué parce que je dois faire toute la cuisine et je préfère boire quelque chose plus facile, plus rapide. Ici c'est nécessaire la facilité, je n'ai pas beaucoup de temps, dans mon pays je le faisais avec le fruit naturel (Patricia, femme, 38 ans, Colombie, mariée, enfants, administration).

Une autre conséquence de la contrainte du temps est celle de l'externalisation de la cuisine. La cuisinière fera alors appel à des produits déjà préparés par les industries alimentaires ou à la restauration rapide, ce qui risque d'avoir des conséquences sur la qualité et la diversité de la diète comme l'avoue d'ailleurs Lara. Elle mentionne également le fait qu'elle ne puisse pas trouver les aliments déjà préparés qu'elle trouvait au Mexique si elle voulait sauver du temps ou ne pas avoir à cuisiner, sans doute dans les petits restaurants et les petites échoppes si présents dans les grandes villes mexicaines. Elle se replie sur l'offre

alimentaire des supermarchés et des produits de masse comme la pizza congelée. Cependant, on l'a déjà vu, ce type de pratique demeure somme toute assez rare chez les immigrants de première génération que nous avons rencontrés.

> Au Mexique j'ai mangé plus sain qu'ici au Canada, plus santé, parce qu'au Mexique j'avais le temps de préparer le dîner tous les jours parce que je restais chez moi tout le temps avec mes enfants, mais ici je dois étudier, j'arrive à la maison, je prépare choses très, très simples, très vite, le dîner, je n'aime pas le « dîner instant », mais quelquefois c'est nécessaire parce que je n'ai pas le temps et je pense que je mange pas sain et quelquefois je prépare, mais comme je suis habituée aux choses que j'ai trouvées au Mexique, je ne trouve pas ici et c'est difficile pour moi d'essayer avec une autre chose, je ne sais pas le goût et je mange beaucoup de pizza, beaucoup de MacDonald's et j'essaie de mettre toujours une petite salade de fruits ou de légumes à tout ça, mais dans toute la semaine je prépare trois jours un dîner que je prépare avec le temps, je prends le temps [...] J'essaie de manger plus sain, mais quelquefois, mais c'est impossible. À cause du manque de temps, parce que j'arrive et mes enfants sortent de l'école, je dois préparer parce que mon mari travaille, il travaille pendant la nuit, alors je dois lui donner le dîner vite, vite, il sort, il ne mange pas bien, il mange les choses que… c'est pour ça que je n'ai pas le temps (Lara, femme, 32 ans, Mexique, mariée, enfants, 2006, 5e secondaire, travail au Québec non mentionné).

C'est le cas également de Karla qui avoue cependant ne pas vraiment manquer de temps, mais on devine qu'elle veut utiliser le temps qu'elle ne met pas à cuisiner à autre chose. Ceci est un bel exemple d'un fait souvent vérifié (Davies et Madran, 1997 ; Kaufmann, 1990 ; Reilly, 1982 ; Rubin *et al.*, 1990 ; Shu-Li Cheng, 2007 ; Warde, 1999), à savoir que l'achat de nourritures prêtes à manger n'est pas corrélé avec le fait que les femmes sont sur le marché du travail, ni avec le manque de temps, mais plutôt avec les revenus. Ainsi, plus les revenus sont élevés, plus fortes sont les chances qu'un ménage utilise des nourritures prêtes à manger. Gary Davies et Canan Madran (1997) proposent une hypothèse stimulante à cet égard, et qui ne tient pas compte que des revenus; ils avancent en effet que c'est « l'attitude » par rapport au temps qui détermine le type d'utilisation de l'électronique domestique et des produits destinés à sauver du temps, ou du moins à employer le temps différemment (dans un mode séquentiel par exemple) et non le fait de déclarer manquer de temps.

> Oui ça change parfois même si je cuisine de la nourriture mexicaine tous les jours, il y a des choses qui changent, comme je l'avais dit déjà l'horaire, mais aussi ici je mange plus souvent des pizzas, des choses comme ça, je ne sais pas si c'est comme les prix c'est plus facile ici de l'acheter que dans mon pays, mais parfois aussi quand je n'ai pas, le temps je l'ai, mais quand je ne veux pas cuisiner je dis est-ce qu'on va acheter une pizza? Oui on va acheter une pizza! Et on l'achète. Ou, est-ce qu'on va acheter MacDonald's ? Oui on va acheter MacDonald's! Même la nourriture congelée comme j'ai dit au Mexique, je pense que les personnes l'utilisent pas beaucoup, mais ici la pizza j'ai mon congélateur plein, aussi les jus qui se préparent avec des cannettes congelées, on met après de l'eau. Avant je faisais toujours avec des fruits, mais

> maintenant j'ai aussi beaucoup dans mon frigo, du jus d'orange, c'est plus facile à faire (Marina, femme, Mexique, 25 ans, mariée, enfants, 2005, formation en service de garde, mais n'a jamais pratiqué de métier).

En conclusion, on peut affirmer que la diminution du temps disponible pour les activités domestiques et la difficulté à réunir tous les membres du ménage pour manger en un même lieu et un même temps, sont des éléments importants dans les transformations des pratiques alimentaires et plus particulièrement des pratiques culinaires. On voit émerger des stratégies consistant à simplifier les recettes, à utiliser des techniques de cuisson plus rapides, à préparer des quantités de nourritures et de les réchauffer par la suite. L'utilisation des produits déjà préparés issus des industries alimentaires demeure très rare.

6.4 Les enfants comme agents de changements culturels. « Mes enfants ne veulent plus manger les nourritures de mon pays »

6.4.1 Socialisation alimentaire des enfants

Rappelons tout d'abord certaines statistiques à propos de nos deux échantillons. La proportion des participants qui ont des enfants à la maison est de 64,1 % dans l'échantillon des entrevues en groupe de discussion, et de 59 % pour les répondants au questionnaire. À titre indicatif, la moyenne pour la population du Québec est de 59,8 % (Dallaire *et al.*, 2011, p. 125). Pour les deux échantillons, dans la grande majorité des cas, les enfants étaient âgés de deux à dix ans et ils fréquentaient massivement un service de garde pour les deux à cinq ans (CPE subventionnés et privés, garderies en milieu familial) et l'école régulière francophone pour tous ceux âgés de six ans et plus. Le fait de cette grande présence d'enfant d'âge préscolaire et scolaire (surtout primaire) s'explique par la composition des échantillons. En effet, 74,6 % de l'échantillon du questionnaire est constitué de personnes âgées de 25 et 44 ans, 77,6 % pour les entrevues, et c'est précisément dans ces tranches d'âge que nous sommes le plus susceptibles de rencontrer des individus qui ont de jeunes enfants.

On peut aussi ajouter que 59,4 % des individus de l'échantillon du questionnaire qui ont entre 25 et 34 ont des enfants, et que cette proportion monte à 74,3 % dans la tranche d'âge des

35-44 ans[101]. Cette large présence d'enfants chez les ménages immigrants n'est pas surprenante. Une étude montre que l'indice de fécondité de même que le nombre d'enfants par famille est plus élevé dans les familles immigrantes que dans le reste de la population québécoise (Constanza Street, 2009). La parentalité est donc une caractéristique de la majorité des sujets des échantillons et l'on peut légitimement supposer qu'elle le sera dans un avenir proche pour ceux de la tranche d'âge 18-34 ans qui n'ont pas encore d'enfant. L'alimentation des enfants (et du reste de la famille) occupe une part importante des soins que prodiguent les parents, et particulièrement les mères, à leurs enfants et une part également de la socialisation globale. À maintes reprises, les participants ont témoigné de l'importance centrale de l'alimentation dans les soins apportés aux enfants et de la primordialité de l'alimentation dans le développement et le maintien d'une bonne santé. C'est une des raisons expliquant que l'acte de manger, la cuisine et les repas sont des dimensions de l'alimentation présentant un niveau de structuration et de régularité très élevé chez ces populations.

Or, le maintien de la vie, de la santé et les soins envers la famille ne constituent pas les seules dimensions de l'alimentation. Il faut aussi replacer l'incorporation de nourriture dans le procès de socialisation global. Nous avons déjà fait remarquer, à l'instar de Claude Fischler (1990), Lynn Harbottle (1997b, 2000), Jean-Pierre Poulain (2002b), Krishnendu Ray (2004), Knut Oyangen (2009) et Saadi Lahlou (1998) que l'absorption de nourriture intègre (incorpore) les mangeurs dans un groupe social, dans une cuisine particulière et plus largement dans une culture, dans ce cas-ci diasporique. Ainsi, le rôle de l'incorporation de nourriture dans le procès de socialisation est important non seulement dans la formation (le maintien et les transformations) de l'identité individuelle et que nous nommons procès d'individuation, mais également dans la transmission intergénérationnelle des valeurs culturelles, des modèles alimentaires, d'une identité « gustative-olfactive », de la mémoire et de la reconstruction imaginaire des « origines ».

Les recherches sur la socialisation et les pratiques alimentaires des enfants montrent que leurs attitudes face à la nourriture se développent très tôt (Chiva, 1979, 1992b, 1992a ; Dadoun, 1994 ; Harbottle, 2000 ; Lupton, 1996). Lynn Harbottle fait remarquer que les

[101] Ces données n'ont pas été compilées pour l'échantillon des entrevues.

identités primaires « telles que celles du genre et de l'ethnicité évoluent dès la petite enfance, et des recherches conduites en Grande-Bretagne et aux États-Unis suggèrent que les enfants, à des âges aussi jeunes que deux ou trois ans, ont commencé à internaliser et à reproduire des idées sur les variations ethniques et peuvent démontrer de l'ambivalence et/ou de l'hostilité à l'égard de leur propre identité ethnique ou de celle des autres » (Harbottle, 2000, p. 124. Notre traduction). Cela est particulièrement vrai dans une dynamique où l'enfant est soumis au regard des autres et où il juge ceux qui le jugent tout en se jugeant lui-même. Quelques participants ont confié que leurs enfants se sentaient « classés » par leurs pairs à cause de leurs habitudes alimentaires ou en tout cas à cause de ce que les parents mettaient dans leur « boîte à lunch[102] ». Voici quelques exemples :

> À l'école, mon fils apporte de la nourriture, euh, une salade de fruits, les yogourts, et les amis disent, est-ce que tu vas manger ça? Non! Tu vas manger pizza! Et ma fille dit non parce que je sais que la pizza ce n'est pas bon. Je mange ce que j'apporte tout le temps. Les amis disent, non, pas bon, la pizza c'est bon, et ma fille dit, maman qu'est-ce qui se passe? Elle veut que je prépare la nourriture santé, OK. Et mon garçon c'est la même chose, il dit que quand il sera majeur, il veut étudier pour la nourriture, euh, quelqu'un qui dit aux autres comment ils peuvent manger, comme par exemple, tu n'as pas beaucoup d'argent, mais tu peux manger bien [...] c'est une question de *costumbre*, d'habitudes dans la maison (Galina, femme, 50 ans, Mexique, mariée, enfants, 2008, architecte).

> Par exemple, j'ai le même problème comme elle dans l'école, avec mes enfants. Parce que moi j'envoie tous les jours des nourritures santé, des bonnes nourritures, et les amis de mes enfants disent : ah, ta nourriture c'est pas bon! Et il revient avec son *Tupperware* plein. Je dis, pourquoi tu n'as pas mangé, mais parce que tous mes amis ils mangent des sandwichs. Et moi tous les jours je mets des légumes, du riz, des viandes, OK. Mon mari et moi nous avons expliqué, regarde, quelle grandeur sont tes amis? Ils sont petits. Maintenant, quelle grandeur es-tu? Je suis grand. C'est à cause des sandwichs? Comment est-ce qu'ils vont dans les études? Ils vont mal. Et toi comment tu vas? Je vais bien. C'est à cause que tu manges bien que tu es comme ça (Evarista, femme, 34 ans, Pérou, mariée, enfants, 2005, détective).

> Dans l'école, tous les enfants apportent les repas que leur ont donnés leurs parents. Et beaucoup, beaucoup d'enfants qu'est-ce qu'ils mangent? Chips, chocolats, pizza, Coca-Cola, ma fille quand elle revient à la maison elle me dit « maman, qu'est-ce que tu me donnes, parce que tous les enfants mangent ça ». J'ai chaque jour expliqué, expliqué, elle me dit « mais maman, je veux seulement une fois prendre aussi des chips », mais j'ai expliqué, expliqué que ce n'est pas un bon repas, parce qu'on doit prendre un bon repas, on doit prendre un repas chaud. Chaque jour dans

---

[102] L'expression « boîte à lunch » est très répandue au Québec depuis de nombreuses années et elle renvoie à l'objet dans lequel on transporte la nourriture sur le lieu de travail ou à l'école. Son apparence a beaucoup changé, mais il fut un temps où cet objet avait vraiment la forme d'une petite boîte rigide montée d'une poignée, ce qui lui donnait l'aspect d'une petite valise. Les entrevues ont montré qu'apporter sa nourriture à l'école ou au travail est une pratique assez peu usitée dans de très nombreux pays. C'est pourquoi plusieurs participants ont quelques difficultés à s'adapter à cette dimension de la réalité alimentaire du Québec.

> la boîte à lunch, je mets un Thermos, parce que dans l'école il n'y a pas de micro-ondes, je prends le Thermos et je donne un repas chaud, le goût. Et je demande si un autre enfant apporte un Thermos, elle dit non, euh quelques enfants... C'est un travail chaque jour, parce qu'ils regardent les autres personnes, ils voient ce que les autres enfants achètent dans les distributrices ou là où ils peuvent acheter quelque chose comme des chips ou des biscuits et il y a beaucoup de sucre, de sel, de gras. C'est un travail de chaque jour parce que quand j'ai donné quelque chose comme des légumes ou quelque chose froid, c'est « maman, je ne peux pas, je veux prendre quelque chose d'autre », je dois expliquer, je crois que c'est très important, à cause de Coca-Cola ! (Natalya, femme, 36 ans, Bélarusse, mariée, enfants, 2008, médecin).

Et nous lui avons demandé s'il n'y avait pas une espèce de négociation qui s'établissait alors, et sa réponse fut cinglante :

> Il n'y a pas de négociations, c'est la guerre ! (Natalya, ibid.)

Et Elsa d'enchaîner :

> Je suis absolument d'accord avec elle, parce que quand mon fils vient le midi, « maman, regarde MacDonald's c'est bon ! Subway, c'est mieux ! Coca-Cola et encore 7 Up, c'est mieux ! Thé, café, hum ! C'est pas bon ». Parce que dans notre culture à cause du froid on prend beaucoup de thé chaud avec citron avec du lait... Mon fils lui il dit, « apporter du thé dans un Thermos, c'est village maman ! » (Elsa, femme, 39 ans, Russie, mariée, enfant, 2008, formation en comptabilité, travaille dans l'encadrement d'une entreprise en Russie).

Les jeunes enfants n'apprennent pas seulement à apposer le sceau du comestible et du non comestible sur les aliments qui se présentent à eux, mais ce qui peut être considéré comme de la nourriture (construite cognitivement et pragmatiquement) dans une culture ou une sous-culture particulière. C'est précisément ce que fait Natalya quand, parlant des chips, elle dit à sa fille que cela n'est pas un « vrai repas », elle tente de toutes ses forces (c'est la guerre !) d'apprendre à sa fille que cela n'est pas de la nourriture. Les enfants apprennent aussi à se définir conséquemment et à se différencier de ceux qui mangent autrement (Chiva, 1979, 1992b ; Harbottle, 2000). Comme nous l'avons analysé précédemment, la charge émotive qui prend racine dans ces expériences vécues au plus jeune âge peut contribuer à la puissance de celle-ci à divers moments de l'existence. De nombreuses discussions ont eu (et ont toujours) lieu dans les milieux scientifiques. La question d'évaluer l'importance respective des facteurs biologiques et physiologiques sur les habitudes et les préférences alimentaires des individus et des significations socioculturelles que ceux-ci, et les groupes sociaux dans lesquels ils évoluent, donnent à ces pratiques, ne peut être considérée comme fermée. Toutefois, les analyses que nous avons proposées sur les liens et les rapports entre les dimensions corporelles, physiologiques et symboliques montrent une prédominance de la

dimension socioculturelle dans la structuration des pratiques, des significations et des représentations en ce qui concerne l'alimentation. Cela est également vrai pour les enfants (Rozin, 1989), bien que ceux-ci présentent des caractéristiques physiologiques particulières comme le fait de posséder plus de papilles gustatives que les adultes (et encore plus que les personnes âgées) et donc de percevoir les saveurs plus « intensément » (Lalonde, 1992) ou d'éprouver une attirance innée pour les aliments sucrés et une répulsion tout aussi innée pour les aliments amers (Chiva, 1979 ; Fischler, 1990). Dans l'article cité ici, Matty Chiva montre que c'est le milieu social des très jeunes enfants, en l'occurrence leurs parents, mais aussi d'autres membres de la famille, qui leur apprend, par différents signes et en réaction aux grimaces qu'ils font lorsqu'ils incorporent des substances amères ou inconnues (sourires, hochements positifs de la tête, encouragements), et les convainc que ces substances sont « inoffensives » et que oui, ils peuvent les avaler et que « c'est bon ».

La première relation que les nouveau-nés entretiennent avec la nourriture se fait en général par la mère si celle-ci leur donne le sein (ou le biberon) et dans une moindre mesure par le père s'il s'agit d'un biberon. Les mères sont encore largement responsables de prodiguer ces types de soins aux nourrissons, même si dans certains pays occidentaux, les pratiques à cet égard sont en évolution. Dès cette phase, la nourriture est associée non seulement à la sustentation (la réplétion), mais au plaisir sensuel, l'intimité, le sentiment de protection, de bien-être. Cette relation intime s'établit généralement au sein de la famille nucléaire ou de la famille élargie (tantes, grand-mères), mais cette socialisation se poursuit tout au long de l'existence. Alan Beardsworth et Teresa Keil soulignent que même si cette socialisation suppose un certain degré d'imitation et de conformité, il n'en demeure pas moins que les individus jouent un rôle actif dans le développement de leurs préférences alimentaires et démontrent rapidement des degrés variables de choix, de déviances ou d'innovation, et qu'il existe des influences concurrentes relayées par différentes instances ou personnes (Beardsworth et Keil, 1997 p. 54). La socialisation alimentaire primaire a lieu dans le cadre familial et nous verrons plus loin que cette socialisation (et sa répétition quotidienne par le travail de la cuisine et l'évènement social des repas) est un des piliers du processus de la construction de l'unité de la famille et qu'elle participe de la construction d'un « chez-soi ». C'est ce qui rend la dimension symbolique de la nourriture, familiale de surcroît, si importante.

Cependant, comme nous le verrons, les parents perdent rapidement le monopole de « l'autorité légitime » qu'ils détiennent dans la socialisation alimentaire et la transmission des « schèmes gustatifs » et de la normativité alimentaire au profit de nombreuses autres sources de socialisation que sont par exemple les pairs, la publicité, les médias (surtout la télévision, le cinéma et l'Internet), les autres mangeurs en général et, plus tard, les restaurants (et particulièrement les chaînes de restauration rapide), les industries alimentaires, les confrères et consœurs de travail, les agences gouvernementales, les idéologies, les mouvements religieux, etc. Paul Rozin va même jusqu'à suggérer qu'il y a finalement assez peu de preuves de la force de l'influence des parents sur les préférences alimentaires de leurs enfants, et surtout du point de vue de la « carrière du mangeur », si l'on retire les effets dus à la culture du groupe en question (Rozin, 1989 p. 205-209). Cette section aura plutôt tendance à lui donner raison bien que cela ne soit pas l'objectif.

Il ne faudrait pas conclure que les enfants (y compris ceux en bas âge) ne sont que des « entités réactives » et qu'ils sont totalement modelés par les diverses formes de socialisation qui s'exercent sur eux, bien que ces dernières aient un pouvoir de produire de la « conformité ». Nous avançons au contraire que les enfants sont des acteurs sociaux à part entière et qu'en matière de nourritures ils exercent leur « agentivité » et qu'ils mobilisent eux aussi ces nourritures afin de construire des « histoires », des « mises en récit » à propos d'eux-mêmes au croisement (intersection) d'autres « histoires », familiales, institutionnelles, de réseaux sociaux, et qui participent de la construction de leur identité (Alanen, 1988 1990 ; Campbell, 1995 ; Duque-Páramo, 2004 ; James et Prout, 1990 ; Sibley et James, 1991 ; Valentine, 2001). Cela met en évidence le pouvoir des enfants d'être les agents de leur propre vie, qu'ils font des choix à propos de leur identité et de leurs habitudes alimentaires, de leurs préférences. Ainsi, cela mène souvent à une (re)négociation des habitudes alimentaires et du répertoire culinaire de toute la famille, comme nous avons déjà commencé à le voir et comme nous le verrons encore mieux au fur et mesure de notre analyse.

Dans ce contexte, il est important de rappeler que nous ne considérons pas la famille, un ménage, comme une unité de consommation unique, unifiée et homogène. Les unités domestiques, quelles que soient leurs formes, sont plutôt des lieux de pratiques de consommation multiples souvent compatibles et interdépendantes, mais parfois conflictuelles

(Campbell, 1995 ; Valentine, 2001). Ceci n'est pas seulement dû au développement et à la manifestation des différentes individualités à l'intérieur de la famille, mais aussi sous la pression de contraintes externes (horaires différents, contraintes de temps ou financières, modèles sociaux et culturels) et de contraintes internes comme le réseau complexe de rapports de pouvoir entre les différents membres de l'unité familiale. Cependant, cela ne veut pas dire qu'il n'y ait pas des tentatives par chacun des membres[103], sans cesse répétées, de construire une unité, une mise en récit commune de l'identité familiale. Les repas et les nourritures sont des médiateurs puissants dans cette construction.

Une des difficultés d'une recherche à caractère transculturel est la difficulté d'appliquer des analyses faites sur certaines populations, groupes sociaux ou même, plus largement, à des sociétés sur d'autres. Dans ce cas précis, si les théories et les recherches sur les évolutions des rapports intrafamiliaux, sur l'histoire des formes familiales et sur l'émergence de l'importance de la parole et de l'individualité des enfants ainsi que de leur développement social affectif et cognitif sont légion en Occident, elles sont en revanche beaucoup moins accessibles, si ce n'est inexistantes, dans maintes régions du monde. S'ils existent, ces ouvrages, articles ou rapports de recherche sont la plupart du temps publiés dans la langue (ou une des langues) du pays où ces recherches ou ces théories ont été produites. En d'autres mots, nous ne savons rien sur la sociabilité alimentaire familiale au Cambodge, au Pendjab (et encore, il faudrait sans cesse spécifier dans le système des castes, les classes sociales, le lieu de résidence, la situation de famille, le genre, les appartenances religieuses qui sont déterminantes dans cette sociabilité alimentaire), en Colombie ou en Moldavie. Est-ce que l'on y permet aux enfants d'exprimer des goûts, des préférences? Quelle place prennent-ils dans la détermination des menus? Jusqu'à quel point peuvent-ils être agents de changement? Il n'existe pas beaucoup de réponses et un des dangers est de tomber dans le cas par cas. C'est pourquoi une théorisation préalable des rapports intrafamiliaux et du rôle des enfants dans la sociabilité alimentaire prémigratoire est une tâche impossible, à moins de se limiter à un groupe particulier, et ce n'est pas la direction que nous avons prise. Néanmoins, les observations que nous avons faites de même que l'analyse que nous en proposons comportent

[103] Même si la mère détient en général beaucoup de pouvoir dans l'établissement du scénario de cette mise en récit.

des éléments qui sont communs aux deux échantillons. Il faudra toutefois être modeste quant aux conclusions qu'on peut tirer de ces résultats.

6.4.2 Le sentiment de compétence culinaire et diététique

Afin de mieux cadrer cette analyse des résultats, il convient tout d'abord de discuter d'autres résultats du questionnaire à propos du sentiment de compétence culinaire et diététique qui est selon nous important dans les rapports à la fois avec les modèles alimentaires présents dans l'espace social alimentaire et les transformations des goûts des enfants. Tout d'abord, nous avons remarqué que les participants ont très globalement fait montre de beaucoup de confiance en leurs compétences culinaires, mais également diététiques. Malgré le fait qu'aucune question n'était spécifiquement posée à cet effet, leurs réponses à d'autres questions montraient cette confiance et témoignaient du fait que la concurrence des pratiques alimentaires et des discours divers sur l'alimentation présents dans l'espace social alimentaire du Québec et plus spécifiquement de Montréal ne procurent pas de sentiment de confusion ou de dévalorisation des modèles alimentaires qui sont les leurs. Quelques statistiques tirées du questionnaire sont susceptibles d'illustrer notre propos.

À la question « Je sais ce que je dois manger pour avoir une diète bonne pour ma santé », 78,3 % des répondants sont assez d'accord (35 %) et très d'accord (43,3 %) avec l'énoncé. Nous supposons qu'une personne qui sait ce qu'elle doit manger pour avoir une bonne santé le sait aussi pour les autres membres de la famille, bien que parfois l'alimentation des très petits enfants peut être un peu plus « embêtante » dans la mesure où l'opinion des professionnels et celle des autres femmes des réseaux sociaux peuvent être concurrentes. À la question « Selon votre perception et d'une manière générale, les habitudes alimentaires que vous observez au Québec sont-elles plus saines ou moins saines ou à peu près identiques à celles que vous avez à la maison? », les réponses sont également instructives. En effet, ils sont 39 % à dire qu'elles sont moins saines et 30,5 % à dire qu'elles sont généralement identiques. En d'autres mots, ils sont 69,5 % à dire que leurs habitudes alimentaires sont aussi saines, sinon plus saines, que celles du reste de la population québécoise. Nous mesurons ici une perception, il va de soi, mais ces chiffres sont révélateurs

d'une bonne confiance en leurs capacités à intégrer l'espace social alimentaire sur la base de leurs savoirs et techniques culinaires, de leurs connaissances diététiques et plus largement de leurs pratiques alimentaires.

Il n'y a pas de différences significatives entre les groupes pour cette question, cependant, une tendance se dessine. Les répondants issus du Mexique et de l'Amérique centrale se montrent moins confiants envers leurs habitudes alimentaires, en effet, seulement 48 % disent que leurs habitudes sont meilleures ou généralement identiques. Nous avons vu que ce groupe semble éprouver plus d'insécurité alimentaire que les autres et fréquente plus souvent les banques alimentaires, cela explique peut-être en partie ces résultats quant à leurs perceptions de leurs habitudes alimentaires. De plus, ces mêmes groupes font souvent usage d'une bonne quantité d'huile pour leur cuisson et nombreux sont ceux qui ont confié qu'ils savaient que de telles pratiques comportaient des risques pour la santé ou qu'elles avaient des incidences sur la corpulence. Par exemple :

> Je pense qu'on peut trouver ici toutes les choses. Je cuisine comme ça évidemment parce que j'aime la cuisine colombienne et j'aime que mon enfant mange les choses qu'on mange, qu'il ait les mêmes habitudes que nous. Mais quelquefois j'essaie certaines nourritures, mais je ne le fais pas beaucoup parce qu'on mange beaucoup de gras en Colombie, ça dépend des régions, mais on mange beaucoup de choses frites (Béatrice, femme, 35 ans, Colombie, mariée, enfant, 2009, formation en génie industriel, a travaillé dans l'administration publique en Colombie).

> Pour moi, c'est très important de bien manger. Maintenant avec mes deux petites, je fais attention à ce qu'elles mangent et spécialement pour la plus petite, parce que ma femme allaite… Et j'ai dit à ma femme qu'il faut faire attention à l'huile, c'est très dangereux l'huile, il faut mettre beaucoup moins d'huile qu'avant et faire attention aux sodas aussi, je préfère de l'eau (Eliasard, homme, 36 ans, Mexique, marié, enfants, sans formation, cuisinier aux États-Unis 3 ans, et au Québec).

Notons au passage que voici un exemple de transformation des normes diététiques qui est dû à la rencontre avec un nouvel espace social alimentaire et avec des discours de santé publique (qui font par ailleurs partie de cet espace). Au Mexique, il est très commun d'utiliser beaucoup d'huile pour cuisiner et de boire beaucoup de boisson gazeuse (sodas) en mangeant, le mélange épicé et sucré des sodas étant devenu un des marqueurs gustatifs et un des principes des saveurs de l'espace mexicain[104]. Ces pratiques qui structurent une identité alimentaire, une cuisine, ont aussi des effets sur la santé qui sont discutables et c'est

[104] Même si ceux-ci, comme on l'a vu à maintes reprises, ne supportent pas le maïs et les haricots sucrés, mais il n'y a pas de contradictions ici.

précisément ce qu'Eliasard nous confie ici. Pour que le lecteur se fasse une idée de la quantité de boisson gazeuse, mais également de l'ensemble des nourritures qu'une famille « moyenne » a consommé durant une semaine, nous le renvoyons à l'ouvrage très instructif et richement illustré de Peter Menzel et Faith D'Aluisio (2005). Ces derniers montrent, en prenant l'exemple des consommations alimentaires de 30 familles dans plusieurs pays du monde, la diversité et les disparités dans la diète entre ces familles. La photo et la description précise des consommations hebdomadaires pour la famille mexicaine montrent une consommation de 24 litres de « Coke » pour une famille de cinq dont le petit dernier a environ trois ans.

Enfin, nous avons posé une question sur la perception des informations qui circulent par divers canaux dans l'espace social alimentaire. Nous cherchions à savoir si les répondants considéraient que ces informations avaient un caractère contradictoire. Les résultats sont les suivants : 41,3 % se disent en désaccord (11,6 %) ou un peu en désaccord (29,7 %), tandis que 58,7 % se disent assez d'accord (32 %) ou très d'accord (26,7 %). Au vu des résultats que nous venons de présenter et de ce que les participants ont dit durant les entrevues, les répondants sont généralement d'accord avec le fait qu'il circule des informations contradictoires au sujet de ce qu'il faut faire pour avoir une bonne alimentation[105], mais que cette confusion ambiante ne semble pas être une source d'angoisse ou de préoccupation pour eux et que cela ne remet pas en question leurs convictions ou leurs représentations. Le contraire aurait été surprenant.

La présentation de ces données avait pour but de montrer que les répondants, les hommes comme les femmes, mais sans doute pour des raisons différentes, montrent une grande confiance dans leurs capacités à nourrir adéquatement leurs familles. Ce n'est pas un doute sur ces capacités qui les poussent à effectuer des changements aux menus et à incorporer de nouveaux plats qu'ils ne connaissaient pas avant d'immigrer.

---

[105] Et cette confusion, que certains associent parfois à une cacophonie, a été identifiée et analysée par quelques auteurs (Desjeux, 2007 ; Fischler, 1990, 1996a ; Goode *et al.*, 1995 ; Lacaille, 2009). Selon ces auteurs, cette cacophonie est anxiogène.

6.4.3 Mise en contexte par une présentation de résultats du questionnaire

Une statistique issue du questionnaire sera instructive d'entrée de jeu encore une fois. Voici les réponses à l'énoncé « Ce que je prépare à manger est influencé par l'envie que j'ai de faire plaisir aux autres » : 33,5 % répondent « en désaccord » (12,9 %) et « un peu en désaccord » (20,6 %) et 66,5 % répondent « assez d'accord » (37,6 %) et « très d'accord » (28,8 %). On peut en déduire globalement que les répondants (majoritairement des femmes, mais les hommes ont très largement répondu de la même manière) désirent faire plaisir à ceux à qui ils font à manger, et que les mangeurs sont souvent convaincus que la personne qui a cuisiné l'a fait en ayant en tête le plaisir des autres[106]. On peut légitimement émettre l'hypothèse que c'est en vertu de cette propension à faire plaisir que les responsables de la cuisine (et les conjoints qui partagent cette propension) acceptent d'apprendre à préparer des mets qui ne sont pas familiers et à les intégrer au répertoire familial, mais également en vertu d'une certaine curiosité gastronomique et culinaire, de même que d'une propension à adapter les recettes « à sa manière ». Ces résultats doivent ainsi être mis en lien avec ceux obtenus à quelques autres questions, que voici, sous forme de deux tableaux récapitulatifs :

Tableau 6.5 Curiosité gastronomique, adaptation des recettes et témoignage des sentiments par la cuisine. Résultats exprimés en %

	En désaccord	Un peu en désaccord	Assez d'accord	Très d'accord
Je me considère comme curieux (curieuse) en matière de cuisine et d'alimentation, j'aime goûter à des choses que je ne connais pas	17,8	23,9	31,7	26,7
Depuis que je suis au Québec, je tente de connaître les recettes et les habitudes alimentaires que l'on rencontre ici, quelles soient québécoises ou d'ailleurs	11,2	24	36,3	28,5
J'adapte très souvent les recettes et les préparations	7,6	19,9	40,4	32,2
Préparer à manger pour quelqu'un est une manière de lui montrer ce que l'on ressent pour lui	17,4	22,7	40,7	19,2

[106] Nous reviendrons plus en détail sur ces résultats dans le chapitre VIII et nous établirons les différences entre « faire plaisir » et « prendre soin » (dans la logique des soins attentionnés).

Tableau 6.6 Consultation des membres de la famille pour le choix des menus, préparation de plusieurs menus pour un même repas. Résultats exprimée en %

	Jamais	À l'occasion	Souvent	Très souvent	Toujours
Chez vous, est-ce que l'on demande au conjoint ce qu'il désire manger	14,4	25,2	31,7	28,8	0
Chez vous, est-ce que l'on demande aux enfants ce qu'ils désirent manger	11,3	33,1	28,5	26,9	0
À la maison est-ce qu'il arrive que l'on prépare des menus différents pour un même repas	40,9	33,3	19,5	6,3	0
Et si cela arrive, c'est surtout à cause des goûts du conjoint	20,7	46,3	19,5	11	2,4
Et si cela arrive, c'est surtout à cause des goûts des enfants	6,7	29,2	33,7	18	12,4
Et si cela arrive, c'est à cause d'une personne qui doit suivre une diète particulière	40	29,2	16,9	9,2	4,6

Ces résultats illustrent assez clairement certains phénomènes et sont conséquents les uns avec les autres. On constate tout d'abord que les répondants se considèrent curieux et qu'ils aiment goûter des choses qu'ils ne connaissent pas dans une proportion de 58,4 % (en additionnant les réponses « assez » et « très d'accord ») et que ces proportions sont même un peu plus élevées si l'on élargit cette curiosité jusqu'à introduire de nouvelles recettes au répertoire familial ou de connaître les autres habitudes alimentaires de l'espace social alimentaire à 64,8 % (selon le même calcul). De plus, nous émettons l'hypothèse qu'une plus grande capacité de la personne qui cuisine à adapter des recettes et des modes de préparation est un élément qui facilite l'adoption de types de plat qui ne sont pas familiers. À cette question, la proportion de ceux qui répondent assez et très d'accord approche trois personnes sur quatre, soit 72,6 %.

À la question de savoir si préparer à manger est une manière de témoigner de ses émotions, de ce qu'on ressent pour quelqu'un, 59,9 % répondent « assez d'accord » (40,7 %) et « très d'accord » (19,2 %), ce qui témoigne d'un lien assez fort entre les émotions, les

sentiments et la transmission de ceux-ci par la médiation de la nourriture. On peut conclure légitimement que pour une bonne part de l'échantillon, la nourriture est préparée entre autres dans le but de faire plaisir à ceux pour qui l'on cuisine. Ces résultats vont tout à fait dans le sens des propos recueillis lors des entrevues et nous reviendrons plus en détail sur ces questions au chapitre VIII.

Si l'on observe le second tableau (6.6), on constate que la pratique de demander au conjoint ou aux enfants ce qu'ils aimeraient manger est assez répandue. Les résultats montrent que pour le conjoint c'est « souvent » (31,7 %) et « très souvent » (28,8 %), soit 60,5 % au total, et que pour les enfants, c'est « souvent » (28,5 %) et « très souvent » (26,9 %), soit 58,4 % au total. Ainsi, on demande à peu près aussi souvent au conjoint qu'aux enfants ce qu'il désire manger, et cela semble être habituel dans beaucoup de ménages, mais nous n'avons aucune indication montrant que cette pratique était aussi répandue avant la migration. On peut lire à l'inverse qu'environ 40 % de l'échantillon n'a pas ce type d'approche « consultative » en matière de cuisine. Cela démontre en tout cas de la souplesse de la part des personnes responsables de la préparation des repas et ce résultat est en lien avec le fait que les répondants disent majoritairement que l'envie de faire plaisir est une composante importante dans la préparation des repas (66,5 %). Mais cela indique aussi, et peut-être surtout, que l'alimentation domestique est d'abord une affaire collective et que, bien qu'une seule personne ait en général la charge de la coordination et de la préparation des repas, l'ensemble des membres est appelé à participer aux décisions, au choix des menus. La littérature montre aussi que la cuisinière va consulter son conjoint ou les enfants lorsqu'elle est à court d'idées (Devasahayam, 2005 ; DeVault, 1991 ; Kaufmann, 2005, 2007). C'est sans doute vrai ici aussi d'autant plus qu'avec les ressources de l'Internet, il est relativement facile pour la cuisinière de trouver la recette d'un plat ayant fait l'objet d'une demande, mais dont elle ne connaît pas la recette ou la technique de préparation. De nombreux témoignages des participants ont confirmé cette tendance, l'Internet ayant pris une place importante dans le processus culinaire.

6.4.4 Deux menus pour un même repas

Une pratique qui n'est cependant pas répandue (voire absente) dans les divers pays d'où proviennent les participants aux entrevues (et c'est eux qui en ont témoigné) est celle de la préparation de plus d'un menu pour le repas principal. Lynn Harbottle (2000) observe des processus similaires chez des populations iraniennes immigrées en Grande-Bretagne, et Krishnendu Ray (2004) chez des populations bengalis aux États-Unis. Il semble qu'il ne soit généralement pas bien vu de se marginaliser du groupe en refusant de manger la même chose que lui dans un grand nombre de pays, sans compter que cela constituerait des efforts supplémentaires pour la personne qui cuisine. Cela est tout à fait compréhensible dans des sociétés où l'individualisme (ici particulièrement l'individualisme alimentaire dans un cadre familial) n'est pas très développé et où il est même considéré comme une caractéristique dysfonctionnelle portant atteinte à la cohésion du groupe (la famille) dans la mesure où cette cohésion est médiatisée (et même construite, nous le verrons) par sa nourriture. En d'autres mots, dans les sociétés où l'individualisme alimentaire est peu développé, les repas constituent un moment et un lieu pour être « ensemble ensemble » et, dans celles où il est plus développé, il aurait tendance à devenir un moment et un lieu où l'on est « ensemble séparément » (Singly, 2001, 2005).

Une fois immigré, cette situation change, sans basculer dans l'individualisme alimentaire et loin de là, on voit apparaître de nouvelles pratiques. Ainsi, à la question portant sur la préparation de différents menus pour le même repas, les répondant déclarent que cela arrive souvent (19,5 %) et très souvent (6,3 %). Cela représente tout de même le quart de l'échantillon. L'exemple typique est le cas où la mère prépare un curry épicé pour les adultes et des pâtes alimentaires pour les enfants, comme c'est le cas dans l'extrait du discours de Mandy plus bas. Des différences significatives sont apparues sur cette question entre trois groupes selon la région de provenance. Tout d'abord, celui des répondants issus des pays de l'Amérique du Sud (par rapport à celui des pays du sous-continent indien) qui déclarent ne jamais préparer des menus différents dans une proportion de 64 % et à l'occasion, de 24 %. Manifestement, on n'apprécie pas ce type de pratique dans ce groupe de l'échantillon. Inversement, le groupe issu des pays du sous-continent indien se distingue parce que les répondants proposent plusieurs menus plus souvent que les autres en général, et

significativement plus que ceux de l'Amérique du Sud. En effet, ils répondent « très souvent » à 30 % et « souvent » à 40 %, ce qui est très largement supérieur à la moyenne générale. Ensuite, l'autre paire de groupes est celle du groupe de l'Amérique du Sud et du groupe du Maghreb et du Proche-Orient (pourtour sud et est de la Méditerranée), et dont les réponses se situent majoritairement au centre en terme de rang (à l'occasion et souvent). Le groupe de l'Asie du Sud-Est montre une tendance vers cette pratique, les participants de ce groupe ayant répondu « très souvent » à 15,4 % et « souvent » à 30,8 %, ce qui est supérieur à la moyenne générale. Bien que ces différences soient statistiquement significatives, la taille des groupes est inégale et la proportion des répondants issus du sous-continent indien et de l'Asie du Sud-Est est beaucoup plus petite que celle issue par exemple de l'Amérique du Sud ou de l'Europe orientale et méridionale. La prudence s'impose donc dans l'interprétation des résultats. Ainsi, il est probable qu'une plus grande proportion de répondants issus du sous-continent indien, mais surtout de l'Asie du Sud-Est aurait changé les résultats. Il n'en demeure pas moins qu'une tendance semble poindre dans ces deux groupes, mais surtout chez le groupe du sous-continent indien, et quelques discours des participants le confirment, comme c'est le cas dans l'extrait du discours de Mandy.

> Des fois on fait deux repas, je fais comme ça parce que quand ma grand-mère, parce qu'elle cuisine maintenant, quand elle cuisine elle mélange beaucoup de piquant. Si je cuisine, elle n'aime pas manger, alors elle va cuisiner ça, mais elle met beaucoup de piquant, alors ma fille a dit c'est très piquant je ne peux pas manger aussi. Aussi, quand elle est allée en garderie elle a commencé à manger la soupe de riz et la pizza aussi, c'est ça on a continué maintenant. Mais je ne fais pas deux repas à chaque jour [...] Oui, c'est très difficile pour manger pour le riz, pour ma fille, parce que ma fille elle n'aime pas le riz, elle me demande tout le temps acheter la pizza. Peut-être parce qu'elles sont nées ici, c'est aussi quand elle était petite, elle a mangé la nourriture du continent, c'est ça elle n'aime pas manger la sauce piquante. Quand tu vois tous les enfants qui viennent du Sri Lanka, beaucoup ont perdu l'habitude de manger le riz et curry aussi, mais dans nos maisons c'est très difficile et je ne sais pas pourquoi (Mandy, femme, 38 ans, Sri Lanka, mariée, enfants, 1991, couturière).

À la question de savoir à quoi ils attribuaient la présence de ces doubles menus, le second tableau (6.6) montre assez bien que les répondants l'attribuent principalement aux goûts des enfants plutôt qu'aux goûts des adultes ou au fait qu'une personne de la famille doive suivre une diète particulière. Additionnons les résultats aux réponses « souvent », « très souvent » et « toujours » : à cause des goûts des enfants 64 %, à cause des goûts du conjoint 33 % et à cause de la diète d'un membre de la famille 31 %. Mais raisonner ainsi est sans doute trompeur, car si tous les membres d'une même famille aimaient manger ce qui est

prévu au souper, la possibilité de préparer quelque chose d'autre ne serait même pas évoquée. Concrètement, cela veut dire que ce n'est pas parce qu'on sert de la lasagne aux enfants et un curry aux adultes qu'on doit en imputer la cause seulement aux goûts des enfants, mais plutôt qu'il s'agit d'une dynamique d'ensemble et que c'est aussi parce que le conjoint ou les deux parents n'apprécient pas la lasagne qu'on fait deux menus. Même si notre question était biaisée (nous aurions peut-être dû construire un indicateur), elle montre un phénomène sociologique intéressant. En effet, nous émettons ici l'hypothèse que ce que les répondants sont en train de nous dire, c'est que les enfants sont fortement responsables des innovations culinaires dans la famille et que lorsque la résistance des deux groupes (parents-enfants) est trop forte (que chacun veut manger son menu), la négociation est rompue et l'on fait deux menus plutôt que provoquer une situation où les enfants ne mangeraient pas.

Cette introduction avait pour but de mettre en place le cadre de la discussion à propos du rôle des enfants comme acteurs de changements culinaires et structuraux (deux menus, les pâtes en met principal, les plats au four, etc.) dans l'espace domestique[107]. Si préparer deux menus pour le même repas est bel et bien une nouvelle pratique, c'est loin d'être une pratique généralisée. Des résultats statistiques que nous avons présentés et analysés, on peut conclure que les répondants (mais les participants aussi qui l'ont exprimé verbalement) ne doutent pas de leurs capacités à bien nourrir leur famille, qu'ils veulent faire plaisir en cuisinant (au point de préparer parfois deux menus), qu'ils affichent une certaine curiosité alimentaire, qu'ils adaptent souvent les recettes et préparations et que l'opinion (ou les goûts) des membres de la famille est importante pour la personne qui cuisine. Les influences des goûts et des demandes des enfants se manifestent de diverses façons et les manières d'aménager les repas familiaux ainsi que les répertoires culinaires empruntent plutôt la voie du compromis et apparaissent même comme une solution dans la recherche des moyens afin de gagner du temps dans la préparation des repas en semaine. Cependant, poursuivons encore sur cette pratique de la préparation de deux menus et revenons aux discours de nos participants afin de prendre la mesure du phénomène.

---

[107] Leur contribution dans l'innovation culturelle au sein de la famille dépasse très largement celle de l'alimentation, nous ne retiendrons ici que celle qui concerne cette dernière.

> Chez nous on prépare beaucoup les plats indiens, parce qu'on habite neuf personnes ensemble, on a une grande famille. J'habite avec ma belle-mère, mon beau-père, ma belle-sœur, beau-frère et leurs deux enfants. Nous habitons dans la maison de mon beau-père et c'est pour ça que nous préparons toujours la nourriture indienne et la nourriture canadienne aussi pour les enfants [...] Oui, je pense, on va habiter ensemble longtemps, parce que ça fait huit ans qu'on habite ensemble et je trouve que c'est facile pour vivre. Ma belle-mère et mon beau-père ils préparent plus les plats indiens, et pour mon mari et les enfants, mon enfant et les enfants de ma belle-sœur, ils préparent beaucoup les plats canadiens comme pizza, spaghetti, salade (Shaleen, femme, 26 ans, Inde, mariée, enfant, 2002, cours secondaire, sans emploi).

Le cas de la famille de Shaleen est intéressant parce que, contrairement à tous les autres participants, plusieurs personnes partageant des liens familiaux ont décidé de vivre ensemble et de partager un certain nombre de choses dont les tâches liées à l'alimentation et la prise de repas. Les beaux-parents de Shaleen sont arrivés au Québec dans les années 1980 à une époque où il était très difficile de trouver les aliments (ingrédients) nécessaires pour préparer les plats qui leur étaient familiers. Aujourd'hui cependant, il est possible de trouver la plupart des aliments nécessaires, ainsi la gamme des plats s'inspirant de la « gastronomie indienne » est beaucoup plus diversifiée. Leurs enfants, entre autres le mari de Shaleen, ont été en contact avec d'autres nourritures, dont celles que Shaleen nomme les « nourritures canadiennes » comme la pizza, les spaghettis et les salades. On assiste alors, dans cette grande famille, à la mise en place d'une mixité des types de cuisine qui varient en fonction de l'âge, du genre et du lieu. On comprend, selon ce qu'elle nous dit, qu'on retrouve généralement deux menus pour un même repas au souper, ce qui confirme la tendance observée dans le questionnaire chez les répondants issus du sous-continent indien. Quant à elle, elle ne dit pas ce qu'elle mange, mais on déduit de son discours que sa belle-sœur et elles préfèrent la cuisine indienne. Donc un repas « canadien » pour les enfants (mais il arrive que son mari et son beau-frère mangent aussi), et un repas « indien » pour les adultes. Plus loin dans la discussion, elle nous dira que lorsque son mari et son beau-frère vont au travail, ils emportent des nourritures canadiennes, mais que généralement, ils mangent « indien » à la maison. Nous reviendrons plus loin sur ce phénomène de marquage des pratiques entre l'espace domestique (privé) et l'espace public de même qu'entre la semaine et la fin de semaine dans la section 7.5.

Voyons maintenant les histoires de Rokia, d'Oumou et de Mohamed qui, chacune à leur manière, semblent se résigner devant la manifestation d'un individualisme alimentaire, mais qu'ils n'imputent pas qu'aux enfants. Ainsi, leurs habitudes alimentaires et leurs goûts alimentaires prémigratoires deviennent ainsi un goût personnel.

Moi je prépare, chez moi, la nourriture malienne, mais mes enfants souvent ils n'aiment pas manger de la nourriture malienne, des fois ils mangent, ma fille des fois elle aime, mais mon fils non, il ne mange pas la nourriture africaine. Je prépare alors de la sauce spaghetti et puis j'achète des produits en boîtes comme Campbell raviolis déjà préparés. Oui, moi et mon mari nous on mange toute l'année la cuisine africaine et des fois on va au restaurant, mais les enfants ils n'ont pas envie de manger africain, chaque jour des menus différents, des fois trois menus différents, chacun à son goût.

Intervieweur : Alors, c'est pour cela que vous faites appel à des produits préparés, parce c'est beaucoup de travail?

Rokia : Oui comme *Mikelina*, boîte de raviolis Campbell, beaucoup de choses je vais au Costco pour acheter.

Intervieweur : Mais, pour la cuisine africaine, vous achetez des produits frais?

Rokia : Oui frais. Pour les enfants, c'est pas difficile, ce qui est déjà préparé (Rokia, femme, environ 35 ans, Mali, mariée, enfants, 2004, cours secondaire, sans emploi déclaré).

J'ai préparé le souper tous les soirs et quelquefois j'ai préparé deux différentes choses, une pour moi et mon mari et autre pour les enfants parce que mes enfants n'aiment pas des piments, c'est pour ça j'ai préparé différents repas. Au Ghana, c'est un seul pour toute la famille. Mais quand je suis allée dans mon pays avec mon fils, il mange avec les piments, mais quand nous sommes retournés, non pas de piment au Canada. Les enfants n'ont pas de choix ce que les mamans vont donner ils mangent, mais ici non quand j'ai préparé quelque chose mon fils ou ma fille va en garderie, maman non aujourd'hui je n'aime pas ça, O.K. je vais préparer quelque chose et les enfants aiment beaucoup les restaurants aussi et moi je n'aime pas jeter, c'est pour ça que j'ai préparé quand il a demandé quelque chose, j'ai préparé plus vite (Oumou, femme, âge tenu secret, Ghana, mariée, enfant, 2002, éducatrice à la petite enfance).

Je fais la cuisine, j'ai travaillé dans un restaurant aussi. Je connais comment faire la cuisine française, italienne, indienne, je connais beaucoup de choses. Je ne cuisine pas chaque jour, des fois à la maison, ma femme cuisine aussi. Les enfants n'aiment pas beaucoup de nourriture de mon pays, ils n'aiment pas beaucoup le riz, l'épicé non plus. Ils sont tous nés ici. Ils sont allés à la garderie, à l'école, ils parlent tous français à 100 %. Parce que tout le monde est allé à la garderie, OK, ça c'est le manger, la nourriture française, toujours à l'école des fois ils mangent toutes sortes de choses qu'on ne mangeait pas à la maison, ils sont très habitués à manger de la nourriture française. La junk food, la pizza aussi, euh... les macaronis, les spaghettis. C'est difficile, chaque personne a des goûts différents, c'est comme ça la vie ! L'après-midi, je travaille, ma femme travaille, nous ne cuisinons pas beaucoup parce que nous sommes fatigués. Nous achetons souvent des choses préparées, de la pizza, ou des spaghettis, c'est facile, c'est prêt en 10-15 minutes, on met la sauce... c'est plus rapide qu'un plat traditionnel. Moi aussi, je ne mange pas beaucoup de nourriture de mon pays, parce que ça fait longtemps que je suis ici, j'ai changé de goût... italien, français, tout est mélangé... Mais quand on invite quelques personnes à la maison, ma femme aime toujours cuisiner indien, quand c'est des personnes indiennes. Quand nous allons chez des personnes, toujours des personnes indiennes, 100 % indien.

Intervieweur : Est-ce que ça peut arriver que vous invitiez des personnes qui ne sont pas indiennes ou bengalis?

Quand j'invite quelqu'un d'un autre pays, je cuisine quelque chose que lui va aimer, pas indien. Oui, je fais des sandwichs ou... si j'invite des gens du Mexique ou autre, je cuisine toujours

français ou italien (Mohamed, homme, 56 ans, Bangladesh, marié, enfants, 1998, travail manuel en usine, au chômage).

Le cas de Mohamed est un peu différent parce qu'il dit qu'il est ici depuis longtemps et que ses goûts ont changé entre autres parce qu'il a travaillé dans un restaurant et qu'il a ainsi appris à cuisiner autre chose que des « plats indiens ». Il est intéressant de noter qu'il parle de sa cuisine comme d'une cuisine indienne alors qu'il est originaire du Bangladesh. Nous avons déjà parlé de quelques spécificités de la gastronomie bengali et du fait que l'Inde est une gigantesque mosaïque sur le plan social et culturel et que cela se reflète dans les gastronomies locales. Il n'existe pas de cuisine indienne à proprement parler, du moins pas au même titre qu'une cuisine française ou italienne[108], car elle est non seulement extrêmement variée selon les régions, les castes, les religions, mais elle n'a jamais fait l'objet d'une codification comme celle qu'on trouve dans les livres de recettes (Appadurai, 1981, 1988) et dont l'effet est de formater, à un certain moment de l'histoire, un ensemble de pratiques culinaires[109]. On a déjà remarqué ce phénomène de « délocalisation » des références culturelles dans différentes diasporas (italiennes, grecques, chinoises, latino-américaines), il se crée alors une nouvelle culture métissée, mais avec une teinte nettement « indienne », fait de la recomposition d'éléments empruntés à des groupes issus de diverses régions – et parfois de classes sociales différentes. Ce fut le cas, on l'a vu, pour les Japonais installés à Hawaï (Masuoka, 1945) et pour les Italiens aux États-Unis au tournant du 20e siècle (Diner, 2001) – dans un contexte socioculturel radicalement différent (ici le Montréal des années 2000). Mohamed et son épouse ont donc abandonné le poisson, le riz et les *rootis* qui sont au cœur de l'alimentation quotidienne au Bangladesh et dans l'État indien du Bengale-Occidental (Ray, 2004).

---

[108] Bien que comme nous en avons déjà discuté, la cuisine est un phénomène qui est souvent très régional, et que les cuisines « nationales » sont souvent des constructions du regard des « autres », certaines nations très centralisées ont utilisé la cuisine dans le processus de formation d'une identité nationale, c'est le cas de la France, du Mexique, et de l'Italie (où, dans ce dernier cas, on observe des différences entre le Sud et le Nord, mais qui possèdent des marqueurs très forts : pâtes, tomate, basilic, veau, fromage, vin).

[109] Appadurai montre en fait qu'il existe depuis peu une littérature culinaire qui s'adresse aux femmes des classes moyennes en Inde et qui font partie en quelque sorte d'une diaspora « intranationale » à cause de la mobilité sociale et géographique de ces classes. Il est vrai aussi que l'Inde par exemple cumule les raisons qui produisent des disparités et des variances au niveau des modèles alimentaires ne serait-ce que par l'étendue du territoire, les différents climats, les diverses religions qui ont des interdits alimentaires structurants, le système des castes, les disparités dans la distribution de la richesse, etc.

On comprend aussi que les transformations alimentaires d'abord introduites par les enfants ont été acceptées d'autant plus facilement qu'elles répondaient à une difficulté pour le couple à trouver l'énergie, l'envie et le temps de cuisiner. Soulignons en terminant que même si leurs pratiques et leurs préférences ont considérablement changé, les « nourritures indiennes » sont à l'honneur quand le couple reçoit des amis originaires de l'Inde ou du Bangladesh à souper. Ces nourritures sont par contre évitées lorsqu'ils reçoivent des amis qui ne sont pas d'origine indienne ou bengali. Veulent-ils faire plaisir à leurs invités en leur servant des nourritures qui leurs sont familières ou est-ce que les « nourritures indiennes » manifesteraient trop leur ethnicité qu'ils veulent « effacer » le plus possible, ou plus simplement, la nourriture indienne demanderait-elle trop de travail? Il y a peut-être un peu de tout ça dans la réponse. Le discours de Mohamed nous montre en tout cas qu'il est difficile de séparer les thèmes et les dimensions quand il s'agit de l'alimentation et que c'est un peu comme aller à la pêche à la ligne avec plusieurs hameçons sur le même fil : quand on remonte la ligne, on risque d'avoir attrapé plusieurs poissons à la fois.

À la lecture de ces trois extraits (Rokia, Oumou et Mohamed, et il y en avait d'autres), on peut se demander, d'un point de vue de santé publique, si cette habitude de préparer deux menus pour un même repas n'est pas porteuse d'une différence sur le plan nutritionnel entre le plat des parents, apparemment toujours un plat cuisiné à la maison avec des produits frais et ceux des enfants qui sont souvent des pâtes alimentaires et de la pizza, surtout s'il s'agit de produits industriels déjà prêts à consommer. On peut aussi se demander si l'effet des classes sociales n'intervient pas ici d'une manière assez forte. Cela confirmerait en tout cas plusieurs études, mais pas chez des populations migrantes, qui montrent que les classes populaires ont plus de difficultés à avoir une alimentation équilibrée et à afficher une estime de soi élevée et que cela n'est pas que l'effet du revenu (Andrieu *et al.*, 2006 ; Dubois, 2004 ; Dubois *et al.*, 2001 ; Lhuissier, 2006b, 2006a ; Poisson, 2003, 2008 ; Recours, 2006 ; Régnier, 2006, 2009 ; Régnier *et al.*, 2006). Par contre, nos résultats montrent également que les participants et les répondants issus des classes populaires affichent plutôt de solides bases culinaires accompagnées de pratiques nutritionnelles apprises avant la migration qui, sans être formalisées, répondent toutefois à la majeure partie des recommandations du « Guide alimentaire canadien » et protègent ces populations de certaines dérives de l'hypermodernité

alimentaire. On assiste ici peut-être à un phénomène de « capital culinaire » (D'Sylva et Beagan, 2011). Les statistiques issues de notre questionnaire, que nous avons analysées un peu plus haut, et encore plus dans les entretiens, montrent que les répondants se sentent non seulement majoritairement compétents en matière de cuisine et d'alimentation, mais qu'ils affichent également beaucoup confiance dans leur modèle alimentaire prémigratoire.

6.4.5 Incorporation de nouveaux plats au répertoire culinaire familial

Bien que le fait de préparer deux menus pour un même repas soit une pratique émergente chez ces populations, ce n'est pas le cas du plus grand nombre. Les discours et les résultats du sondage montrent plutôt que les repas « canadiens », ou autres, sont alternés avec les plats familiers et qu'il est assez rare chez la majorité d'offrir différents choix pour un même repas. La plupart du temps, les choses semblent se passer de la manière suivante : les enfants qui fréquentent la garderie, l'école, qui vont manger chez des amis ou qui voient que les mangeurs autour d'eux (et surtout les petits mangeurs) mangent des choses différentes de celles que leur mère (ou leur père) prépare à la maison demandent très vite que ces nourritures soient servies à la maison. On rencontre différents cas de figure dont voici quelques exemples représentatifs. Au début, il arrive que l'enfant essuie un refus. Les parents sont très embêtés par le fait que l'enfant manifeste soudain une individualité alimentaire, car on peut ne pas aimer les *burritos* ou les plats trop épicés, mais rejeter la nourriture du pays d'origine en bloc c'est tout autre chose.

> [...] c'est l'école qui fournit toute la nourriture et chez moi ça fait un problème parce que ma femme prépare toujours les repas mexicains, mais il aime pas maintenant manger les repas mexicains. Il le mangeait avant beaucoup, maintenant il dit : qu'est-ce que c'est? C'est trop gras, j'aime pas ça, c'est comme ça, il n'aime pas manger beaucoup la nourriture mexicaine. Mais ma femme ne fait qu'un seul repas, c'est la seule chose qu'il y a à manger et tu dois manger, tu veux pas manger, OK, c'est ton problème ! (Alejandro, homme, 29 ans, Mexique, marié, enfants, 2007, mécanicien de machine).

Juan, originaire de la Chine, est elle aussi bien embêtée par les nouveaux goûts de son fils. Cependant, elle avoue ne pas cuisiner souvent autre chose que la cuisine chinoise.

> Le style principal de cuisine chez nous, c'est style chinois [...] Le dîner, je vais à l'école, mon mari au travail, mon enfant à la garderie, on est séparés. Le principal, c'est le souper, le soir. Comme j'ai dit, la plupart du temps chez nous c'est cuisine chinoise. Mais mon fils maintenant, il

> va à la garderie et le goût c'est changé, il aime la pizza, le spaghetti et le fromage[110], c'est pas comme mes parents avec nous. À cause de lui, j'ai changé des choses dans ma cuisine, les salades, la pizza, les sandwichs. Avant, avec nous, il mangeait chinois, mais là il va à la garderie, il trouve ah ça c'est facile à manger et le goût des viandes, il a changé. Souvent, je cuisine des choses chinoises, mais maintenant, il ne l'aime pas et il me dit, « maman, est-ce que je peux changer, je veux pizza, je veux sandwichs, je veux fromage, c'est changé tout (rires) ! Mais c'est quand même rare que je fais ces choses (Juan, femme, 32 ans, Chine, mariée, enfant, 2005, inspecteur de machines industrielles).

D'autres fois, les enfants ne demandent pas seulement de la cuisine « canadienne », mais des cuisines d'ailleurs dans le monde. Les enfants de nombreux quartiers de Montréal fréquentent des écoles dont la composition multiethnique et multiculturelle est élevée; dans certaines écoles il arrive même qu'aucun groupe ne soit majoritaire, comme c'est le cas dans le quartier Parc-Extension de Montréal où réside Noémie. L'école que fréquentent ses enfants fournit les repas et afin de tenir compte de la diversité des cultures culinaires des divers groupes représentés dans cette école, cette dernière varie les menus et les types de cuisine quotidiennement. Le casse-tête de Noémie n'en est que plus grand, car ici ce n'est plus seulement les pâtes et le pâté chinois qu'on lui demande de préparer, mais des plats issus de la cuisine chinoise ou pakistanaise.

> Dans l'école où vont mes enfants, il y a des repas de différents pays. Je crois que c'est parce qu'il y a beaucoup de différents pays dans ce quartier et à chaque jour il me dit « aujourd'hui c'est un repas des pakistanais et c'est bon ». Chaque jour c'est un pays différent. Mais dans son ancienne école à Lachine, c'est différent parce que les repas du jour c'est 100 % québécois, c'est pour ça qu'il aime le pâté chinois, et les autres repas québécois. Et il me demande à moi que je le prépare, mais qu'est-ce que c'est, qu'est-ce que je vais faire? Je cherche dans l'Internet. Ça fait presque six mois que je suis déménagée ici et son école c'est multiculturel et ils ont appris beaucoup de choses différentes, même que des jours elle me dit, « je préfère les nourritures chinoises parce que c'est mieux pour moi », je me dis, mais mon Dieu, qu'est-ce que je vais préparer? C'est bon, mais c'est différent, c'est pour ça qu'on a changé un peu les repas mexicains et c'est bon de changer pour améliorer les repas et la nourriture. Et des fois c'est, « élection tout le monde », qu'est-ce que vous voulez manger? Après avoir consulté, je fais un seul repas. Mais les fins de semaine, c'est mexicain à 100 % (Noémie, femme, 36 ans, Mexique, mariée, 2009, enfants, dentiste).

En tout cas, voici un bel exemple de diversité et de démocratie alimentaire... Noémie insiste pour dire que les fins de semaine c'est mexicain à 100 %. Ces différences entre les repas de la semaine et de la fin de semaine sont caractéristiques d'une performance de

---

[110] D'une manière générale, les Chinois ne consomment pas de produits laitiers. En fait, le lait et les produits dérivés du lait, yaourt, crème glacée, fromage, ne font pas partie du répertoire du comestible dans la majorité du territoire chinois. Voir l'annexe B.7 pour plus de détails sur l'intolérance au lait chez les populations chinoises ici ou en Chine.

l'ethnicité ou en tout cas relevant d'une forme de découpage symbolique du temps dont les aliments et les préparations sont des marqueurs, que nous avons largement rencontrée et qui prend différentes formes que nous analyserons dans le chapitre VII. Il est intéressant de noter que les enfants ne s'intéressent pas qu'au pâté chinois, aux pâtes alimentaires et à la pizza lorsqu'il s'agit d'introduire de nouvelles recettes, de nouveaux plats et de nouveaux aliments dans le répertoire culinaire de la famille, comme c'est le cas dans l'exemple précédent et qui ne constitue pas une exception. On peut avancer l'hypothèse que cela est peut-être en partie dû à l'effet de l'éducation à la santé et aux saines habitudes de vie que le gouvernement du Québec a mises en place dans les écoles et dont l'information passe par divers relais (professeurs, direction, campagnes de sensibilisation, affiches permanentes, guide alimentaire canadien, éducation à la santé par le truchement des cours d'éducation physique). Il arrive parfois que les enfants reviennent à la maison en déclarant que la nourriture du pays d'origine des parents n'est pas bonne pour la santé, par exemple parce qu'elle est trop grasse. À cet effet, le cas du fils d'Alejandro présenté un peu plus haut est exemplaire. Dans ce cas-ci, il ne serait pas approprié de parler de l'influence des pairs. Sur le plan des préférences alimentaires, il apparaît donc que les enfants, même très jeunes, sont des agents à part entière et que malgré le poids du jugement des autres, il reste de la place pour faire des choix « personnels ».

La majorité des enfants demandent à varier les types de cuisine à la maison et à manger autre chose que les nourritures familières des parents, et les choses se passent apparemment sans trop de conflits. Néanmoins, l'enthousiasme des adultes pour ces nouveaux menus, chez les femmes comme chez les hommes (rien n'indique ni dans les entrevues ni dans le questionnaire qu'un groupe adopte plus facilement des nourritures qui ne sont pas familières), n'est pas toujours au rendez-vous.

> [..] Mes enfants pas manger beaucoup la cuisine indienne. Parce que mon garçon il aime les spaghettis, pasta, du riz, mais pas les légumes parce que les légumes indiens on a fait un peu épicé, c'est pour ça. Mais mon garçon il mange beaucoup de yogourt et fromage aussi. Moi je mange pas le fromage ici, moi non, quelquefois seulement je mange pizza, mais seulement les morceaux de fromage moi pas manger, j'enlève (Prahti, femme, 33 ans, Inde, mariée, enfants, 1996, formation en arts [en Inde], travaille ici comme couturière).

Dans l'extrait suivant, on comprend qu'Ahn, qui est au Québec depuis très longtemps, prépare une grande variété de nourritures, mais elle dit tout de même que c'est pour son mari et son garçon. Ahn fait très attention aux matières grasses et utilise des techniques de cuisson

qui nécessitent peu de ces matières grasses. C'est peut-être l'effet des discours de santé publique. Par ailleurs, sa recette de pâté chinois est tout à fait « traditionnelle » d'un point de vue de la gastronomie québécoise, sa famille a opté cependant pour le maïs en crème, certains optant pour le maïs en grain, d'autres pour un mélange de maïs en grain et en crème.

> Chez nous, on mange des choses comme des soupes tonkinoises, presque chaque semaine, et puis des rouleaux de printemps, c'est moins d'huile que le rouleau impérial. Et puis on mange des choses cuites à la vapeur ou trempées dans l'eau bouillante. Chaque jour, on mange du riz. Pour mon mari et mon garçon, ils mangent du spaghetti, des nouilles italiennes, des lasagnes. Je fais un pâté chinois. Je le fais avec des pommes de terre écrasées et je mélange avec du bœuf ou veau haché, mais maigre, avec du maïs en crème avec des oignons hachés (Ahn, femme, 52 ans, Vietnam, mariée, enfant, 1990, travail en usine).

Il arrive également que les mères préparent des aliments parce qu'elles considèrent que c'est bon pour la santé et le développement des enfants, ou encore pour leur offrir de la variété, mais qu'elles-mêmes n'en mangent pas, comme dans l'exemple ci-dessous.

> Mais je mange seulement du riz et des *rootis*, avec du poisson et des légumes. S'il n'y a pas les légumes, je ne peux pas manger, c'est tout. Je ne peux pas manger des nouilles, je n'aime pas, mais je les cuisine pour mon fils, pour changer de nourriture. Si je lui donne chaque jour la même nourriture, il n'aime pas. Je dois changer. Si je fais des pâtes, je mets de la viande comme du poulet. Je n'aime pas le poulet, mais il aime mon fils, le poulet, un peu, mais il doit manger du poulet pour la santé. Mais moi… je regarde pas ! (Sharmista, femme, 34 ans, Bangladesh, mariée, enfant, 2005, maîtrise en sciences politiques, a travaillé au Québec dans une usine à temps partiel).

Nous avons déjà rencontré Sharmista précédemment qui, seulement en nommant les éléments principaux de sa diète (et ses préférences alimentaires), signe sa provenance géographique et son ère culturelle et gastronomique. En effet, le riz, les *rootis*, le poisson et les légumes constituent la base de l'alimentation des Bengalis, comme nous l'avons déjà mentionné. Ces aliments sont de véritables marqueurs alimentaires. De plus, habituée à manger du poulet élevé selon d'autres méthodes, elle ne peut mettre le nez sur le poulet de batterie qu'on trouve partout en épicerie et dont le prix est sans doute le moins cher au kilogramme parmi les viandes au Québec. On peut déduire des trois extraits de discours précédents que les mères qui se sont exprimées préparent des nourritures qui proviennent du répertoire désormais « classique » des plats transculturels qui circulent dans l'espace social alimentaire, surtout afin de faire plaisir aux enfants. Les entrevues ont révélé qu'il arrive tout de même assez souvent

que les maris n'aiment pas ces types de nourritures[111] et qu'elles-mêmes n'en soient pas friandes, mais que ces goûts soient très susceptibles de changer dans le temps.

On a vu aussi que les répondants issus du sous-continent indien étaient ceux qui préparaient le plus souvent deux menus pour un même repas et le fait que les parents soient un peu plus « conservateurs » dans leurs préférences alimentaires n'est pas étranger à ce phénomène. Ajoutons que même si dans l'ensemble, l'adoption de nouveaux plats semble provoquer l'enthousiasme de l'ensemble des membres de la famille, nous avons remarqué que les femmes cuisinent assez souvent des plats qu'elles ne cuisineraient pas si elles ne le faisaient que pour elles-mêmes. Cette pratique est fort peu documentée dans le cas des immigrant(e)s, mais elle s'apparente à celle, plus documentée cette fois, qui consiste à cuisiner plus de viande (en quantité comme en fréquence) qu'elles ne le feraient pour elles-mêmes ou qu'elles ne le voudraient parce que le mari et les enfants (souvent les garçons de manière plus prononcée) en demandent plus (Beardsworth *et al.*, 2002 ; Caplan, 1997 ; Charles et Kerr, 1988 ; Counihan, 1999 ; Counihan et Van Esterik, 2008 ; DeVault, 1991, 2008 ; Murcott, 1982, 1983)[112]. À cet effet, les réponses à l'énoncé suivant du questionnaire sont intéressantes : « Une bonne diète devrait inclure de la viande la plupart du temps ». Une présentation en tableau aidera à faire ressortir les différences des réponses par les hommes et les femmes.

Tableau 6.7 Réponse à l'énoncé « une bonne diète devrait inclure de la viande la plupart du temps ». Résultats exprimés en %

	Femmes	Hommes
En désaccord	24,2	9,3
Un peu en désaccord	41,7	42,6
Assez d'accord	25	37
Très d'accord	9,2	11,1

[111] Nous avons vu à la section 5.3.1 que les hommes sont plus susceptibles que les femmes d'adopter de nouveaux plats et même de ne plus accorder leur préférence au style culinaire prémigratoire.

[112] Il ne faudrait pas limiter cette problématique à la question de la viande, mais l'ouvrir à l'ensemble des préparations que les femmes cuisinent afin de faire plaisir au conjoint et aux enfants (et sans éprouver du plaisir au plaisir des autres) ou pour se conformer à une norme sociale entendue ici au sens durkheimien, extérieure aux individus et qui est vécue comme une contrainte qui s'impose à eux.

On constate aisément que les femmes sont beaucoup plus nombreuses à se dire « en désaccord » ou « un peu en désaccord » que les hommes, bien qu'ici, la différence soit mince, mais significative (test de Mann-Whitney). On peut donc conclure que les femmes de l'échantillon considèrent très majoritairement que la viande ne doit pas être consommée en grande quantité, ce qui ne les empêche pas d'en préparer plus souvent qu'elles ne le voudraient. Ce phénomène a souvent été mentionné durant les entretiens. Cet autre extrait du discours de Karina, monoparentale, illustre lui aussi très bien notre propos.

> Mon fils, il a 6 ans. Il aime beaucoup les légumes. Il mange tout. Il mange les légumes, les fruits, il mange le bœuf, je le fais pour lui, moi je ne le mange pas, mais je le fais pour lui. Il n'aime pas le porc. Dans mon pays, ce serait l'assiette typique, mais il n'aime pas ça (Karina, femme, 27 ans, Cuba, monoparentale, 2002, formation en comptabilité).

Rappelons aussi le discours de Sharmista, un peu plus haut, qui disait préparer du poulet pour son fils, mais qui était incapable d'en manger. On perçoit assez bien dans ces deux cas les pressions sociales et les discours ambiants, à propos de la « variété » et des « protéines », qui s'exercent sur ces femmes.

On peut sans doute mettre ces pratiques, qui consistent à préparer des plats (de viande) même si elles ne les apprécient pas ou à servir de la viande plus souvent et en plus grande quantité qu'elles ne le voudraient, en lien avec cette autre pratique qui consiste à se priver de nourriture (qualitativement et quantitativement) afin d'en laisser davantage aux enfants ou au mari notamment dans des situations d'insécurité alimentaire (DeVault, 1991 ; McIntyre *et al.*, 2003 ; McIntyre *et al.*, 2002 ; Power, 2005 ; Tarasuk, 2001c ; Tarasuk et Beaton, 1999). Ces résultats portent sur des populations sans distinction du statut ethnique ou d'immigrants, nous avons cependant toutes les raisons de croire que cette pratique est transculturelle. Il est vrai cependant que cette pratique n'est pas le propre que des femmes, mais également des hommes (pères), mais elle est moins fréquente.

Voyons voir quelques autres extraits de discours qui montrent d'autres variantes des processus de changements et de création culturelle induites par les enfants. D'abord cette femme du Kosovo qui fonctionne un peu à l'inverse des autres. Ainsi, au lieu d'introduire la « cuisine canadienne » petit à petit, c'est plutôt la cuisine kosovare qu'elle introduit à petite dose, arguant que ses enfants sont nés ici et qu'ils n'y sont pas habitués. Elle signe sans doute

ainsi sa volonté d'intégration pour elle et pour ses enfants, la nourriture dominante est « canadienne » et celles qui soulignent une ethnicité ou une provenance géographique des parents sont reléguées à la seconde place.

> Pour moi, je cuisine comme je cuisinais dans mon pays ici, quelquefois, on mange au restaurant, mais la plupart du temps, on achète et on mange à la maison, parce qu'avec les enfants c'est difficile pour manger au restaurant (rires). Moi, généralement je mange juste au McDonald's les poissons, je peux pas à la maison, mais quand je mange dehors, je mange le poisson au McDonald's. Mes filles mangent du riz, le macaroni, le spaghetti, plus, parce qu'on ne veut pas manger les choses, parce qu'elles ne sont pas encore habituées pour manger comme dans mon pays, parce qu'elles sont nées ici. Je prépare le *burek*, comme dans mon pays, une fois par semaine, deux fois (Léri, femme, 38 ans, Kosovo, 38 ans, mariée, enfants, 2003, a travaillé dans la ferme de ses parents au Kosovo).

Voici le cas de cette femme du Pakistan, et de son petit enfant de deux ans et demi qui ne veut pas manger les nourritures pakistanaises, sans doute parce qu'elles sont très épicées. Elle ouvre également la porte sur la question des rôles sociaux et des tâches par rapport à l'alimentation.

> Je cuisine les plats du Pakistan et les plats canadiens aussi pour mon enfant, parce qu'il ne peut pas manger beaucoup, un petit peu.
>
> Intervieweur : Mais à deux ans et demi, on est en âge de demander ce qu'on veut manger?
>
> Non, il ne parle pas encore, mais je sais ce qu'il aime et ce qu'il n'aime pas. Quand je prépare quelque chose pour moi et pour mon mari, il ne mange pas, parce qu'il n'aime pas, et alors je cuisine, je fais un burger pour lui, je vais préparer, comment dire... les spaghettis, les pastas et quelquefois, mon mari me dis « tu dois cuisiner le pudding de riz », parce qu'il aime beaucoup le sucré. Mais je n'ai pas le temps, j'ai un petit enfant. Je lui dis, tu peux l'acheter chez Loblaw's ou au restaurant, c'est facile.
>
> Intervieweur : Ou il peut se le cuisiner lui-même?
>
> Mais l'homme pakistanais ne peut pas cuisiner, c'est toujours la femme qui cuisine. Mais mon père il peut cuisiner seul. Parce qu'il habite à Montréal sans nous, il doit cuisiner lui-même (femme, 28, Pakistan, mariée, enfants, 2005, formation d'ingénieur en informatique, n'a pas occupé d'emploi au Québec).

En fait ce qu'elle veut dire ici quand elle dit que l'homme pakistanais ne peut pas cuisiner, elle parle de l'homme pakistanais qui a une épouse ou une fille (ou occasionnellement une sœur) qui peut le faire pour lui. Cela devient clair dans la seconde partie de son discours : si un homme pakistanais habite seul, il doit cuisiner. Nous verrons dans le chapitre VIII comment les rapports à la cuisine sont structurants pour les identités de genres.

Le cas suivant montre que des changements à la cuisine familiale ne sauraient tarder parce que les préférences alimentaires des enfants sont en mutation. Redouane explique pourquoi, selon lui, ces changements n'ont pas encore eu lieu dans le répertoire culinaire familial. Son discours est représentatif d'une partie de l'échantillon dans la mesure où il relève, comme d'autres, le fait que c'était entre autres parce qu'ils ne connaissaient pas de Québécois qu'ils n'étaient pas familiers avec les plats « québécois » et avec les manières de les préparer. Remarquons ici comment Redouane insiste pour établir un lien puissant entre la cuisine algérienne et le fait de se sentir « chez nous ». Cela va tout à fait dans le sens de notre thèse selon laquelle la nourriture (incluant les manières de les préparer et de les consommer) joue un rôle important dans la (re)construction d'un « chez-soi loin de chez soi ». Nous reviendrons sur cette question dans le chapitre VI. Redouane nous dit qu'ils se sentent comme chez eux, ici :

> Chez nous, nous faisons la cuisine algérienne, parce qu'on trouve tout, et on se sent comme chez nous, on prépare tous les repas comme chez nous, il n'y a pas de modifications pour le moment, puisque ma femme, celle qui occupe la cuisine, elle n'a pas la chance de contacter quelqu'un ou de rencontrer des gens parce qu'elle a été occupée avec un bébé, elle reste beaucoup à la maison. Mais avec les enfants on a commencé à avoir des difficultés parce qu'ils mangent à l'école, ils voulaient changer des choses puisqu'ils mangent à l'école, et à l'école, les repas sont fournis, alors ils commencent à manger des choses plus légères comme pizza, fromage, gâteaux. C'est pas comme avant. Mais pour le moment, ma femme n'a pas changé sa cuisine, elle n'a pas la chance de découvrir d'autres cultures ici, c'est pour ça qu'elle ne sait pas comment faire autre chose (Redouane, homme, 40 ans, Algérie, marié, enfants, 2007, baccalauréat en mécanique).

> Pour le déjeuner je ne mange pas, parce que je n'ai pas le temps parce que j'ai trois enfants, je dois préparer pour leur dîner, chaque jour je fais différent, un jour c'est hamburger, un jour c'est pizza, un jour c'est spaghetti, un jour c'est tous les légumes et du pain, après je leur donne des fruits et des jus (Susheela, femme, 34 ans, Sri Lanka, mariée, enfants, cours secondaire, sans emploi).

Dans ce dernier cas, il semble que l'adoption de nourritures « canadiennes » soit plus enthousiaste et plus fréquente que la moyenne, en tout cas on comprend que Susheela prépare souvent ce type de mets. Un autre phénomène très intéressant, et qui illustre bien notre analyse des transformations alimentaires comme des processus de création d'une nouvelle forme culturelle qui est un mélange d'ancien et de nouveau, mais qui n'est pas pensé selon la dichotomie continuité/rupture, est celui de l'appropriation de certains plats par la personne qui fait la cuisine. Le résultat n'est cependant pas toujours du goût des enfants à cause justement de la signature, sans doute un peu trop marquée, de la cuisinière (ou du cuisinier).

À quelques endroits dans cette thèse, nous avons parlé de cette pratique qui consiste à enrober les aliments de saveur familière et que Paul Rozin nomme le « principe des saveurs » (1978) afin que les mangeurs d'un groupe particulier se sentent en confiance avec ce qu'ils mangent (Beardsworth et Keil, 1997 ; Fischler, 1990 ; Poulain, 2002b). Cette pratique est également une stratégie culinaire qui permet l'intégration et l'appropriation de nouveaux plats ou de nouveaux aliments. Permindé nous en donne ici un très bel exemple :

> Moi je n'aime pas faire des listes. J'aime tous les jours faire cuire le frais. Quand je suis allée à la maison, après je fais le *chapati* frais moi-même. Mes enfants aiment la nourriture indienne et canadienne, ils aiment les deux. Le chinois aussi, tofu, Chow mein. Du riz aussi. Mais mon mari seulement aime le *chapati* avec légumes et avec le poulet, le cari au poulet. J'utilise beaucoup beaucoup de légumes et de la salade. Les patates au cari. Et les pois, les pois verts, avec des fèves de soya. Mes enfants, le midi, elles mangent à l'école; bœuf, poulet, pâté chinois, spaghetti. Quand j'en fais à la maison, elles n'aiment pas, elles disent que ce n'est pas comme l'école ! Parce que quand je cuisine, c'est toujours avec les épices indiennes. (Permindé, femme, 38 ans, Inde, mariée, enfants, 2000, couturière au chômage).

Rita, quant à elle, obtient moins de succès :

> Oui, mes enfants aiment la nourriture de l'Uruguay, ils ne disent rien, par exemple la petite fille elle mange dans la garderie et elle a goûté le couscous et après j'ai acheté le couscous, je le fais, mais je le fais mal, je ne sais pas, moi je le fais, mais non ça ne marche pas ! (Rita, femme, 35 ans, Uruguay, mariée, enfants, 2009, professeur de mathématique au secondaire).

Les demandes des enfants ne sont pas les seules raisons qui expliquent l'adoption de nouveaux plats, mais nous avons vu, dans tous les extraits des discours que nous avons présentés, que leur rôle est très important. Les entrevues montrent ces transformations du répertoire culinaire familial, mais elles montrent aussi une ambivalence par rapport à l'adoption de ces nouveaux plats, de ces nouvelles cuisines. En fait, il y aurait sans doute lieu de distinguer ici pratiques culinaires et préférences alimentaires. Des résultats du questionnaire aideront à mieux cerner ce phénomène. On a déjà vu qu'à la question « En général, je préfère manger selon le style de cuisine de ma région d'origine, de mon pays[113] », 72,4 % des répondants répondent oui et 27,6 % répondent non, et qu'il y a des différences significatives selon les genres, mais pas selon les régions de provenance, l'âge, le nombre d'années de résidence au Québec et le statut matrimonial. Ainsi, ces réponses sont à peu près les mêmes selon qu'ils aient des enfants (76,7 %) ou qu'ils habitent en couple sans enfants

[113] Pour une analyse plus en profondeur des réponses à cette question, voir les sections 5.3.1 et 7.4

(70,3 %). On constate même que la tendance est plus forte pour la réponse « oui » lorsqu'il y a des enfants à la maison. On peut ainsi conclure que les enfants sont plutôt responsables des transformations culinaires que des transformations aux préférences alimentaires. Comme le disait cette femme lors de la passation du questionnaire « monsieur, manger c'est une chose et cuisiner en est une autre ». Il est intéressant de constater dans ces résultats que ceux qui sont les plus susceptibles de répondre « non » sont ceux qui habitent seuls ou en colocation.

Dans la grande majorité des cas, les aliments, les plats et les types de préparations que les enfants découvrent dans l'espace social alimentaire et qu'ils veulent voir introduits dans le répertoire culinaire familial sont à peu près toujours les mêmes. On l'a vu avec les extraits des entretiens, et les résultats du questionnaire confirment que les plats qui n'étaient pas familiers et qui ont été adoptés qui reviennent les plus souvent sont la pizza, les pâtes alimentaires (en lasagne et en spaghetti bolognaise) et le pâté chinois. Comme nous le verrons dans la section suivante à propos des influences des autres pôles culinaires présents dans l'espace social alimentaire de Montréal, ces types de plats ne sont pas les seuls à être adoptés. La curiosité et des transformations dans les préférences et dans les schèmes gustatifs sont également responsables des changements au répertoire culinaire. Il semble en tout cas que dans les ménages où il y a des enfants et des adolescents, ils sont la principale source de ces changements. Les entretiens et les résultats du questionnaire que nous avons analysés un peu plus haut ont révélé que, la plupart du temps, la famille partage ces plats qui ont dorénavant pris place dans le répertoire culinaire familial.

> Mon fils a huit ans, il est né en Bulgarie. Il aime la nourriture bulgare, mais il commence de manger la nourriture d'ici, maintenant il aime manger plus épicé, le pepperoni. Je pense que maintenant il est 50-50, chaque semaine il me demande d'acheter une pizza au pepperoni, une fois par semaine. Mais je pense que nous mangeons une fois la poutine, c'est un repas québécois, j'aime manger, mon fils aussi, ma femme aussi (Boris, homme, 33 ans, Bulgarie, marié, enfant, 2008, était officier dans l'armée).

> Chez nous on prépare beaucoup les plats indiens, parce qu'on habite neuf personnes ensemble, on a une grande famille. J'habite avec ma belle-mère, mon beau-père, ma belle-sœur, beau-frère et leurs deux enfants. Nous habitons dans la maison de mon beau-père et c'est pour ça que nous préparons toujours la nourriture indienne et la nourriture canadienne aussi pour les enfants [...] Ma belle-mère et mon beau-père ils préparent plus les plats indiens, et pour mon mari et les enfants, mon enfant et les enfants de ma belle-sœur, ils préparent beaucoup les plats canadiens comme pizza, spaghetti, salade (Shaleen, femme, 26 ans, Inde, mariée, enfant, 2002, cours secondaire, sans emploi).

Peu importe si ces « nouveaux plats » ont été introduits à la demande des enfants ou pour une autre raison (curiosité, changement dans les techniques de préparation, recherche d'une économie de temps, etc.), l'agencement des menus de la semaine est le résultat d'un aménagement et le fruit d'une négociation à propos de ces aménagements. Les entretiens ont révélé une certaine régularité dans l'aménagement des menus et les résultats du questionnaire montrent que la fréquence de préparation de ces plats se répartit de la façon suivante : moins d'une fois par semaine, 37,8 %; une fois par semaine, 28 %; plus d'une fois par semaine, 34,1 %. On peut donc constater que pour l'échantillon du questionnaire, la préparation de ces nouveaux plats au répertoire culinaire familial est assez répandue et que ces plats apparaissent au moins une fois par semaine au repas du soir pour la majorité de l'échantillon. Les autres soirs où l'on mange à la maison, la cuisinière (ou le cuisinier) prépare des plats familiers issus du répertoire prémigratoire, mais qui ont cependant subi des transformations à divers degrés et pour diverses raisons comme nous l'avons déjà montré (simplification, substitution, modifications techniques, etc.). Nous serions hésitants à désigner ces plats comme des « plats ethniques », mais nous serions plus enclins à dire que leur préparation s'inscrit dans une performance de l'ethnicité, ou une certaine forme de « marquage ethnique », mais cette ethnicité n'est pas revendiquée comme telle[114]. En général, les plats issus d'autres styles culinaires sont plutôt servis en semaine. Deux raisons semblent expliquer ce phénomène. La première est qu'une fois que la technique culinaire est maîtrisée, ces plats prennent moins de temps de préparation qu'une grande partie des mets familiers (et que certains désignaient comme traditionnels) et l'économie de temps, on l'a vu, est souvent recherchée par la personne chargée de la cuisine. La seconde, tient à une performance de l'ethnicité ou à un marquage symbolique dans le découpage du temps, et elle se manifeste par des pratiques alimentaires et par l'octroi de significations qui sont très différentes pour les repas en semaine et en fin de semaine.

---

[114] Quand on leur demande s'ils tiennent à leurs nourritures familières parce que cela participe de leur identité, ils répondent plutôt négativement. Nous analyserons ces phénomènes à la section 7.4. Pour le moment, il est simplement question de mentionner au passage qu'il faut être prudent avec cette question de l'identité ethnique et de l'alimentation.

6.4.6 Discussion à propos de la socialisation et de certaines de ses tendances contemporaines

Les conclusions que l'on peut tirer à propos du rôle des enfants dans les transformations culturelles introduites dans les familles migrantes et sur le fait que les préférences alimentaires des enfants changent au contact de l'espace social alimentaire sont au moins de deux ordres et sont en lien étroit l'une avec l'autre. La première conclusion que l'on peut tirer est que la famille n'est pas que le lieu de l'accord mutuel, de l'unité ou de la domination parentale, elle est aussi le lieu de dissensions, de l'expression d'opinions et de préférences divergentes. Sans doute cette contestation des pratiques culinaires et même des schèmes gustatifs est quelque chose de neuf et n'aurait pas eu lieu dans le pays d'origine, du moins pas avec cette intensité, à cause du nombre restreint de modèles alimentaires concurrents dans les espaces sociaux alimentaires et de la force des modèles alimentaires hégémoniques[115]. Certains verront peut-être les demandes de ces enfants comme une manifestation du développement d'un individualisme alimentaire comme c'est le cas pour Claude Fischler ou Paul Ariès par exemple (Ariès, 1997 ; Fischler, 1979, 1988, 1996a ; Fischler et Masson, 2008). Nous serions plus prudents dans les conclusions qu'on peut en tirer, car rien n'indique ici que ces pratiques soient individualisantes ou déstructurantes et que les enfants (jeunes ou moins jeunes) désirent se dissocier des repas familiaux ou du style alimentaire des parents, même s'il est vrai qu'ils cherchent de toute évidence à s'en distinguer. On pourrait même lire la chose à l'envers et proposer l'hypothèse que ces demandes des enfants sont des tentatives afin d'asseoir l'unité familiale sur une ouverture à leurs préférences et sur les autres styles alimentaires. En tout cas, l'alimentation est peut-être la première brèche, la première « confrontation culturelle » à avoir lieu dans l'espace familial des immigrants récents. Comme les parents, d'une manière générale, désirent que leurs enfants s'intègrent à la société québécoise, préparer des plats « canadiens » ou « québécois » fait partie de ces stratégies d'intégration sociale et culturelle. Plusieurs participants nous ont d'ailleurs dit, en parlant des préférences alimentaires de leurs enfants, « il (elle) devient

---

[115] Cela ne veut pas dire qu'il n'existe qu'un modèle alimentaire au Mexique, en Chine ou en Ukraine, bien au contraire. Seulement, les entretiens ont révélé que ces modèles alimentaires sont très régionaux et qu'ils sont relativement étanches, que la présence d'autres modèles provenant d'autres régions du monde est beaucoup moins répandue qu'à Montréal, que les participants n'avaient eu que très peu de contact avec des nourritures d'autres espaces alimentaires et que l'alimentation quotidienne, malgré la richesse du patrimoine culinaire de chaque région, restait cantonnée au répertoire connu et familier.

québécois(e) » ! C'est comme si en quelque sorte, les « nourritures canadiennes » préparaient les enfants, mais aussi les adultes, à affronter, ou à prendre part à une société dont ils ne maîtrisent pas encore tous les rouages et qu'ils sentent que l'incorporation de ces nourritures participe de leur incorporation à la société québécoise.

La seconde conclusion, plus large, se rapporte aux processus de socialisation. Ces changements dans les préférences alimentaires illustrent un phénomène plus large qui est celui de la multiplicité des contextes et des principes de socialisation auxquels sont exposés les acteurs sociaux, et les enfants sont bel et bien des acteurs sociaux. Bien entendu, il existe maints champs de pratiques sociales où ils sont « inactifs » et desquels ils sont encore absents, mais cela ne les empêche pas d'être des acteurs à part entière, et leur rôle dans les transformations culinaires (et dans d'autres domaines qui ne sont pas du ressort de notre recherche) en témoigne d'une manière éloquente. Nous rejoignons en cela certains courants sociologiques contemporains (Lahire, 2001, 2004 ; Martuccelli, 1999, 2002, 2006b) qui montrent, parlant de la socialisation, que ce qui se donnait hier (jusque durant les années 1960 ou 1970 pour faire vite) sous le signe de l'unitaire, de la cohérence et même parfois de l'immuable est aujourd'hui appréhendé comme labile, flexible, pluriel, hétérogène, voir contradictoire. Pierre Bourdieu est sans doute un des sociologues qui est allé le plus loin dans cette volonté de comprendre de manière unitaire les dimensions de la pratique sociale et dont le concept central d'habitus lui permettait de montrer la permanence dans le temps et la « transmissibilité » de certaines dispositions et schèmes cognitifs et d'action dans une classe sociale et entre les générations. Sans aller aussi loin dans une certaine forme de déterminisme, de nombreuses théories sociologiques ont développé des modèles et des cadres théoriques en faisant comme si les acteurs « en tout temps et en tous lieux devaient correspondre au modèle d'acteur qu'elles ont fabriqué » (Lahire, 2001, p. 37). Certaines théories qui mettent pourtant en avant le caractère hétérogène de l'expérience sociale et de la socialisation, comme chez Peter Berger et Thomas Luckmann (1986), considèrent toutefois le sous-univers familial comme un espace assez homogène construisant les structures mentales les plus fondamentales des acteurs sociaux. Ces auteurs montrent aussi que les différents programmes de socialisation de divers acteurs sociaux, et issus de divers univers sociaux, ne sont pas en dissonance par rapport à l'univers familial. Nos résultats, sans entrer dans les

détails des dynamiques familiales dans d'autres dimensions de la vie des familles, montrent la diversité des sources de la socialisation alimentaire même au plus jeune âge et, clairement, ces sources ne poussent pas dans la même direction qu'à la maison. « Malgré ces quadrillages serrés des expériences familiales de socialisation, qui exigent une véritable âme de combattant éducatif au quotidien, les enfants vivent des situations sociales extrafamiliales qui rendent particulièrement difficile la tâche des adultes » (Lahire, 2001, p. 49). Ce serait en tout cas l'opinion de bien des parents qui ont participé aux entretiens et qui ont émis des opinions en ce sens. Les discours des parents montrent bien l'hétérogénéité des expériences de socialisation de leurs enfants (et de la leur aussi), du moins sur le plan alimentaire.

Les pairs, les médias, la publicité, les discours de santé publique, les industries alimentaires proposent chacun à leur manière des modèles de conduite en matière d'alimentation de même qu'ils participent au façonnement des schèmes cognitifs et d'action des agents sociaux. Ainsi, la famille est loin d'être la seule instance de cette socialisation, et ces expériences de socialisation ne sont pas toujours cohérentes les unes par rapport aux autres. De plus, les pratiques des acteurs, ici des enfants, peuvent être fort différentes selon les contextes sociaux dans lesquels ils se trouvent : à l'école, à la garderie, chez des amis, à la maison, au restaurant, dans des réunions communautaires, etc.

6.5 La pluralité des modèles dans l'espace social alimentaire comme source de transformation des pratiques

6.5.1 Mondialisation et créolisation de l'espace social alimentaire

La dernière des principales raisons des transformations est le contact des immigrants avec un nouvel espace social alimentaire dans lequel sont présents des modèles et des styles alimentaires issus d'un peu partout dans le monde. La présence massive des immigrants sur le territoire de l'île de Montréal est largement responsable de la créolisation de cet espace, mais la curiosité grandissante et l'adoption d'aliments ou de techniques de préparation par la population québécoise (et surtout montréalaise), de même que par la présence très visible des

restaurants spécialisés en cuisine ethnique, jouent aussi un grand rôle dans la diversification de l'offre alimentaire. Ainsi, même les supermarchés d'alimentation offrent maintenant, aux côtés de leur offre « traditionnelle », une foule de produits importés ou locaux et qu'on ne retrouvait pas sur les rayons il y a quelques années encore. À cet effet, Jean-Pierre Poulain et Laurence Tibère nous rappellent que « [d]ans les sociétés occidentales, le développement du tourisme international, l'industrialisation de la filière alimentaire avec l'émergence d'entreprises agroalimentaires transnationales et la mondialisation du marché de l'alimentation accélèrent ces mécanismes de métissage qui participent à la transformation des modèles alimentaires » (Poulain et Tibère, 2000, p. 226). On pourrait ajouter également que les « progrès » réalisés dans les transports, les techniques de conservation et de production des denrées alimentaires ont participé à une généralisation et une accélération ininterrompues de la circulation des produits importés. « La baisse des coûts a également étendu la disponibilité des produits importés auparavant réservés à une élite fortunée, à quoi s'ajoutent flux migratoires et touristiques » (Régnier *et al.*, 2006, p. 74).

Avec les dizaines de milliers de néo-Québécois qui s'installent annuellement dans divers quartiers centraux de Montréal[116], la demande pour les aliments ou certains produits transformés d'importation ne cesse d'augmenter. Comme en ont témoigné de nombreux participants aux entretiens, l'intégration sur le marché du travail est souvent difficile pour les immigrants. Ainsi, le développement d'une petite entreprise ou d'un travail autonome peut être perçu comme une solution à ces difficultés (Ma Mung, 1992 ; Min, 1987 ; Raulin, 1990, 2000 ; Ward et Jenkins, 1984). Le secteur de l'importation, de la distribution, du commerce au détail de produits alimentaires[117] et de la restauration constitue justement des niches qu'occupent souvent des entrepreneurs immigrants qui connaissent les besoins et les goûts de leurs communautés vivant sur le territoire de la grande région de Montréal et qui désirent développer leurs propres entreprises de même qu'attirer des clients qui proviennent de l'extérieur de leurs communautés. C'est entre autres par le truchement des restaurants, des

---

[116] Rappelons qu'environ 72 % des 50 000 immigrants qui arrivent annuellement au Québec choisissent de vivre à Montréal (MICC, 2011a).

[117] C'est le cas notamment de nombreux Chinois propriétaires de dépanneurs à Montréal, voir l'édition du 31 mars 2012 du journal Le Devoir qui consacre un dossier sur ce sujet.

commerces spécialisés en produits importés, des supermarchés et des fruiteries, mais également des autres immigrants qu'ils côtoient, que les immigrants entrent en contact avec des aliments, des produits alimentaires, des techniques de préparation et de cuisson auxquels ils n'étaient pas familiers avant d'immigrer.

Donc, un triple mouvement de métissage se déploie alors. D'abord, la société qui reçoit ces immigrants incorpore des plats, des produits ou des aliments venus d'ailleurs dans son répertoire culinaire et certains plats en viennent même à faire partie du « capital alimentaire » comme c'est le cas par exemple ici de la pizza, du spaghetti à la sauce boulettes, du riz, des kiwis ou de la cuisson au wok. Ensuite, les immigrants, quant à eux, adoptent d'une part certains aliments, certains plats et certaines formes de consommation issues du modèle alimentaire dominant, y compris bien entendu les « emprunts » que ce modèle a pu faire et qui rend caduque, ici du moins, toute notion d'authenticité. D'autre part, ils adoptent des aliments, des plats et des formes de consommation qui ne sont pas médiatisés par le modèle alimentaire dominant et qui proviennent justement des modèles alimentaires des autres immigrants qui, bien qu'en mutation selon des dynamiques que nous avons montrées, sont toutefois encore solidement implantés dans les pratiques quotidiennes. Ces dynamiques de mondialisation, de créolisation et de métissage des marchés et des espaces sociaux alimentaires génèrent selon Jean-Pierre Poulain et Laurence Tibère un triple mouvement : « disparition de certains particularismes, émergence de nouvelles formes alimentaires résultant de processus de métissage et diffusion à l'échelle transculturelle de certains produits et pratiques alimentaires créant ainsi un espace alimentaire transculturel; trois mécanismes qui ne doivent pas seulement être lus comme destructeurs des cultures alimentaires, mais qui participent de leur recomposition » (Poulain et Tibère, 2000, p. 229-230). Ainsi, les particularismes alimentaires de chaque communauté, voire de chaque famille, tiennent à la fois de leur modèle alimentaire prémigratoire et dans l'originalité de leur intégration des produits, aliments, techniques culinaires, plats et recettes qui circulent abondamment dans l'espace social alimentaire désormais transculturel. C'est du moins le cas dans la grande agglomération de Montréal. On assiste parallèlement à ces mouvements de particularisation, de diversification, de différenciation, et d'appropriation, au développement d'espaces communs qui servent de ponts ou de passerelles entre les différents modèles alimentaires (Harbottle, 1997b, 2000 ; Poulain et

Tibère, 2000 ; Tibère, 2005). C'est le cas, on l'a vu, des pâtes alimentaires, de la pizza, du riz, du pâté chinois, devenus de véritables objets transculturels (Beardsworth et Keil, 1992, 1997 ; Girard et Sercia, 2009a ; Sanchez, 2008 ; Sercia et Girard, 2010a).

Rappelons maintenant les résultats à quelques questions du questionnaire que nous avons vus dans la section précédente au tableau 6.5 et qui contribueront à la compréhension du phénomène qui nous intéresse dans cette section. On se souviendra que les répondants se considèrent comme curieux et qu'ils aiment goûter des choses qu'ils ne connaissent pas dans une proportion assez élevée à 58,4 % (total des réponses « assez » et « très d'accord ») et que ces proportions sont même un peu plus élevées si l'on élargit cette curiosité jusqu'à introduire de nouvelles recettes au répertoire familial ou à vouloir connaître les autres habitudes alimentaires de l'espace social alimentaire (64,8 % selon le même calcul). De plus, nous avons déjà émis l'hypothèse qu'une plus grande capacité de la personne qui cuisine à adapter des recettes et des modes de préparation est un élément qui facilite l'adoption de types de plats qui ne sont pas familiers. À l'énoncé « j'adapte souvent les recettes et les préparations », la proportion de ceux qui répondent « assez » et « très d'accord » est de 72,6 %. On a vu également que la fréquence de préparation de plats qui ne sont pas issus du répertoire culinaire prémigratoire s'élevait à environ un peu plus d'une fois par semaine quelle que soit la raison de la préparation de ces plats : les demandes des enfants ou du conjoint et des changements dans les goûts de la personne chargée de la cuisine.

6.5.2 Les restaurants ethniques

Laissons maintenant nos participants nous parler de leur expérience de la découverte des nourritures « exotiques », en se rappelant que le pâté chinois peut être exotique... pour un Chinois. Il y a tout d'abord ceux et celles qui aiment fréquenter des restaurants offrant des cuisines spécialisées et qui « travaillent » à élargir le spectre de leurs schèmes gustatifs. Il y a ceux qui, de retour à la maison, cherchent à reproduire les plats, les saveurs, les techniques de cuisson. On ne peut manquer d'attirer l'attention sur l'âge des premiers intervenants. Le fait qu'ils soient jeunes joue sans doute un rôle dans le fait qu'ils sont très ouverts et très enthousiastes face à la diversité culinaire de l'espace social alimentaire de Montréal.

> Pour moi ce n'est pas vraiment un changement, dans mon pays et ici, la cuisine, mais dans mon pays il y a différentes cuisines que ma mère a préparé, mais qu'ici je ne suis pas capable, mais ici aussi c'est très intéressant pour moi la cuisine parce qu'il y a différents pays, la cuisine grecque, espagnole, indienne, thaïlandaise, il y a beaucoup [...] une fois par semaine je vais toujours manger au restaurant, mais j'aime ça (Rhadesha, femme, 24 ans, Bangladesh, mariée, enfant, 2006, étudiante).

> Ici, il y a beaucoup de sortes de restaurants : chinois, vietnamien ou arabe, québécois. Aussi, la nourriture, il y a beaucoup de sortes aussi, il y a des nourritures comme la nourriture du Vietnam, la soupe du Vietnam ou la soupe thaïlandaise ou même si la soupe thaïlandaise est un peu piquante, des fois il y a des légumes dedans. Et ça, c'est bon pour la santé aussi. Euh, mais la nourriture québécoise, comme les patates frites, ça je suis d'accord avec elle, parce qu'elle a dit c'est vrai, il y a beaucoup de gras. Mais la nourriture chinoise, comme le sauté, il y a de la viande, il y a les légumes et il y a des nouilles par exemple. Les légumes, moi j'ai vu dans le restaurant, on ne fait pas trop frire, un petit peu cru, je pense que ça, c'est bon pour la santé aussi (Rathina, femme, 23 ans, Cambodge, mariée, sans enfant, 2005, petit travail à temps partiel).

On remarquera que Rathina a puisé à plusieurs sources et de manières diverses. Afin de cadrer ces phénomènes, l'anthropologue français Jean-Pierre Hassoun (1996, 1997a) de même que Christine Balland (1997) proposent le concept de pôle culturel. Ces derniers constituent des références culturelles larges, la plupart du temps mobilisées hors de leurs espaces sociaux et géographiques « d'origine », et ils comprennent diverses dimensions des pratiques ou des représentations liées à l'alimentation, par exemple certains plats phares, des techniques de cuisson, des systèmes de saveurs, des représentations du sain, du bon, du pratique, de la santé, etc. Ainsi, Rathina est allée chercher des éléments de pôles divers afin de les intégrer à son modèle alimentaire recomposé. Il y a le pôle vietnamien-thaïlandais, qui fait partie de celui d'où elle provient (le Cambodge voisin) pour les soupes, le pôle chinois pour la technique du sauté et de la cuisson croquante des légumes et le pôle hypermoderne qui intègre les discours de santé publique à propos du gras et du souci de la santé.

Voyons maintenant le cas d'Amara qui nous dit qu'elle aime tout maintenant, même les très odorantes nourritures de l'Inde. Encore une fois, on remarquera son âge. Les autres Africaines que nous avons rencontrées, plus âgées, se sont montrées un peu plus conservatrices dans leur cuisine et dans leurs goûts.

> J'ai pas de problèmes pour manger. Avant je détestais les nourritures de l'Inde. Mais l'an passé, j'ai essayé, pas de problème. Je l'aime beaucoup. Je mange de la nourriture de Chine, du Cambodge, tout tout tout, pas de problème (Amara, femme, 25 ans, Ghana, célibataire, sans enfant, 2000, coiffeuse).

Véra, tout aussi jeune, abonde dans le même sens.

> Là-bas, j'ai jamais essayé de manger des avocats. Moi j'ai apporté un avocat dans l'avion, c'est pas légal pour apporter en Russie (rires), car il n'y en a pas. Ici, il y a plus de cuisines internationales et ça... je pense que c'est comme ça que mon alimentation a changé, parce que j'ai... ah aussi parce que j'ai voyagé en Chine, l'Amérique du Sud, donc j'ai appris plusieurs modes d'alimentation. Pour moi, c'est ça la différence, ici il y a plus de choses qu'on peut manger et c'est pas cher (Véra, femme, 22 ans, Russie, célibataire, 2009, étudiante).

Voici des cas qui illustrent le fait que la fréquentation des restaurants a été à l'instigation de changements dans les préférences alimentaires et dans les pratiques culinaires domestiques. La plupart du temps, les participants ont raconté qu'ils fréquentent des restaurants qui proposent des nourritures qui ne sont pas issues du style culinaire prémigratoire. Avant de présenter les extraits des discours, il convient de cadrer la question des restaurants ethniques et leur fréquentation. La littérature au sujet des restaurants ethniques et plus particulièrement sur la fréquentation de ces restaurants par les immigrants montre généralement que ceux-ci ont historiquement développé et fréquenté des établissements qui offraient des nourritures de leur pays d'origine (Calvo, 1982 ; Diner, 2001 ; Gabaccia, 1998 ; Levenstein, 1980, 1988 ; Levenstein et J, 1990 ; Raulin, 1990, 2000). En fait, pour les immigrants, et pour une bonne partie du 20^{e} siècle en Amérique et en Europe, le restaurant ethnique et les fêtes communautaires étaient les seuls moyens de pouvoir manger « comme au pays » et de renforcer les liens sociaux avec des compatriotes. La plupart du temps, ces établissements qui proposaient des nourritures de type « familial » étaient surtout fréquentés par des immigrants entre autres parce que c'était précisément la clientèle visée et qu'ils étaient souvent situés dans des quartiers où étaient installées des communautés particulières (italiennes, grecques, juives, ukrainiennes, etc.). Il arrivait également que les immigrants ouvrent des restaurants destinés à des clientèles plus larges, mais souvent ces derniers étaient peu fréquentés par leurs compatriotes qui leur reprochaient leur manque « d'authenticité ». De plus, ces établissements s'adressaient à des classes sociales plus aisées. Bien que ces restaurants de type familial destinés à une clientèle diasporique existent toujours, ils semblent en régression à Montréal depuis les années 1980 et 1990[118].

---

[118] C'est du moins notre expérience, car il n'existe pas de données sur ce sujet et les participants ont également témoigné du fait que les restaurants qui proposaient des nourritures de leur pays d'origine servaient des plats de cuisine mélangés et qu'il ne s'agissait pas de cuisine de type familial.

Plusieurs raisons expliquent ce phénomène selon nous. D'abord, comme les participants l'ont maintes fois répété, il est dorénavant très facile de trouver un grand nombre des aliments et des produits nécessaires à la préparation des plats familiers à la maison, ce qui rend la fréquentation des restaurants pour retrouver « les saveurs », « le pays », beaucoup moins nécessaire. Puis, dans un contexte commercial hautement compétitif, un restaurant destiné seulement aux compatriotes risque d'être déclassé par la compétition, surtout si la demande pour ce type d'établissement est en baisse. Ainsi, les Néo-Québécois qui ouvrent des restaurants ont plutôt tendance à « formater » le style culinaire, les types de plats offerts, les présentations et la séquence des services sur les habitudes et les références gustatives de la population en général, ce qui leur assure une grande fréquentation. Il arrive souvent que ces établissements offrent plusieurs styles alimentaires voisins, par exemple mexicain et centre américain, vietnamien et thaïlandais, sichuanais et cantonnais, etc. Cette diversité des menus n'est pas un gage « d'authenticité » pour ceux qui connaissent bien ces types de cuisine. Cela dit, la vitalité de la restauration à Montréal et particulièrement de la restauration ethnique est manifeste comme en témoigne l'ouvrage de Jean-Christophe Laurence et Laura-Julie Perrault (2010) qui brossent un excellent portrait de l'offre alimentaire ethnique pour chaque communauté et pour chaque quartier de Montréal, tout en rappelant les grandes lignes de l'histoire de la présence de ces diverses communautés dans l'espace montréalais.

Ensuite, bien qu'il existe encore des quartiers où l'on retrouve une certaine concentration d'immigrants de provenance commune, ces derniers vivent dorénavant dans la plupart des quartiers centraux de Montréal et certains quartiers jusqu'à tout récemment presque uniquement canadiens-français sont maintenant prisés par les nouveaux arrivants[119]. Cette distribution spatiale étalée sur le territoire est peut-être un frein au développement ou au maintien d'établissements de cuisine familiale. La transformation des profils socioéconomiques globaux des nouveaux arrivants joue aussi un rôle dans la reconfiguration du paysage des restaurants ethniques à Montréal. Nous avons vu dans la problématique et dans le portrait des échantillons que les politiques québécoises et canadiennes en matière d'immigration avaient des conséquences déterminantes sur le profil socioéconomique et démographique général des

[119] Les prix des loyers y sont sans doute pour quelque chose, mais il est vrai aussi que l'on retrouve maintenant des épiceries spécialisées en produits importés dans ces quartiers, ce qui contribue à leur attrait.

populations de nouveaux arrivants. Ainsi, le fait de privilégier des francophones (principalement des Français, mais aussi des Marocains et des Algériens) et des individus hautement scolarisés qui occupaient de bons emplois dans leur pays d'origine a pour résultat que le nombre d'individus issus des classes moyennes (et moyennes supérieures) ne cesse d'augmenter. Même si ces immigrants font face à des situations de déqualification professionnelle, ce qui a des effets importants sur leurs pratiques de consommation et plus largement sur l'ensemble de leur mode de vie (en comparaison de celui qu'ils avaient avant la migration), il reste qu'ils ont été socialisés, entre autres, à l'intérieur de ces classes sociales. Ils se distinguent des cohortes arrivées tout au long des années 1980 et une partie des années 1990 où la présence de réfugiés et d'immigrants acceptés dans la catégorie de la réunification familiale était très importante (ISQ, 2012) et dans ces catégories, les professionnels et les individus hautement qualifiés des classes moyennes étaient moins représentées[120]. À propos des pratiques culturelles des classes moyennes contemporaines, on remarque une ouverture à différents goûts et différentes pratiques culturelles et à la consommation de divers produits culturels. Ces produits comprennent à la fois ceux de masse et ceux de la culture « cultivée » et « légitime »; c'est ce que certains auteurs nomment l'omnivorisme culturel (Peterson, 2004 ; Peterson et Kern, 1996 ; Warde *et al.*, 1999). Cet omnivorisme est une caractéristique des consommations culturelles des classes moyennes et aisées où il est également valorisé d'afficher des goûts par exemple pour les nourritures, les musiques et les films d'ailleurs que de l'espace « occidental », en bref une ouverture au multiculturalisme (Fridman et Ollivier, 2004a, 2004b). Il faut se méfier bien entendu d'une projection trop mécanique de ces théories sur des populations sur lesquelles il est difficile d'évaluer si elles sont applicables, parce qu'elles ont été produites afin d'analyser les pratiques de consommation culturelle des populations de pays comme les États-Unis, le Canada, les pays de l'Europe de l'Ouest et du Nord. Il n'en demeure pas moins que les immigrants issus des classes moyennes ont été en contact avec diverses

---

[120] Aux fins d'illustration, dans les années 1980, la proportion du nombre total d'immigrants admis sous la catégorie de la réunification familiale était de 36 %. Elle était de 30,3 % dans les années 1990 et n'était plus que de 22,2 % dans les années 2000. Pour ce qui est des réfugiés, leur proportion évolue plutôt en dent de scie : 16,1 % durant les années 1980, 22,9 % durant les années 1990, 15 % durant les années 2000, mais seulement 8,9 % en moyenne pour les années 2008 à 2010. Quant à la proportion de l'immigration économique, elle était de 47,8 % pour les années 1980, 46,5 % pour les années 1990 (dans cette décennie, on a vu que le Québec avait accepté 22,9 % de réfugiés, cela a eu un impact sur le nombre total dans les autres catégories) et de 60,6 % pour les années 2000. Il faut ajouter que les tendances pour les dernières années de cette décennie sont à la hausse par rapport à la moyenne de celle-ci, par exemple en 2008 ils étaient 65 %, en 2009, 69,7 % et en 2010, 69,5 % (ISQ, 2012).

pratiques culturelles dans leur pays d'origine et que la mondialisation culturelle, l'Internet et les médias électroniques ont eu des impacts majeurs sur les pratiques culturelles, les pratiques de consommation, la structuration des imaginaires et les manières de se définir comme sujet et comme citoyen, plus précisément sur ces types de population de classes moyennes éduquées (Appadurai, 1997 ; Featherstone, 1990, 1995 ; Friedman, 1990). Ce phénomène est encore plus prononcé lorsque les individus proviennent des grandes métropoles, qui sont particulièrement fertiles au développement de la diversité des pratiques culturelles de production ou de consommation et de la valorisation de l'adaptabilité, de la souplesse, de la mobilité; ce qui est le cas de la majorité des sujets des deux échantillons. C'est en tout cas une autre des différences qui les distinguent des immigrants des décennies 1970, 1980 et 1990. En d'autres mots, et pour le dire plus simplement, si la situation a changé au Québec d'un point de vue culturel, social, économique, médiatique depuis les années 1980, il en est de même dans les pays d'où proviennent les immigrants actuels.

Une chose est claire en tout cas, c'est que ceux qui sont attirés par l'expérience des restaurants (et ce n'est pas une large majorité) ne le sont pas par des restaurants qui proposent des plats issus de leur pays d'origine.

> Ma femme a appris à faire la cuisine chinoise, et je l'aime beaucoup, dans mon pays je l'ai mangé, mais pas chez moi, dans un restaurant, mais pas chez moi. Ici, on a appris à le faire et c'est très délicieux et j'ai étudié avec quelques amis chinois qui m'ont dit comment le faire, comment faire la cuisine, ma femme a déjà appris, presque une fois par semaine nous le faisons. Les saveurs c'est très particulier… Je ne sais pas pourquoi, mais j'adore ce type de nourriture (Manuel, homme, 30 ans, Colombie, marié, sans enfant, 2007, ingénieur en informatique).

> [...] parce que nous sommes allés au restaurant, c'est souvent choisir différents pays, les restaurants pour essayer quand on aime ça, mais quand on aime pas, on oublie le restaurant, ça pourquoi quand tu essaies quelque chose, ce n'est pas chinois la cuisine, tu aimes, mais après tu choisis dans l'ordinateur, comment le préparer (Linseng, femme, 45, monoparentale, 1997, travaille ici dans une compagnie pharmaceutique).

Dans le cas d'Elba, plus bas, c'est son fils qui lui demande de préparer des plats colombiens, à l'inverse des tendances observées à la section précédente. L'explication réside sans doute dans le fait que son fils est né en Colombie et qu'il y passé de nombreuses années. Ce type de cas est fréquent : les enfants qui ont été exposés de nombreuses années à un style alimentaire particulier sont plus réticents que ceux arrivés plus jeunes ou qui sont nés au Québec à transformer leurs goûts et pratiques alimentaires. Or, Elba montre bien comment les

restaurants, mais plus largement le contact avec l'espace social alimentaire multiculturel a eu des impacts déterminants sur sa cuisine et elle fait partie de ceux qui sont le plus enthousiastes face à l'adoption d'autres styles culinaires et à leur incorporation dans l'ordinaire de la cuisine domestique. Elle explique aussi les raisons des changements de techniques de cuisson par le fait que l'utilisation du four est plutôt rare en Colombie à cause du prix de l'énergie. D'autres participants ont aussi déclaré utiliser le four beaucoup plus souvent qu'avant la migration; les cuissons au four ne sont pas répandues dans la majorité des espaces sociaux alimentaires d'où proviennent les sujets des échantillons. Soulignons au passage que la cuisson au four est essentielle pour les plats qu'adoptent les immigrants comme la pizza, la lasagne et le pâté chinois et que le prix proportionnellement plus bas de l'énergie au Québec a contribué à rendre l'utilisation de cette technique accessible. Cependant, cela ne veut pas dire que ces types de plats n'existent pas (du moins dans la cuisine domestique) dans leurs pays d'origine seulement pour des raisons techniques, mais il n'en demeure pas moins qu'une cuisson au four n'entre tout simplement pas dans le répertoire des cuissons possibles pour la majorité des humains.

> Pour le souper c'est moi qui cuisine et je prépare de la cuisine chinoise ou de la cuisine indienne ou toutes sortes de cuisines, je ne cuisine pas beaucoup la cuisine colombienne, mais mon fils me demande, parce que mon fils a vécu toute sa vie là-bas, il me demande des affaires colombiennes et je prépare des affaires colombiennes pour lui. Moi je peux dire que Montréal a changé ma façon de cuisiner, parce qu'avant je ne connaissais que la cuisine colombienne, du riz, des patates, des fèves rouges, toutes ces affaires-là. Mais quand je suis venu ici la première fois, j'allais au restaurant, et j'aime aller au restaurant, et si j'aime quelque chose, je peux dire ça, il y a tel ou tel ingrédient et je peux arriver chez moi et le préparer [...] Ce sont les mêmes ingrédients ici que chez moi, simplement c'est la façon d'apprêter les choses, de préparer les choses qui est différente. Une autre des choses qui change beaucoup, c'est qu'ici, on utilise beaucoup le four, tandis que chez nous ça coûte très cher l'électricité, on peut pas utiliser le four [...] Et vraiment, j'ai changé toute mon alimentation à cause d'avoir vécue ici et je suis plus consciente de ce que je mange [...] Ici aussi, comme il y a une grosse diversité culturelle, on peut goûter à ce qui vient d'un pays, et chacun prend le meilleur à son goût, c'est ça que je trouve ici de bien (Elba, femme, 42 ans, Colombie, monoparentale, 2009, a également demeuré au Québec de 1991 à 1997, travail de bureau).

6.5.3 Les pôles culturels alimentaires, l'Internet et l'effet des discours de santé publique

Mais les restaurants ne sont pas la seule source de contacts avec les divers modèles alimentaires ou avec des aliments et modes de préparation inusités. Nous avons vu les

différents processus par lesquels les immigrants sont mis en contact avec les aliments et certains plats. Or, les entrevues ont montré que l'Internet est une source très importante d'information quand vient le temps de connaître les ingrédients et les techniques de préparation[121]. L'adoption et l'adaptation de ces éléments au répertoire culinaire familial (ou du couple) sont souvent accompagnées de l'adoption de nouvelles représentations des liens entre les aliments, les techniques de cuisson et la santé; indiquant qu'ils ne font pas qu'incorporer de nouveaux éléments matériels (aliments, techniques), mais aussi des représentations et des normes sociales. Ainsi, plusieurs éléments dans leurs discours montrent qu'ils intègrent des éléments des discours de santé publique à propos notamment du gras et du sucre. L'exemple d'Amina est très instructif à cet effet. Elle commence par dire qu'elle fait très souvent des « choses traditionnelles », qu'elle a apprises de sa mère, mais elle montre en même temps comment l'offre alimentaire, le contact avec de nouveaux aliments transforment progressivement sa cuisine tout en la personnalisant dans une dynamique d'intégration-différenciation par rapport à ce qu'elle identifie comme « la tradition ».

> Moi je cuisine tout le temps des choses traditionnelles, que j'ai appris de maman et tout, mais, j'ajoute des choses que je trouve ici, comme des sortes de légumes que je ne connaissais pas avant, j'ajoute des choses comme ça même que quand je fais salades de mon pays j'ajoute des légumes aussi. J'ai parlé de ça à ma mère, chaque fois je dis oh maman j'ai cuisiné du couscous et ajouté tel légume, elle est très étonnée « mais ça donne quoi avec ça? » je dis, mais c'est très délicieux, si tu vas venir chez moi tu verras, c'est très délicieux. C'est ça j'essaie de garder les traditions, mais j'ajoute des choses qui sont vraiment très bonnes et pour la santé aussi qui sont très bonnes et qui se trouvent ici. Et on peut faire des combinaisons entre des choses et des fois ça donne des choses vraiment très très bonnes [...] Par exemple les patates douces, dans mon pays il n'y a pas, je les connais pas, quand je l'ai essayé ici, je trouve que c'est très très bon, mais dans mon pays on ne cuisine pas du couscous avec ça, mais ça donne quelque chose de vraiment délicieux... Tu peux vivre une vie ici 100 % syrienne, ou une vie tunisienne, mais nous on aime ajouter des choses qu'on trouve ici... C'est ça avec les traditions, et avec ce qui se trouve ici, vous pouvez créer des repas pour vous, c'est juste pour vous (Amina, femme, 35 ans, Tunisie, mariée, enfants, 2002, coiffeuse).

Heilet témoigne avec force d'une nouvelle sensibilité aux liens entre la santé et l'alimentation, qui montre bien l'incorporation du discours de santé publique très présent

---

[121] Il existe d'innombrables sites de recettes ou d'autres qui traitent des dimensions nutritionnelles des aliments, de même que des extraits vidéo qui montrent des « trucs » ou des « tours de main » avec des cuisiniers et des cuisinières expérimentés et qui souvent ne sont pas des professionnels. Il arrive souvent que les immigrants cherchent des recettes pour des plats issus de leur pays d'origine, mais qu'ils ne savent pas cuisiner. Cela est encore plus systématique pour les Chinois que nous avons rencontrés qui, pour la plupart, comme nous l'avons déjà mentionné, n'avaient que très peu cuisiné avant d'immigrer.

dans l'espace social particulièrement dans les médias (Caraher et Coveney, 2004 ; Coveney, 1998 ; Renaud, 2007, 2010). Le contact avec d'autres modèles alimentaires et les discours de santé publique ont largement modifié les habitudes alimentaires du couple et les techniques de cuisson d'Heilet, entre autres la technique du sauté.

> Et je continue de faire quelques repas de mon pays comme le couscous, le herrera, c'est très connu ici, mais j'essaie toujours avec mon mari de prendre ici le repas qui est sain, qui est très bon pour la santé. Comme par exemple on a pris l'habitude de manger plus de légumes et plus de fruits. Mais parfois, comme vous le savez les repas marocains c'est plus de gras et plus d'épices, on essaie parfois, on fait seulement un repas marocain dans la semaine. Ensuite, le reste de la semaine on fait beaucoup des fruits et des légumes, avec des techniques que j'ai connues ici [...] Mais moi et mon mari on aime beaucoup les restaurants chinois, c'est formidable, les légumes sautés c'est très bon. Et avec mon mari toujours on essaie de s'intégrer ici et de voir les choses qui sont très bonnes pour la santé tout en gardant un peu de notre culture comme ça (Nora, femme, 29 ans, Maroc, mariée, sans enfant, 2009, formation en gestion).

Enfin, il nous paraît important de souligner que les styles alimentaires issus de la Chine, du sous-continent indien et plus largement de l'Asie semblent constituer des pôles d'attraction très puissants pour la plupart des participants. Ajoutons aussi qu'on assiste également à des phénomènes de développement de cuisines diasporiques « apparentées », en effet par exemple des Colombiens qui intègrent des éléments des cuisines péruviennes, des Vietnamiens qui intègrent des éléments des cuisines chinoises, thaïlandaises et cambodgiennes.

> Des fois, on ne trouve pas le même pain qu'on a mangé chez nous, mais nous sommes habitués avec ici, parce que les Grecs qui habitent ici dans ce quartier, il y a un pain comme chez nous, beaucoup de nourriture comme chez nous. Les Grecs, les Albanais, même les Bulgares, les Macédoniens, on mange presque la même nourriture, les Italiens de même, les pastas avec les sauces, on mange presque les mêmes. On peut trouver dans différents quartiers la nourriture, les ingrédients pour faire la cuisine chez moi (Vania, femme, 55 ans, Albanie, mariée, enfants, 1999, comptabilité).

> Les choses qu'on a pris le plus c'est de l'Amérique latine, comme le Costa Rica, des choses comme ça. On essaie de les faire et c'est bon, parce que le goût c'est un peu similaire : les goûts, les façons de cuisiner, c'est pas la même chose parce que les Mexicains cuisinent très fort, très piquant. On pense que c'est important de s'adapter parce que c'est nous qui a venu ici au Canada. Je pense que c'est meilleur de penser comme ça, parce que avant « ah qu'est-ce que je fais ici, la nourriture c'est pas bon, les haricots… ». Une fois, je suis sortie, j'ai vu des haricots et après j'ai vu une sauce rouge, et je pensais que c'est piquant et je mets beaucoup d'haricots et de sauce, et quand je l'ai goûté oh c'est plus sucré que le ketchup, plus plus sucré. Ah ! Je veux vomir, je ne mangeai rien. Parfois, ça me dérange, et « non non ils mangent beaucoup de sucre », mais après le temps passe, on voit que c'est nous qui doit essayer de s'adapter parce que c'est nous qui sommes venus ici. Mais maintenant, la façon que je cuisine, je vais essayer d'apprendre des recettes de autres pays, différents pays, c'est ça. Mais ma mère garde toujours les plats mexicains (Dania, femme, 23 ans, Mexique, célibataire, habite chez ses parents, 2008, formation en enseignement).

> Je cuisine principalement la nourriture mexicaine et quelquefois la cuisine bengali, c'est pour ça que mes enfants adorent ça, comme les Biryani ou les caris, mais quand je prépare ma cuisine mexicaine, je m'adapte parce que je ne trouve pas tous les ingrédients ici, par exemple les *tortillas* ou le fromage frais, je transforme (Anna-Maria, femme, 34 ans, Mexique, monoparentale, 1999, comptable).

> Mais ici aussi j'ai rencontré une nouvelle, c'est pas une nouvelle, mais j'ai jamais mangé dans mon pays comme du céleri, j'ai rencontré, j'aime céleri et brocoli, on a beaucoup en Turquie, mais j'ai jamais, c'est pas mon goût, mais ici j'ai commencé à manger à cause de la nourriture chinoise, à cause de ça, céleri, brocoli, asperges, c'est ce qui est les choses que j'aime ici (Mulent, homme, 33 ans, Turquie, en couple avec une Québécoise, sans enfant, 2003, formation en administration, travaille ici en import-export).

> J'aime aussi la cuisine chinoise, j'aime bien cette sorte de nourriture et aussi je prends aussi des recettes chinoises pour les faire par exemple le thaï, je fais du riz thaï [...] je prends d'autres recettes d'autres pays que je ne connais pas et j'essaie de manger différentes choses, des choses que je mangeais pas normalement, c'est une grande variété maintenant de nourriture (Isabella, femme, 23 ans, Mexique, conjoint de fait, 2007).

> On a beaucoup de variétés de légumes ici, qui sont disponibles facilement dans chaque magasin et beaucoup d'accès. Au Pakistan, je ne pourrais pas faire une salade comme ici, parce qu'il y a quelque chose qui est disponible, mais plus cher. Dans mon budget, ce n'est pas facile là-bas au Pakistan. Il y a des légumes et des fruits différents là-bas, mais moins de variétés, radis, avocats... Au début, je mangeais chaque jour des avocats parce que j'aimais beaucoup ! En plus, quand je suis arrivée ici, on a commencé à prendre beaucoup d'influences de différentes cultures. Quand on sort, on a plusieurs possibilités : chinois, mexicain, indien, là-bas il n'y a pas. C'est la première différence que j'aime beaucoup ! J'ai essayé à la maison, car les recettes sont disponibles, et ma famille a aimé ça aussi, c'est une grande différence. Je suis très contente, quand je fais le menu pour la semaine, j'ai du choix, des ingrédients facilement disponibles dans les magasins (Ouma, femme, 40 ans, Pakistan, mariée, enfants, 2001, baccalauréat en économie domestique, était superviseure dans une compagnie financière au Québec).

> Je suis Vietnamienne et dans ma famille, moi et mon mari, partagent... font la cuisine. Et puis, normalement, on mange des mets vietnamiens, mais en même temps on essaie de trouver d'autres, par exemple, mets italiens, pizza, spaghetti, lasagne, et puis des mets chinois, des mets grecs (Ahn, femme, 52 ans, Vietnam, mariée, enfant, 1990, travail en usine).

Dans l'extrait suivant, Marie nous dit qu'elle aime regarder les émissions de cuisine à la télévision, et ce n'est pas le choix qui manque, car on assiste depuis quelques années à une véritable explosion des émissions portant sur la cuisine, autant sur les chaînes généralistes que spécialisées. Il y aurait toutefois lieu de s'interroger sur l'impact réel de ces émissions de « cuisine spectacle » sur la cuisine domestique dans la population en général.

> Ici j'essaie de cuisiner comme dans mon pays, je peux faire le même repas, mais le goût est un peu différent, à cause que le goût des produits ici est un peu différent. Il y a des repas traditionnels arabes, je peux le faire, ici il y a des supermarchés arabes, je peux acheter tous les produits que je peux utiliser dans les plats traditionnels... Et comme Helena a dit, on peut essayer de faire des plats en regardant la télé, il y a beaucoup d'émissions et j'essaie de cuisiner quelques

repas, par exemple l'année passée, non cette année, j'ai fait la dinde farcie pour Pâques et c'était délicieux (Marie, femme, 35 ans, Syrie, mariée, enceinte du premier enfant, 2008, architecte).

Un grand nombre déclare qu'il existe une certaine « étanchéité » (toute relative bien entendue) entre les styles culinaires, c'est-à-dire qu'ils disent cuisiner par exemple dans leur style prémigratoire cinq soirs par semaine et dans un autre style les deux autres soirs et ne pas mélanger les styles. Bien que leurs pratiques culinaires et alimentaires aient subi de nombreux changements, souvent à leur insu, ils perçoivent une continuité de leurs pratiques et de leurs préférences. D'autres, en moins grand nombre, déclarent que les divers emprunts qu'ils ont effectués à divers types de cuisines ont totalement transformé leur manière de cuisiner et qu'il en résulte un style culinaire très métissé. Leurs schèmes gustatifs sont également profondément transformés, ce qui apparaissait non comestible peut dorénavant être incorporé non seulement sans crainte, mais avec un plaisir évident.

Habituellement je fais la cuisine quand normalement je fais les légumes avec nouilles et aussi le poulet, je fais le poulet avec les champignons, il vient des racines, c'est le champignon séché de Chine. Et aussi normalement si je mange du riz aujourd'hui, demain je fais autre chose, les nouilles, comme le spaghetti avec viande, porc, poulet aussi, les légumes, je fais la soupe et après je mange ensemble tout ça. Après l'autre journée je fais le spaghetti comme ici avec tomate, viande, bœuf, toutes les sauces, quelquefois je fais la soupe aussi comme la soupe aux tomates ou la soupe aux pois et après l'autre journée je fais autre chose comme du sushi comme le nom de sushi, mais c'est *California rolls*, comment on dit en français je ne sais pas, mais il y a des avocats, concombre et du saumon. Mais aussi parfois je fais les nouilles à la façon du Vietnam. Pour moi tous les jours ce n'est pas la même chose que je mange. Je fais ça tous les jours dans ma maison. Ma femme cuisine parfois, mais pour le moment c'est moi qui fais la cuisine. Je fais toutes les choses, je fais nettoyeur, je fais toutes les choses… Normalement, nous allons au restaurant environ une fois par semaine et quand je sors pour manger dans un restaurant, je préfère l'autre nourriture, comme le québécois, l'italien. Je ne vais pas au restaurant chinois, au buffet chinois, je n'aime pas le chinois, parce que je le fais tous les jours ! (Singchu, homme, 53 ans, Chine, marié, enfant, 1997, administrateur).

[à] part ça, les repas d'Amina, les repas mexicains, les repas sichuanais, tous les pays, j'accepte tout, inclus les produits laitiers, fromages de la France, vin, tout. Je prends de tout, je suis très joyeuse avec la nourriture, mais je ne mange pas beaucoup, mais j'en prends. Avant je passais souvent au restaurant parce que je veux savoir la saveur de chaque pays, voir si c'est le goût que je pourrais accepter, je le prends et je l'admets, mais seulement j'ai jamais rentré dans un restaurant indien parce qu'il y a beaucoup d'épices et des ingrédients qui sentent très fort, et ça me fait comme des allergies (Saki, femme, 42 ans, Cambodge, monoparentale, 1981, formations et emplois divers).

En général, je mange beaucoup de légumes et de fruits, mais je ne peux pas dire que j'ai une cuisine russe ou canadienne, je mange d'un peu partout… je peux dire que j'aime beaucoup la cuisine chinoise. Je prépare un plat chinois avec des légumes sautés, avec des nouilles au riz. J'aime beaucoup ça avec un œuf ou quelque chose comme ça. Ou des soupes avec des lentilles. Mon beau-père, il m'a appris à cuisiner des plats indiens et parfois je fais un « dhal » avec curry, lentilles, j'aime beaucoup ça. J'aime beaucoup du riz, mais en général si c'est seulement moi, je n'aime pas cuisiner (Véra, femme, 22 ans, Russie, célibataire, 2009, étudiante).

Dans l'extrait suivant d'Ouma que nous avons déjà rencontré plus haut, on assiste encore à un exemple d'un marquage du temps par les menus, ce que nous avons remarqué chez la plupart des participants.

> Ma cuisine moi, c'est mélangé : chinois, pakistanais, européen, arabe, indien. J'essaie tout parce que mes enfants aiment beaucoup les cuisines internationales, orientales. J'essaie des nouvelles recettes à la maison, en fin de semaine. (Ouma, femme, 40 ans, Pakistan, mariée, enfants, 2001, baccalauréat en économie domestique, superviseure compagnie financière).

Dans l'extrait suivant, on retrouve un bel exemple d'une appropriation de divers styles culinaires et qui ont été intégrés par l'enveloppement de saveurs familières, le principe des saveurs ou les marqueurs gustatifs dont parlent Paul Rozin, Alan Beardsworth, Jean-Pierre Poulain et Claude Fischler, une analyse que nous reprenons en l'adaptant à notre objet (Girard et Sercia, 2009a ; Sercia et Girard, 2010b); ce qui donne lieu à des processus de créolisation des aliments, des techniques, des épices, tout en ayant à l'esprit des préoccupations de santé, sans doute redevables dans ce cas-ci à sa formation de dentiste qui trouvait aussi des échos dans les discours de santé publique circulant dans l'espace social et médiatique.

> Maintenant c'est mélangé, la cuisine québécoise avec la cuisine mexicaine, je pense que c'est un bon mélange. On profite de tous les légumes et je peux faire le pâté chinois, pour moi c'est très bon, je le mélange avec quelques légumes et je le prépare avec un repas mexicain, je le mélange avec un peu de piquant et d'épices mexicaines (rires). On change peu à peu et on prend le goût d'autres pays. J'aime la cuisine chinoise et je prépare le repas chinois avec le piquant et d'autres épices mexicains et c'est bon. On peut choisir les différents repas qui sont bons pour la santé et on peut faire une bonne adaptation (Noémie, femme, 36 ans, Mexique, mariée, 2009, enfants, dentiste).

Certains, mais plus rarement, déclarent qu'ils étaient déjà en contact avec la diversité alimentaire par les marchés ou par les médias avant d'immigrer et qu'ils connaissaient un nombre d'aliments beaucoup plus grand que ceux qu'ils consommaient habituellement ou qui étaient admis comme comestibles par leurs modèles alimentaires.

> Parce qu'il y a toutes les choses ici, tu peux choisir ce que tu veux, oui, il y a les légumes d'Afrique, les légumes d'Amérique, maintenant tous les pays ils sont ouverts à... chaque pays il est ouvert à l'autre, tu peux trouver toutes les choses. C'est le changement entre les pays, mais aussi dans le même pays, par exemple nous sommes Arabes, mais c'est différent les sortes de cuisines aussi. En Syrie, on retrouve presque tous les légumes du monde, et pour ça il n'y a pas une chose qui est comme une surprise pour moi, que je ne sais pas, c'est ça. Si il y a quelque chose qu'on a pas dans notre pays, on l'a vu dans la télévision, on sait c'est quoi, quelquefois on l'a vu dans des souks, on a acheté pour goûter, c'est pour ça qu'il n'y a pas de choses que je ne connais pas (Natia, femme, 30 ans, Syrie, mariée, sans enfant, 2008, professeur d'arts féminins [artisanat]).

> Dans mon pays, moi je suis habituée à manger presque toute la nourriture de différents pays parce que là-bas c'est comme ici, c'est tout mélangé, comme on dit. Moi je viens de l'intérieur, du sud du Venezuela. Là-bas il y a beaucoup d'Italiens, Chinois, Arabes, Libanais, tout ça et moi je suis habituée à toutes ces sortes de nourriture et ici moi particulièrement je ne trouve pas, heureusement, de problèmes, pour trouver tout ce que j'ai mangé là-bas, mais des fois le goût ce n'est pas la même chose (Lucia, femme, 28 ans, Venezuela, célibataire, enfant, 2007, administration).

Dans l'extrait qui suit, Changlieu nous dit qu'il était familier avec les restaurants ethniques en Chine. Il est très intéressant de relever que l'expérience au restaurant qu'il a trouvé la plus étrange au Québec est la visite au restaurant « chinois ».

> Quand je suis arrivé ici à Montréal pour la première fois quand je suis allé au restaurant chinois, parce que j'ai trouvé que tous les repas dans le restaurant chinois c'est pas vrai repas chinois, spécialement quand j'ai entendu du repas qui s'appelle pâté chinois. Après je savais l'histoire du pâté chinois. C'est un exemple parce que le repas chinois quand il vient de la Chine ou ici c'était déjà changé beaucoup. Je pense que le vrai repas chinois n'est pas été accepté par les gens ici, parce que le goût est très, très différent, les choses qu'on utilise pour cuisiner c'est trop différent, mais maintenant parce que de plus en plus de Chinois viennent ici, maintenant j'ai trouvé quelques restaurants c'est presque vrai restaurant chinois [...] c'est bon pour moi parce que la première fois que je suis allé au restaurant chinois, tous les choses je n'ai jamais vu, c'est trop bizarre. Mais maintenant c'est beaucoup mieux. L'autre chose pour moi parce que je mange ce que j'aime manger, tous les repas italiens, grecs, japonais, coréens, j'aime manger tout. Parce que quand j'étais en Chine, j'allais souvent le soir au restaurant italien, parce qu'il y a des restaurants italiens [...] alors j'étais habitué à ces repas (Changlieu, homme, Chine, 34 ans, 2003, marié, enfant, ingénieur mécanique).

Dans l'extrait qui suit, Mahleti semble avoir appris à cuisiner autre chose que des nourritures du Sri Lanka surtout par l'entremise de son mari qui travaille dans une salle de réception. Elle a ainsi appris à apprécier d'autres nourritures par un contact répété. Encore une fois, ce sont les mêmes « plats phares » et transculturels qui reviennent comme les salades, les pâtes et la pizza. De plus, comme une autre mère que nous avons rencontrée plus tôt, elle devine ce que son fils aime et va au-devant de ses désirs. Remarquez que si l'on en restait à sa première réponse, on pourrait croire que les nourritures sri-lankaises occupent une place équivalente aux autres cuisines, mais en creusant un peu, on apprend que bien que la famille ait intégré d'autres types de cuisines, Mahleti demeure très attachée aux nourritures sri-lankaises et prépare souvent les *rootis* elle-même. Elle prend la peine de souligner que ses *rootis* se distinguent de ceux habituellement préparés par d'autres immigrants de la diaspora du sous-continent indien, et que ceux-ci nomment des *chapatis*. Enfin, la famille de Mahleti

se fait parfois livrer de la nourriture de restaurant, ce qui est assez rare pour l'ensemble des participants[122].

> Moi, j'aime cuisiner. Je cuisine souvent, mais pas chaque jour. Si je cuisine aujourd'hui, plus que j'ai besoin, je vais utiliser un autre jour. Chaque jour, je fais de la salade pour ma famille. Euh... mon mari aussi il aime manger différentes choses. Il m'aide quand je cuisine, il est cuisinier comme travail dans une salle de réception. Il fait quelque chose, comme différents types de salades, la soupe avec la viande, les légumes, il fait quelquefois. Je fais différents types de cuisine : chinois, italien, les patas, pizzas... Mon fils, il ne demande pas, mais je sais ce qu'il veut. Chaque jour, quand il revient de l'école, il demande de donner le repas. Je sais ce qu'il veut. Il aime beaucoup la viande, salade, soupes, il aime goûter autre chose aussi, s'il aime beaucoup, il me demande fais-ça demain, mais il ne commande pas.
>
> Intervieweur : Est-ce que c'est assez cosmopolite comme style alimentaire chez vous ou est-ce qu'il y a des influences principales sur ce que vous faites au quotidien ?
>
> Mahleti : Oui, euh... du riz, je fais cuire du riz avec farine, avec la nourriture de mon pays, comme biryani, cari avec lentilles, *rooti* aussi, mais pas tous les jours, mais pas le *chapati* comme le Pakistan ou l'Inde, pas vraiment comme ça. Quelquefois, je fais les *rootis* trois fois par jour, mais pas tout le temps. Quand on en mange, je les fais moi-même. Mais je cuisine beaucoup dans le style sri-lankais, il y a beaucoup de différents plats, mais je ne sais pas comment expliquer. Comme les nouilles, je fais avec une machine comme en Chine. Aussi, il y a un restaurant je peux commander, ça arrive (Mahleti, femme, 40 ans, Sri Lanka, mariée, enfant, 1991, commis comptable au Québec).

6.6 Conclusion

Nous avons montré que les immigrants de notre échantillon transforment leurs pratiques et préférences alimentaires, leur cuisine et aussi leurs représentations de la santé, ainsi que les liens entre les aliments et la santé, au contact des autres modèles alimentaires qu'ils rencontrent dans l'espace social alimentaire de Montréal. Bien que certains plats transculturels semblent établir des ponts et des zones de passages entre les diverses cultures alimentaires, comme la pizza, les pâtes alimentaires « à l'italienne » et le pâté chinois, qui sont souvent identifiés comme appartenant à la gastronomie « canadienne » ou « québécoise », ils sont aussi attirés (et peut être surtout) par les « cuisines du monde » et particulièrement par les nourritures « asiatiques » présentant des techniques de cuisson telles

---

[122] Voici un exemple représentatif de l'aversion d'une bonne part des participants pour les plats à emporter, livrés, prêt à manger, etc. « Je déteste tous les repas pour aller, les repas préparés, je mange de tout, je mange tous les repas, mais les repas que ma femme elle a préparé dans la maison, mais je déteste les repas pour apporter. Ce qu'on mange tous les jours, le type de cuisine c'est mexicain, mais on doit adapter parce qu'ici on ne peut pas trouver les ingrédients comme au Mexique » (Rico, homme, 34 ans, Mexique, marié, enfants, 2008, informaticien).

que le sauté ou à la vapeur et qui font une large place aux légumes et qui prennent souvent moins de temps de cuisson. Mais peu importe les styles culinaires adoptés et adaptés, deux grandes catégories de pratique ou de postures se dessinent. La première consiste à conserver une certaine « étanchéité » entre les styles culinaires, une certaine « authenticité », certains parlant même d'une cuisine « traditionnelle », et la seconde à métisser les cuisines afin de créer de nouveaux plats syncrétiques. Dans les deux cas, l'investissement de temps et de significations est important et fait appel à la créativité de la personne qui cuisine.

Dans une très large majorité, quel que soit leur âge, leur région de provenance ou le temps écoulé depuis la migration, les participants ne fréquentent que très peu les restaurants de fast-food de type « américain » (hamburger, frites, sous-marins, hot-dog, poulet frit) et n'ont pas adopté ce type de plat à la maison y compris chez les répondants et les participants les plus jeunes qui ont peut-être montré un peu plus « d'ouverture », mais dont plusieurs se sont montré parmi les plus farouchement hostiles. Tout semble se passer comme si la préférence de la majorité allait à la confection de plats qui se rattachent à des styles culinaires qui non seulement présentent des caractéristiques « authentiques » (des aliments, de la cuisine, de la culture), mais qui présentent souvent, dans des versions simplifiées, une alternative dans la recherche d'une cuisine un peu plus fonctionnelle et qui permet de gagner du temps, mais qui est porteuse de sens et qu'on peut s'approprier. La question ici n'est pas de savoir si la représentation qu'ils se font de l'authenticité correspond à quelque chose de réel, en terme de cuisine; il s'agit la plupart du temps d'adaptation et, de toute manière, cette « authenticité » est un construit social géographique, historique et culturel. Mathieu De Labarre, parlant de la modernité alimentaire et des tensions qui la traversent (entre fonctionnalité et authenticité par exemple ou entre commodité et soins attentionnés) nous rappelle à cet effet que ceux qui diversifient leur répertoire culinaire et qui tiennent à maintenir le cadre d'une cuisine quotidienne faite à la maison affichent « une volonté de respect de ce qui fait l'essence de ces plats (cette volonté d'authenticité n'est bien souvent qu'un mythe, mais le temps consacré à la confection et les représentations qu'elle engage font que cette attitude donne du sens à ce que l'on mange) » (De Labarre, 2000, p. 82).

Du point de vue des significations, on peut lire ces élargissements du répertoire culinaire comme une ouverture à la diversité, la volonté de laisser entrer l'autre en soi par

l'incorporation des nourritures qui lui sont associées symboliquement. L'incorporation d'autres styles culinaires au répertoire et les sorties aux restaurants « ethniques » marquent l'entrée dans un univers multiculturel (et polyethnique) auquel les mangeurs que nous avons rencontrés désirent participer activement comme producteurs (domestiques) et comme consommateur (publics). Cet univers multiculturel est médiatisé par l'espace social alimentaire qui comporte par ailleurs une dimension spatiale, il faut aller physiquement et symboliquement vers les aliments, les cuisines (marchés, restaurants, chez les autres mangeurs). Les stratégies par lesquelles ces incorporations et cette entrée s'effectuent varient selon les divers contextes et les contraintes qui pèsent sur les acteurs.

Entrons maintenant spécifiquement dans l'analyse des significations de l'alimentation, de l'acte social de manger et de la cuisine qui ont émergé des entretiens et du questionnaire.

CHAPITRE VII

LES SIGNIFICATIONS DE LA CUISINE ET DE L'ACTE SOCIAL DE MANGER

7.1 Introduction

Dans les deux prochains chapitres, nous allons nous pencher sur les significations que les participants et les répondants donnent à la cuisine et à l'acte social de manger. Nous verrons que, dans la mesure où cuisiner et manger sont des actes pleinement sociaux, ceux-ci reçoivent un sens de ceux et celles qui cuisinent et qui mangent. Or, cet octroi de significations ne se fait jamais dans le vide ou qu'en fonction de « choix personnels », de « préférences » ou en « circuit fermé » (une famille, un couple, un petit groupe), mais en rapport avec des contraintes (économiques, sociales, environnementales) et un horizon de significations (représentations, normes, comportements attendus, systèmes de signes, etc.). Charles Taylor (1997), Daniel Cefaï (2003), Bernard Lahire (2001, 2004) Clifford Geertz (1972), Jean-Claude Passeron (1991), Anselm Strauss (1987), Daniel Miller (1998, 2012) et Michel Freitag[123] (1986) ont montré avec force, mais chacun à leur manière, la centralité de la référence à l'horizon du sens (système symbolique) des pratiques humaines et à plus forte raison des pratiques culturelles. Les significations des pratiques, des objets sociaux et culturels sont socialement construites dans la mesure où elles sont le résultat de rapports sociaux, mais, inversement, il ne saurait y avoir de pratiques réellement sociales sans que, d'emblée, ces pratiques s'inscrivent dans le monde social comme pratiques significatives et expressives. Ainsi, manger et cuisiner sont des actes et des interactions sociales et

[123] Chez Freitag par contre, la postmodernité met à mal l'ensemble des médiations entre les pratiques et le système symbolique, ce qui tend à couper les pratiques sociales des références symboliques et normatives et de la transcendance historiquement construites, elles deviennent ainsi purement immanentes, fonctionnelles. Claude Fischler, du moins dans *l'Homnivore*, et Paul Ariès partagent ce type d'analyse, mais en l'appliquant spécifiquement à l'alimentation.

symboliques quotidiennement répétés dont l'importance pour le maintien même de la vie (des humains, des animaux, des plantes), de l'identité des individus comme des groupes et de leur place dans la société et plus largement dans le monde matériel et symbolique, appelle la construction de significations. Ainsi, les nourritures sont un médium particulièrement « propice » à un fort investissement symbolique qui est d'autant plus puissant qu'il est souvent en lien étroit avec les émotions et la mémoire.

Cette position épistémologique implique alors que nous considérions les participants aux entretiens et les répondants aux questionnaires comme des agents, dont la socialisation a bien entendu construit un « horizon » (cognitif, gustatif, émotionnel, culturel, subjectif)[124], mais qui n'est nullement figé ou mécanique, des agents qui construisent des significations à propos des nourritures qu'ils incorporent, développent des taxonomies, expriment et articulent des satisfactions et des insatisfactions envers les nourritures, résistent à des discours et des pratiques pourtant largement répandues dans l'espace social alimentaire où ils se trouvent, s'approprient recettes, techniques, aliments, pratiques et significations et qui, chaque jour, font des choix en matière d'alimentation (achat, planification, coordination, préparation, cuisson). Ainsi, pour reprendre les mots de Pat Caplan, il faut concevoir les mangeurs « à la fois comme des sujets volontaires et intentionnels et comme des êtres sociaux qui utilisent les nourritures afin d'exprimer des relations significatives » (Caplan, 1997, p.25. Notre traduction). Cela implique aussi que, à l'instar de Michel de Certeau et Luce Giard (1994b), mais plus récemment de Daniel Miller (1998, 2010, 2012), on s'intéresse aux manières dont les acteurs s'approprient les objets sociaux et culturels (matériels ou immatériels), comment ils en font usage et comment, par les médiations de ces objets sociaux, ils créent des liens et des relations sociales.

Nous verrons dans ce chapitre que les significations qui sont données à l'alimentation recouvrent de nombreuses dimensions et qu'elles prennent parfois une importance

---

[124] Bourdieu aurait plutôt parlé d'un habitus et ce concept, avec ce qu'il objective des pratiques sociales et des processus sociaux dans lesquels ces pratiques ont lieu, est un concept analytique encore très pertinent pour comprendre les pratiques alimentaires. Cependant, ce concept renvoie, pour nous, trop fortement à une pratique « attendue » des individus selon leurs positions dans un champ particulier et dans une structure sociale, et il ne peut que difficilement expliquer les « dissonances » (Lahire, 2004 ; Martuccelli, 1999) entre les pratiques des individus et leur socialisation, c'est pourquoi nous lui préférons le concept d'« horizon » dans son acception phénoménologique.

particulière dans des situations d'immigration, car l'univers familier des immigrants est souvent bouleversé[125] au cours du processus migratoire et il est à reconstruire. Manger comporte aussi un certain nombre de risques (pour la santé ou l'identité) et immigrer dans un nouvel espace social met les mangeurs migrants en contact avec des nourritures peu familières voire inconnues, cela est à la fois une source d'angoisses ou de craintes et une occasion d'élargir l'horizon du comestible, de faire de nouvelles expériences. Manger et cuisiner produisent et entretiennent des liens sociaux, obligent les mangeurs à circuler dans différents espaces afin de s'approvisionner, d'aller dans les lieux publics de restauration ou honorer une invitation, ainsi l'alimentation est une composante majeure des stratégies d'adaptation et d'intégration à un espace social alimentaire et plus largement à la société.

Plusieurs questions ont été posées afin de susciter des discours sur les significations que les participants octroyaient à l'acte de manger, à la cuisine et au partage de la nourriture. Ces questions ont changé dans le temps et elles pouvaient aussi être reformulées en cours d'entretien selon les dynamiques des groupes. Nous avons posé des questions comme « Accordez-vous de l'importance à ce que vous mangez? », « Parlez-nous de votre expérience de manger au Québec », « Pourquoi est-ce important de manger et de préparer les nourritures comme vous le faites? », « Est-ce que l'on transmet quelque chose par l'alimentation? », qui ont chacune produit beaucoup de discours d'une grande richesse. Il arrivait aussi que des discours sur les significations émergent en réponse à d'autres questions ou en réaction aux propos des autres participants. Quoi qu'il en soit, ces discours gravitaient la plupart du temps autour de quelques thèmes dont la sociabilité alimentaire (intensité du lien social, émotions), la construction de la famille par l'alimentation, l'identité et la culture, la reconstruction d'un « chez-soi » ainsi que la transmission de l'amour et des émotions par la nourriture. Ce sont ces thèmes qui constituent le cœur de chacune des sections de ce chapitre et dont nous entamons maintenant l'analyse.

---

[125] Le développement d'une précarité liée à une baisse des revenus fait partie de ces bouleversements.

7.2 La sociabilité alimentaire, être ensemble, construire la famille

Une des choses qui sont d'abord apparues avec force des entrevues est le fait que les nourritures sont médiatrices de relations sociales de proximité, de qualité, comportant un fort investissement émotif, qu'elles créent ou maintiennent du lien social. L'alimentation, du point de vue des acteurs, est inséparable du repas familial ou plus largement des repas avec les proches, repas qui structurent les représentations qu'on se fait de l'alimentation. Les repas sont donc porteurs de sociabilité, certains auteurs allant même jusqu'à dire qu'ils construisent et structurent la sociabilité intrafamiliale, qu'ils sont au principe même de la famille (Corbeau *et al*, 2002 ; Counihan, 2004 ; DeVault, 1991 ; Kaufmann, 2005, 2007). C'est aussi notre analyse.

Avant de commencer cette analyse, il est nécessaire de mettre la question des repas familiaux en perspective. Le repas familial, dans les formes où nous le rencontrons aujourd'hui en Occident du moins, est une « invention bourgeoise » du 19e siècle dont le modèle ne s'est propagé aux autres couches sociales, lentement et de façon différentiée, que durant la seconde moitié du 19e siècle et surtout au 20e siècle (Grignon, 1993 ; Kaufmann, 2005 ; Visser, 1991). À cette époque (en Europe, mais aussi en Amérique du Sud et au Japon) correspond également l'exode des populations vers les villes, l'industrialisation et le déclin de la production résidentielle. Ainsi, comme l'importance de la famille comme unité de production diminue (chute drastique de l'artisanat, des petits métiers, des petits ateliers familiaux), « la seconde moitié du 19e siècle voit se restreindre l'importance de la famille pour ses membres. Elle demeure souvent essentielle à leur entretien et à leur reproduction, mais se trouve progressivement reléguée à une fonction de plus en plus exclusivement affective, symbolique et de socialisation » (Latreille et Ouellette, 2008, p. 34). C'est dans ce contexte que le repas familial du soir acquiert une valeur de symbole de réussite sociale et de cohésion familiale pour les classes ascendantes d'abord, puis pour les classes populaires au 20e siècle, mais sans se mouler sur l'idéal bourgeois, lui résistant d'une certaine manière qui ne correspond alors ni à leurs conditions réelles d'existence, ni à leur culture de classe. C'est donc dans les classes situées en haut de l'échelle sociale et chez les individus qui ont fréquenté les institutions scolaires le plus longtemps qu'on se conforme davantage à la forme idéale du repas de famille réglé et organisé (Bourdieu, 1979 ; Cinotto, 2006 ; Grignon, 1993 ;

Herpin, 1988 ; Lhuissier, 2006b, 2006a, 2007 ; Mestdag, 2005a). C'est dans les années 1950 et 1960, au moment où les conditions économiques sont très avantageuses, que le rêve bourgeois de la famille assise à table et discutant légèrement, devient une réalité plus généralisée pour des classes moyennes en croissance dans les pays industrialisés, mais aussi dans les métropoles d'Amérique du Sud et du Mexique où l'on trouve également des classes moyennes dont maints modèles culturels proviennent d'Europe (Cinotto, 2006 ; Kaufmann, 2005 ; Pilcher, 1998 ; Shuman *et al.*, 1985). En résumé, le repas familial n'est pas une réalité présente de tout temps, ancestrale et immuable, il est un construit sociohistorique et non une forme « naturelle » de l'alimentation humaine. Ainsi, la plus grande prudence est de rigueur pour le chercheur. Toutefois, la force avec laquelle ce repas et ses significations sont apparus lors des entrevues et selon les résultats du questionnaire, et ce, de manière transculturelle est un phénomène qui ne peut manquer de retenir l'attention[126].

L'anthropologie d'abord puis la sociologie ont très tôt fait du repas familial un de leurs objets de prédilection afin d'analyser les pratiques alimentaires et l'économie de l'échange en montrant tout d'abord son importance dans la transmission des normes sociales, le maintien du lien social et surtout de la cohésion sociale globale (Durkheim, 1984 ; Halbwachs, 1912 ; Malinowski, 1968 ; Richards, 1932). Puis, d'autres auteurs insisteront sur la dimension rituelle (profane) du repas familial (Bossard et Boll, 1949 ; Boutaud, 2005 ; Corbeau, 1992 ; Shuman *et al.*, 1985), et montreront, à l'instar de Mary Douglas (1979 ; 1984 ; 1997) que si « le repas familial est probablement le moins formel des types de ritualisation de partage de nourriture » (Latreille et Ouellette, 2008, p. 12) il est toutefois un événement très structuré, qui affiche un *pattern* qui se reproduit quotidiennement. Nous verrons cependant que notre analyse tend à montrer que le repas familial n'est pas moins ritualisé que les autres surtout si l'on se place du point de vue des rôles sociaux, de la performance de l'identité de genre et de la mise en scène et en discours de « l'amour » comme métaphore de la sollicitude, des soins attentionnés, de l'unité et de l'identité familiale. On a vu aussi, dans le chapitre IV sur les normes sociales du repas, comment la notion de « vrai repas » structurait à la fois les représentations, les pratiques et que la performance de l'acte culinaire par les femmes insérait les familles dans un construit

[126] Ces phénomènes sont d'autant plus intéressants que pour certains groupes, les Chinois des grandes villes de la côte Pacifique, qui ne faisaient pas l'expérience des repas de famille de type nucléaire, s'y conforment maintenant. Nous expliquerons ce phénomène plus loin.

idéologique – la « vraie famille », le vrai « foyer » – et ses membres dans des rôles – la vraie mère, la vraie épouse – (Charles et Kerr, 1988 ; DeVault, 1991 ; Kemmer, 1999 ; Murcott, 1982). Quel que soit le point de vue adopté par les auteurs, les repas et plus largement les prises alimentaires sont presque toujours abordés dans leurs formes familiales. Constituant la plus fondamentale des unités commensales, la famille se retrouve ainsi au cœur des débats sur la nature, l'histoire, l'évolution, la transformation des repas.

Pour résumer très brièvement, on peut dire avec Jeffery Sobal (2000, 2003) que le repas est un évènement social autant (et même plus) qu'un évènement alimentaire et diététique. Il existe cependant d'autres formes de prises alimentaires que celles du repas de famille (de couple ou même du célibataire) qui, sans être aussi chargées normativement ou symboliquement, n'en constituent pas moins, toutes additionnées, des sources plus importantes d'apport en nutriments que les repas en famille et qui sont toutes aussi sociales. Cependant, comme le soulignent Jean-Pierre Corbeau et Jean-Pierre Poulain, « il convient de ne pas considérer ce type de distinction comme s'il y avait d'un côté une alimentation socialement définie (les repas), et de l'autre une absence de règles sociales (les prises hors repas) [...] On peut donc considérer que les dimensions sociales de l'alimentation constituent un continuum allant du faiblement socialisé au plus socialisé » (Corbeau et Poulain, 2002, p. 152). Cela veut aussi dire du faiblement normé au plus normé.

Assez peu de chercheurs, en fin de compte, se sont intéressés aux significations qu'accordent les acteurs à leurs pratiques alimentaires et au repas pris à la maison[127], néanmoins certains auteurs en ont fait un élément important de leurs recherches (Aukrust et Snow, 1998 ; Daly, 2001 ; Fiese *et al.*, 2006 ; Fischler, 1996b ; Kaufmann, 2005, 2007 ; Larson *et al.*, 2006 ; Lemangeur-ocha.com, 1996 ; Ocha/Sofres, 2002 ; Ochs, 2006 ; Ochs *et al.*, 1989 ; Ochs et Taylor, 1992). Toutefois, d'une façon générale, l'attention s'est surtout concentrée sur la dimension « institutionnelle » des repas, leur organisation, leurs formes ou encore sur la division sociale culturelle et genrée du travail de la cuisine. Pour cette recherche, nous élargissons la perspective des repas pour l'ouvrir également sur la sociabilité

[127] Il y a, à vrai dire, plusieurs publications sur le sujet, mais elles sont généralement limitées à des aspects particuliers.

alimentaire et ainsi recueillir les discours des acteurs qui n'ont pas d'enfants, mais pour qui les repas n'en sont pas moins investis de significations. Nous pensons ici aux couples qui n'ont pas d'enfants, à ceux dont les enfants ont quitté le foyer et aux célibataires. Ainsi, quand il sera question des repas, il ne s'agira pas toujours que du repas de famille. Bien entendu, pour les acteurs les significations seront différentes selon les contextes et, chez ceux qui n'ont pas d'enfants, la dimension « familiale » dans la construction imaginaire et la représentation des repas est beaucoup moins présente, bien qu'elle le soit très souvent en creux ou en filigrane. Néanmoins, même sans la présence d'une famille, la dimension de l'être-ensemble de l'acte social de manger n'en est pas moins présente pour autant. Par exemple, dans l'extrait du discours de Mulent cela est exprimé d'une manière éloquente.

> Manger c'est important c'est, qu'est-ce qu'on mange, mais une autre chose, avec qui on mange aussi c'est très important. Pour nous qualité d'alimentation, c'est O.K. c'est très important, mais une chose qui est dans notre culture, dans notre tradition, manger avec la famille et avec des amis c'est très important, peut-être plus important que ce que tu manges. Et une chose qui change dans ma vie depuis que je suis ici, je pense que je me suis habitué de manger tout seul. Avant dans mon pays je me souviens pas le temps que j'ai mangé tout seul, ici on doit être, je ne sais pas, on doit être, on est très pressé, on manque de temps peut-être, mais cette émotion, moi je ne peux pas trouver ici cette émotion, c'est seulement, ça me manque beaucoup. C'est ça la part de manger, je pense que mon point de vue c'est manger avec la famille c'est très important, plus important que ce que je mange (Mulent, homme, 33 ans, Turquie, en couple avec une Québécoise, sans enfant, 2003, formation en administration, travail ici en import-export).

Mulent n'habite pourtant pas seul. Sa conjointe est née au Québec, mais il arrive assez souvent que les occupations de chacun les empêchent de manger ensemble, Mulent a donc dû s'habituer à manger seul, mais manger en famille lui manque beaucoup, à cause de l'émotion que cela procure ou plus précisément à cause de l'émotion qu'il ressent à l'évocation de ces repas surtout quand il mange seul. Le repas en famille, ou pris avec un proche, semble donc être au centre de l'acte social de manger et de la représentation de ce qu'est un « vraï repas » (une situation qui est alors plus qu'une simple « prise alimentaire »), un acte complet pourrait-on dire et qui prend du sens, pour les individus comme pour le groupe. Mulent insiste, pour le commensal qu'il est, « être ensemble » importe davantage que ce qu'on mange. Or, Mulent n'est pas le seul à ne pas aimer manger seul. Dans le questionnaire à l'énoncé « J'aime manger seul », les résultats sont très éloquents : « en désaccord », 64 %; « un peu en désaccord », 23 %; « assez d'accord », 8 % et « très d'accord », 3 %. Ainsi, dans les représentations du repas (de nombreuses recherches le montrent) manger seul, ce n'est pas

vraiment un repas et ce n'est pas vraiment manger, c'est s'alimenter, se remplir. Manger, c'est prendre de la nourriture avec d'autres.

Dans l'exemple suivant, on voit le poids normatif du repas familial sur le jugement qu'on fait à propos de sa propre famille et des autres, car le modèle de la famille unie et heureuse assise à table tous ensemble qui relève souvent de l'idéologie, du mythe, d'une construction imaginaire, (Barrett et McIntosh, 1982 ; Bossard et Boll, 1949 ; DeVault, 1991, 2008 ; Mestdag, 2005a, 2005b ; Murcott, 1997) est très présent. Ainsi, Mara parle de sa famille comme d'une famille dysfonctionnelle, du point de vue des repas en tout cas.

> J'étais dans une famille dysfonctionnelle, c'était vraiment quelque chose, non parce que j'ai eu des amis, ils mangeaient tout le temps ensemble avec leurs familles, avec les parents, je pense que c'était comme, je ne sais pas pourquoi, mais peut-être la cuisine était très petite, il n'y avait pas de place pour manger tous ensemble, donc c'était le « shift », toi et après toi (Mara, femme, 41 ans, Hongrie, 1990, mariée, enfant, enseignement).

Voici un autre extrait témoignant de la force avec laquelle manger en famille est une norme que les acteurs croient répandue partout (universelle et naturalisée). Elle fait partie de ce qu'est être une « famille normale » et de ce qu'est « faire comme tout le monde ». De plus, il faut attendre que tous les membres soient présents pour entamer le repas, ici c'est particulier, car Alina habite chez ses beaux parents. Elle insiste aussi à la fin de l'extrait pour dire que se sustenter entre les repas ne constitue pas un « vrai repas », plutôt une prise alimentaire.

> [...] le souper on mange en famille comme tout le monde, chez nous on mange en famille, on attend, j'habite avec mes beaux-parents, on attend que mon beau-père arrive parce que ma belle-mère elle a une garderie à la maison, donc elle a toujours de quoi manger si j'ai faim, mais maintenant j'arrive à la maison à 5 h 30, 5 h 40 et j'apporte des fruits pour manger pendant les heures que je ne veux pas manger un vrai repas (Alina, femme, 22 ans, Équateur, mariée, sans enfant, 2009, étudiante).

Aux côtés du fait de manger et de partager de la nourriture, le repas de famille est l'évènement central de la vie de famille puisque, comme nous le dirons, pour tous les participants suivants, le repas du soir (c'est surtout de lui qu'il s'agit)[128] est le seul moment de la journée où toute la famille est présente dans le même temps et dans le même lieu.

---

[128] Il arrive aussi, les fins de semaine que les repas du matin et du midi soient des occasions pour toute la famille ou le couple de se réunir, mais cela est moins systématique que pour les repas du soir et les choses se compliquent à mesure que les enfants grandissent et qu'ils ont des activités avec d'autres jeunes de leur âge. Une

> Mais le soir, c'est le moment de la journée où la famille est ensemble et on mange, souvent moi je ne mange pas le soir, mais je prépare pour mon mari et pour mon fils. C'est le seul moment de la journée que nous sommes ensemble autour de la table. Quelquefois les fins de semaine nous sortons, nous mangeons au restaurant (Læticia, femme, 24 ans, Albanie, mariée, enfants, 2004, formation non terminée en sciences infirmières, emploi inconnu).

> Le souper, pour moi c'est très très important, parce qu'on passe toute la journée dehors chacun, chacun à son école et tout, je dis OK, le souper il faut qu'on soit tout le monde autour de la table comme ça, et chacun de nous fait quelque chose, même le petit. Le petit il met la table, il met les assiettes, ma fille aussi elle... euh... même elle peut servir la soupe. Comme ça ils sont vraiment habitués à manger à la maison, ils aiment la réunion, et comme ça c'est un truc qui est vraiment bien pour eux (Amina, femme, 35 ans, Tunisie, mariée, enfants, 2002, coiffeuse).

> L'heure qu'on passe à manger, c'est presque la seule heure qu'on peut partager avec les enfants, la femme, le mari, euh, ça s'arrête chez moi, en mangeant, mon garçon me dit quelque chose qu'il a fait pendant l'école, ma femme aussi, on partage ce qu'on apprend dans l'école et on mange, on parle, on fait différentes choses à ce moment-là. Aussi c'est important, c'est comme ça qu'on vit, mais c'est un moment vraiment spécial, chez moi (Alejandro, homme, 29 ans, Mexique, marié, enfants, 2007, mécanicien de machine).

Dans l'extrait suivant, Monique insiste sur le fait qu'elle est convaincue que la mère sait ce qui est bon pour la santé de sa famille. Ainsi, la cuisine à la maison de la mère maintient à la fois le bien-être physiologique des membres de la famille, mais aussi son bien-être psychologique en « mettant » la famille ensemble, ce qui lui permet d'exister comme une entité dont les êtres qui la constituent se préoccupent les uns des autres. À cet effet, les travaux de Lynn Harbottle (1996, 2000) apportent un éclairage précis et sur lequel nous reviendrons un peu plus bas. Cependant, l'élément du bien-être psychologique de sa représentation de la santé est en filigrane, parce que c'est une représentation « fonctionnelle » de la santé qui prédomine ici, du moins dans la première partie de l'extrait.

> La nourriture c'est essentiel pour la vie, à cause des nutriments dans la nourriture c'est pour le corps, pour bouger, pour travailler, pour étudier. Et le repas dans la maison c'est bon parce que c'est la mère de la famille qui fait la nourriture et elle sait ce qui est bon pour la santé et le repas à la maison, c'est une chose pour mettre ensemble la famille, parce qu'on mange autour d'une table et on parle de ce qui se passe avec la vie, c'est bon pour la famille (Monique, femme, 18 ans, Philippines, célibataire, habite avec sa famille, 2008, étudiante).

---

exception toutefois, et elle est de taille, plusieurs cultures ont la pratique (l'institution) du repas du dimanche midi (ou plus rarement le soir) qui est la plupart du temps une « obligation » pour les membres d'une famille. La plupart du temps réservé à la famille nucléaire, il arrive toutefois qu'une famille reçoive les oncles, les tantes, grands-mères et grands-pères pour ce repas. On retrouve encore ces pratiques aujourd'hui en France, en Grande-Bretagne et dans de nombreux autres pays européens (et sans doute dans maints autres pays pour lesquels des informations précises sont difficiles à trouver).

Deux choses émergent avec force de cet extrait et de tous les autres : le repas est un évènement à la fois structuré et structurant et il est aussi un concept à dimensions multiples. Dans l'extrait suivant, Shaleen apporte un témoignage très intéressant qui vient appuyer ce que nous avancions plus tôt à propos de la distinction que nous établissions entre la faim et l'appétit et à propos des liens entre les dimensions sociales, symboliques et physiologiques dans l'expérience du repas. Dans le cas de son petit garçon, il apparaît qu'il supportait mal d'être mis à l'écart des repas et que, dans un contexte seul à seul avec sa mère, il n'avait pas d'appétit, bien qu'il avait sans doute faim. On voit en tout cas avec cet exemple que la dimension sociale de l'acte de manger apparaît dès le plus jeune âge et qu'il est une manière d'être avec les autres, mais également de faire comme les autres et de s'intégrer ainsi au groupe tout en incorporant les mêmes nourritures que lui. On voit aussi l'importance que les répondants accordent au concept de repas comme « organiseur » de la vie de famille.

> Moi aussi je suis d'accord avec Anna-Maria, pour la famille c'est bon, parce que toute la journée on ne peut pas être ensemble, mais au dîner et au souper on peut être ensemble pour faire le dîner ou le souper [...] pour mon bébé, il avait des problèmes à manger, quand je lui donnais de la nourriture, il ne mangeait pas, mais après j'ai consulté une nutritionniste elle m'a demandé si on peut manger ensemble, moi, mon mari et ma nièce et mon neveu et comme ça mon garçon il veut aussi manger. Comme si manger ensemble, c'est bon pour le moral. Oui, si je lui donne à manger seul avec lui, il ne veut pas manger, mais s'il voit que les autres mangent, il va manger aussi (Shaleen, femme, 26 ans, Inde, mariée, enfant, 2002, cours secondaire, sans emploi).

Ce n'est pas tout, le repas doit être un moment où chacun peut discuter, échanger, raconter sa journée et qui plus est, cela doit être un moment agréable autant que possible. Apparemment, en tous cas d'une manière générale selon les discours des participants, tous les commensaux sont conviés à participer et à discuter.

> L'union de la famille, c'est la nourriture. Je crois que la nourriture c'est important pour la famille, c'est ensemble, parce que manger chacun de son côté... par exemple dans ma famille c'est très petit, nous sommes quatre personnes, quand j'arrive à la maison, à 16 h 30, je prépare la nourriture, mes filles ont commencé à préparer, et nous mangeons ensemble. Pour les fins de semaine, nous mangeons quelque chose dans autre place, elles vont à la maison de leurs amis, leurs chums, c'est pour ça que les fins de semaine, il n'y a pas de nourriture dans la cuisine (rires). Donc en semaine, c'est très important de manger ensemble, parce qu'il y a beaucoup de communications : que dit ton enseignant? Que fais-tu en fin de semaine? Toutes les choses, ce que tu aimes ou pas. Comme mes filles c'est trois adolescentes, je leur demande tous les jours ce qu'il y a, ce qu'elles font... Oui, parce que si c'est pour chicaner, pas bon, parce que c'est important pour nous, parce que nous sommes seules, il n'y a pas de famille, notre nouvelle famille, c'est notre ami qui est parti avec nous qu'on voit de temps en temps, une fois chaque deux semaines. C'est la famille que nous nous sommes choisie, la fin de semaine seulement (Felicia, femme, 44 ans, Mexique, monoparentale, 2006, licence en communication, sans emploi actuellement).

> Pour moi, c'est important de transmettre aux enfants le sens de la famille, il ne faut pas manger seul, mais en famille, c'est important pour moi. Quand ma fille revient de l'école, je l'attends pour manger ensemble, mais manger en parlant, c'est très important pour moi. Et le dîner pour préparer aussi, s'il n'y a pas le mari dans ce moment j'ai organisé le dîner pour trois enfants et moi, c'est quelque chose peut être de culture ou peut être quelque chose de précis pour moi, je crois que la famille c'est quelque chose de très important pour moi, c'est quelque chose qui va donner du soutien pour les enfants (Natalya, femme, 36 ans, Bélarusse, mariée, enfants, 2008, médecin).

> Pour moi, le moment le plus important par rapport à manger, c'est le moment de dîner (il parle du repas de fin de journée), parce que je peux partager avec ma famille. Et c'est un moment très spécial et j'aime beaucoup écouter la musique aussi, mais par rapport au repas ça dépend du repas quelle sorte de musique je veux écouter. Et on parle beaucoup et c'est le moment où les problèmes s'arrêtent, il n'y a pas de problèmes même si par exemple je suis fâché contre ma fille, ça s'arrête pendant ce moment-là, on mange, on goûte le repas. Et aussi, c'est une anecdote, nous avons regardé le film « Ratatouille », et très souvent ma fille me dit on va essayer des choses différentes, on va mélanger ça avec ça et goûte ça et ferme tes yeux, et goûte comme ça ! Et ça donne vraiment un goût différent, j'ai commencé à reconnaître des choses très intéressantes comme ça, parce qu'on trouve vraiment le goût du repas, pas seulement manger pour manger, séparer les saveurs, le piquant, le doux, le salé, tout ça (Juanito, homme, 39 ans, Mexique, marié, enfant, 2006, enseignant).

Pour Juanito, le repas est un temps pour faire la paix, un moment et un instrument de pacification (Kaufmann, 2005 p. 130-131)[129], ce n'est pas seulement une forme familiale symbolique et un moment de paix, car le repas ouvre sur d'autres dimensions comme celle du mélange des plaisirs partagés, d'une esthétisation des sensations, de l'expérimentation par les sens. Juanito insiste, il ne s'agit pas de « manger pour manger ». Son discours représente assez bien cette quête contemporaine de rapports sociaux informels, de relâchement des règles et des disciplines et l'ouverture à une « expérimentation sensible et multiple, intéressant autant les personnes prises individuellement que le groupe dans son ensemble. Mettant en jeu les sensations, gustatives et affectives » (Kaufmann, 2005, p. 135), du moins dans l'espace familial. Cette situation, très courante aujourd'hui n'a pas toujours été la norme, loin de là. Les formes du repas familial (et plus largement des rapports intrafamiliaux) se sont transformées depuis les deux cents dernières années. Le relâchement des carcans normatifs et le recentrement autour des besoins, des désirs et de la parole des enfants (de Queiroz, 2004 ; Dubet, 2002 ; Fischler, 1996b ; Kaufmann, 2005, 2007 ; Marenco, 1992 ; Singly, 2001, 2005 ; Singly, 2004), quelque part durant les années 1950-1960, en Occident du moins, ont produit un autre type de construction de la famille par les repas, centré sur les

---

[129] À cet égard, Roland Barthes parle de la trace mythique du pouvoir de pacification de la commensalité (Barthes, 1961, p. 985-986).

sensations, les émotions, la communication, l'authenticité, l'individualité. De plus cet extrait de Juanito nous permet de percevoir le fait que la culture populaire, et plus précisément celle qui circule par le cinéma et les médias électroniques, influence les représentations et les attitudes par rapport aux nourritures par leur mise en forme dans des « produits de l'imaginaire » (Appadurai, 1997 ; Arvidsson, 2006 ; Barthes, 1961 ; Parasecoli, 2008).

7.2.1 Petite discussion sur la commensalité

Mais Juanito ajoute qu'ils aiment beaucoup inviter et recevoir et que c'est une façon de tisser des liens en remplacement de ceux qu'ils ont laissés derrière eux. Étrangement cependant, il est mal à l'aise quand il est invité chez les autres, il préfère recevoir chez lui et préparer des repas pour ses amis. Il semblerait, du moins à l'écoute des discours des participants, que les immigrants deviennent en général plus casaniers qu'ils ne l'étaient avant d'immigrer. Cela peut s'expliquer justement par la perte de leurs réseaux sociaux et le fait que les opportunités de socialisation sont moins nombreuses, au début du moins. Ce qui rend sans doute encore plus impérieux le besoin de se reconstruire un « chez-soi », et nous avons mentionné, nous y reviendrons, le rôle important que joue la nourriture dans cette reconstruction.

> Ah oui, bien sûr, on aime beaucoup inviter et recevoir, parce qu'ici on manque la famille alors il faut créer des liens, avec des amis, on invite beaucoup, j'aime beaucoup plus recevoir que d'aller chez des amis parce que j'aime beaucoup préparer pour mes amis. Mais quand quelqu'un m'invite, je vais y aller, mais je ne me sens pas à l'aise (Juanito, ibid.).

Ouvrons une petite parenthèse à propos de la commensalité et du fait que Juanito ne se sent pas à l'aise quand il est invité à manger. Jeffery Sobal (2000), en parlant de la commensalité, dit que manger avec les autres constitue une prise de risque et celui-ci peut être objectif d'un point de vue sanitaire, mais est aussi psychologique ou biographique, car inviter quelqu'un chez soi c'est lui donner à voir une partie de son intimité et être invité c'est pénétrer dans l'intimité des autres. Cette prise de risque est également symbolique, car ce partage de nourriture risque de nous engager à l'égard de l'hôte et même plus, selon le principe de contamination symbolique par contact, de devenir un peu comme lui (la personne qui a cuisiné et qui a mis une partie de lui-même dans les plats). Comme le soulignent Jean-Pierre Corbeau et Jean-Pierre Poulain (2002) « manger, c'est donner à voir nos goûts, nos dégoûts, notre relation au corps, notre relation au plaisir, notre sensualité ou, au contraire,

notre absence de sensualité » (Corbeau et Poulain, 2002, p. 153). L'absence de sensualité ne semble en tout cas pas caractériser Juanito. Ainsi, on le voit, la commensalité ne se confond pas avec la sociabilité alimentaire et elle est au fondement d'inclusions et d'exclusions sociales et culturelles (Douglas, 1979, 1997 ; Latreille et Ouellette, 2008 ; Mennell *et al.*, 1992 ; Visser, 1991). Les processus présidant à ces exclusions-inclusions sont à la fois individuels (dégoûts, pudicité, gêne, sociabilité, tempérament, etc.) et collectifs (classes sociales, castes, genres, groupes d'âge, intimes inconnus, religions, etc.). Sobal, Corbeau et Poulain (ibid.) conçoivent les règles de la commensalité comme une série de cercles concentriques qui, chacun, engagent des jeux d'exclusion et la définition de frontières et qui, pour leurs formes concrètes, vont par exemple du partage d'un verre d'alcool dans un débit de boisson (le cercle le plus éloigné) à celui d'un repas « à la bonne franquette » à la maison (le cercle le plus rapproché et le plus intime). Ces derniers sont justement ceux qui mettent Juanito le plus mal à l'aise et nous avons vu toutes les prises de risque qu'un tel partage comporte, surtout si cela est fait dans un univers sur lequel l'individu n'a aucun contrôle, la maison où il est invité, les nourritures préparées par les autres, les conversations dont on ignore à l'avance la tournure, le regard des autres sur ses manières hors de chez lui, etc. On le voit, la commensalité est un phénomène social complexe et il ne se confond pas avec la sociabilité (Grignon, 2001) bien que cette dernière soit comprise dans la notion de commensalité, c'est-à-dire dans le fait de partager un repas avec un groupe précis.

7.3 Le repas comme « enveloppement », les soins attentionnés

Revenons aux liens entre les repas, la famille et les moments agréables. Sur ce point, Jessica est catégorique.

> S'il n'y a pas les repas, ce n'est pas une famille heureuse ! (Jessica, femme, 25 ans, Honduras, mariée, sans enfant, 2007, sans emploi).

Maria, dans l'extrait suivant, insiste sur le fait qu'il ne faut pas seulement être en compagnie des gens qu'on aime pour faire un « vrai repas », mais que c'est tout ce qui entoure le repas ainsi que la présentation de la nourriture qui, ensemble, créent le moment du repas et font venir l'appétit. Avant de présenter son discours, voici quelques éléments

d'analyse qui nous paraissent pertinents. Ici, l'on comprend que l'alimentation est intimement liée au domaine des soins qu'une mère prodigue à sa famille et à l'univers affectif qu'elle construit et qui enveloppe littéralement les membres de la famille. Cette idée de la table bien mise avec des aliments bien présentés et la présence de tous les membres est l'une des choses qu'elle a apportées avec elle de Cuba. Pour ce qui est du type de cuisine, comme elle est mariée à un Iranien, la famille a adopté un style culinaire plus influencé par la cuisine familière de son mari, dont le riz, nous l'avons montré, a établi un pont entre les deux cultures culinaires. Cette importance donnée à l'apparence (mais aussi, et surtout, au goût, car la cuisine, selon beaucoup de participants, doit être délicieuse, un mot souvent employé) reviendra souvent au cours des entretiens. C'est ce qu'a également constaté Lynn Harbottle, tel qu'en témoigne l'extrait suivant à propos des femmes iraniennes qu'elle a rencontrées. « [D]ans les entrevues, il était clair qu'elles avaient deux préoccupations prédominantes par rapport à la préparation quotidienne des nourritures pour la famille, la première était de fournir une diète saine et adéquate d'un point de vue nutritionnel, la seconde était de s'assurer que les repas étaient savoureux et esthétiquement réjouissants pour leurs familles » (Harbottle, 2000, p. 41). Elle ajoute plus loin que cette dimension du travail esthétique et du travail culinaire des femmes qu'elle a rencontrées avait des significations reliées au bien-être émotionnel et à la stabilité socioculturelle de leur famille qui leur paraissaient essentiels de maintenir par le travail de la cuisine.

C'est pourquoi préparer des repas pour la famille et procurer à ses membres un contexte émotionnel et physique pour l'incorporation des nourritures (la table avec tout ce qu'il y a dessus, les odeurs qui enveloppent les commensaux et les attirent vers la table, l'ambiance, etc.) font partie du domaine des soins attentionnés[130]. Cependant, ce « don de soins »

---

[130] Même si les traductions ne sont pas toujours faciles à établir à cause des glissements de sens, nous traduirons le concept de « care » par celui de « soins attentionnés », couplé à la notion de « sollicitude », afin de décrire ce type de travail particulier que les femmes (et quelquefois les hommes, mais c'est rare) prodiguent à leur famille (mais aussi aux proches) afin de développer le bien-être et la sécurité affective, mais aussi quand c'est le cas des enfants, de contribuer à produire et à développer certaines qualités chez les individus comme celle du souci d'autrui, du partage, de la compassion. Nous traduirons « caregivers » par aidants, ce qui est assez usité dans le langage scientifique et commun. Une mise en garde s'impose toutefois, il ne faudrait pas concevoir ces soins attentionnés comme une forme de sentimentalisme affairé, ou une forme élaborée de « l'envie de faire plaisir ». Il s'agit bien d'un travail, d'une pratique et peut-être même d'une éthique (Gilligan, 2008) dont l'une des finalités est l'entretien, la conservation d'un monde humain (Tronto, 1993). Nous considérons ici que ce sont des circonstances sociales historiques et politiques qui ont mis le travail de soins attentionnés au cœur d'un grand nombre d'expériences

(« caregiving ») est pris en charge la plupart du temps par les femmes (aidants) et ce rôle est socialement construit comme un attribut de la féminité. Il comprend à la fois un travail (tâches instrumentales) et un don d'amour. Pour les théoriciennes du « care », ce type de travail est essentiel à la fabrication d'une société (Abel et Nelson, 1990 ; Bell Kaplan, 1999 ; Charles et Kerr, 1988 ; Counihan, 1999 ; DeVault, 1991 ; Hochschild, 1998 ; L'Orange Fürst, 1997 ; Tronto, 1993 ; Waerness, 1996). Enfin, soulignons avec Arlie Russell Hochschild que le domaine (le travail) des soins attentionnés est un lien d'attachement « entre la personne qui fait le don de soins et ceux qui en sont l'objet ("cared-for"), un lien d'attachement dans lequel l'aidant se sent responsable du bien-être des proches et qui, tout en assumant cette responsabilité, réalise un travail mental, émotionnel et physique » (1998, p. 528. Notre traduction). Nous laissons de côté temporairement la nécessaire discussion sociologique qu'exige cette question, et nous analyserons, dans le chapitre VIII, les questions pratiques et les difficultés théoriques que posent de telles constructions sociales de la division des rôles et des attributs des genres ainsi que sur les ambivalences des femmes à propos de ces rôles et de ces attributs. Mais voici le discours de Maria.

> Et pour moi manger c'est la vie, si je ne mange, je vais mourir. Ça, c'est la première chose et manger comme les autres personnes ont dit aussi c'est important d'être en compagnie de tout, moi comme je suis mère de famille, je ne peux pas manger seule et je suis habituée aussi à mon pays de manger tous ensemble à la table. Pour moi, manger c'est pas seulement manger avec la bouche, moi je dois manger avec les yeux. Si je vois la table belle avec toutes les choses, ça me donne le plaisir pour manger et manger en famille, c'est très important. C'est ça que je veux dire (Maria, femme 38 ans, Cuba, mariée, enfants, 1999, formation de comédienne et d'enseignante).

Marcella elle aussi pense que partager un repas c'est encore plus que de manger ensemble, c'est une expérience sensorielle « totale » partagée. La présentation, les saveurs, les odeurs, les couleurs et les conversations sont des éléments essentiels qui lient tous les éléments du repas ensemble ainsi que tous ceux qui partagent les mêmes sensations. Ainsi, les mangeurs sont alors l'objet d'un double enveloppement[131], « d'un corps pris dans une expérience

---

vécues par des femmes et qu'il faut penser ensemble les soins (l'affectif, la sollicitude) et l'organisation sociopolitique de la délégation des tâches instrumentales qui échoient, la grande majorité du temps, aux femmes.

[131] Nous dirions même d'un processus d'enveloppement à trois dimensions, car il faudrait rajouter les relations d'amour : celles plus ou moins obligées des membres entre eux et « l'amour maternel ». Ces deux éléments font partie du même ensemble dans la mesure où une mère (et un père dans une autre mesure) s'attend à ce que les membres de la famille s'aiment et c'est même une partie de ce qu'elle attend en retour de son travail quotidien de construction de la famille, entre autres par la cuisine.

sensorielle apaisante, et d'un groupe soutenu par la régularité de ses habitudes » (Kaufmann, 2005, p. 136). Nous soutenons que bien qu'il y ait une très forte dimension esthétique et expressive dans cette position, il ne s'agit pas de celle d'une esthète de la gastronomie pure et déconnectée des contextes sociaux dans lesquels s'effectue l'acte de manger comme c'est souvent le cas des discours gastronomiques (le goût pour le goût, en soi).

> Manger pour moi c'est partager avec quelqu'un, ça pourrait être ma famille ou une amie, c'est le moment de parler sur quelque chose, c'est aussi prendre plaisir des saveurs du repas, le moment. Par exemple j'aime beaucoup prendre un café avec quelqu'un, un ami ou mon mari, c'est un moment de partager. Parce que si c'est par exemple si je mange à la maison, j'aime faire la cuisine, j'aime présenter le repas ça pourrait être agréable de le voir, de le manger, les saveurs, les couleurs aussi, j'aime beaucoup ça (Marcela, femme, environ 43 ans, Venezuela, mariée, enfants, 2007, vente d'équipements médicaux).

Notez ici que Marcela insiste pour dire qu'elle n'entend pas refermer la sociabilité sur la seule famille. Cette thèse est largement tributaire des discours des participants, et c'est parce que des discours sur le fait que les nourritures permettent d'entrer en relation avec les autres (amis, voisins, collègues) ont été plutôt rares (ou pas évoquer d'une manière assez précise pour être traité) que cette dimension de la sociabilité alimentaire est moins présente dans nos analyses. Ainsi, bien que nous insistions beaucoup sur les repas de famille ou sur le rôle des marqueurs alimentaires dans la structuration de l'imaginaire des communautés, cela ne veut pas dire pour nous que le partage de nourriture n'a d'importance qu'à ces moments ou dans ces conditions. Manger avec des voisins, des amis ou des collègues de travail afin de mesurer les affinités est un évènement qui permet d'entrer en relation. Ainsi, Marcela nous offre ici l'occasion de faire cette mise au point.

Pour revenir sur le discours de Marcela, pour pouvoir adopter une position comme la sienne, il faut que l'expérience alimentaire ne soit pas vécue simplement sur le mode de l'insécurité ou de la stricte nécessité, mais cela ne veut pas dire qu'il faille appartenir aux classes moyennes ou aux élites afin d'entretenir un rapport expressif et esthétique à la cuisine et aux nourritures. Le type de sociologie qui voyait dans les goûts des classes populaires un « non-goût » ou un goût de la nécessité – ou, pour être plus précis, la nécessité faite goût faute de possibilité réelle de choix (Bourdieu, 1979) – et qui n'exprimait en fin de compte que les limites mêmes de la culture de classe et l'impossibilité d'avoir accès à une autre expérience sensible et cognitive de l'univers social symbolique et physiologique est

aujourd'hui largement critiqué. Dans le domaine de l'alimentation, c'est sans doute Claude Grignon et Jean-Claude Passeron (Grignon, 1988, 1995 ; Grignon et Grignon, 1980 ; Grignon et Passeron, 1989), Faustine Régnier (2006, 2009), Alan Warde (1997, 2005 ; Warde *et al.*, 1999) et Nicolas Belorgey (2011) qui ont le plus critiqué une telle approche de la culture culinaire et gastronomique des classes populaires. Ces derniers ont insisté par exemple sur les processus de réappropriation, sur des configurations de « handicaps et de contre-handicaps », sur les divers styles de vie associés à divers segments des classes populaires et sur les nouveaux types de socialisation qu'ont rendu possibles par exemple les nouvelles technologies de la communication et de la consommation ou sur le relâchement de la détermination des consommations par les classes sociales. Bref, s'il est vrai que les classes sociales et les conditions matérielles d'existence des acteurs sociaux continuent de jouer un rôle structurant dans leur socialisation et dans les types d'appropriation qu'elles sont en mesure de réaliser, il n'en demeure pas moins qu'il est réducteur, voire erroné, de croire que l'esthétisation et l'expressivité n'est réservée qu'aux classes qui se sont « affranchies de la nécessité », comme si les autres classes sociales recevaient passivement ces signes et ces normes sociales sans se les réapproprier d'une manière ou d'une autre. C'est ce que montrent également Michel de Certeau et Luce Giard (1994b) à travers les notions d'habiter et de cuisiner, et Daniel Miller (1998, 2012) à travers les modes d'appropriation des objets de consommation et suivant une démarche qui s'apparente beaucoup à la nôtre. Mais revenons à la construction de la famille par les repas et au discours de Marcella qui insiste pour établir un lien direct entre les repas et l'unité familiale.

> [J]e me suis rendue compte que pour nous l'unité familiale c'était important, d'avoir contact et dans les moments de manger parce que je ne sais pas pour les autres pays, mais pour les Latino-Américains, je pense que nous pouvons parler des Latino-Américains parce que c'est comme, nous avons beaucoup des habitudes en commun, et en parlant de la nourriture c'est une des habitudes qui est la plus commune entre les pays [...] aussi au Chili, au Mexique, c'est l'unité familiale qui va autour aussi de la nourriture [...] Oui, c'est important aussi qu'est-ce qu'on mange, ça c'est sûr, mais ce moment par exemple je demande à ma fille, la petite, qu'est-ce que tu as fait à l'école, elle-même me parle de la situation qu'est-ce qu'elle fait là-bas et mon mari raconte quelque chose au travail, c'est un moment de partager, mais c'est très différent ici qu'au Venezuela, dans mon pays le Venezuela, parce que nous avons eu l'opportunité de manger avec la famille de mon mari, ma mère, trois fois ou quatre fois par semaine, avec mon père, ça n'existe pas ici, c'est pas possible et ça fait une différence, OK, nous partageons avec eux, mais pas en mangeant, mais par l'Internet, la webcam, c'est ça (Marcela, ibid.).

Marcella se lance même dans une évaluation de l'importance des repas pour l'unité familiale dans d'autres pays « latinos américains », on assiste ici à la construction d'une culture diasporique « latino-américaine ». Ce qui est intéressant ici également est le fait qu'elle signale que le cercle commensal intime s'est considérablement réduit dans le cas de sa famille; on comprend que son mari et elle recevaient très souvent leurs parents respectifs. Les repas avaient donc des significations et des formes intergénérationnelles qui sont impossibles à recréer ici, puisque les parents sont demeurés au pays. Cela provoque des formes de repli sur la famille nucléaire et un rétrécissement de la commensalité intime. Certains tentent de la reconstruire en recréant des liens de proximité commensale tandis que d'autres gardent leurs distances et deviennent plus casaniers.

Un autre élément intéressant qu'elle mentionne est celui de l'utilisation des nouvelles technologies de la communication afin de conserver les liens sociaux avec les parents et les amis demeurés au pays. Il est évident que cette forme de communication très économique et simultanée a changé le type de liens que les immigrants entretiennent avec leurs proches demeurés au pays, ou qui sont ailleurs dans le monde, et que ces contacts sont à la fois plus fréquents et de plus longue durée. Ces liens prennent plus de temps à se distendre ou prennent dorénavant des configurations inédites[132]. Certains immigrants se servent de la Webcam afin de pouvoir manger en compagnie (virtuelle) d'un parent lointain, chacun devant son ordinateur portable. Des mères regardent et assistent leurs fils (mais souvent aussi leurs filles) dans les étapes de la fabrication d'un plat familier. On est bien loin de l'image de la famille immigrante serrée autour du téléphone et qui ne dispose que de quelques minutes pour échanger des nouvelles parce que la communication coûte une fortune !

Koshoa va dans le même sens que Maria et Marcella et insiste encore plus fortement sur les liens entre les nourritures que l'on prépare et le bonheur que l'on désire construire pour la famille par le travail de la cuisine et l'événement social des repas.

---

[132] Ces configurations ne se limitent évidemment pas qu'à l'alimentation, mais c'est toute la notion de lieu et de temps qui se trouve transformée par les nouvelles technologies de l'information et de la communication. Cela a des effets sur la structuration des liens sociaux et du transnationalisme (Nedelcu, 209, 2010) ; Van Den Bos et Nell, 2006).

> Je pense que les nourritures sont très importantes pour la famille, parce que quand on mange ensemble, si la nourriture est bonne et délicieuse, on peut manger en étant heureux, on peut rester à table plus longtemps, on peut bavarder de choses plus agréables, on peut bavarder sur notre vie, notre travail, on peut donner des conseils à d'autres, notre famille. En Chine, j'ai une phrase que les femmes plus âgées disent aux filles plus jeunes : « si tu veux un homme qui t'aime, tu dois cuisiner bien », je pense que cette phrase c'est bon pour tout le monde (Koshoa, femme, 34 ans, Chine, mariée, enfant, 2009, esthéticienne en Chine).

Nombreux ont été les Chinois et les Chinoises qui ont insisté sur les liens entre l'incorporation de nourriture et la sensation de bonheur et sur l'importance de la sensualité dans l'expérience alimentaire. Sans doute leur longue histoire gastronomique et la diversité des cuisines et des aliments et le fait qu'il n'y ait en Chine aucun tabou alimentaire ont participé à la structuration de leur manière de vivre l'expérience alimentaire. Cependant, Koshoa ne répondait pas au critère du proverbe qu'elle cite et qui dit qu'une femme qui désire avoir (et garder) un mari doit savoir bien cuisiner, car comme une grande partie de ses contemporaines des grandes villes chinoises, elle n'a pas appris à cuisiner. Dans la suite de son discours, on comprend qu'elle s'est mise à la cuisine, que cela est un dur labeur, car il faut non seulement cuisiner, mais préparer et nettoyer (ce qu'elle n'a jamais fait en Chine). On comprend qu'elle s'y est mise entre autres, car elle croit que cela est important pour le bonheur de sa famille et son bien-être psychologique, comme le soulignait Lynn Harbottle un peu plus haut. Elle s'y est mise aussi, et il ne faut pas le négliger, parce que le contexte est totalement différent : en Chine, les nourritures préparées et consommées à l'extérieur de la maison sont d'un coût très bas[133] et les grand-mères cuisinent le souper de la petite famille de leur fils ou de leur fille. En fait, il arrive très souvent que les grands-parents aillent chercher leur unique petit enfant à la sortie de l'école, les parents venant les rejoindre pour partager le repas du soir. Cette situation est non seulement répandue, mais c'est le cas tous les soirs de semaine. Rappelons toutefois que c'est une spécificité des grandes agglomérations urbaines de la côte chinoise. Les campagnes maintiennent encore le modèle des repas à la maison et de la compétence culinaire des femmes (des mères). Revenons au discours de Koshoa et insistons sur le fait qu'ici, ce n'est pas seulement être ensemble qui compte, mais être « bien » et être « heureux » ensemble. Le rôle de la nourriture dans la fabrication de ce

[133] Bien que les prix des aliments aient commencé à monter ces dernières années en Chine et que cela ait des conséquences sur l'accessibilité à la fois des aliments et de la restauration publique. Voir par exemple cet article du Figaro du 16 novembre 2010 : http://recherche.lefigaro.fr/recherche/access/lefigaro_fr.php?archive=BszTm8dCk78atGCYonbyzk2Wl91hndZrRHNqu865VajZf6FQ8CvY5%2F%2FOEKOfAUIOu2IGtjAq08M%3D.

bonheur est clairement exprimé par Koshoa et son discours est représentatif de ce que nous ont dit de nombreuses femmes de Chine, mais d'ailleurs aussi.

> C'est moi-même qui m'occupe de la cuisine et du ménage. C'est la grosse différence. Je pense je suis toujours fatiguée d'apprendre le français en même temps que de s'occuper de la famille et du ménage. Je pense que c'est le grand problème des immigrants. Pour moi, c'est difficile... J'apprends à faire la cuisine chinoise, mais maintenant je fais de la cuisine d'autres pays aussi. Mais maintenant je vais essayer d'apprendre, parce que j'aime manger (rires) ! Tous les restaurants d'autres pays, j'aime les essayer. C'est nouveau pour moi, mais je pense que c'est intéressant, parce que quand j'ai préparé un bon repas pour ma fille et mon mari, ben quand je repars ils mangent contents. Je suis heureuse. Avant je ne savais pas comment cuisiner, maintenant c'est réussi. Oui parce mon mari et ma fille aiment les nourritures que j'ai préparées. Je suis contente (Koshoa, ibid.).

Cet extrait est à mettre en lien étroit avec celui de Liang[134] qui, dans le cadre d'un entretien en profondeur, met en évidence l'importance de la cuisine et de la nourriture dans la construction même de la famille. La cuisine est une des médiations qui permet à la famille d'exister, littéralement. Prenons le temps de lire ce long extrait, mais qui en dit tellement sur le passage d'un âge (et d'une situation sociale) où « faire famille » a très peu de signification à un âge où cela devient « impérieux » et devient l'objet d'un investissement subjectif fortement lié à une histoire personnelle. À l'instar de Koshoa, Liang établit elle aussi des liens étroits entre la nourriture et le bonheur, le sien et celui de ses proches.

> Avant de me marier, je préférais aller au restaurant parce que j'avais un bon emploi en Chine et j'avais un bon salaire, c'était vraiment un bon salaire pour la Chine et j'aimais beaucoup aller dans différents restaurants. Mon mari lui, c'est différent, aussi délicieux soit le restaurant, il dit « ce n'est pas la maison », il aime ce qui est fait à la maison, par la famille. Dans leur esprit (celui de sa belle-famille et de son mari), ils sont très attachés à la famille, quand ils prennent le repas du soir, tout le monde doit rester à table et devrait rester ensemble. Moi j'ai grandi dans une autre sorte de famille, je ne comprenais pas. Mais après que nous nous sommes rencontrés, nous sommes allés dans leur maison pour la fête du printemps ou les fêtes du Nouvel An chinois et j'ai réalisé que « ça » c'était une famille. C'est vraiment chaleureux, c'est tellement différent que ce que je connaissais. Ma mère travaillait très fort et elle était seule, alors j'ai grandi chez mes grands-parents. Quand je travaillais, au début de ma carrière, j'aimais aller partout, jouer partout, je ne sentais pas ce qu'était la famille à ce moment. C'est pour ça que je suis allée chez lui et j'ai vraiment ressenti que c'est cela, être chez soi, et que c'est cela que la famille allait signifier pour moi. Peut-être que c'est à cause que mon père est mort quand j'avais 4 ans que je n'avais pas réalisé ce qu'une famille signifie et c'est pourquoi quand j'ai découvert celle-là, ça été comme trouver un trésor. Alors, je me suis dit, OK, après le mariage, il faut que j'apprenne à

---

[134] Son histoire est particulièrement représentative de cette population de jeunes Chinois éduqués et issus des grandes villes chinoises et son récit de vie a fait l'objet exceptionnel d'une entrevue en profondeur. Rappelons aux fins de la compréhension de cet extrait que Liang n'a jamais appris à cuisiner avant de se marier, qu'elle a été élevée par sa grand-mère parce que sa mère, veuve, était trop occupée par son travail de médecin.

> cuisiner. Oui, la cuisine unifie la famille. Et, euh, quand j'étais en Chine, j'étais très occupée et j'aimais, vous savez, les nouilles instantanées ou les choses qui ne font que vous remplir l'estomac, mais quand je suis allée chez ma belle-famille, j'ai réalisé, OK, c'est toute une autre affaire, peu importe si ce que tu fais est bon ou non, toute la famille est ensemble, elle peut manger ensemble. Comme mes deux filles elles mangent ensemble, elles peuvent dire « ah ! Ça c'est bon, ou c'est pas bon », mais c'est la communication, c'est la famille qui se met ensemble, elles peuvent parler de ce qui s'est passé durant la journée, de ce qu'elles aiment ou n'aiment pas et j'aime ça. J'essaie de recréer cela par moi-même maintenant et surtout autour des nourritures chinoises, mais pas seulement. Parce que disons que ma plus vieille me dit aujourd'hui ou demain j'aimerais manger ceci ou cela, je dis OK, peut-être que je peux faire quelque chose qu'elle aimera vraiment, et quand je prépare le plat, je me sens vraiment heureuse, je ne sens pas que c'est une corvée, non, je sens que je peux créer quelque chose qui va rendre la famille heureuse. Oui, c'est vraiment bon, et je cherche sur l'Internet, aujourd'hui encore, j'essaie de trouver et de cuisiner quelque chose qui sera encore plus « famille », vous savez, mes filles vont l'aimer, mon mari va l'aimer aussi, des fois il aime goûter des choses et ma fille aussi (Liang, femme, 36 ans, Chine, mariée, enfants, formation en journalisme et en administration des affaires, actuellement sans emploi)[135].

Le hasard (mais aussi des dispositions liées à la socialisation de son mari, au travail de sa mère et au rôle des grands-parents) a voulu qu'elle rencontre cet homme un peu « traditionnel » dont la famille chérissait le moment des repas comme le lieu et le moment de l'unité, du bien-être, du bonheur, de la sécurité et du plaisir de manger, et était bien sûr porteuse d'une vision assez « traditionnelle » du partage des tâches domestiques, pour qu'un pan de sa vie bascule et qu'elle ait en quelque sorte une révélation : « je dois apprendre à cuisiner, car voilà la famille que je veux ». Plus loin dans l'entrevue, elle raconte qu'elle a mis deux ans à parfaire son art culinaire et à maîtriser les arcanes de la gastronomie « à la chinoise », deux ans avant que son mari ne lui dise « Ça y est ! Maintenant tu es une bonne cuisinière » et, elle tient à le souligner, elle ne considère pas cela comme une corvée. Qu'il y ait là une part de « conditionnement » et que même les émotions qu'une femme ressent à l'égard de sa famille (ou qu'elle est convaincue qu'elle doit ressentir) soient socialement construites ne fait pas de doute pour nous, seulement il n'y a pas que ça. Nous verrons tout au long de ce chapitre et du chapitre suivant qu'il y a aussi des variations individuelles, de la créativité, de l'expressivité, de l'esthétique, des émotions et de la construction de liens sociaux. Encore une fois, nous renvoyons le lecteur au chapitre VIII pour une analyse des rôles sociaux liés aux tâches de l'alimentation. Il nous a semblé plus approprié de présenter

---

[135] Liang est aujourd'hui propriétaire d'un hôtel au centre-ville de Montréal, le dépanneur de son mari est à vendre. Elle tente de rentrer tôt du travail le plus souvent possible afin d'être présente pour ses enfants et pour cuisiner.

ces significations et le rôle structurant qu'accordent les participants au repas dans la construction de la famille dans deux chapitres séparés, bien que ces deux thèmes (rôles sociaux et signification des repas) soient intimement liés.

Ce qui apparaît néanmoins avec beaucoup de précision chez certains et moins chez d'autres, et cela s'applique même s'il s'agit d'un couple sans enfant, c'est l'importance centrale des repas (des « vrais repas ») dans les significations de l'alimentation et le fait que les répondants accordent au repas un rôle d'architecte des liens sociaux, qu'ils soient corporels (proximité des corps en face à face, à la table), sensuels (partage des sensations), affectifs (partage des émotions, centralité de la notion d'amour), relationnels (discussions, échanges), cognitifs (classification des aliments, comestibilité) et symboliques (identité et culture du groupe) et que c'est le fait que ces dimensions sont liées au moment des repas familiaux qui produit la force des liens, du moment et de l'expérience.

7.3.1 Les repas familiaux comme construit idéologique et comme fabrication concrète de la « bonne famille ». Une analyse féministe

On l'a vu, plusieurs auteurs se sont intéressés de près au repas familial, beaucoup moins cependant ont travaillé spécifiquement sur la question des repas familiaux en relevant leur importance et leur rôle structurant dans la construction même de la famille, et ce, à partir de résultats obtenus lors d'entretiens. Nous retiendrons ici ceux qui sont les plus susceptibles d'aider à l'éclairage de notre matériau. Il y eut tout d'abord Anne Murcott (1982, 1983) et ensuite Nickie Charles et Marion Kerr (1986, 1988 ; 1986) dont nous avons déjà parlé et qui ont bien montrées, à partir d'entrevues réalisées avec des femmes en Grande-Bretagne, comment celles-ci, qu'elles que soient leur classe sociale et leur statut professionnel, tentent de correspondre à une certaine normativité alimentaire et que, ce faisant, se moulent en même temps dans une certaine idée de la division sexuelle des tâches, de la féminité et de la famille et ce, en montrant la centralité du « cooked dinner ». Par contre, Charles et Kerr se distinguent de Murcott en ce qu'elles mettent en avant, à l'instar de James Bossard et Eleanor Boll (1950), que les repas de famille constituent des rituels, que ceux-ci fournissent une base pour l'établissement et le maintien d'une culture familiale et qu'ils créent une reconnaissance

mutuelle de la famille comme groupe chez les membres de cette dernière. Cependant, Charles, Kerr et Murcott considèrent que leurs résultats mettent en évidence la soumission des femmes à l'ordre patriarcal, entre autres parce qu'elles ne mettent l'accent que sur les rôles sociaux. Nous critiquerons cette position plus loin.

Marjorie DeVault (1991), travaillant aussi à partir d'entretiens, poussera encore plus loin cette idée en affirmant que c'est le travail quotidien de celles qui prennent soin de la famille (ce qu'elle nomme elle aussi le *care*), et non les effets d'une idéologie genrée externe, et dont la cuisine constitue le point central de ce travail, qui « crée » littéralement la famille, mais que ce travail est invisible, souvent aux yeux mêmes de celles qui le font. Elle rappelle qu'une « famille » n'est pas une collection d'individus qui se mettent ensemble « naturellement », mais sa matérialité comme sa culture est construite au jour le jour par des activités comme celle de manger ensemble et qui est rendue possible grâce au travail des femmes (DeVault, 1991, p. 36). En insistant sur ce caractère caché, mais central dans les repas que constitue le travail de « prendre soin d'une famille », elle montre d'une manière convaincante que ce travail de la cuisine est autant le produit de la famille qu'il la produit en retour, et que ce travail « nourrit » non seulement les membres de la famille, mais aussi « la famille » comme construit idéologique (ibid., p. 239). Ce construit idéologique suppose que la famille est le lieu entre autres du bonheur, du partage, du bien-être et du développement de liens intimes entre ses membres et que le repas est un moment fort de cette sociabilité. Elle fait également remarquer que dans les contextes contemporains[136] où les diverses activités de chacun des membres de la famille les tiennent hors de la maison et séparément, amener la famille ensemble pour n'importe quel repas régulier requiert un genre d'effort qui n'était pas de mise il y a encore quelques décennies. Nous avons déjà rencontré et analysé ce phénomène dans la section 6.3.3.

De plus, les repas de famille sont devenus moins nécessaires qu'ils l'ont été parce qu'il existe maintenant de nombreuses alternatives au repas à la maison préparé par la mère et que

---

[136] Hormis les occupations et les obligations de chacun des membres, on pourrait ajouter les transformations des structures résidentielles (Mäkelä, 2000), l'émergence de nouveaux types de familles – en garde partagée, familles recomposées – (Gacem, 2002 ; Latreille et *al.*, 2008), l'usage de la télévision (Coon et *al.*, 2001) et la situation financière des ménages (Lhuissier, 2006b) comme causes des difficultés à organiser des repas où tous les membres de la famille sont présents et où l'on sert des nourritures préparées à la maison.

tous les membres mangent en même temps (cantines, restaurant, grignotage, plats préparés à réchauffer). Ainsi les repas prennent-ils une forme de plus en plus volitive. À cet effet, Marjorie DeVault fait remarquer que faire à manger aujourd'hui (du moins dans la société américaine actuelle) devient de plus en plus un travail dont la finalité est de maintenir le genre de mode de vie du groupe, selon l'idée que ce groupe se fait de ce qui constitue pour lui une famille. L'idée que ce groupe s'en fait est un construit idéologique qui a des ramifications jusque dans les émotions que les membres éprouvent entre eux ou qu'ils croient qu'ils devraient éprouver et c'est particulièrement vrai pour les mères épouses qui mettent la dimension émotionnelle de la construction familiale au premier plan. Dans ce véritable travail de construction, outre le travail physique de préparation des repas qui est assez facile à évaluer et qui en constitue la partie la plus visible, « les compétences et les habiletés impliquées dans le fait de nourrir une famille sont celles de la coordination et de la planification, ce travail, de plus en plus, est un travail invisible » (ibid., p. 39. Notre traduction). Penser à ce qui plaira à la famille, comment organiser le tout afin que l'ensemble fonctionne et que le repas soit prêt au bon moment prend beaucoup de temps et « d'énergie mentale », et c'est une partie de la tâche qui est très ingrate dans la mesure où elle revient infailliblement tous les jours et que c'est une tâche pour laquelle les femmes n'ont pas de reconnaissance. Mais n'anticipons pas trop sur l'analyse de l'organisation sociale des « soins » comme travail « genré ». Retenons l'idée que la construction de la famille par les repas et duquel les femmes retirent souvent une grande fierté, se fait non seulement quand la famille est à table, mais qu'elle est aussi le fruit d'un travail invisible, comportant la plupart du temps un mélange d'émotions et de routine socialement et culturellement organisé.

7.3.2 L'éclairage de l'analyse de Jean-Claude Kaufmann

Jean-Claude Kaufmann avance lui aussi que la cuisine et les repas « font » la famille, littéralement. Son approche n'est pas ancrée dans un cadre d'analyse féministe comme c'est les cas de Murcott, de Charles, Kerr et DeVault, mais il a travaillé lui aussi avec un matériau provenant d'entretiens compréhensifs avec des sujets, la plupart du temps des femmes. Il montre que le repas moderne est issu d'une discipline de gestes, d'abord mis de l'avant par la

bourgeoisie européenne dont les modes de vie deviennent progressivement la norme[137] et autour de l'idée d'une institution familiale à reconstruire. Cette discipline s'est passablement assouplie et cela doit être mis en lien avec l'évolution des modes de vie familiaux eux-mêmes, avec l'émergence de nouveaux modèles familiaux et le développement de la centralité des enfants, de leur parole et de la reconnaissance de leur « agentivité » dans les familles (Grieshaber, 1997 ; Valentine, 2001)[138] et du fait que les cadres de la « vie de famille » ont désormais une dimension plus souple et moins obligatoire. Cependant, « [à] travers ces changements de forme, l'idéal de construction de la famille par les repas est [...] resté intact, la discipline rigide des manières ayant été remplacée par un objectif de communication : se parler comme preuve que l'on est bien une famille vivante » (Kaufmann, 2005, p. 130). Il faut relire cette partie de l'extrait du discours de Liang avec cela en tête, « Comme mes deux filles, elles mangent ensemble, elles peuvent dire "Ah ! ça c'est bon, ou c'est pas bon", mais c'est la communication, c'est la famille qui se met ensemble, elles peuvent parler de ce qui s'est passé durant la journée, de ce qu'elles aiment ou n'aiment pas et j'aime ça ». Au départ, se retrouver ensemble pour manger c'est ressentir « par ce seul fait que l'on partage quelque chose d'essentiel, que l'on fabrique comme autrefois » (ibid., p. 130) ce qu'Audrey Richard (1932) appelait la « parenté par la bouillie » (« kinship by the porridge »).

L'analyse de ses résultats montre, comme c'est le cas pour les nôtres, que le repas est l'occasion d'un mélange des plaisirs partagés, ceux des sens bien entendu (dont celui de l'odorat qui participe par exemple de l'enveloppement groupal et qui contribue à la création de l'atmosphère qui entoure et unit les commensaux) et aussi ceux de voir la famille éprouver du plaisir et discuter ensemble. Ces manifestations sont, comme nous l'affirmons à l'instar de J.-C. Kaufmann, et de M. DeVault, inséparables de la symbolique familiale. Les repas sont aussi l'occasion de multiples résolutions, fragiles, toutes partielles et temporaires du paradoxe,

---

[137] Nous avons mentionné au début de ce chapitre que les classes populaires seront rétives, et pour diverses raisons, à ce modèle et qu'elles entretiennent aujourd'hui des rapports ambivalents par rapport à cette norme, ce modèle (Lhuissier, 2006a, 2007). Il n'en reste pas moins que c'est cette forme de repas : la famille nucléaire assise autour d'une table et partageant la même nourriture selon un scénario écrit d'avance et participant d'une « disciplinarisation » des corps et des pulsions, que s'imposera la norme sociale du repas (Elias, 1974 ; Foucault, 2001; Mennell, 1985a, 1987).

[138] Du moins, pour ce qui nous concerne, dans le domaine des nourritures, l'ouverture à des négociations à propos des repas et des menus.

déjà relevé par Georg Simmel dès 1910 (1997) à l'effet que, bien que réalisée en groupe, manger est une expérience profondément individuelle. Car s'il peut y avoir fusion des plaisirs et création d'une culture et d'une identité familiale par les repas, il n'y pas de dilution des individualités pour autant. Au contraire, celles-ci ne cessent de vouloir s'affirmer et souvent sur le mode du conflit, car les « deux grandes logiques sociales qui traversent l'alimentation contemporaine entrent en collision, dans chaque famille, à tous les repas, à propos du moindre détail » (Kaufmann, 2005, p. 138). Ces deux grandes logiques mettent respectivement de l'avant la dimension collective de l'alimentation et particulièrement des repas en famille, et la dimension de l'individu, de ses besoins, de ses particularités, de sa biographie. Nous l'avons vu par exemple avec la transformation des goûts des enfants et le fait qu'ils demandent des modifications au répertoire culinaire familial[139]. Ce conflit n'est pas abstrait et il ne se développe que dans la mesure où il y a un engagement affectif et identitaire, et ce conflit qui peut être vécu sur le mode individuel (réflexivité et affect par exemple) ou collectif peut trouver une résolution (fragile, temporaire) dans des enveloppements collectifs. « Parmi ceux-ci, l'amour, le couple, la famille sont des instruments privilégiés, mais qui n'ont rien d'obligatoire » (ibid., p. 138), et les individus font leurs choix parmi les options fournies par les divers contextes culturels. Néanmoins, ces engagements dans le groupe familial entraînent le respect des règles collectives des repas (de la famille, du groupe social) et le partage régulier de la « ferveur collective » (Kaufmann), ce qui veut dire par exemple d'éviter de manger trop souvent à l'extérieur, de participer aux échanges, de ne pas faire trop usage du plateau-télé et... de manger la même chose que les autres.

Selon Kaufmann, les repas « font » la famille parce qu'ils sont « opérateur du lien » et qu'ils sont aussi des « indicateurs de sa qualité » (p. 172), par exemple l'intensité des liens, la fréquence des repas, la présence des commensaux, les efforts que fait la cuisinière afin de cuisiner des plats qui « font famille » (voire à cet effet la fin de l'extrait du discours de Liang qui recherche constamment des repas qui font encore plus « famille », ce sont ses propres mots). Les repas et la cuisine sont mobilisés pour dynamiser les liens (p. 175)

---

[139] On commence alors à mieux mesurer pourquoi les mères consentent à aménager des changements. Elles pensent que les enfants seront plus « heureux » durant les repas et qu'ainsi la famille n'en sera que plus unie. D'autres, plus réticentes, y voient au contraire la possibilité d'un effritement de la cohésion familiale autour des repas par la manifestation des « intérêts » individuels.

particulièrement si ceux-ci sont distendus et soumis à diverses forces centrifuges, mais on peut dire qu'à l'autre bout, dans le cas ou ces liens sont déjà riches, que les attentes des commensaux quant à la saveur des aliments, à l'ambiance et à « l'intensité » des relations, sont encore plus élevées. On comprend à la lecture des extraits de discours précédents (et de celui qui s'en vient) que ce n'est pas seulement le fait d'être autour d'une table qui est suffisant pour « faire famille ». Nous l'avons vu, l'idéal « communiel » du repas est fondé sur un « syncrétisme sensible », selon les mots de Kaufmann (émotions, sensations, communication, plaisirs) et dans ce contexte « [c]e qui est dans l'assiette n'est donc pas un élément négligeable, ainsi que la manière dont cette nourriture a été produite. Parce qu'elle s'inscrit dans une histoire (une mémoire longue et des pratiques très récentes) qui parle aux mangeurs. La cuisine domestique ajoute une dimension, apte à densifier le syncrétisme » (Kaufmann, 2005, p. 194). Pour ce qui est de s'inscrire dans une mémoire longue (temps, espace) et de se projeter dans l'avenir en plus, l'extrait de Claudia ci-dessous est tout à fait éloquent, mais l'importance symbolique du contenu de l'assiette et de la façon dont il a été préparé s'est manifestée à chaque entretien.

7.3.3 « La nourriture, c'est pensé avant »

Si l'alimentation, la cuisine et les repas construisent la famille nucléaire et en établissent les frontières par la commensalité qu'impliquent les repas de famille, leur rôle dans les liens intergénérationnels et dans la création de la culture de la famille élargie (kinship), est très important aussi. Cette culture « du clan » s'accompagne d'une sous culture féminine pour qui le patrimoine culinaire est un savoir-faire et une richesse à transmettre, mais encore une fois, ce ne sont pas qu'aliments, saveurs et nutriments qui se transmettent, mais aussi l'amour comme métaphore. On y verra à l'œuvre également ce travail « invisible » de coordination et de planification (« penser à ce que tu vas faire, ce que tu vas acheter ») qui est le corollaire de l'acte de cuisiner et dont Claudia nous donne un exemple éloquent et sur lequel Marjorie DeVault avait attiré notre attention. Laissons-la d'abord parler.

> Chez moi, pour moi, c'est plus important la nourriture que pour mon copain, il peut manger le pain dur de beaucoup de jours, il peut manger toutes sortes de choses vieilles, pour lui ce n'est pas important, mais pour moi, c'est très important. Parce que je viens d'une grande famille, où les femmes préparent la nourriture ensemble. J'habite dans une famille où nous habitons avec ma

> mère, ma grand-mère habitait à côté, mes tantes, mes deux tantes, mon oncle, mon père, mes cousins, mes cousines, c'est une grande famille et les femmes tous les jours préparent la nourriture pour tout le monde. Je pense que c'est une transmission de l'amour parce que toutes les femmes savent qu'est-ce que nous mangeons, ce que nous aimons. Ma mère sait ce que mon cousin ou ma cousine aime manger, mon père, ma tante, mon oncle, ma grand-mère, mon grand-père, c'est une connaissance de toute la famille, c'est pour ça que je pense que c'est important pour moi la nourriture. Mais c'est différent avec mon copain, parce qu'il vient d'une petite famille, c'est seulement lui, son frère et sa mère. Et sa mère est une personne qui a travaillé tout le temps, tout le temps, tout le temps, elle arrivait à la maison et elle préparait rapidement quelque chose, mais chez moi c'est très différent, c'est tranquille la préparation de la nourriture, c'est pensé avant. Ma grand-mère décidait, qu'est-ce que je vais faire demain, elle demandait à toutes les femmes « qu'est-ce qu'on va manger demain? » et les autres disaient « tu peux faire ce que tu veux », mais ce n'est pas vrai, elle pensait à qu'est-ce qu'on aimait, nos goûts à tous et elle préparait comme ça. C'est pour ça la différence entre mon copain et moi et maintenant, j'essaie qu'il prépare la nourriture tranquillement, parce qu'il dit tout le temps, « ce n'est pas grave, je peux faire quelque chose en dix minutes », je dis non, ce n'est pas vrai, tu dois donner du temps pour la nourriture , pour penser qu'est-ce que tu vas faire, qu'est-ce que tu vas acheter, c'est très important pour moi et c'est une grande discussion entre nous tout le temps, tout le temps. Et maintenant, comme le bébé va arriver, c'est très important pour moi, il me dit « tu dois lui montrer comment il faut faire la cuisine, il doit apprendre ça de toi » (Claudia, femme, 32 ans, Mexique, mariée, enceinte du premier enfant, 2007, psychologue).

Claudia insiste, « pour moi c'est tranquille la préparation de la nourriture, c'est pensé avant », en établissant un lien d'opposition avec la situation de la famille de son copain où la mère avait peu de temps pour cuisiner et expédiait les préparations. C'est une chose inacceptable pour Claudia parce que, pour elle, préparer un repas est un acte de transmission très chargé symboliquement et qui est trop important pour être négligé. Pour elle, et elle l'exprime très clairement, par la nourriture on transmet aux autres l'intensité des émotions qu'on ressent pour eux et cela participe à la création de la sociabilité, où l'on apprend à se soucier des proches, mais plus largement « des autres ». C'est très important pour elle, c'est une discussion qu'elle a « tout le temps » avec son conjoint. On comprend ici que la nourriture est un moyen privilégié de faire plaisir tout en cimentant les liens, par les émotions transmises par la nourriture (DeVault, 1991 ; Fieldhouse, 1995 ; Harbottle, 2000 ; Kaufmann, 2005), ainsi les femmes de la famille de Claudia savent aller au-devant des désirs des commensaux parce qu'elles savent ce qu'ils aiment et il se construit alors une véritable culture familiale qui lui donne une identité et qui pourra être emportée avec soi quand chacun « partira faire sa propre vie ». Un des éléments de cette culture du clan qui est transmise, avec des éléments de la culture sociétale, est la représentation des attributs féminins et du rôle des femmes dans la société. Ainsi, les femmes sont responsables de transmettre une représentation des rapports sociaux basés sur le don, dans lesquels les liens sociaux

comportent une forte dimension émotionnelle qu'elles sont chargées de « nourrir » par leurs soins. On comprend alors que faire à manger vite, sans trop se soucier c'est pour Claudia transmettre un message aux commensaux qu'on ne s'est pas préoccupé d'eux et peut-être même, à la limite, que cela est agir d'une manière égoïste[140], que c'est faire passer le souci de soi avant celui des autres à des moments ou pour des activités qui requièrent justement une grande disponibilité.

Remarquez également que ces conflits avec son conjoint à propos du temps, de l'attention et du soin qu'elle pense qu'il faut apporter à la nourriture sont sans doute exacerbés par la venue prochaine du premier enfant. Claudia désire sans doute s'inscrire dans la lignée de sa famille et connecter cet enfant avec sa grand-mère et son arrière grand-mère non seulement par le contenu de l'assiette (Claudia a déclaré précédemment que sa cuisine est encore « mexicaine » à 90 %), mais encore par une manière de tisser des liens émotionnels par la préparation et le partage de nourriture dont elle a hérité des femmes du « clan ». Dans l'extrait suivant, Raoul, un homme cette fois, a un discours assez proche de celui de Claudia et insiste sur le fait que cuisiner est une transmission d'amour et qu'il faut penser à ce qu'on va faire et prendre le temps, à un point tel qu'il dit qu'il ne peut pas laisser entrer en lui une nourriture qu'il considère comme « bâclée », peut-être par peur inconsciente d'une contamination par contact. On retrouve ici en tout cas une manifestation du principe de l'incorporation, de la crainte de faire entrer en soi des caractéristiques symboliques des aliments cuisinés (la négligence, l'absence d'amour). Ici, on fait famille parce que ces individus se retrouvent autour des aliments, des plats et des saveurs qu'ils aiment, un « nous » se construit alors et se maintient par la répétition de cette communion autour des marqueurs alimentaires (ici l'huile et la cuisson à l'huile par exemple) et gustatifs. Remarquez que la dimension cohésive du repas médiatisée par des nourritures familières passe avant la dimension nutritionnelle et en toute conscience.

---

[140] Il arrive assez souvent que les femmes manifestent de la culpabilité quand elles ne font pas les repas avec soins et attention Charles *et al.*, 1986, 1988 ; Counihan, 1999 ; DeVault, 1991, 2008 ; Kerr *et al.*, 1986. Il arrive aussi que le soin apporté à la cuisine devienne un élément de stigmatisation entre des groupes sociaux. Harvey Levenstein (2003) et Hasia Diner (2001) montrent comment certaines femmes immigrantes du début du 20e siècle aux États-Unis considéraient les femmes « Yankee » paresseuses parce qu'elles ne mettaient pas assez de temps et de soin dans la préparation de la nourriture.

> Des fois je sais que les nourritures qu'on prépare, c'est pas toujours très santé, parce qu'on utilise beaucoup d'huile, on mange avec beaucoup d'huile, mais on prépare les choses pour que toute la famille dise, oui, on aime manger cette sorte de nourriture. Et des fois, je pense à la santé et je mets plus de légumes et j'essaie que ce soit plus équilibré, mais je pense qu'il faut que ça soit une nourriture qu'on aime beaucoup [...] Des fois, je trouve les nourritures ici, comme si les personnes, les gens ici mangent seulement pour manger, pour vivre, mais est-ce qu'ils aiment ce qu'ils mangent, je pense que non. Mais moi quand je mange, je suis très heureux de manger cette sorte de nourriture qu'on fait. C'est très important pour moi [...] On doit prendre le temps et penser ce qu'on va faire, parce que c'est plus que juste pour manger et puis c'est parler avec les autres. C'est très très important pour moi la nourriture (Raoul, homme, 42 ans, Mexique, marié, enfants, 2008, informaticien).

7.3.4 Un événement social, la rencontre des autres. Partager

Bien qu'une grande part des répondants aient associé les significations de manger et de cuisiner au contexte de la famille nucléaire, le discours de Claudia ouvre sur un groupe plus large, ici le « clan », et les nourritures symbolisent l'identité de ce clan tenu ensemble par les soins culinaires des femmes du clan. Cette culture du clan, son identité continuent d'exister même à des milliers de kilomètres dans un contexte radicalement différent par la cuisine de Claudia. Manger en commun ouvre sur la notion de partage. Cette dernière est apparue de manière récurrente dans les discours et s'applique à toutes les situations où des individus mangent ensemble et que cette activité comporte un « surplus de sens », c'est-à-dire que manger n'est pas qu'une simple prise alimentaire. Manger met un groupe ensemble par l'activité du partage, mais ce groupe sait qu'en faisant ainsi, il s'inscrit dans une culture commune où justement ce type de rapport social est important et valorisé. Cela ne concerne alors pas seulement la famille ou le clan, mais aussi les voisins, les amis, les collègues de travail, etc. Comme le dit Ricardo, dans l'extrait ci-dessous, c'est le cas des cérémonies et des situations plus informelles avec des amis. Ce qui paraît central, Ricardo le dit précisément, c'est partager, penser, opiner, dialoguer. C'est également un moment afin de connecter avec la tradition orale de son pays.

> Pour moi je pense que par ma culture, manger c'est une activité sociale la plus importante, je pense que quelquefois un étranger va visiter ma ville, il va me dire que c'est une ville qu'il y a plusieurs restaurants [...] c'est vrai pour nous c'est très très important partager avec la famille, comme tout le monde l'a dit, et partager avec les amis et si c'est une idée d'un bon week-end c'est une sortie pour manger et pour faire les autres activités, mais surtout la première chose qu'on fait c'est manger avec les amis. C'est le moment principal pour raconter des histoires de la tradition, de la tradition orale de mon pays, c'est le moment principal pour les cérémonies, n'importe pas le type de cérémonie, c'est le mariage, les cérémonies religieuses, ça n'importe

> pas. Aussi c'est le moment pour donner des résolutions de problèmes de la communauté, c'est ça un moment de communication, c'est comme Mulent a dit, c'est plus que prendre de la nourriture, prendre des animaux, c'est le moment pour partager, pour penser, pour opiner, pour faire le dialogue (Ricardo, homme, 30 ans, Colombie, marié, enfant, 2008, dessinateur industriel).

Les immigrants ont tendance à recréer ce type de réunion dans leur nouveau pays, que cela soit avec la famille élargie (qui comporte souvent de nouveaux membres par alliance issus de la société d'accueil) ou avec des compatriotes et c'est un fait bien documenté (Crenn, 2001 ; Diner, 2001 ; Hassoun, 1996, 1997a ; Levenstein, 1988 ; Levenstein et J, 1990 ; Ray, 2004). Les occasions sont multiples et les lieux le sont tout autant par exemple chez un particulier qui a une grande maison ou un grand terrain, dans un restaurant, un centre communautaire ou encore dans des parcs ou des endroits publics[141]. Pour Marcela cela se passe chez sa tante.

> En passant, quand c'est la fête de quelqu'un dans la famille, parce que j'ai une tante qui habite à Brossard, pis elle a une grande maison, pis quand c'est la fête de quelqu'un c'est la tante qui cuisine, et elle fait une grande fête, toute la famille apporte des plats différents, pis toute la famille mange, c'est la grande fête péruvienne, oui avec la musique, et, dans l'été on fait souvent ça (Marcela, femme, 22 ans, Pérou, monoparentale, 2007, étudiante).

Pour Dario, les nourritures sont mobilisées lors de rencontres avec des compatriotes de la diaspora (qui va grandissante au Québec), mais aussi afin de récréer et de s'approprier un lieu qui joue un rôle symbolique de pont entre un nouveau « chez-soi » ici et l'ancien encore très présent à la mémoire.

> Mais parfois ici quand on réunit avec les amis colombiens, je viens d'une ville à côté de la plage, au bord de la mer et c'est souvent que les week-ends on était à la plage et on faisait des nourritures, là à la plage. Mais ici, j'habite à L'Île-des-Sœurs, il y a un parc près du fleuve, il y a un petit lieu qui se ressemble un petit peu au lieu que je connais dans mon pays et on fait le barbecue là, on monte des (?), c'est une sorte de soupe avec de la viande, avec du poulet, avec des légumes, avec du *juca*, des bananes, et on s'assoit à côté du fleuve, on prépare la cuisine, la nourriture là, on regarde de l'eau, on dit OK je suis chez moi maintenant. On ressemble les lieux, la nourriture, la façon de faire les choses et c'est comme mettre dans le contexte québécois la façon de vivre… Oui, c'est exactement comme ça qu'on fait et parfois mon père m'appelle il me dit « qu'est-ce que tu fais, où es-tu? », mais c'est comme ça surtout pendant l'été, pendant l'hiver je regarde une photo seulement. (Dario, homme, 34 ans, Colombie, marié, enfants, 2008, marketing, administration).

---

[141] L'été, dans les parcs de Montréal, il est fréquent de rencontrer des groupes de plusieurs dizaines de compatriotes qui ont emporté avec eux tout ce qu'il faut afin de cuisiner en plein air et qui se réunissent autour d'un barbecue fumant. Voilà une manière très conviviale de s'approprier l'espace public et de s'y présenter comme communauté.

7.4 La question des traditions, de l'identité, de l'évocation du pays d'origine

7.4.1 Les « traditions »

Contrairement à ce que nous avions tout d'abord pensé et qui était une des premières hypothèses formulées au début de cette recherche, la mention des traditions, de la transmission d'une identité, du moins d'une identité revendiquée en tant que telle, n'est pas apparue avec beaucoup de force dans les discours des participants et le questionnaire montre des tendances similaires. Certains ont tout de même insisté sur l'importance de la transmission d'une identité ou d'un héritage culturel, comme en témoignent les extraits suivants. Néanmoins, les discours abordant ces thèmes furent plutôt rares. Il faut dire au passage que dans les questions que nous avons posées aux participants, nous n'avons jamais fait la mention de mots ou de notions comme « culture », « traditions », « héritage », « identité » afin de ne pas imposer une direction, un horizon, un cadrage, des associations d'idées qui ne leur seraient pas venues autrement, le plus spontanément possible. Il se peut ainsi que plusieurs n'aient pas pensé sur le moment à exprimer des liens entre l'alimentation et ces différents thèmes. Cependant, comme ce sont des thèmes qui sont importants, du moins la littérature leur accorde une grande place parmi les significations de l'alimentation, on peut supposer que s'ils avaient eu une grande importance pour les participants, ces « traditions » auraient trouvé des échos dans leurs discours. Or, cela ne fut pas le cas, du moins pour la majorité d'entre eux qui ont plutôt évoqué les saveurs, les techniques de préparation, la construction de la famille, la construction d'un nouveau « chez-soi », le partage, l'amour et les émotions. Commençons par citer les extraits où les thèmes de l'identité, des traditions et des liens avec le pays ou la région d'origine ont été abordés.

> Mais en général par exemple dans toutes les fêtes nous préparons le repas avec la farine, fromage, c'est le fromage blanc, mais il y a pour préparer *banitsa*, il y a nous trouvons ici dans les magasins, beaucoup de magasins, il y a ça se prépare avec la farine, mais c'est comme les feuilles. C'est roulé, quand nous préparons nous mettons une feuille comme ça, très mince. Après entre les deux feuilles, fromage, un petit morceau de fromage avec les œufs mélangés, après les feuilles, après fromage et œufs encore, après les œufs, c'est trois, quatre comme ça. Ma grand-mère fait les feuilles elle-même dans mon pays, c'est très difficile. Mais ici nous achetons les feuilles. Ça se prépare avec la farine. C'est notre tradition, à l'intérieur du *banitsa*, quand c'est Noël, nous mettons petites annonces pour un souhait, comme par exemple l'année suivante une nouvelle maison, c'est comme ça. On met

> aussi une monnaie, mais tu ne manges pas la monnaie, c'est pour l'année suivante, pour la santé (Boris, homme, 33 ans, Bulgarie, marié, enfant, 2008, officier dans l'armée).

Le *banitsa* est une sorte de pâtisserie qui est vraiment « typique » de la Bulgarie et il est très présent dans l'espace public, car on peut même l'acheter sur la rue, cependant, il est encore très fréquemment fabriqué à la maison et prend alors une autre signification (comme celui du lien intergénérationnel évoqué par Boris à propos de sa grand-mère). Il est généralement servi pour le déjeuner, mais également comme dessert. La pâte en question est de la pâte *filo* et il n'est pas question de la fabriquer soi-même ici pour Boris et son épouse, mais les versions qu'on trouve sur le marché ne semblent pas affecter les significations accordées à ce plat. Le *banitsa* peut par ailleurs prendre différentes significations, il est un élément de la vie quotidienne et il sert également à souligner des moments de transitions comme le passage à une nouvelle année. Ici, pour la famille de Boris, il sert également à souligner des évènements particuliers. La référence à une tradition est clairement mentionnée.

Dans l'extrait suivant, le jeune Edouardo établit un lien direct entre ce qu'il mange (ainsi que sa famille) et son identité mexicaine. À sa mère qui proposait d'effectuer des changements importants au répertoire culinaire familial et aux manières de faire la cuisine, la réaction d'Edouardo a été catégorique.

> Mais ma mère dit ah ici c'est l'habitude, il faudrait changer les nôtres, quelque chose comme ça, oui je sais, mais je lui ai dit, on ne va pas changer parce que nous sommes au Canada. Nous sommes Mexicains puis on va faire la nourriture comme à l'habitude, puis ma mère elle a dit oui, tu as raison, on va faire comme à l'habitude (Edouardo, homme, 18 ans, Mexique, célibataire, vit avec ses parents, 2007, étudiant).

Vania, quant à elle, est explicite : manger, faire la cuisine et partager la nourriture sont en lien très étroit avec la mémoire, l'identité et la culture. Les nourritures sont mobilisées afin de donner une forme matérielle à la culture et qui plus est, une forme transmissible. Manger, cuisiner et partager la nourriture participe d'une inscription particulière dans le monde des individus qui partagent ces traits en commun et qui ont un lien très puissant avec un lieu, un espace particulier, parfois une région, une ville, d'autres fois un pays. Les nourritures sont une manière de faire exister un pays en tant qu'unité symbolique, elles participent à sa construction symbolique et imaginaire (Beardsworth et Keil, 1997 ; Cusack, 2000 ; Hubert, 2000 ; Levenstein, 1988 ; Ray, 2004), et il est clair que cela comporte des processus d'essentialisation des identités qui sont intimement liés à l'acte de l'incorporation lui-même (Turgeon, 2002).

> Manger pour moi, c'est transmission de l'héritage, pour garder un peu de notre identité, de notre culture parce que toujours la nourriture est en lien avec l'identité, jamais on peut oublier ça, on doit transmettre à notre enfant et notre enfant aux autres. La nourriture est un héritage culturel. Aujourd'hui, dans notre temps, c'est vraiment une grande question d'identité, tout le monde dit moi je suis Albanaise, cette nourriture elle vient d'Albanie, c'est une tradition de chez nous, elle a une autre tradition que moi je connais (Vania, femme, 55 ans, Albanie, mariée, enfants, 1999, comptabilité).

Edgardo parle lui aussi de transmettre sa culture à ses enfants. Nous l'avons déjà rencontré plus tôt et il nous parlait de son attachement à la *pupusa*.

> Mais je pense, autre chose, c'est la culture, à mes enfants, si Dieu me donne des enfants dans quelques années, je voudrais les voir grandir avec ma culture, avec la nourriture de ma culture, mais ça n'importe pas si c'est pour la bonne santé ou pas, mais je pense que les enfants doivent connaître d'où ils viennent. Parce que c'est difficile ici, par exemple, il y a les garçons de ma belle-sœur, ils sont petits, mais ils aiment aussi la *pupusa,* mais ils aiment aussi la pizza et le Macdo et tout ça, mais quand ils vont manger la *pupusa*, ils disent ah oui, c'est la nourriture de mon pays. Pour moi c'est ça, la fidélité à la nourriture de mon pays, et spécialement à la *pupusa.* Parce qu'au Salvador, c'est rare les jours où tu ne dînes pas avec la *pupusa.* À chaque coin de rue, il y a une *pupuserías.* Donc, c'est un moyen de transmettre la culture aussi (Edgardo, homme, 25 ans, Salvador, marié, sans enfant, 2007, a travaillé dans la construction quelques années aux États-Unis).

On comprend dans son discours que manger des nourritures des fast-foods ou issues de la culture culinaire syncrétique mondialisée (la pizza par exemple), constitue une menace à la transmission d'un sentiment d'appartenance à une culture et une identité. Incorporer des nourritures fortement marquées symboliquement constitue un rempart contre cette érosion. On peut rappeler ici l'analyse que fait E. Calvo (1982) du « plat totem ». Selon Calvo, ce type de plat ayant subi un surcroît de sa valeur positive, est

> [...] un plat ethnique (c'est-à-dire culturellement très spécifique) qui, à la suite de l'émigration, va subir une revalorisation culturelle. Il se dégage de la confrontation entre différents styles alimentaires au point de devenir, à l'occasion, « l'objet médiateur » d'une identité [...] Le plat totem (souvent préparé avec soin, et parfois minutie) incarne l'hédonisme et une sensorialité accrue. Il représente, comme les autres plats ethniques, des retrouvailles avec un univers de sensations puissantes et pouvant être très différenciées; c'est par lui que se font les remémorations sensorielles les plus gratifiantes [...] Les plats ethniques servent à marquer les différents temps du calendrier alimentaire du groupe; mais ils serviront aussi dans les situations de pratiques alimentaires dichotomiques à bien délimiter les frontières entre « l'ordinaire » et « l'ethnique » (ibid., p.420-421).

Nous avons retiré les références que Calvo faisait au « groupe », sauf à un endroit, car cela aurait pu faire croire que nous étions en accord avec sa catégorisation des populations migrantes en termes de « groupes », comme si ces derniers étaient structurés en tant que tel.

Bien que les significations et les pratiques liées à l'alimentation renvoient à des structurations sociales et qu'on peut identifier des groupes d'affiliation autour de ces pratiques et de ces significations, la situation contemporaine des processus d'intégration et de différenciation des immigrants requiert une analyse qui ne repose pas que sur une affiliation groupale (une « origine commune »). Cela ne veut pas dire que les différents groupes sociaux ne se donnent pas des institutions et des moyens de s'inscrire dans l'espace social d'une manière distincte et que les nourritures ne sont pas mobilisées comme des marqueurs culturels ou identitaires. Seulement, ces phénomènes contemporains (Calvo écrit en 1980 sur la base de textes publiés principalement dans les années 1970) sont plus complexes et les affiliations sont multiples, et il y a également des phénomènes d'appropriation et d'individualisation qui entrent dans ces processus. De plus, les « unités de base » sont souvent des familles et non des « communautés », et en plus il existe des conflits à l'intérieur même des familles autour de la nourriture et de ses significations. Cependant, l'analyse qu'il fait du phénomène de « totémisation » de certains plats qui deviennent emblématiques à la fois d'une certaine identité (non essentielle, mais plutôt « gustative ») et d'une connexion avec un univers de sensations nous paraît coller assez bien à ce que nous avons observé chez les participants. Il est apparu assez clairement en tout cas que la *pupusa*, les *currys*, le *banitsa*, la *tortilla*, le couscous, le riz, les *rootis* étaient des plats (ou des aliments) totems.

Dans l'extrait suivant, Naviha aborde plusieurs thèmes rencontrés, plusieurs strates de significations à la fois. Elle est arrivée au Québec comme réfugiée au tout début des années 1980 d'un pays déjà ravagé par la guerre depuis de longues années. Ses souvenirs d'une situation « normale » dans son pays (Vietnam) doivent remonter à son enfance. C'est maintenant une grand-mère qui tient à transmettre des significations en lien avec les nourritures à ses enfants et à ses petits enfants. Bien qu'elle fasse référence à des éléments de sa culture, ce n'est pas seulement des éléments de celle-ci qu'elle veut transmettre, mais plus largement l'idée que les aliments, les techniques de préparation, les plats, les traditions culinaires ont une histoire et des raisons d'être et, qu'ainsi, manger c'est aussi s'inscrire dans cette histoire et dans ces cultures, de même que dans la nature insiste-t-elle. Elle insiste auprès de ses proches afin de leur rappeler que l'incorporation de nourriture n'est pas seulement « manger pour manger », mais que les significations que comportent cet acte et les

dimensions auxquelles il est connecté (nature, culture, histoire, connaissances, saveurs, normes sociales) sont constitutives de cet acte et que c'est ce qu'elle veut transmettre par son discours à table en mangeant avec sa famille, mais aussi par sa cuisine. Ici le partage d'un plat « traditionnel » servi à l'occasion du Nouvel An n'est pas mobilisé afin d'évoquer ou de rappeler une identité en particulier, mais plutôt une manière, toute culturelle au demeurant, de souligner des évènements et afin d'inscrire les commensaux dans un horizon de sens. Les nourritures sont aussi médiatrices de relations intergénérationnelles.

> Chez nous, le manger c'est très important, premièrement c'est pour vivre et deuxièmement, on comprend la culture dans la nourriture. Comme par exemple hier, c'était la fête de la nouvelle année asiatique, tous mes enfants et mes petits-enfants sont chez nous pour manger. On a fait quelque chose avec des feuilles de bananes nature, il y a du riz collant au milieu avec de la viande fraîche et après on attache ça, emballé, et on le fait bouillir pour douze ou quinze heures dans une grande marmotte (sic), c'est une fois par année. Mes beaux-fils et ma belle-fille me demandent « comment ça s'appelle », je sais pas comment en français, « mais pourquoi tu fais comme ça? ». Je leur dis il y a une histoire de ça, c'est une histoire très connue au Vietnam, il vient d'où et quand et pourquoi on le mangeait juste le premier de l'année. Ça veut dire que quand on mange chez nous, on parle de nourriture, on parle d'où elle vient, quand et pourquoi, on parle de ça et goûter des choses, différents goûts naturels, c'est pas manger seulement. Et aussi chez nous, on parle de comment manger, la façon de manger, éducation de mes enfants comment on s'assoit, la façon aussi, c'est pas seulement manger, c'est comme apprendre quelque chose, apprendre de la vie, de la nature, pourquoi ça pousse, qui a fait pousser, comment on travaille, pourquoi du riz, pourquoi du riz collant. Et en plus c'est les réactions des petits enfants, parce que moi maintenant, je suis grand-maman et ils vont dans une garderie où ils mangent international, et je leur demande, est-ce que c'est bon dans ta garderie, et ils me disent oui. Mais souvent ils disent à leurs parents je veux aller chez *Bà*, ça veut dire grand-maman, manger la soupe de *Bà*, et la soupe là, c'est vietnamien. Ils ne savent pas parler vietnamien, mais pour la nourriture, ils connaissent les mots. Je pense que c'est pas seulement manger pour manger, mais une découverte de la culture d'un pays et une découverte de la nature. Et chez nous, c'est comme les autres ont dit, c'est les femmes souvent qui s'occupent des repas (Naviha, femme, 61 ans, Vietnam, veuve, enfants ayant quitté la maison, 1980, formation en philosophie politique au Vietnam, travaille comme couturière, puis en informatique).

7.4.2 Un moment de bonheur

Nous avons déjà dit que le partage de nourriture dans le contexte domestique (couple, famille) participait à la construction des rapports émotionnels entre les membres et que les repas et l'incorporation de nourriture font apparaître ce type de rapports comme importants. Mais d'un point de vue individuel, de la narration du sujet, la dimension du bonheur de manger est apparue, non pas seulement en lien avec le partage familial, mais avec l'acte de l'incorporation. Choani aime beaucoup manger, de plus elle insiste sur le fait que préparer

« la nourriture chinoise » n'est pas une tâche facile, mais que la dégustation de son travail est une récompense.

> Pour moi, manger c'est un plaisir, et j'aime manger beaucoup, et par exemple quand je choisis une place pour voyager, le plus important pour moi c'est la nourriture, c'est pas le paysage, et quand je finis le voyage toujours je me souviens bien, c'est la nourriture. Et quand j'ai mangé bien pour moi, c'est un moment très heureux, c'est comme ça. Pour préparer la nourriture chinoise c'est difficile, mais quand j'ai finis et que je commence à manger, c'est un bonheur c'est un moment très heureux, pour moi c'est comme ça (Choani, femme, 32 ans, Chine, mariée, sans enfant, 2006, technique électrique).

> Pour moi, repas c'est nécessaire et plaisir en même temps. C'est pour ça que le repas doit être savoureux, délicieux, et très important avec quelle compagnie, prendre le repas avec des proches, avec les amis, c'est bon pour notre humeur, pour le bonheur aussi (Boris, homme, 55 ans, Kazakhstan [russophone], marié, enfants ayant quitté le domicile, 2001, ingénieur mécanique).

> J'ai beaucoup de bonnes expériences au travers de manger ou de partager avec des amis et de repenser à des repas que j'aime et à ce que j'ai éprouvé, c'est bon pour le moral et je pense que suis heureuse parce que j'ai la bénédiction de pouvoir manger des choses que j'aime, parce qu'il y a plusieurs personnes qui ne peuvent manger ou seulement quelque chose, donc je suis heureuse de pouvoir dire que je mange quelque chose que j'aime (Suzanna, femme, 43 ans, Colombie, mariée, enfant, 2007, dentiste).

Ce n'est pas seulement le bonheur de manger quelque chose qu'on aime, mais c'est aussi le bonheur d'offrir quelque chose aux autres, de les rendre heureux.

> Pour moi, l'activité que j'aime faire le plus c'est cuisiner et manger et j'aime beaucoup cuisiner et faire des repas pour mes amis, j'aime beaucoup recevoir des gens quand je cuisine [...], mais pour moi c'est un bonheur, je serai vraiment punie le jour où je peux pas manger ou je ne pourrai jamais faire un bon repas. Moi je reçois beaucoup et j'aime recevoir et j'aime aller chez des amis pour manger, c'est vraiment un moment très intime, on partage beaucoup autour de la nourriture. Si quelqu'un me dit préfères-tu aller au cinéma ou manger peut être dans une toute petite place, on s'en va manger (Elba, femme, 42 ans, Colombie, monoparentale, 2009, a également demeuré au Québec de 1991 à 1997, formation en sciences de l'environnement, travail de bureau).

Et puis Lunzin qui ne faisait pas partie du même groupe d'entretien qu'Elba

> Moi aussi c'est le plaisir pour manger et puis j'adore cuisiner alors c'est aussi mon plaisir de préparer quelque chose. Surtout j'adore voir quelqu'un qui savoure bon repas et que je prépare. C'est toutes les choses à manger ou préparer ou n'importe quoi, procès de cuisiner et c'est tout un plaisir. (Lunzin, femme, 26 ans, Corée, célibataire, sans enfant, 2008, formation en littérature française, travaille pour un importateur de vin en Corée).

7.4.3 Discussion autour du thème de l'identité et des résultats issus du questionnaire

Comme nous l'avons dit, les thèmes de l'identité (je mange comme ça parce que cela fait partie de mon identité, la nourriture est importante pour l'identité), des traditions (dans lesquelles on désire s'inscrire et qu'on désire transmettre ou au contraire dont on veut se départir) ou des références à une nostalgie du pays d'origine (ça me rappelle mon pays d'origine), ont émergé assez peu souvent par rapport à d'autres thèmes. Des éléments du questionnaire sont susceptibles d'apporter un éclairage supplémentaire à la relative absence de ces thèmes, pourtant jugés centraux dans la littérature sans cesse grandissante abordant le thème des significations de l'alimentation et de la construction des identités (Abel et Nelson, 1990 ; Beardsworth et Keil, 1997 ; Bessis, 1995 ; Caplan, 1997 ; Chiva, 1996 ; Counihan, 1988 ; Counihan et Van Esterik (dir.), 2008 ; Crouch et O'Neill, 2000 ; Dawdy, 2002 ; Devine *et al.*, 1999 ; Fiese *et al.*, 2006 ; Fischler, 1988, 1990 ; Garabuau-Moussaoui, 2001 ; Harbottle, 1997a ; Hernandez Lopez, 2008 ; James, 1994 ; Jonsson *et al.*, 2002a ; Kalčik, 1984 ; Koç *et al.*, 2001 ; Lupton, 1996 ; Medina, 2001 ; Mennell *et al.*, 1992 ; Moisio *et al.*, 2004 ; Oyangen, 2009 ; Pilcher, 1998 ; Scholliers, 2001 ; Searles, 2002 ; Vuillemenot, 2004).

Dans le questionnaire, nous avons créé quelques variables, sous forme d'énoncés, dont le but était d'isoler certains facteurs responsables du maintien des préférences culinaires prémigratoires[142]. Ceux qui répondaient préférer le style culinaire prémigratoire étaient amenés à évaluer l'importance des ces facteurs sur une échelle. Rappelons que 72,4 % des répondants ont répondu préférer manger selon leur style alimentaire prémigratoire et que 27,6 % ont répondu non. Répondre non à cette question ne voulait pas dire que le répondant n'aimait plus manger selon ce style alimentaire, mais qu'il ne le préférait pas à un autre. Nous n'avons pas analysé les réponses « non » (ceux qui ne préfèrent plus le style culinaire prémigratoire), car les réponses ne donnent pas de tendances analysables. Voici ci-dessous un tableau récapitulatif des facteurs qui expliquent cette préférence et le pourcentage pour chacun des éléments de l'échelle de mesure.

---

[142] Nous avons établi d'avance les facteurs susceptibles d'expliquer les rétentions des préférences alimentaires sur la base des entretiens qui avaient été réalisés préalablement. La distribution des réponses (le fait qu'elles se concentrent dans 1+2 ou 3+4 plutôt que de se disperser) nous amène à croire que cet outil de mesure est valide et qu'il est en mesure de bien capter les raisons qui expliquent les préférences pour un style alimentaire.

Pour une lecture plus synthétique, nous avons groupé les résultats pour « pas du tout » et « un peu » dans la colonne « total 1+2 » et ceux de « plutôt » et de « beaucoup » dans la colonne « total 3+4 ». Les résultats apparaissent ainsi d'une manière plus évidente. Aucune différence significative n'est apparue entre les groupes (genre, pays d'origine, âge, année d'arrivée).

Tableau 7.1 Pourquoi je mange selon le style culinaire prémigratoire. Résultats exprimés %

	Pas du tout (1)	Un peu (2)	Plutôt (3)	Beaucoup (4)	Total 1+2	Total 3+4
Pour le goût	0	17,2	26,1	56,7	17,2	82,8
Pour les techniques de préparation	12,6	30,4	25,2	31,9	43	57,1
Pour les aliments employés	4,6	27,5	33,6	34,4	32,1	68
Car j'ai été habitué comme ça	7,6	19,8	34,4	38,2	27,4	72,6
Pour le plaisir de manger ce que j'aime	3,8	17,6	28,2	50,4	21,4	78,6
Car je ne connais pas vraiment les autres styles culinaires	32,6	34,8	20,5	12,1	67,4	32,6
Car cela fait partie mon identité	38,6	31,1	18,9	11,4	69,7	30,3
Car cela me rattache à mon pays d'origine	27,1	36,1	19,5	17,3	63,2	36,8
Car je pense qu'elle est meilleure pour la santé	30	26,9	21,5	21,5	56,9	43

À la vue de ces résultats, on ne peut qu'être frappé par la disparité des réponses entre les cinq premières variables et les quatre dernières, en comparant les deux colonnes « total 1+2 » et « total 3+4 », et particulièrement par la force des réponses « positives » à la variable « pour le goût » (82,8 %, moyenne de rang 6,69), « pour le plaisir de manger ce que j'aime » (77,8 %, moyenne de rang 6,40) et « parce que j'ai été habitué comme ça » (72,6 %, moyenne de rang 5,86). On est en droit d'être surpris, et nous l'avons été, par la faiblesse des réponses « positives » aux variables « car cela fait partie de mon identité » (30,3 %, moyenne de rang 3,33) et par le nombre de répondants qui ont exprimé la réponse « pas du tout » (38,6 %) et les réponses à la variable « car cela me rattache à mon pays d'origine » (36,8 %, moyenne de rang 3,97). Sans entrer dans une discussion sur l'ensemble de ces résultats que nous avons déjà analysés précédemment, il convient toutefois de réfléchir sur le sens à donner aux réponses concernant l'identité et le rattachement au pays d'origine.

D'abord, voilà qui donne de la matière pour méditer à ceux qui croient que la nostalgie détermine l'attachement des immigrants à certaines pratiques alimentaires et/ou que ces derniers mangent ce qu'ils mangent parce qu'ils ne connaissent pas ou mal les autres styles culinaires, car les réponses à cet effet sont sans ambiguïté. Le « poids des habitudes » semble également important dans les préférences alimentaires et cela peut se comprendre en partie par le fait que les mangeurs mettent en place des « habitudes » justement afin d'éviter les ambivalences et une trop grande réflexivité susceptibles d'entraver le déroulement de l'action (ici des achats de produits alimentaires, des séquences de gestes culinaires, la prévisibilité des résultats pour les saveurs, les textures, les effets physiologiques). Bref, une grande partie du travail lié à l'alimentation, y compris le travail du culinaire qui sécurise les mangeurs par rapport à ce qu'ils incorporent et une bonne partie de la gestuelle corporelle en lien avec la structuration du repas comme événement et à l'acte de manger et de partager la nourriture avec d'autres (temporalité, placement des commensaux, séquence des prises alimentaires, rythmes des séquences) sont « routinisés », inconscients.

Le fait également que les activités culinaires apparaissent souvent comme triviales, même aux yeux de ceux et celles qui le font, pourrait être dû au fait que ces activités sont en lien avec le travail quotidien des femmes dans le cadre domestique. Ainsi, les nourritures préparées, transformées et culturellement valorisées sont prises pour acquis, naturalisées. Leur association avec le travail domestique féminin non rémunéré renforce le statut peu élevé du travail culinaire, de l'alimentation de la famille et plus globalement des soins apportés à la famille, du fait que tout ce travail n'a guère été mis en valeur[143] socialement et culturellement, en Occident et ailleurs (Beoku-Betts, 1995 ; D'Sylva et Beagan, 2011 ; Mohanty, 2004 ; Narayan, 1997). De plus, nous l'avons vu, selon de nombreuses féministes, ce travail est un domaine, un espace où s'exerce l'oppression des femmes (Ahrentzen, 1997 ; Beagan *et al.*, 2008 ; Charles et Kerr, 1988 ; Coltrane, 2000 ; DeVault, 1991, 2008 ; Legerski et Cornwall, 2010).

Enfin, dans un autre ordre d'idée, la dimension du plaisir de « manger ce qu'on aime » est très fortement exprimée. On constate donc que les dimensions du goût (au sens de

[143] Probablement parce que d'un point de vue « masculin » et économique, il ne produisait justement pas de « valeur » d'échange.

saveur), du plaisir et des habitudes (au sens de familier et de routinier) sont très fortement corrélées au détriment de la culture manifeste.

Ensuite, malgré la surprise causée par le fait que, selon eux, leurs préférences alimentaires n'ont que très peu à voir avec leur identité (nous avions émis l'hypothèse qu'en faisant apparaître nommément l'identité comme variable dans le questionnaire, les répondants se diraient, « je n'y avais pas pensé, mais oui, c'est important », ce qui n'a manifestement pas été le cas), ces résultats viennent expliquer le peu de fréquence de ce thème durant les entretiens. Par ailleurs, nous avons réalisé suffisamment d'entretiens pour pouvoir affirmer qu'un nombre supplémentaire d'entretiens n'aurait rien changé à ce fait. On peut sans doute émettre plusieurs hypothèses expliquant ces résultats. Nous en retiendrons cinq principales. La première, la plus radicale, mais qui entraînerait que l'analyse se termine là, est que pour une grande majorité des répondants, et sans doute des participants aux entretiens, il n'existe pas ou très peu de liens entre ce que je suis (mon identité) et ce que je mange. Bien que plausible, si l'on fait une lecture stricte des résultats, nous croyons que cette hypothèse ne tiendrait pas la route si cette question était approfondie et mise en contexte avec des groupes de discussions ou avec un questionnaire qui chercherait à mesurer plus finement les liens entre ces notions d'identité et les définitions que les participants et répondants donnent à ces notions. Leurs discours allaient plutôt en général dans le sens de l'adage qui dit que l'« on est ce qu'on mange ». Seulement l'interprétation de ces liens entre les nourritures, le soi et le groupe n'est pas simple et mécanique.

La seconde est que certains ont compris la question dans le sens où les pratiques alimentaires peuvent être mobilisées afin de conserver leur identité (ethnique ou culturelle par exemple) dans le temps. L'exemple suivant de Dana, tiré des entretiens, illustre parfaitement ce que nous voulons dire. Remarquez d'ailleurs comment elle fait intervenir justement la notion d'habitudes. Cela suppose peut-être que les répondants et les participants ne perçoivent pas de menace à cette identité. Voici ce que dit Dana :

> Pour moi c'est une réunion familiale toujours, mais comme je viens d'arriver, je pense que c'est plutôt une habitude que garder une identité. Pour moi, je pense que l'identité, je ne l'ai pas perdue encore, les enfants non plus, parce que ma famille vient d'arriver, alors je ne pense pas que je dois garder encore... plus tard, je devrai garder les traditions, ça sera peut-être plus ça à ce moment-là, mais maintenant... je prépare le même repas que toujours, qu'avant (Dana, femme,

35 ans, Mexique, mariée, enfants, 2009, formation en ingénierie industrielle, développement organisationnel et ressources humaines).

La troisième est qu'il existe un hiatus (une rupture épistémique) entre les représentations de ce qu'est l'identité chez les répondants et l'identité comme concept construit tel qu'il est employé et entendu en sciences humaines et plus particulièrement en sociologie et en anthropologie. Dans le sens commun, l'identité a peut-être encore le sens d'un ensemble de propriétés des individus ou des groupes qui se transforment peu dans le temps et qui constituent des repères « solides » (langue, région de naissance, culture familiale, genre, statut social, etc.). On a montré dans le cadre d'analyse comment la sociologie et l'anthropologie contemporaines conceptualisaient l'identité en général plutôt en terme du « soi » (« self ») ou de la « subjectivité », en insistant sur le caractère socialement construit des identités ainsi que sur le fait que ce concept doit être compris d'une manière contextuelle (Bauman, 1991 ; Beck *et al.*, 1994 ; Crouch et O'Neill, 2000 ; Featherstone, 1995 ; Giddens, 1991 ; Harbottle, 2000 ; James, 1994 ; Koç et Welsh, 2001). Ainsi différentes identités (ou dimensions de celle-ci) peuvent être mobilisées ou au contraire mises à l'écart selon la configuration des rapports sociaux symboliques dans lesquels se trouvent les individus. Autrement dit, un acteur peut mettre en avant ou occulter des dimensions de son identité en fonction des situations dans lesquelles il se trouve, et ces jeux de présentation de soi sont partie intégrante de l'identité des acteurs. Ainsi, si pour les sciences sociales et humaines, l'alimentation est un marqueur de l'identité et qu'elle participe à la structuration de celle-ci, il s'agit ici d'une identité « soft », mouvante, contextuelle. Alors, puisque les pratiques et les préférences alimentaires se transforment dans le temps et d'une façon encore plus prononcée en situation de migration, il est possible que les répondants et les participants soient réticents à dire que ces dernières participent de leur identité. La langue par exemple serait ici beaucoup plus « essentielle ». Mais, il ne faudrait pas croire pour autant qu'ils conçoivent l'identité comme une entité fixée, au contraire. Dans les entretiens, les participants ont à maintes reprises exprimé le fait que leur identité était en mutation et qu'ils la concevaient dorénavant avec un trait d'union, « hyphenated identity », par exemple mexicano-canadienne, canado-chinoise, etc. Il est alors très possible que le sens que donnent une bonne part des chercheurs et auteurs contemporains en sciences humaines et qui est en lien étroit avec le genre, l'âge, l'ethnicité, le statut social ne soit pas compris et « vécu » de la même manière dans le déroulement quotidien des

activités et des rapports sociaux. S'il est une conclusion qui s'impose, c'est qu'il convient d'être très prudent avec le concept d'identité dans l'analyse des significations des pratiques et des préférences alimentaires et de se méfier des essentialisations, c'est sans doute en partie le message contenu dans les réponses exposées plus haut.

De plus, dans certaines théories sociales contemporaines qui ont pris une grande importance dans le champ discursif des sciences humaines et qui y ont acquis une légitimité assez large (Bauman, 1990, 1991 ; Beck, 2001 ; Beck *et al.*, 1994 ; Giddens, 1991), l'idée que les choix de consommation des acteurs sociaux participent de la formation de leur identité (« self-identity ») est fort répandue et assez forte. Les « produits alimentaires » consommés à la maison ou à l'extérieur sont bien des produits de consommation, mais d'un genre très particulier, cette recherche l'a montré. Ils sont en effet susceptibles de faire l'objet d'appropriation afin d'exprimer et de structurer des « identités » personnelles (surtout) et collectives (hautement fragmentées). Ces théories mettent en avant d'une manière très forte les processus d'individuation et de stylisation contemporains et montrent également l'érosion des procès de socialisation et de différenciation selon les genres, les classes sociales (les cultures de classe) et les groupes d'âge. Dans ces théories, les liens entre l'identité, conçue comme réflexivité et comme narrativité, et les choix de consommation (le style de vie) sont très puissants. Ces conceptions de la socialité contemporaine font apparaître la notion même d'identité comme une notion centrale pour la compréhension des sociétés contemporaines.

Alan Warde (1994, 1997, 2005) montre quant à lui que l'étendue du rôle de la consommation dans la formation de l'identité (self-identity) a été exagérée. Il avance que les procès de socialisation tels qu'ils s'exercent dans les divers groupes dans lesquels agissent les acteurs, et les processus d'apprentissage sociaux dans divers contextes, et qui sont des procès qui ne sont pas de l'ordre de la consommation, peuvent être plus significativement et plus profondément structurants pour les identités personnelles et sociales. Warde insiste aussi pour dire que dans le champ de l'alimentation, les affirmations à propos du déclin de l'influence des classes sociales et de la prédominance de la culture postmoderne sont exagérées (1997, p. 190). De plus, à la différence de la réflexivité qui suppose une certaine « conscience », une visée de communication de signes aux autres, une conception du corps comme un lieu de lecture tendu aux autres et un certain « auto-monitoring » de l'action (faire

des choix en fonction d'un effet recherché sur soi et les autres et de vérifier que ces choix ont bien des effets), Warde réaffirme l'importance du développement collectif des modes appropriés de conduites de la vie quotidienne, des conventions instituées d'une culture collective et des compétences sociales, mais sans revenir à une théorie de la pratique conçue comme unifiée et intégrée (Warde, 2005). Bernard Lahire (2001), Danilo Martuccelli (1992, 2006a, 2006b), et François Dubet (2005) partagent également cette position. Selon Lynn Harbottle (2000, p. 31), une telle position analytique permet de prendre en compte à la fois les aspects intentionnels et inconscients de la performance et de la transformation des identités. Il est donc légitime, analytiquement, d'utiliser le concept d'identité en lien avec les pratiques alimentaires. Cependant, il est important de garder à l'esprit qu'une partie de la performance de cette identité (et il en est de même de l'ethnicité) est du registre de l'inconscient (et c'est probablement pourquoi les participants et les répondants ont associé assez faiblement identité et pratiques alimentaires) et qu'il convient de ne pas donner plus d'importance à la dimension expressive de la consommation (ici alimentaire) qu'elle en a réellement, à la fois du point de vue analytique et du point de vue de l'acteur. C'est peut-être en tout cas un autre message que nous envoient les répondants.

Il se peut également que les répondants effectuent un glissement ou une association entre l'identité et l'affirmation de celle-ci. L'identité est quelque chose qui nous distingue et qui possède une forte dimension publique (identité de genre, identité liée au statut social et à la classe, au groupe social), et l'identité dont il est question dans les pratiques alimentaires est généralement d'ordre privé[144]. Ainsi, c'est une identité qui n'est pas « revendiquée » en tant que telle. Il se peut aussi qu'ils associent leurs pratiques et préférences alimentaires à une ethnicité, ou du moins à une « localité », qu'ils ne désirent pas mettre trop en évidence, publiquement du moins, car ils perçoivent que cela pourrait être un frein à leur intégration sociale, culturelle et professionnelle. Krishnendu Ray (2004) propose une analyse similaire

[144] Cette recherche n'a porté que sur les dimensions privées de l'alimentation en laissant de côté les célébrations et les divers évènements à caractère communautaire où les nourritures jouent un rôle comme marqueur des origines sociales culturelles et géographiques de la « communauté ». Les discussions et les questions du questionnaire n'ont pas dérogé à ce cadrage « domestique » et les participants et les répondants s'en sont tenus à ce cadrage. On peut avancer l'hypothèse que si des événements à caractère communautaire avaient été évoqués, la dimension de l'identité, en lien avec les nourritures, aurait peut-être émergé avec plus de force, mais entendue comme affiliation à un groupe, à une culture de type diasporique avec toutes les reconstructions et les reterritorialisations que cela suppose et dont il a été question dans cette thèse.

afin de comprendre les dynamiques et les stratégies identitaires de ses participants américains bengalis, en liens avec leurs pratiques et préférences alimentaires et la construction de la mémoire. Ces derniers, tous issus de classes moyennes dans leur pays d'origine (l'Inde), éduqués et possédant en général de bons emplois en lien avec leur formation et leurs expériences de travail, sont confrontés aux États-Unis,

> à la difficulté de tenter d'affirmer des différences d'une manière pas trop antagonique par rapport à ce qu'ils perçoivent comme la culture « mainstream ». En conséquence, la cuisine domestique est le lieu parfait où ils peuvent déployer leur « cautious middleness[145] » comme une identité privée, hésitante et « esthétique », qui correspond à l'idée qu'ils se font de l'Amérique, consensuelle plutôt que conflictuelle. Ils ont une conception propre aux classes moyennes de « l'Américain étranger discriminé » une identité mise en sourdine, accompagnée d'une rhétorique de la science, du progrès et des opportunités à travers la consommation privée ce qui est l'affirmation ultime des valeurs américaines (ibid., p.112. Notre traduction).

Ce repli de certains immigrants issus des classes moyennes vers une identité privée, domestique, apolitique expliquerait la « timidité » d'une identité « ethnique ». Enfin, il est sans doute possible que pour une part des répondants, issus pour la plupart des classes moyennes, ou qui résident au Québec depuis plus de dix ans, des liens puissants entre une identité et des nourritures ne fassent tout simplement pas l'objet d'une valorisation. S'ils ont quitté leurs pays, leur famille, leur travail, leurs réseaux sociaux, leur espace social alimentaire, c'est peut-être parce qu'ils valorisent (l'effet d'un discours dominant?) plutôt des dispositions comme celles de l'adaptabilité, de la mobilité, de la souplesse, de la citoyenneté « planétaire » et du métissage, au détriment de la nostalgie et de l'attachement, et qu'ils ont un rapport plutôt fonctionnel aux nourritures, que ces dernières ne sont pas l'objet d'un « surinvestissement » symbolique de type identitaire.

Un dernier commentaire s'impose toutefois. Dans le cadre d'une recherche dont nous avons déjà fait mention (Sercia, FQRSC 2010-2014), un questionnaire a été distribué à 506 sujets issus de la même population que celle de notre recherche et les répondants fréquentaient tous des centres de francisation. Nous leur avons posé les mêmes questions avec les mêmes échelles de réponse. Les résultats à propos de l'identité et du lien avec le

---

[145] Que l'on pourrait traduire comme une prudence due à leur position toujours au milieu ou à côté des grandes oppositions polaires de la culture américaine : Blancs, Noirs, Asiatiques, Latinos, juifs, catholiques, protestants, musulmans, classes populaires, élites. De plus, ils sont numériquement peu nombreux, apolitiques (dans la mesure où ils n'ont pas de groupes de pression) et anglophones.

pays d'origine valent la peine qu'on s'y arrête. Le total des réponses « en désaccord » et « plutôt en désaccord » correspond à la colonne 1+2 du tableau suivant et celui des réponses « plutôt d'accord » et « très d'accord », à la colonne 3+4.

Tableau 7.2 Je mange selon le style culinaire de ma région d'origine : identité et évocation du pays selon notre questionnaire et le questionnaire Sercia FQRSC (2010-2014). Résultats exprimés en %

	1+2 Sercia FQRSC	1+2 Notre recherche	3+4 Sercia FQRSC	3+4 Notre recherche
Car cela fait partie mon identité	46	69,7	54	30,3
Car cela me rattache à mon pays d'origine	52	63,2	48	36,8

D'emblée, les résultats obtenus par le questionnaire Sercia FQRSC sont beaucoup plus près des résultats attendus au départ que pour notre recherche, et les différences sont très grandes pour la question de l'identité et assez grandes pour la question du lien avec le pays d'origine. Ainsi, c'est maintenant une mince majorité qui déclare que les nourritures font partie de leur identité et une mince minorité qui déclare que les nourritures les rattachent à leur pays d'origine. Il n'y a pas de différences significatives pour la question de l'identité selon les genres et les pays d'origine.

Des différences significatives sont cependant apparues pour la question des liens avec le pays d'origine selon les régions de provenance. Les différences entre ces groupes sont complexes à présenter, mais pour simplifier, les tendances indiquent que les répondants originaires de la Chine, de l'Asie du Sud-Est, de l'Amérique du Sud et de l'Afrique du Nord et du Proche-Orient ont des moyennes de rang plus élevées. Cela veut dire qu'ils répondent plus souvent « plutôt d'accord » et « très d'accord » que les autres groupes. Par ailleurs, ce sont les répondants issus de l'Europe orientale et méridionale qui semblent établir le moins de liens entre les nourritures et leur pays d'origine.

Cela dit, ces résultats, bien qu'ils confirment qu'il existe des liens forts entre les nourritures et l'identité (précisément l'identité des répondants), ne sont confirmés que par une mince majorité. Ainsi toute l'analyse que nous avons proposée afin de comprendre les

résultats de notre questionnaire tient toujours. Simplement, la proportion des individus à qui elle s'applique est sans doute plus petite dans la population visée.

7.5 Comment les nourritures sont mobilisées afin de marquer des moments et des lieux

7.5.1 Le déjeuner

Le déjeuner, du moins dans les pays du Nord industrialisés et durant la semaine, est le moins socialisé des repas. Ainsi, c'est celui qui perd le plus rapidement de significations et qui se transforme le plus après la migration, notamment par une très forte individualisation et entre autres pour des raisons pratiques (Calvo, 1982 ; Douglas, 1979, 1997 ; Mellin-Olsen et Wandel 2005 ; Ray, 2004 ; Renzaho et Burns, 2006 ; Satia *et al.*, 2000). Les résultats de notre questionnaire à propos des déjeuners montrent que les transformations semblent être moins radicales que ce que montrent les autres recherches mentionnées ci-dessus. Voici les résultats aux réponses à la question « Pour chacun des repas suivants, donnez la fréquence de consommation de plats que vous identifiez comme issus de votre pays d'origine ».

Tableau 7.3 Fréquence des déjeuners selon le style prémigratoire et des déjeuners en famille sur une base hebdomadaire. Résultats exprimés en %

	Jamais	À l'occasion	Souvent	Très souvent	Total souvent+ très souvent	5X et plus unité familiale ensemble
Le déjeuner	8,4	29,1	25,7	36,9	65,6	45,6
Les dîners à la maison	7,9	19,1	28,1	44,9	73	20,4
Les soupers	1,1	13,7	24,2	61	85,2	76,3

Nous avons déjà discuté de la fréquence exprimée à propos des repas du soir. Nous présentons ces résultats afin de mettre ceux concernant le déjeuner en perspective. Il n'est pas possible de faire l'inventaire des diverses pratiques qu'ont pu avoir les répondants et les

participants pour le premier repas de la journée avant d'immigrer. De plus, dans certaines régions on mange très peu le matin, dans d'autres, au contraire, on mange beaucoup. Une chose est certaine, le modèle des céréales ou du pain (le style « pain tranché ») avec des « tartinades » et du lait n'est pas très commun en dehors du nord de l'Occident. Nous savons par contre que c'est vers ce modèle que se tourne la très grande majorité de ceux qui ont transformé ce repas, qui d'ailleurs perd un peu de son statut de repas dans la mesure où il s'individualise et où tous les membres de la famille ne sont plus réunis en même temps.

Le tableau 7.3 montre bien la fréquence des déjeuners pris en commun (le couple ou la famille ensemble) plus de cinq fois par semaine; ainsi plus de la moitié de l'échantillon prend le déjeuner séparément. Gagner du temps, simplifier, remettre les compétences aux mangeurs (petits et grands) sont les raisons les plus invoquées, mais nous verrons un peu plus loin qu'on peut invoquer d'autres facteurs explicatifs liés aux significations que prennent les repas. Nous n'avons trouvé aucun tableau récapitulatif comme celui-ci, il est donc difficile de comparer les degrés de rétention des habitudes et préférences du déjeuner avec d'autres recherches. Mais à lire les résultats obtenus par les autres recherches qui se sont intéressées à ces questions, un pourcentage de 65,6 % qui répond prendre le déjeuner d'une manière à peu près similaire (entendre les mêmes aliments apprêtés de la même manière) à celle d'avant la migration est une proportion élevée. Le test de Mann-Whitney indique qu'il n'y a pas de différences significatives entre ceux qui ont des enfants et ceux qui n'en ont pas, ce qui infirme une hypothèse que nous avions à l'effet que les individus qui ont des enfants adoptent en plus grand nombre le modèle céréale-pain-tartinade-lait[146]. Par contre, ce même test indique que les différences sont significatives entre le groupe de ceux très récemment arrivés (un an et moins) et le groupe de ceux arrivés depuis le plus longtemps (dix ans et plus), un signe qui montre le temps écoulé depuis la migration – ce qui entraîne des contacts interculturels et des transformations des modes de vie et de nouvelles contraintes de la vie quotidienne – affecte plus le déjeuner que le souper par exemple, non seulement selon la fréquence des repas en famille ou en couple, mais aussi selon le type d'aliments qu'on y mange. Quoi qu'il en soit, on constate que pour les repas pris à la maison, c'est le déjeuner

[146] Une recherche que nous avons menée auprès d'enfants de huit à treize ans et dont les parents étaient nés principalement au Maroc, en Algérie et en Tunisie (Maghreb) avait montré la prédominance de ce modèle de déjeuner chez cette jeune population (Girard et al., 2009b).

qui est le repas qui subit le plus de modifications. On voit par ailleurs que dans une vaste majorité, le repas du midi n'est pas pris à la maison et son statut est ainsi fort différent des deux autres. Voyons maintenant ce que disent certains participants à propos du déjeuner.

> Oui, bien, le petit déjeuner c'est toujours, c'est sacré comme il dit monsieur Rossi, mais moi je ne peux pas sortir sans prendre mon petit déjeuner. Alors c'est toujours du lait, café ou bien des céréales ou bien toasts, beurre et confitures ou des galettes qu'on prépare ça chez nous, fait maison (Mehdina, femme, 45 ans, Maroc, mariée, enfants, 1992, enseignante).

> Normalement le matin je prends quelquefois pain avec beurre et quelquefois céréales avec du lait et ici normalement je prends quelquefois *rootis* avec légumes et quelquefois seulement des fruits (Rahmani, homme, 43 ans, Bangladesh, marié, enfants, 2002, ingénieur textile).

Mehdina et Rahmani ont profondément transformé leurs consommations au déjeuner, mais ils ont tout de même conservé l'une la galette marocaine, l'autre le *rooti* (les deux fabriqués à la maison), mais il s'agit de deux produits constitués de farines de blé et qui sont assez proches, formellement s'entend, du pain tranché. Dans les deux extraits suivants, des Chinois insistent pour dire qu'en Chine, au déjeuner, il existe une grande variété parmi laquelle choisir et que ce repas est souvent pris à l'extérieur, en déplacement vers l'école ou le travail. Ce repas n'est donc pas socialisé du tout pour bon nombre de Chinois des grandes villes, le prendre à la maison est en soi une nouveauté.

> Et pour le déjeuner, on change beaucoup parce que pour le déjeuner on peut acheter beaucoup de choses pour manger en Chine, parce que d'habitude on peut manger au restaurant en Chine, il y a beaucoup de choses différentes qu'on ne peut trouver. Ici, c'est pourquoi on mange beaucoup de lait et des céréales ici, mais en Chine on mange de différentes manières [...] Chez nous, les déjeuners et les lunchs sont plus faciles, parce que le matin on est très pressé et on préfère réserver le temps pour dormir beaucoup, et habituellement on mange du lait avec des céréales et aussi du pain et parfois c'est les noodles (les nouilles), et *les dumplings* (raviolis chinois) aussi (Choani, femme, 32 ans, Chine, mariée, sans enfant, 2006, technique électrique).

> Le déjeuner pour mes enfants c'est du lait, du pain, des fois du fromage, mais pas pour nous. Petit déjeuner, je dis du lait, du pain. Ici c'est trop différent, mais en Chine il y a beaucoup beaucoup de choses pour les petits déjeuners. Mais qu'est-ce que vous mangez, je pense pour mes enfants, pour la santé, seulement des œufs, du lait, du pain frais, des fruits, c'est tout, des fromages, ça dépend des enfants, il y a des enfants qui n'aiment pas du fromage, comme mes enfants. Pour le petit déjeuner en Chine c'est le paradis, mais ici c'est l'enfer (Chengfu, homme, 33 ans, Chine, marié, enfants, 2000, formation en technique de soutien informatique, a travaillé comme économiste en Chine).

Chengfu fut l'un des rares à se plaindre des déjeuners. Les Chinois, comme la plupart des individus qui proviennent des pays d'Asie, occidentalisent les déjeuners sans trop de conflits avec les schèmes et les pratiques prémigratoires. Les extraits de discours suivants

montrent bien la redondance de l'adoption du modèle céréales-pains-tartinade-lait, accompagné de café ou de thé, ce qui n'a probablement pas changé.

> D'habitude, pour le manger pour déjeuner je bois des jus d'orange et je mange aussi des céréales avec du lait et ici à l'école je mange tous les jours un café avec un pain ou des biscuits (Fina, femme, 45 ans, Mexique, mariée, enfants ayant quitté la maison, 2007, infirmière).

En Colombie, comme dans de nombreux autres pays d'Amérique du Sud et au Mexique, les déjeuners sont très copieux parce que le repas de la mi-journée est pris aux environs de quatorze heures et ce dernier constitue le repas le plus copieux (et le plus important symboliquement) de la journée. Martillo donne un exemple de déjeuner en Colombie.

> Dans la Colombie, le petit-déjeuner c'est un bouillon avec lait, avec des pâtes, pommes de terre en tranches, avec de l'œuf aussi et avec café avec lait, pain, des œufs, mais pour nous c'est normal, mais pour mon fils il a changé ses habitudes. D'abord parce qu'il ne le connaît pas, il mange souvent maintenant les céréales avec lait, quelquefois un œuf, c'est tout (Martillo, homme, 48 ans, Colombie, marié, enfants, 2007, avocat et percussionniste professionnel).

> À huit heures, je commence le jour avec des céréales, maintenant nous achetons les céréales biologiques, c'est bon pour nous (Gourian, homme, 24 ans, Ukraine, célibataire, vit avec ses parents, 2007, étudiant).

> Normalement, je mange un peu de céréales pour le déjeuner (Mandy, femme, 38 ans, Sri Lanka, mariée, enfants, 1991, couturière).

> Le matin, on mange du lait avec des céréales avec du pain, d'habitude c'est comme ça (Yen, femme, 40 ans, Chine, mariée, enfant, 2005, ingénieur chimique).

Nous l'avons dit, les raisons qui expliquent ces changements à la diète (céréales, pain, lait), à la commensalité (individualisation), à la temporalité (moins de temps à consacrer à ce repas) et au lieu (la maison) dans le cas des répondants et des participants Chinois, sont dus entre autres à des questions de commodité. Mais cette explication n'est pas suffisante, car si la commodité expliquait à elle seule ces changements, le dîner et le souper auraient beaucoup changé eux aussi. Or, ce n'est pas le cas. Nous avons déjà évoqué le fait que le repas du matin, dans une grande partie des cas, est un repas qui a une importance symbolique beaucoup moins grande que celle du repas du soir par exemple, et c'est ce qui permet sans doute des mutations sans trop de conflits. Krishnendu Ray propose quant à lui une analyse stimulante de ce phénomène de transformation du déjeuner. Il interprète les transformations qui ont affecté le déjeuner (mais également le dîner) selon ce que ces repas représentent pour les Bengalis qui

constituent son échantillon. Il souligne tout d'abord que ces immigrants sont en voie de devenir « américains » et qu'une des stratégies pour y parvenir est de privatiser l'ethnicité.

> Dans les sociétés individualistes, la sphère privée devient plus importante que la sphère publique et les nourritures – spécialement les nourritures faites à la maison – produisent un espace commode pour une identité privatisée pour les Bengalis dans un univers américain [...] Le déjeuner est tourné vers l'extérieur, vers la sphère publique, préparant les Bengalis à affronter le monde américain. Le souper est tourné vers l'intérieur, vers la sphère privée, marquant le temps du repos et de la récupération [...] Le déjeuner et le dîner sont des rituels quotidiens liminaux marquants les limites de deux mondes, l'un individualisé et industrialisé et l'autre communautaire et artisanal (Ray, 2004, p. 57. Notre traduction).

On a mesuré à quel point la dimension « artisanale », du « fait soi-même à la main » était importante pour les participants : pour les femmes, pour qui « faire les choses soi-même » était au centre de la construction familiale d'un « chez-soi » par les repas, et de la représentation du vrai repas; pour les hommes, ce travail des femmes assurait la sécurité de l'incorporation des nourritures, la satisfaction des goûts culturellement et socialement incorporés de même que la confirmation de la division des rôles et des attributs des genres. Cette métaphore marque à la fois les distinctions entre les espaces privés et publics de même qu'entre deux mondes, l'un individualisé et industrialisé – les céréales et le pain sont fabriqués industriellement, de même que le lait et les confitures par ailleurs – et l'autre, communautaire – la famille, la mémoire collective, la communauté imaginée[147] – et artisanal – fait à la main à partir d'ingrédients frais et non préparés. Cette métaphore nous semble appropriée et nous permet de comprendre la transformation des significations liées à ce repas. Mais cette métaphore qui marque des distinctions entre des espaces et entre des « mondes » n'est pas présente que pour le déjeuner. Elle structure leurs représentations de l'alimentation et est une source de tension dans les pratiques quotidiennes. Elle renvoie en fait à une des ambivalences de l'alimentation que nous avons présentées dans le cadre d'analyse. Cette ambivalence entre deux positions « idéales typiques » ou entre deux paradigmes que sont d'un côté le fait que les nourritures et leur préparation participent du domaine des soins attentionnés, de la fabrication « à la main », de l'expressivité et, de l'autre, que les nourritures participent du monde des marchandises, des industries avec lesquelles on entretient un rapport fonctionnel.

---

[147] Au sens que lui donne Benedict Anderson (1991) « toutes les communautés dont la taille est plus grande que celle d'un petit village dans lequel les contacts se font en face-à-face (et peut-être même pas celle-là) sont imaginées. Les communautés se distinguent non pas selon leur degré de facticité ou d'authenticité, mais par le style (la manière) selon lequel elles sont imaginées » (ibid., p.6. Notre traduction).

7.5.2 Marquer la temporalité : la semaine et la fin de semaine

Les repas et les nourritures servent également au marquage symbolique du temps. Dans le temps plus long et cyclique, on peut citer les fêtes religieuses, les réunions de famille, les fêtes nationales, les anniversaires, les passages d'une saison à l'autre, etc. Ils servent également à symboliser et à marquer le temps court comme celui qui distingue la semaine de la fin de semaine, le temps du travail et celui du loisir. Généralement, dans les sociétés occidentales, la semaine est scindée en deux parties distinctes. La première, celle qui va du lundi matin au vendredi en fin de journée est caractérisée par le fait qu'une bonne partie des activités gravite autour du travail et de l'école[148], ce qui implique des déplacements souvent longs qui ne laissent que peu de temps « non contraint ». Ceux qui, pour une raison ou pour une autre, n'occupent pas un emploi rémunéré voient souvent, eux aussi, leurs routines modulées par ce découpage du temps. La seconde partie est celle qui va du vendredi soir au dimanche soir, typiquement à compter du souper, qui marque symboliquement le passage à une partie de la semaine qui, la plupart du temps, ne gravite plus autour du travail ou des études. Cette partie de la semaine est communément nommée « fin de semaine » dans le langage courant au Québec (en France on utilise couramment l'anglais « weekend »). Bien que « fin de semaine » soit un terme qui comporte beaucoup d'imprécisions, nous l'utiliserons tout de même parce le découpage sociotemporel auquel il renvoie correspond à une réalité comportant des référents communément partagés. Les immigrants se sont adaptés à ce découpage – et à sa dénomination – et ont également donné de nouvelles significations aux nourritures en prenant appui sur ce découpage.

Quelques types de pratiques à propos de ce découpage et de ce marquage se dégagent des discours des participants. Tout d'abord il y a ceux qui mangent des plats ethniques (plutôt « authentiques » ou créolisés) en semaine et qui, les fins de semaine, soit prennent congé de la préparation de nourriture (les restaurants) ou essaient de nouvelles recettes qui ne sont pas issues de leur répertoire prémigratoire. Les nourritures symbolisent alors un relâchement des contraintes, celles de la cuisinière, des formats, des horaires, des lieux (la maison) de même que celle des styles alimentaires familiers.

---

[148] Cela s'applique aux enfants, mais aussi aux adultes de nos échantillons qui fréquentent des centres de francisation environ 30 heures par semaine.

> Je veux ajouter une autre chose, normalement je mange pendant la semaine, du lundi au vendredi, je mange bien, mais presque toutes les fins de semaine je sais que je vais manger des cochonneries parce que normalement on sort pour manger à l'extérieur (Alphonso, homme, 47 ans, Mexique, enfants ayant quitté la maison, technicien en électricité, 2007, mari de Fina).

> Je mange ici presque la même chose qu'au Mexique, oui, parce que le Mexique j'essayais de faire la même chose. Peut-être au Mexique j'avais plus de temps qu'ici, mais je cuisine presque la même chose. L'habitude que j'ai changée ici c'est pour les fins de semaine. On va manger quelque chose comme il a dit, mais au Mexique j'essayais de ne pas faire ça, quelquefois je mangeais des choses comme aux tacos, mais quelquefois pas toutes les fins de semaine (Fina, femme, 45 ans, Mexique, mariée, enfants ayant quitté la maison, 2007, infirmière, épouse d'Alphonso).

> Le week-end comme samedi et dimanche je vais manger le repas spécial avec ma famille. Deux fois ou trois fois par mois je vais amener ma famille au restaurant pour manger, sauf mon mari parce qu'il n'aime pas manger dans un restaurant (Mandy, femme, 38 ans, Sri Lanka, mariée, enfants, 1991, couturière).

Pour Teresa, la sortie au restaurant n'a lieu que le samedi, tandis que le dimanche se déroule toujours à la maison et l'on peut supposer qu'elle fait « quelque chose de spécial » ce jour-là. Dans les deux cas, il s'agit d'un « pattern ».

> Les fins de semaine on s'en va manger au restaurant, mais il y a quelquefois qu'on mange dans le restaurant de mon pays, péruvien, mais il y a quelquefois qu'on mange par exemple la nourriture haïtienne et chinoise, vietnamienne, c'est bon, parce que quand nos enfants étaient petits, je l'ai habitué de manger toutes les nourritures des différents pays, c'est bon, les deux mangent de tout, différents goûts. Mais seulement le samedi : le dimanche c'est toujours à la maison (Teresa, femme, 29 ans, Pérou, mariée, enfants, 1998, entretien ménager).

À cela, un participant a lancé, « mais elle est riche ! » Teresa a répondu : « Oui, pas moi, le père de mes enfants est riche ! »

> Oui, c'est ça et pendant la semaine on mange d'habitude chez nous. La fin de semaine on fait des sorties au restaurant pour le changement d'atmosphère (Yaroslav, homme, 29 ans, Moldavie, marié, enfant, 2008, technique juridique).

Tiwa est installée au Québec depuis plus de 25 ans. Bien qu'elle ait appris à cuisiner dans divers styles culinaires, on sent cependant une préférence pour les cuisines de l'Asie du Sud-Est. Elle est de toute évidence compétente dans la confection de plats « occidentaux » et connaît bien le plat « national » du Québec, le pâté chinois. Les repas des samedis et des dimanches (seulement, pas les autres soirs nous dit-elle) sont l'occasion de socialiser avec la famille et avec les amis. On suppose que Tiwa module ses menus en fonction des préférences de ses convives.

> Oh, nous autres, le samedi-dimanche, on va inviter les frères et sœurs à manger, mais aussi les amis, même des amis québécois. On fait les grands repas. Mais dans la semaine, du lundi au vendredi, non, c'est comme ça. Et quand je reçois, moi je fais le met thaïlandais, le met vietnamien, le met chinois, le met cambodgien. Des fois, j'ai appris le met québécois, c'est comme le ragoût, la quiche lorraine, c'est ça, pâté chinois. Oui ça c'est très populaire, le pâté chinois ! À faire (rires) ! Facile à faire (rires). (Tiwa, femme, 54 ans, Cambodge, mariée, enfant décédé durant le régime des Khmers rouges, 1985, travail manuel dans une compagnie d'électronique, au chômage).

Encore une fois, avec Juanito et sa famille, la structure est claire : « traditionnel » (au sens sans doute de prévisible et répondant à des règles simples quotidiennement appliquées, et c'est lui qui le dit) et « touristique » les fins de semaine, « c'est presque une loi ».

> Et, euh, du lundi au vendredi on mange, on peut dire un peu traditionnel, et quelquefois on met quelque chose d'un autre pays comme italien, comme la pasta, et les poissons. Mais pendant les fins de semaine, on mange vraiment différent, ça peut être japonais, on aime beaucoup ma fille et ma femme aussi les repas japonais, on mange beaucoup des sushis. Mais nous avons aussi des amis de différents pays, alors on peut manger aussi pakistani, québécois, la poutine, le pâté chinois, et tout ça, mais pourquoi pas, mais la fin de semaine c'est presque la loi, on ne cuisine pas (Juanito, homme, 39 ans, Mexique, marié, enfant, 2006, enseignant au Mexique).

> Comme j'ai dit, le repas principal ça peut être le Borsh, ça peut être viande avec riz, avec les pommes de terre et avec salade, des légumes aussi, et deux heures plus tard, on prend le café ou thé, thé vert ou thé noir [...] Mais il y a particularité pour samedi et dimanche, c'est notre repas un peu plus riche. On va se réveiller plus tard, on va prendre le café avec la même chose, avec le sandwich, mais notre dîner est plus copieux avec du vin rouge, à peu près vers treize heures. Le soir, samedi dimanche, on va visiter les restaurants, ça peut être *Casa grecque*, ça peut être *Vieux Duluth*, ça peut être restaurant de Chinois, au centre-ville ou ici, dans le quartier Côtes-des-Neiges, on mange les plats traditionnels de ces nationalités (Boris, homme, 55 ans, Kazakhstan [russophone], marié, enfant ayant quitté la maison, 2001, ingénieur mécanique).

Remarquons comment Boris qualifie de « traditionnels » les plats servis à la *Casa grecque* ou au *Vieux Duluth* ou dans les restaurants chinois, ce qui montre que les plats nationaux et les plats traditionnels se construisent souvent dans le regard des autres (Crenn *et al.*, 2010 ; Hubert, 2000). Pour Dario, ci-dessous, la symbolisation du relâchement des contraintes (en tout cas de celles du travail, des études, de la routine) se traduit par un relâchement très concret de la normativité « diététique ».

> Oui, mais c'est la façon de manger chez moi, mais on essaie d'être plus naturel pendant la semaine, mais le weekend on oublie tout, on mange tout, on boit tout, c'est ça (Dario, homme, 34 ans, Colombie, marié, enfants, 2008, marketing, administration).

Puis, il y a ceux qui mangent d'une manière plus « fonctionnelle », pratique, commode, rapide la semaine (ce qui inclut évidemment des plats issus du répertoire culinaire

prémigratoire, mais simplifiés) et qui concentrent les nourritures élaborées issues du style culinaire prémigratoire les fins de semaine.

> Ici je trouve qu'on mange plus « saludad » (santé), on mange beaucoup de salade. En Colombie, on mange beaucoup de gras, des plantains frits par exemple. Donc j'essaie de faire ces nourritures pas trop souvent peut-être une fois par semaine, la fin de semaine (Béatrice, femme, 35 ans, Colombie, mariée, enfant, 2009, formation en génie industriel, a travaillé dans l'administration publique en Colombie).

> Mais pendant les weekends il (son mari qui fait la cuisine) fait beaucoup d'efforts. Il fait très bons repas pendant le weekend, le samedi et le dimanche, peut-être la viande de porc grillée, et le riz avec les haricots noirs ensemble. Oui c'est très bon, mais et pour faire ça il doit prendre le temps et c'est pendant la semaine on ne peut faire ça, mais j'aime et ma famille aussi les *congris*[149], le *coa* et les autres choses, c'est la salade et la soupe, mais prendre un peu plus de temps pour faire sa nourriture (Daniella, femme, 39 ans, Cuba, mariée, enfant, 2007, médecin).

> Pour faire notre plat typique de la Colombie, on le fait le weekend, mais pendant la semaine on fait des pâtes. On fait le poulet avec la salade avec des légumes, des poissons, mais pas très compliqué (Sandy, femme, 36 ans, Colombie, mariée, enfants, 2008, radiothérapie, physique médicale).

Ylan prépare aussi ses tajines et ses couscous la fin de semaine, il ne semble pas y avoir de journée spécifique pour aller au restaurant.

> Oui, chez nous c'est différent la fin de semaine, on fait des gros plats, moi c'est ça que j'essaie de faire, c'est pas des choses qu'on peut mettre dans la boîte à lunch, ou des choses comme ça, c'est des gros plats principaux que je fais dans mon pays, des tajines, des couscous, des choses comme ça. Euh… au moins pour se rassembler le samedi après-midi ou le dimanche, c'est toujours deux jours. Comme ça j'essaie de faire des gros plats et aussi pour le dîner et le souper aussi, les deux en même temps. Et après ça on se met tous sur la table, moi, mon mari et mon enfant et on mange tous ensemble, c'est comme ça… Mais toujours on a une journée par semaine qu'on sort, on va manger au restaurant, on mange ensemble. Mais, j'essaie vraiment de préparer tous les repas à la maison et je suis plus habituée de préparer toutes les choses à la maison parce que, avant ma mère elle fait ça et moi je suis habituée de faire ça. J'ai encore le temps de faire tout ça à la maison (Ylan, femme, 23 ans, Maroc, mariée, enfant, 2006, formation collégiale générale, sans emploi).

Pour Sophan qui ne sait pas comment faire le « comestible québécois » et qui ne sait probablement pas cuisiner autrement qu'avec les techniques du sauté, du frit ou de la vapeur, il n'y a pas de différences quant aux styles culinaires employés entre la semaine et la fin de semaine, mais elle fait des choses plus élaborées les fins de semaine.

> En semaine, on fait les choses qui sont plus rapides, qui sont plus faciles à faire pour emporter au travail et à l'école. En fin de semaine, on fait plusieurs choses pour manger ensemble. Je sais pas

---

[149] Plat typiquement cubain fait à partir de riz et de haricots, la plupart du temps rouges ou noirs.

> comment faire le comestible québécois d'ici. On mange tous les jours comme les Cambodgiens, comme les repas asiatiques, tous les jours (Sophan, femme, 26 ans, Cambodge, mariée, enfant, 2005, sans formation, sans emploi).

Et puis il y a ceux qui, la fin de semaine, permettent à leurs enfants de manger autre chose que ce que les parents mangent, avec par conséquent deux menus à préparer, et nous avons déjà vu que cette pratique était courante dans la diaspora indienne.

> Même repas pour tout le monde en semaine oui, mais quelquefois seulement un repas indien pour moi et mon mari et j'ai préparé autre chose pour mes enfants, samedi et dimanche, mais lundi au vendredi ce n'est pas possible, mais samedi et dimanche, deux repas (Prahti femme, 33 ans, Inde, mariée, enfants, 1996, formation en arts [en Inde], travaille ici comme couturière).

> La fin de semaine, quand je prépare quelque chose je ne mets pas beaucoup de piquant de là-bas parce que normalement j'utilise beaucoup de piquant et lui aussi (son mari), mais pour les enfants je fais différentes manières le curry (Mandy, femme, 38 ans, Sri Lanka, mariée, enfants, 1991, couturière).

Et enfin, il y a ceux qui déclarent faire simplement quelque chose de spécial les fins de semaine, et les nourritures préparées et servies symbolisent le fait d'avoir du temps pour soi, pour la famille, des relations de qualité, se faire plaisir.

> Quand j'arrive à la maison, je me prépare un gros gros plat, euh, riz, haricots, viande, ou quelque chose que je peux préparer immédiatement. Et je cuisine pour ma fille et pour moi, et d'autres jours, ma fille cuisine et elle prépare des choses différentes, des styles, euh, pour manger, pour changer chaque jour. Normalement les fins de semaine, nous préparons un grand, grand souper spécial, pour la fin de semaine parce que nous sommes restés dans la maison tout le jour (Ibrahim, homme, 53 ans, Colombie, veuf, enfant, 2007, a travaillé dans une banque en Colombie).

Pour les Colombiens, les Vénézuéliens et les Mexicains notamment, la fin de semaine permet un « retour » vers des habitudes prémigratoires solidement chevillées : des déjeuners copieux[150], des repas principaux pris à la mi-journée et des repas plus légers en soirée, vers 20 h.

> Les fins de semaine, je prépare de la viande, toujours je préfère le faire pas avec de l'huile, mais rôti, moins la viande rouge, mais plus poulet ou porc ou poisson avec du riz, des patates, des légumes et du jus, la fin de semaine c'est différent c'est plus relaxe, le déjeuner si c'est très bon,

---

[150] Voici un extrait d'un discours d'une Colombienne qui nous parle de ses déjeuners. La récurrence des discours à propos des déjeuners de la part des Colombiens laisse croire qu'il s'agit là d'un « pattern » – il faut dire qu'ils mangent peu après 16 h : « Et une autre chose qui est très importante pour moi c'est le petit-déjeuner, je ne peux pas sortir de chez moi sans avoir mon petit-déjeuner, un grand avec des œufs, du fromage, et du café et du pain et du jus d'orange. Je me réveille tous les jours et ça prend une heure et demie pour faire tout. Mais j'aime ça » (Margarita, femme, 44 ans, Colombie, monoparentale, 2008, administration).

> nous mangeons plus relaxe avec les œufs, les crêpes, et l'avoine. Aussi nous avons au Venezuela c'est la farine de maïs que nous préparons que les mêmes choses, c'est une sorte de crêpe[151], mais avec la farine de maïs, avec du fromage ou jambon, qu'on met à l'intérieur. Quelquefois nous mangeons ça le soir si nous avons mangé beaucoup dans le midi, nous mangeons plus léger le soir surtout les fins de semaine (Marcella, femme, environ 43 ans, Venezuela, mariée, enfants, 2007, vente d'équipements médicaux).

Il arrive souvent, comme c'est le cas pour Marcella, qu'entre la semaine et la fin de semaine on puisse constater que pour les déjeuners (et cela peut être vrai du dîner, mais dans une moins large mesure) il s'établit des rapports d'opposition formels entre le cuit et le non cuit de même qu'entre le chaud et le froid. En général, les déjeuners en semaine sont froids et non cuits (céréales, jus, lait, pain dans la mesure où celui-ci a été cuit préalablement et à l'extérieur de la maison) et chaud et cuits en fin de semaine. Ces derniers sont plus chargés de significations. Les aliments cuisinés acquièrent la plupart du temps un « surplus » de significations (temps de qualité, partage, moments décontractés, etc.).

Pour d'autres, certaines nourritures bien spécifiques symbolisent l'arrivée de la fin de semaine.

> Habituellement, le vendredi nous mangeons des pizzas, quelquefois mon mari le fait, mais quelquefois nous l'achetons, c'est pour fêter le vendredi ! (Rita, femme, 35 ans, Uruguay, mariée, enfants, 2009, professeur de mathématique au secondaire).

Pour Alva, une mère monoparentale, les repas de la fin de semaine sont orientés vers la satisfaction des préférences des enfants.

> Le samedi et dimanche, quelquefois nous sortons au restaurant, mais j'ai préparé dans la maison un plat spécial, si on n'est pas allé au restaurant, je prépare un plat spécial, c'est des viandes frites, ou quelque chose que mes enfants aiment beaucoup. Je leur demande qu'est-ce que tu veux aimer que je prépare, le samedi et le dimanche, elles me disent, je vais préparer ça (Alva, femme, 30 ans, Pérou, monoparentale, 1999, décoratrice d'intérieur, travaille ici dans la mode masculine).

On voit donc se dégager de ces différents « types » un certain « patterning », une structure dans le découpage du temps, des lieux et des différentes significations qui sont associées avec ceux-ci. Dans une recherche sur les pratiques alimentaires et leurs significations chez des Italo-Américains, Judith Goode et ses collaboratrices (1984) montrent

---

[151] Elle parle ici des arepas. Assez semblables à la pupusa dont il a déjà été question, les arepas sont des « staple food » de la Colombie et du Venezuela. Ils sont consommés en galettes ou, comme elle le décrit ici, fourrés avec divers ingrédients dépendamment des régions et des moments de la journée.

aussi ce type de « patterning ». Cependant, leurs sujets sont des Italo-Américains de troisième ou quatrième génération, qui ont néanmoins créé une véritable sous-culture originale aux États-Unis. Pour des immigrants « primo-arrivants » comme ceux que nous avons rencontrés, la problématique de la nourriture se pose tout à fait différemment. Par exemple, les recettes, les aliments, les techniques demeurent très importants, mais cette importance décroît en général avec le passage du temps et des générations, d'autres éléments étant alors mis de l'avant. L'analyse de Goode *et al.* est cependant stimulante, car elle a le mérite d'attirer notre attention non plus sur les aliments et les techniques, de même que sur la fréquence de leur utilisation, des thèmes qui ont mobilisé une large partie de notre analyse en raison de l'importance qu'ils revêtent, mais plutôt sur la structure « ethnique » des menus et des cycles (hebdomadaires, annuels, rituels). Cela permet de remettre en perspective de nombreuses recherches qui montrent la baisse de la fréquence de consommation de certains aliments et produits « ethniques » et même l'abandon de certains marqueurs alimentaires distinctifs et qui concluent au déclin dans le temps du contenu « ethnique » des pratiques alimentaires (surtout pour les repas) et donc à l'assimilation. Goode *et al.* montrent qu'il existe des « pattern » et des structures selon les jours et les moments de la semaine et selon des cycles plus longs, et que certains types de préparation et mode de consommation (sociabilité, commensalité) servent à marquer par exemple « l'italianité » et d'autres, « l'américanité ». Les auteurs remarquent aussi l'importance centrale du repas du dimanche, sa dimension paradigmatique par rapport aux autres repas. Généralement, les repas du vendredi soir servent à séparer les jours de travail et les jours de loisir et présentent souvent une forme inversée par rapport au repas du dimanche (chez les Italo-Américains, on applique généralement le vendredi maigre).

Nous n'avons pas cherché à connaître les menus et les pratiques en fonction des jours afin de dégager des récurrences moins visibles, par exemple par rapport à certains jours en particulier. Il aurait d'ailleurs fallu travailler avec un sous-groupe particulier (les Colombiens par exemple) afin d'approfondir ces questions. Il n'en demeure pas moins qu'on voit se dessiner très clairement des pratiques et des significations distinctes selon les moments de la semaine et selon les lieux, et qu'une certaine « ethnicité » se manifeste par ces pratiques, même si l'objectif poursuivi est parfois de se « déprendre » de cette ethnicité en allant au

restaurant (pas de son pays), en allégeant considérablement la normativité alimentaire à la maison ou en préparant des plats élaborés issus de divers styles alimentaires. On a vu aussi que les nourritures et les repas pouvaient également être mobilisés afin de distinguer des espaces. C'est le cas de la différenciation entre la sphère privée et la sphère publique. Ainsi, la sphère privée est symbolisée par les nourritures familières, par une commensalité et une sociabilité qui participent à la construction d'un « chez-soi ». La sphère publique est symbolisée entre autres par les sorties au restaurant, par la préparation de plats ou de recettes issues de l'espace social alimentaire, autrement dit des « autres cultures ». Analysons maintenant plus à fond la question de cette construction d'un « chez-soi » par les nourritures.

7.6 Comment les nourritures participent de la construction d'un nouveau « chez-soi »

7.6.1 Réflexion autour de la notion de « chez-soi »

Le fait que les nourritures participent à la construction d'un nouveau « chez-soi loin de chez soi » (du moins pour les premières années) est un argument qui se déploie en maints endroits de la thèse et qui croise différents autres thèmes. Jusqu'ici, ce thème n'a pas été abordé en tant que tel. Cette section servira à enrichir ce que nous avons déjà dit à ce sujet par des extraits de discours qui nous paraissent montrer comment les nourritures, repas et pratiques alimentaires sont mobilisés afin de construire un « chez-soi » comme lieu distinct, par exemple de la sphère publique, de la culture individualiste, de l'industrialisation, comme un lieu qui établit souvent des ponts avec des lieux ou des états psychiques de la mémoire, mais qui n'est pas qu'un lieu de repli et dont les frontières sont plus ou moins poreuses. Cette section présentera une analyse conceptuelle de la notion du « chez-soi » et de ses liens avec les nourritures.

La mondialisation économique, culturelle et sociale a sans doute accentué un des problèmes de la modernité qui est la difficulté à engendrer un sentiment ou une impression de stabilité dans un contexte de changements rapides. Comme le fait remarquer Krishnendu Ray

citant Marshall Berman (1982, p. 6), l'expérience de la modernité est « une lutte pour se donner un chez-soi dans un monde en perpétuel changement » (Ray, 2004, p.130-131. Notre traduction). Les immigrants qui ont choisi de quitter leur pays afin de trouver plus de sécurité, un climat social moins contraignant, de meilleures opportunités d'emploi ou une vie meilleure pour leurs enfants sont portés par la vague de la mondialisation[152], mais sont les premiers à en sentir les conséquences sur leurs vies privées et à vivre ces difficultés d'une manière directe. Les nourritures sont un des lieux matériels et symboliques où les immigrants composent avec les questions du « chez-soi » et de l'ailleurs (là d'où l'on vient), de la tradition[153] et du progrès. Ainsi pour les immigrants que nous avons rencontrés, à l'instar de ceux rencontrés par Ray, « la question de la nourriture est en rapport avec deux choses : le chez-soi et l'héritage. Les deux concernent la définition de soi en termes de lieu et de passé » (ibid., p.131. Notre traduction).

La notion de « chez-soi » comporte un certain degré d'imprécision, entre autres parce qu'il ne s'agit pas d'un concept construit à proprement parler et qu'elle est empruntée du langage courant. Cette notion renvoie également à un type particulier d'expérience du monde social dont on peut dire qu'elle est « moderne » dans la mesure où le « chez-soi » est au cœur d'une dichotomie fondatrice de la modernité entre le public et le privé. Cette dernière s'est développée historiquement sur plusieurs siècles en Europe (à compter du 17e siècle) avec une accélération et une signification particulière depuis la fin du 19e siècle portée par la bourgeoisie (Duby et Ariès, 1985-1987 ; Serfaty-Garzon, 1999, 2003b). Le privé deviendra ce qu'on désigne aujourd'hui comme l'intimité. Cette dichotomisation était également au centre de l'émergence de nouveaux idéaux sociaux, de nouvelles significations et d'une redéfinition de la sociabilité : retrait personnel, sociabilité sélective et de convivialité, intimité familiale et domestique, le droit à la vie privée, etc. Il est important de rappeler, à l'instar de Perla Serfaty-Garzon que « [l]a notion de chez-soi intègre l'habitation et l'un de

---

[152] Et de l'intensification des migrations internationales qui l'accompagnent et la nourrissent, au moins du point de vue social et culturel.

[153] Il ne s'agit pas ici d'une opposition entre tradition et modernité ou progrès. Il s'agit plutôt de marquer deux domaines d'une construction imaginaire des réalités sociales qui ne sont pas antithétiques. La tradition prend ici la forme d'un ensemble de « valeurs », de représentations, de techniques, de savoir-faire et qui représente une certaine idée des choses dans la durée et de leur transmission. Il ne s'agit surtout pas de dire que les immigrants seraient plus « traditionnels » ou « postmodernes » que d'autres.

ses modes majeurs d'expérience, soit l'intimité. Le chez-soi, l'habitat et l'intimité dessinent les pôles d'un même champ d'intelligibilité, qui est celui de l'habiter, mais chacune de ces notions couvre des sens et ouvre des perspectives qui lui sont propres » (2003b, p.65). Ainsi, cette notion, en principe, ne renvoie pas à un lieu précis, à une matérialité, comme la maison ou l'appartement par exemple, mais peut recouvrir des lieux et des espaces plus larges ou englobants (villes, quartiers, villages, paysages, lieux familiers). C'est globalement un lieu à la fois imaginaire et matériel qui relève d'une géographie mentale et d'un surinvestissement symbolique en lien avec l'appartenance, la familiarité, l'appropriation. Bref, la notion renvoie à celle d'une expérience phénoménologique qui est celle « d'habiter », comme chez Michel de Certeau *et al.* (1994b) et, dans le sillage des travaux amorcés par Gaston Bachelard (1984), d'une poétique de l'espace. Il n'en demeure pas moins cependant que dans la modernité avancée et urbaine, la « demeure », une notion déjà plus personnalisée et circonscrite que « l'habitat », se referme souvent sur le cercle familial ou le couple et celui des proches et fait l'objet d'un intense investissement affectif et qui s'affirme comme une autre face du sentiment de la famille. Nous avons vu la construction de cette affectivité par les repas et la nourriture à l'œuvre dans la section sur les repas familiaux (7.3).

La dimension « habitat » comprend deux sous dimensions : l'une, passive, renvoie à la notion fonctionnelle d'abri, de « toit » (Rapoport, 1972 ; Serfaty-Garzon, 2003b), l'autre, active, renvoie à celle d'« une création délibérée par l'habitant d'un rapport dynamique d'appropriation de son espace propre. Cette appropriation est ainsi une expression individuelle, elle relève de l'affirmation identitaire de l'habitant. En ce sens, l'habitat est le projet d'engager l'espace habité dans la construction de soi » (Serfaty-Garzon, 2003b, p.66), comme l'a bien montré Henri Raymond à propos des habitations pavillonnaires (2001). Bien entendu, comme l'ont montré quelques sociologues à la suite de Pierre Bourdieu, Yvonne Bernard et ses collaborateurs (1978 ; 1987) ou Géraldine Pratt (1982), l'habitation, les lieux de résidence, le mobilier de même que les usages qui sont faits de l'habitat sont déterminés par le système relationnel et la culture d'une classe sociale. L'habitat devient ainsi un instrument dans le jeu de la distinction sociale, il marque le statut. Ces dynamiques sont à l'œuvre même si les contraintes des modèles culturels et des ressources matérielles semblent aliéner le déploiement et la force d'expression de l'appropriation, de la créativité des usages

pratiques de la « maison », selon le sens du concept de *poiétique* élaboré par Henri Lefebvre (1974), et comme c'est le cas chez les classes populaires et, plus récemment, dans les cités-banlieues des grandes villes françaises ou des ghettos des grandes villes américaines, des bidonvilles d'Amérique latine, ou des quartiers défavorisés de Montréal, etc.

L'habitation, l'habitat, la construction de lieux familiers, qu'on désigne souvent en anglais par la notion « sense of place » suppose donc une construction personnelle ou communautaire ainsi qu'un usage particulier de lieux d'espaces et d'objets dépassant le seul habitat, et qui fait appel à des processus d'appropriation et d'octroi de significations. Ces processus ne sauraient être considérés seulement comme un instrument dans la validation et l'expression d'un statut. Mais cette expression du statut est une dimension toujours présente et prend sans doute plus d'importance encore dans les franges supérieures de la hiérarchie sociale où le quartier, le style architectural, le mobilier, la décoration, la cuisine comme espace fonctionnel et d'expression de soi, l'aménagement du terrain, constituent encore une marque du statut et du prestige. On a vu que de nombreux immigrants, issus surtout des classes moyennes supérieures ont laissé derrière eux bon nombre de ces marques statutaires qui sont en processus de reconstruction.

La notion d'habitat, pour qu'elle devienne liée à la notion de « chez-soi », ne fait pas seulement référence à ce qui est compris entre les murs et à l'aménagement propre à l'habitant de cet espace. L'habitat fait aussi référence « à la conscience de l'habitant de sa propre intériorité, à ses secrets, à sa vie familiale et domestique, à ses arrangements privés ; en somme à son intimité » (Serfaty-Garzon, 2003b, p. 68). Le « chez-soi » est aussi intiment lié à la notion d'intérieur, autant l'intérieur de la demeure que l'intériorité du sujet. Il participe de la détermination des limites entre le dedans et le dehors, que ce soit de la maison ou du corps. Il est intéressant de relever ici qu'« intérieur » et « intestins » partagent une étymologie commune : ils dérivent de l'adverbe latin « intus » qui signifie « dedans ». On se rappellera que manger est un acte bien particulier qui consiste à faire entrer le « dehors » en « dedans ». Les analogies, les correspondances entre la demeure et le corps, du point de vue de l'incorporation de nourriture, sont à souligner. Dans cette perspective, Perla Serfarty-Garzon souligne que, « [l]'intérieur est ce qui est retiré du dehors dans la conscience de l'habitant, par exemple le sentiment et la conscience qu'il a de lui-même et de ses manières

propres d'être. Entre mon intérieur et le monde, il y a les limites de mon corps, ma peau. De la même façon, entre l'intérieur habité et le dehors, il y a les murs de la maison » (2003b, p. 59-60).

Afin de poursuivre l'illustration de notre propos, il est intéressant de noter que la notion de « chez-soi » comporte une dimension que celle de « home » par exemple ne possède pas dans le monde anglo-saxon, bien que cette notion y soit aussi très fortement investie discursivement, historiquement et affectivement. La notion, en français, comporte deux facettes distinctes, mais reliées. « Celle de la maison, qui traduit l'essence même du "home", est véhiculée par le mot "chez" qui dérive du nom latin "*casa*". L'autre est celle transmise par le pronom personnel "soi" qui renvoie à l'habitant, à sa maîtrise de son intérieur, mais aussi à sa manière subjective d'habiter. Le « chez-soi » est ainsi plus que le "home". Il est l'espace de la constitution d'une identité et de la dynamique d'évolution de cette dernière » (ibid., p. 69). Mais le « chez-soi » est un lieu et une construction imaginaire et existentielle paradoxale puisqu'il abrite l'intimité de ses habitants, mais comporte aussi une menace de repli, de fermeture, de retrait du monde, de ses conflits et de ses difficultés et d'oubli de l'hospitalité. Dans cette perspective, sortir de « chez-soi » signifie souvent une prise de risque assumée de la vie sociale. À cet effet, on a vu à la section précédente comment le déjeuner pouvait justement symboliser la préparation à cette prise de risque et qu'il était tourné vers l'extérieur. On comprend aussi que rentrer « chez-soi » soit une aspiration au repos en soi, à être soi-même, à retrouver les siens et, en ce sens, le repas du soir symbolise parfaitement ce phénomène, comme nous le verrons plus bas. Ainsi, le repas du soir est, quant à lui, entièrement tourné vers l'intérieur.

Rappelons-le, le « chez-soi » entendu comme demeure ou même comme habitat n'est pas la seule manière d'habiter le monde et la société, on peut être « chez-soi » ou habiter bien d'autres lieux, d'autres espaces ainsi que des espaces immatériels (l'écriture, l'art, la recherche scientifique, une communauté), mais il est cependant la figure majeure d'une dimension ontologique de l'existence qui est celle de l'habiter. En situation de migration, la demeure prendra une importance toute particulière dans la mesure où elle est un point d'ancrage dans un univers géographique, social et culturel dans lequel l'immigrant doit faire (trouver) sa place.

Si, avant la migration, ce « chez-soi » peut prendre différentes formes et recouvrir quelques lieux et plusieurs espaces, après la migration par contre, cet univers familier se transforme (se rétrécit) au point de ne devenir que mémoriel. Progressivement, ce « chez-soi » va se matérialiser, se reterritorialiser à nouveau, la plupart du temps d'une manière privée sous la forme de la demeure (la plupart du temps un logement en ville, dans les premières années du moins). Ensuite, en cours de socialisation et d'intégration à la nouvelle société, de nouveaux lieux (travail, loisirs, quartier, approvisionnements alimentaires) seront appropriés et il sera possible de se sentir « chez-soi » dans plusieurs espaces matériels et imaginaires de son nouveau pays. Il n'en demeure pas moins que ce processus est long et souvent travaillé par la mémoire. Pour beaucoup d'immigrants, cette construction du « chez-soi » commence par le lieu de résidence qu'on va véritablement habiter par la transformation des aliments et le partage des repas. Des contraintes financières, des réseaux sociaux encore limités, des difficultés à parler la langue de la majorité, des connaissances partielles du territoire font en sorte que les immigrants, en général, sont assez casaniers durant leurs premières années de résidence.

Les nourritures nous situent dans le temps et dans l'espace, ce dernier est à la fois matériel et géographique, mais il est aussi social (genre, classe, âge, statut) et imaginaire. La cuisine (la pièce, le feu) est le cœur de la maison (à moins que cela ne soit la chambre à coucher, mais voilà une construction toute récente et toute bourgeoise), elle est à la fois ouverture sur le monde (le principe de l'incorporation, un espace par lequel le monde arrive à nous sous la forme de mets, de préparations culturellement valorisées) ainsi que fermeture (l'intimité, le privé, la commensalité). Il n'est alors pas surprenant que les nourritures soient au cœur de la reconstruction d'un « chez-soi » pour un immigrant, peu importe s'il arrive seul, en couple ou en famille. Pour reprendre les mots de Luce Giard (1994b), avec qui nous partageons la manière d'approcher l'objet et le matériau, et qui s'est intéressée avec beaucoup de sensibilité à ce qui se passe dans les pratiques culinaires et de la vie quotidienne, dans les gestes élémentaires[154], humbles, obstinés, inlassablement répétés dans le temps et dans l'espace (ici d'autres espaces) et enracinés dans le tissu des relations aux autres ainsi qu'à

[154] Des techniques du corps, pour reprendre le concept de Mauss, mais cette fois avec des instruments – de cuisine (Mauss, 1980).

soi-même, des gestes aussi fondamentaux pour l'être humain que le sont la parole et les textes, elle dit alors que « là se joue une fidélité matérielle plus profonde et plus lourde, une manière d'être-au-monde et de faire ici sa demeure » (de Certeau,1994b, p. 218).

7.6.2 La construction du « chez-soi » dans les discours des participants

Pour de nombreux immigrants, la figure de la nostalgie n'est jamais bien loin, mais nous l'avons montré, l'alimentation tient aussi d'une construction cognitive, d'un certain « sens de l'orientation gustatif », mais aussi de stratégies élaborées en réponse à des conditions objectives et à un certain contexte. C'est sans doute Dario qui a exprimé le plus clairement comment l'immigrant tente de se reconstruire un « chez-soi » ici. Nous l'avons déjà rencontré un plus tôt lorsqu'il nous parlait des repas communautaires avec des compatriotes et qu'il sentait, en regardant le fleuve qui lui rappelait le bord de mer de sa région d'origine, que c'était maintenant chez lui ici[155]. Il poursuit ici, mais en insistant cette fois sur son intérieur et plus précisément sur la salle à manger. Il est difficile de trouver un discours qui illustre mieux notre propos que celui-ci.

> Pour nous on a essayé de garder ça parce qu'en Colombie on prend le temps de dîner, de souper et de déjeuner aussi pour partager quelque chose avec la famille et quand j'habitais chez mes parents et surtout le souper c'est le moment pour partager : aie ! Qu'est-ce que tu as fait pendant la journée et on raconte aux parents toutes les choses qu'on a faites à l'université ou le travail ou l'école et les parents nous racontent les choses qui se sont passées pour eux dans son travail et on se souvient des histoires et c'est le moment vraiment pour partager autour de la table, la table pour la famille. On a essayé de faire la même chose ici, ma femme et moi, pour garder ces traditions-là. Je crois que c'est une raison d'avoir la famille ensemble, l'heure de manger c'est l'heure pour la famille, pas de télévision, pas d'Internet, pas des amis, pas des appels, c'est le moment pour rajouter la famille et pour se rencontrer vraiment, mais c'est la chose qu'on a gardée. Mais chez moi dans ma salle à manger j'ai un mot avec toutes les choses typiques de la Colombie parce que c'est le moment qu'on est assis et qu'on se concentre pour manger, on regarde mon chapeau de la Colombie, mon *macra*, mes sandales et mon sac typique qui sont accrochés sur le mur en face de ma place, c'est ma femme, ma place et la place de mes enfants, mais je m'assois et je regarde, OK, le chapeau je l'utilisais pour me promener à cheval dans ma ferme avec mon père et le *macra* est fait, c'est un coussin, mes sandales, mais ça, ça fait un ami et mon père m'a donné le sac et aussi des petites boîtes en bois typiques de là. Chaque fois que je m'assois là, je me sens chez moi en Colombie, mais c'est une façon de garder, être, mettre en relève mes rêves, mon pays, toutes mes habitudes de là. Chaque fois qu'on va manger, on s'assoit là on regarde la Colombie (Dario, homme, 34 ans, Colombie, marié, enfants, 2008, marketing, administration).

---

[155] Nous invitons le lecteur à relire cet extrait de son discours à la section 7.3.4.

On pourrait dire, au premier regard, que le rapport de Dario avec la Colombie est empreint de nostalgie. À cet effet il intéressant de constater qu'en anglais on désigne par « homesickness » la nostalgie d'un lieu (pays ou région d'origine, lieu où l'on a résidé longtemps, lieux de son enfance, etc.) et qu'on désigne par « nostalgia » les autres types de nostalgies. Il faut dire qu'il est arrivé au Québec depuis peu, deux ans au moment de l'entretien, et que le souvenir de la Colombie est donc encore très présent. Cependant, ce n'est pas un type de nostalgie qui laisse une place à l'amertume et à la frustration. Pour lui, elle est une manière de reconnaître sa provenance, son identité et de l'inscrire dans le processus de reconstruction de son quotidien et de son « chez-soi ». « Chez-soi », c'est assurément un endroit où l'on prend le temps de manger, d'écouter les autres. Le temps du repas symbolise la dimension de fermeture de l'espace du « chez-soi » par rapport au monde « extérieur ». C'est aussi un moment d'authenticité : (le « vraiment ») « pas de télévision, pas d'Internet, pas des amis, pas des appels, c'est le moment pour rajouter la famille et pour se rencontrer vraiment ». Manger, partager un repas est ici au cœur de la construction d'un « chez-soi » à la fois comme demeure, comme espace à la fois fermé sur lui-même, mais aussi ouvert à la mémoire, comme un pont avec un autre espace à la fois réel et imaginaire (la Colombie, sa vie en Colombie).

Ruben, entendant le discours de Dario, raconte sa manière de concevoir son « chez-soi » et les paradoxes du dedans et du dehors, de l'ouverture, de l'espace, de la distance réelle et imaginaire. Il s'agit d'un « chez-soi » où il est à la fois pas chez lui et en même temps pas si loin, un « chez-soi » où l'espace se contracte. La carte géographique accrochée au mur à côté de la fenêtre illustre bien, et c'était son intention, l'ambiguïté ou la polysémie de la notion d'espace et de « chez-soi ». Ruben vit seul.

> [M]oi d'habitude je mange seul [...] Et moi quand il racontait qu'il mange en face des choses de la Colombie, pour moi c'était, j'étais étonné parce que moi ce n'est pas les choses du Mexique, mais je mange en face de ma fenêtre et la carte du monde et d'un côté je vois tout le monde et de l'autre côté je vois toute la rivière et le train et tout ça. Mais ça me donne plus ou moins les choses qu'il sentait. Et c'est la liberté ou l'espace que je donne, voir tous les paysages et de l'autre côté je vois que je ne suis pas chez moi, mais que je ne suis pas assez loin de chez moi. C'est plus ou moins le même effet, mais pas très personnalisé que je peux dire, c'est plus ouvert, je pense, mais c'est plus ou moins le même (Ruben, homme, 30 ans, Mexique, célibataire, sans enfant, ingénieur industriel).

Nessonmala montre bien comment s'articule le « chez-soi » par rapport au-dedans et au dehors, avec l'odeur seulement elle se sent déjà chez elle bien qu'elle n'y soit pas physiquement entrée encore.

> Je crois qu'après un jour stressant, c'est bon d'arriver à la maison, et pour moi quand j'arrive dans le corridor de mon édifice, je sens les odeurs de la nourriture de chez moi (car mes filles ont commencé à cuisiner), c'est comme une thérapie. Avant d'ouvrir la porte, l'odeur de la nourriture c'est très bon, je sais que quand je vais rentrer, je vais me relaxer, mettre des vêtements confortables… pour manger avec mes filles, parler avec elles, la nourriture que nous aimons c'est tranquille, c'est comme j'ai dit relaxant et c'est très important (Nessonmala, femme, 44 ans, Mexique, monoparentale, 2006, licence en communication).

Les odeurs de cuisine (chinoise) ont le même effet sur le mari de Koshoa. Ces nourritures sont un cadeau pour son mari qui travaille dur pour gagner de l'argent pour sa famille, et la préparation quotidienne des repas du soir est sa manière de le remercier et de lui faire sentir qu'il est bien de retour « à la maison ». Rappelons que Koshoa, que nous avons déjà rencontrée, ne savait pas cuisiner en Chine et qu'elle a du apprendre une fois immigrée et qu'à l'instar de Liang et de nombreuses autres chinoises, la préparation de la nourriture est centrale pour l'unité familiale, pour son bonheur de même que pour la construction d'un nouveau « chez-soi ».

> [M]on mari, il travaille, alors il revient fatigué, mais quand il sent les odeurs, il entre à la maison et dit : « Ah c'est la nourriture que je veux ». Il travaille fort, c'est surtout pour moi et ma fille, ça c'est ce que je peux lui donner, et parfois il fait la cuisine pour moi, même s'il ne cuisine pas bien, mais je mange avec le sourire, ça, c'est pour dire merci (Koshoa, femme, 34 ans, Chine, mariée, enfant, 2009, esthéticienne en Chine).

Habiter un lieu, une demeure, c'est aussi y produire un ensemble de petits gestes, en apparence anodins, qui permettent de mettre « sa griffe », de personnaliser ce lieu, de l'habiter, de marquer la dichotomie entre l'extérieur, par exemple le système alimentaire industrialisé et mécanisé et l'intérieur, les gestes « artisanaux ». Ces gestes, ici des gestes culinaires, sont destinés à transformer des aliments en produits familiers et culturellement valorisés dans le cadre de la vie domestique, d'un « chez-soi » qui donne un double sentiment de sécurité, celui d'être à l'abri, de pouvoir être soi-même (en mangeant ce qu'on aime) tout en étant rassuré sur ce qu'on mange puisqu'on l'a fait soi-même, « à la maison », des gestes qui également « font la maison ». C'est par là que se révèle également la capacité et la créativité de l'habitant qui est à l'œuvre dans ses gestes les plus humbles comme entretenir, ranger, décorer, mettre en scène, cacher, cuisiner, faire pousser des herbes aromatiques ou des

tomates en pots, ou encore faire un jardin dans la cour arrière comme ce fût le cas pour les immigrants italiens et portugais des vagues migratoires des années 1950 à Montréal.

Ouvrons une petite parenthèse sur la question des jardins. Il est sans doute beaucoup plus difficile de pouvoir se payer un logement avec une cour arrière aujourd'hui (que dans les décennies 1950 à 1990) puisque les prix de ces derniers ont littéralement explosé depuis le milieu des années 2000 et cela est encore plus vrai pour les logements situés au rez-de-chaussée et donnant donc accès à une cour arrière. Nous avons mesuré les proportions de répondants qui jardinaient, sans égard au type de jardin. Ainsi, ils sont 12,6 % à faire un jardin et 87,5 % à ne pas en faire. Cependant, ces résultats cachent des différences significatives entre les groupes selon leur provenance géographique, entre autres à cause du poids, dans l'échantillon, des groupes en provenance du Mexique, de l'Amérique du Sud et de l'Europe orientale et méridionale et qui ne font pas de jardin dans des proportions qui dépassent les 95 %. Deux groupes se distinguent des autres particulièrement : ce sont les participants issus du sous-continent indien qui font un jardin dans une proportion de 45,5 % et ceux issus de la Chine qui le font dans les mêmes proportions. Les répondants issus de l'Asie du Sud-Est font un jardin dans une proportion de 29,4 %. Faire un jardin n'est pas qu'un agréable et peu coûteux passe-temps, car en plus d'assurer des approvisionnements alimentaires à peu de frais, ce type de pratique participe d'une appropriation symbolique de l'espace, du terroir, et il constitue une manière de s'y sentir « chez-soi ». Il est surprenant qu'aussi peu de répondants issus d'Europe orientale et méridionale fassent un jardin (2,7 %). Lors des entretiens, la majorité a déclaré qu'elle avait un jardin, ou avait accès à un jardin familial avant d'immigrer. C'est sans doute à mettre sur le compte du fait qu'ils sont au Québec depuis peu et ne connaissent pas les ressources et les opportunités pour faire du jardinage en ville ou en région. Ce serait sans aucun doute une population susceptible d'être grandement intéressée par ce type d'activité.

La cuisine et le jardinage sont un ensemble de gestes permettant de s'approprier un lieu, un espace, des aliments, un type de cuisine, mais comme le souligne Perla Serfaty-Garzon, les « rapports entre l'appropriation du « chez-soi » et l'identification à celui-ci sont possibles parce que la maison est un donné en quelque sorte inachevé, qui ne prend pleinement sens de « chez-soi » qu'à l'occasion des pratiques qui lui font porter la marque de l'habitant et ainsi la faire sienne » (2003a, p. 30).

> Il y a une chose que je prépare moi-même dans la maison c'est une sorte de salami. C'est fait avec viande de porc, ça fait 50 %, mais ça, c'est la viande, coupée en petits morceaux, je mélange viande de porc, viande de bœuf et quand je trouve de la viande de cheval, un peu, ça se mélange avec le sel, le poivre et autre, je ne sais pas comment s'appelle l'autre et après avec une machine on mélange et on met dans l'intestin du porc. Ensuite, ça fait deux semaines et dans la place où il n'a pas de soleil, après deux semaines on peut manger, mais le goût est parfait [...] Le pain ici est très différent, nous faisons le pain nous-mêmes dans la maison. Oui, nous avons acheté une machine et nous préparons dans la maison (Boris, homme, 33 ans, Bulgarie, marié, enfant, 2008, officier dans l'armée).

> Maintenant, dans ma famille, nous préférons manger toutes les choses cuisinées nous-mêmes puis nous cuisinons à la maison nous-mêmes, ne pas acheter la nourriture préparée, cuisiner à la maison parce que tu sais comment c'est préparé, avec quels produits tu prépares ça (Msitslav, homme, 30 ans, Russie, marié, enfant, 2007, économiste).

> Oui c'est ça et aussi je prépare le repas tous les jours moi-même, pour mon dîner, pour le souper. C'est difficile de cuisiner tous les jours. C'est ça, la viande plus les légumes, comme ça, parce qu'en Inde on a mangé, on a besoin du curry, des légumes, c'est comme ça, le riz et le pain, on prépare le pain aussi, *chapatis* et *parathas* comme ça moi-même c'est tous les jours, c'est déjà beaucoup de travail (Pritibah, femme, 47 ans, Inde, mariée, sans enfant, 2003, biologie moléculaire).

> Je déteste tous les repas pour aller, les repas préparés, je mange de tout, je mange tous les repas, mais les repas que ma femme elle a préparé dans la maison, mais je déteste les repas pour apporter (Rodolpho, homme, 34 ans, Mexique, marié, sans enfant, 2008, informaticien).

Se sentir chez soi, c'est aussi refaire un réseau d'approvisionnement, trouver les endroits pour acheter des produits familiers ou qui répondent à nos attentes afin de revenir à la maison et les préparer « à la main ».

> Mais pour moi pas beaucoup de changement parce qu'on a fait dans mon pays, je le fais ici aussi, même chose, j'ai préparé à la maison toutes les choses. Pas beaucoup différent, le goût ce n'est pas beaucoup différent, c'est parce que je fais des, j'achète les légumes indiens comme okra c'est mexicain, mais okra indien c'est un peu différent, on a toujours acheté les okras indiens, légumes indiens, tous les jours (Prahti, femme, 33 ans, Inde, mariée, enfants, 1996, formation en arts [en Inde], travaille ici comme couturière).

> Pour moi, c'était pas difficile, du moment que je suis venue ici j'ai amené des choses avec moi, comme par exemple des épices naturelles de chez nous et du poisson fumé, des choses qui ne sont pas faciles à trouver ici. Je pensais que c'était difficile à trouver ici, mais dès que j'arrive ici, tout est déjà là, comme chez Ghanakan ou au marché Salaberry, il y a tous les produits africains, pour moi c'était pas difficile. Et puis pour moi, il n'y a pas de problème pour le manger, comme « il faut que je mange de la nourriture de chez moi », non, je peux manger toutes sortes de choses comme des pommes de terre par exemple chez nous aussi on prépare ça, ça dépend des conditions (Rokia, femme, 35 ans, Mali, mariée, enfants, 2004, cours secondaire, sans emploi déclaré).

Pour d'autres, chez soi il faut toujours une certaine sorte de fromage dans le réfrigérateur.

> Je mange quand j'ai faim. C'est pas grave à quelle heure. Je mange de la viande chaque jour, préférablement, si possible. C'est ça. Avant je cuisinais pour mon fils, mais maintenant il fait la cuisine dans les restaurants, c'est pas nécessaire (rires). Je ne cuisine pas. Mais, c'est nécessaire pour moi de... fromages bulgares, du fromage de style bulgare, oui, c'est important pour mon frigo. Et...
>
> Intervieweur : C'est important pour votre frigo?
>
> Oui, bien sûr ! S'il n'y a pas de fromage... (rires) Comme ça. J'ai besoin d'être sûre qu'il y a du fromage dans mon frigo, parce que s'il n'y a pas de fromage, c'est pas bon ! Et, aussi du salami, style bulgare, j'ai un ami qui fait ça, bien sûr, il est Bulgare (Natacha, femme, 43 ans, monoparentale, enfant, 2004, formation en pédagogie, littérature et anthropologie, conseillère en communication).
>
> Puis pour le fromage j'aime le fromage, il y a un type de fromage qui est presque la même chose que le fromage qu'on fait dans mon pays. Parce que je ne peux pas trouver les choses qui viennent de mon pays ici, c'est presque impossible, mais ce fromage vient de Bulgarie et c'est très bon, j'aime ça parce que 100 % le lait qui est pour le fromage est 100 % sans tirer le 15 %, 20 % de crème. Oui c'est très, très bon. Parce que dans mon pays les choses que nous faisons, sont presque 100 % naturelles parce que là nous n'avons pas les technologies à tirer et faire les choses comme ils font ici, dans la culture dans l'Ouest (Volvir, 37 ans, Albanie, 2005, marié, enfants, restauration, construction).

Les restaurants peuvent être aussi des lieux où il est possible de se sentir un peu comme chez soi, tel que construit par la mémoire et par la culture, mais telle que reconstruite ici en gardant certains éléments.

> Je dirais qu'ici au Canada par exemple moi j'ai mis plus de valeur sur la nourriture nationale. D'après ce que j'ai mangé partout et toujours même quand on sort dans un restaurant, on essaie de trouver un restaurant avec la nourriture plus près de l'Europe, de chez nous parce qu'on se sent plus confortable, plus content à la fin on donne plus de « tip » (pourboire) [...] Puis c'est ça, on essaie de manger la nourriture nationale, on mange tous les poissons, on essaie de manger la viande avec la salade, ça, c'est très important parce que c'est ça la culture. Les Moldaves mangent la salade de légumes, on ne mélange pas des légumes avec des fruits parce que je sais qu'en Amérique du Sud, ils mélangent les fruits avec des légumes (Andrei, homme, 37 ans, Moldavie, marié, enfants, 2008, technicien en électricité).

Pour terminer, laissons la parole à Naviha que nous avons déjà rencontrée. Elle est l'aînée de tous les participants et c'est elle qui est installée au Québec depuis le plus longtemps. Elle est fière d'avoir légué à ses enfants, maintenant mariés à un Québécois francophone et à un Tunisien, un certain sens du « chez-soi » en lien avec la préparation de la nourriture.

> Dans ma famille, le principal, c'est cuisine vietnamienne, mais parce que mes enfants sont québécoises, elles sont arrivées ici très jeunes, petits, petits. Mais chez nous, surtout manger à la maison plutôt qu'à l'extérieur, mes enfants aiment faire la cuisine, elles sont très bonnes cuisinières, peut-être que c'est le gène de leur papa chinois qui était très bon cuisinier. Donc souvent elles font trois repas, tout ça, on le fait à la maison. Mais maintenant on est plus riche

> parce qu'il y a la cuisine tunisienne, on le fait à la maison, des choses arabes et même québécoises, on fait des tourtières et le spaghetti chez nous, c'est pas une recette comme les Italiens, mais recette québécoise ! Mais c'est ça, on n'aime pas manger au restaurant, c'est très rare, surtout manger à la maison (Naviha, femme, 61 ans, Vietnam, célibataire, enfants ayant quitté la maison, 1980, formation en philosophie politique au Vietnam, couturière, puis a travaillé en informatique, au chômage actuellement).

7.6.3 Le pain et les galettes

Dans plusieurs cultures alimentaires comme celles du Mexique, de l'Amérique centrale, du sous-continent indien, de l'Europe (ici l'Europe orientale et méridionale), le pain levé et les différents types de galettes (*tortillas*, *chapatis*, *rootis*) sont des aliments de base, des « staple foods » quand ce ne sont pas des « cultural superfoods ». Ils sont consommés de façon quotidienne et leur présence sur la table fait partie de la définition d'un « vrai repas ». Nous avons déjà montré, en divers endroits de la thèse, leur importance à la fois sur le plan nutritionnel (ils sont une source d'hydrates de carbone, de fibres et de sucres lents nécessaires à l'organisme) et sur le plan symbolique et identitaire. Ils sont de véritables aliments « civilisationnels » (Farb *et al.*, 1980 ; Fischler, 1990 ; Flandrin *et al.*, 1996 ; Gouez, 2007 ; Pilcher, 1998 ; Régnier *et al.*, 2006) et peuvent être assimilés à des « totems » (Calvo, 1982). Faire son pain et ses galettes à la maison fait partie de ces gestes qui fabriquent du « chez-soi ». Beaucoup de participants et de répondants le font, et pour une bonne part d'entre eux, cela est un phénomène postmigratoire. Pour ceux qui l'achètent chez le marchand, avoir du pain (ou des galettes) dans la maison et plus spécifiquement sur la table pour les repas fait partie de l'idée qu'on se fait d'une « vraie maisonnée ». Toutefois, nous n'entrerons pas plus avant dans les diverses significations que revêtent le pain, les *chapatis*, la *tortilla*, qui sont d'une inépuisable richesse historique et symbolique, cela nous entraînerait trop loin de notre propos. Qu'il suffise pour le moment d'insister sur le fait que ces produits sont d'une importance capitale nutritionnellement et symboliquement.

Nous avons mesuré la fréquence à laquelle les répondants font eux-mêmes leur pain et leurs galettes. Voici un tableau récapitulatif qui montre les résultats pour les réponses « souvent » et « très souvent » ainsi que le total des pourcentages pour ces réponses à la question : « Est-ce que vous faites du pain ou des galettes (inclure *chapatis*, *tortillas*, *rootis*, etc.) à la maison? »

Tableau 7.4 Fréquence de la préparation de pain levé on non levé à domicile selon les régions d'origine. Résultats exprimés en %

Régions de provenance	Souvent	Très souvent	Total souvent+très souvent
Mexique, Amérique centrale et Caraïbes	7,1	7,1	14,2
Amérique du Sud	10,2	0	10,2
Europe orientale et méridionale	32,4	32,4	64,8
Asie du Sud-Est	11,1	5,6	16,7
Sous-continent indien	54,5	36,4	90,9
Chine et Hong-Kong	36,4	0	36,4
Afrique du Nord et Proche-Orient	25	11,1	36,1

Deux groupes se distinguent ici sans équivoque. En effet, les répondants issus du sous-continent indien montrent des fréquences très élevées de préparation des *chapatis*, des *rootis* et autres pains plats non levés et une majorité de répondants de l'Europe orientale et méridionale font régulièrement leur pain à la maison. Pour ces deux groupes, les différences avec les autres groupes sont significatives. Un peu plus du tiers des répondants de la Chine et de Hong-Kong de même que de l'Afrique du Nord et du Proche-Orient en font autant. Dans le cas des répondants du sous-continent indien, cela n'est pas surprenant dans la mesure où, en Inde, au Bangladesh et au Sri Lanka de même qu'au Pakistan c'est une pratique majoritairement répandue de préparer ce type de produit alimentaire à la maison (la mère, les filles, la grand-mère, la belle-mère) ou d'en confier la tâche à des domestiques si le ménage en a les moyens. Selon les entretiens, cette pratique semble plus partagée selon les générations, le lieu de résidence et la situation professionnelle des femmes pour les pays du nord de l'Afrique et du Moyen-Orient où l'on assiste à des pratiques mixtes; certains font eux-mêmes leur galette et leur pain, d'autres l'achètent dans le commerce. Pour ce qui est des Chinois, il est certain que pour la majorité d'entre eux la pratique de faire du pain était marginale avant la migration.

Le cas des répondants issus de l'Europe orientale et méridionale est intéressant dans la mesure où ces individus ne faisaient pas leur pain à la maison avant d'immigrer, toujours selon les participants aux entretiens, une large majorité achetait son pain chez le marchand et était très satisfaite de sa qualité. C'est la qualité (goût, texture, odeur, type de farine) du pain disponible

dans les réseaux de grande distribution[156] qui est la raison évoquée pour justifier cette nouvelle pratique de faire du pain à la maison. Il faut dire, et nous le verrons dans les extraits de discours, qu'il existe des modèles de machines à pain automatiques peu coûteux, faciles à trouver et qui réduisent au minimum l'effort. Faire le pain soi-même est donc ici un phénomène tout à fait nouveau qui ne s'explique pas par la seule volonté de « faire maison », de construire un nouveau chez-soi. Il est cependant clair que les efforts que déploient ces immigrants européens afin de retrouver un pain familier en disent long sur les liens entre cet aliment et leur identité, leur histoire et sur l'importance de cet aliment afin de sentir (comme) chez-soi.

> Pour moi, comme disait Alexandre, le pain ici n'a pas de goût, c'est vraiment moi aussi quand j'achète le pain par exemple le Maxi ou IGA, quelque chose comme ça, quand j'entre à la maison ma fille elle me fait c'est une éponge, mon mari aussi il n'aime pas manger, mais d'habitude je prépare moi-même le pain, toujours je prépare beaucoup de pain et je mets dans le papier aluminium, dans le plastique *Ziploc* et je le mets dans le congélateur pour la semaine… C'est pareil avec les gâteaux, jamais acheté des gâteaux quelque part, je les fais moi-même (Imani, femme, 38 ans, Maroc, mariée, enfants, formation en droit, comme éducatrice [petite enfance] et infirmière, travaille ici comme éducatrice à la petite enfance).
>
> Nous, par exemple, on mange beaucoup de pain, mais ici les gens n'utilisent pas beaucoup le pain comme, euh, nous sur la table c'est une base. Mais ici c'est cher le pain, on peut pas l'utiliser comme chez nous, à chaque repas.
>
> Intervieweur : Est-ce que chez vous, d'où vous venez, on fait encore le pain à la maison?
>
> Oui, à la maison oui, il y a des femmes qui fabriquent à la maison du pain et même du boulanger. Ici, moi je fais souvent du pain, même j'ai acheté la machine, parce que quand même j'ai pas beaucoup de temps, mais je le fais souvent, c'est une habitude (Amina, femme, 35 ans, Tunisie, mariée, enfants, 2002, coiffeuse).
>
> Je fais les tortillas à la maison, mais le maïs c'est différent (Paula, femme, 34 ans, Mexique, monoparentale, 2008, assesseur financier).
>
> Intervieweur : Mais au Mexique, est-ce que vous les faisiez vous-même?
>
> Paula : Non, parce qu'au Mexique il y a beaucoup de magasins qui font des tortillas (Paula, ibid.).
>
> Mon mari aime beaucoup le pain, mais mes enfants et moi aimons le riz, mais je change chaque jour, un jour riz, un jour pain au blé entier que je fais moi-même. C'est culturel, au Pakistan on fait le pain nous-mêmes à la main. C'est du pain plat, c'est comme *chapati*. Normalement c'est de la farine blanche, mais moi je prends de la farine de blé entier et mes enfants aussi d'habitude

---

[156] Il peut paraître étrange que ces individus n'aient pas trouvé de boulangerie ayant du pain correspondant à leurs goûts quand on connaît la diversité de l'offre pour ces produits à Montréal. Peut-être que certains quartiers sont mieux pourvus que d'autres en boulangeries artisanales et que le prix du pain artisanal est trop prohibitif, c'est du moins ce que laisse supposer l'extrait du discours d'Amina. Les statistiques sur la fréquentation des boulangeries selon les régions de provenance sont instructives à cet effet, nous les avons présentées dans l'annexe B.4.

> sont très confortables de manger le blé entier chaque jour [...] En général, je fais beaucoup de choses moi-même à la maison, comme la confiture et je fais les sirops moi-même. Il n'y a pas beaucoup de temps, mais en fin de semaine j'essaie (Ouma, femme, 40 ans, Pakistan, mariée, enfants, 2001, baccalauréat en économie domestique, superviseure compagnie financière).

> Je voudrais ajouter que la qualité du pain ici c'est très mauvais, vraiment mauvais, mais c'est mon avis et Dieu merci qu'il y a la machine du pain et je fais le pain moi-même ou achète dans la boulangerie du Grec. J'ai trouvé seulement une boulangerie ici où la qualité du pain très très bon comme en Russie, je suis habituée de manger du pain très bonne qualité. Mais ici c'est comme tous les produits de blé, c'est comme synthétique, ce n'est pas comme naturel. Chez nous c'est autre chose, le biscuit c'est comme ta mère a préparé, mais tu peux acheter ça dans un magasin, mais ici je ne peux pas m'habituer, pas encore, il faut, ça prend le temps je pense, pour changer. Pour s'habituer oui, pour changer parce que mes enfants aussi ils ne peuvent pas manger les biscuits ici, mais ils ont commencé déjà, ils ont choisi quelques biscuits, mais le pain, ils n'aiment pas, seulement ils mangent le pain de boulangerie grecque ou mon pain (Olga, femme, 43 ans, Russie, mariée, enfants, 2006, dentiste).

On a vu, tout au long de ce chapitre que les nourritures sont des médiateurs particulièrement chargés de significations et que celles-ci débordent largement le seul domaine de l'alimentation ou de l'incorporation de nourritures. Il en est de même pour la cuisine et l'ensemble des gestes qu'elle comporte. De plus, ces significations se transforment en situation de migration et les nourritures sont alors symboliquement mobilisées comme marqueurs (du temps, de l'ethnicité, de l'identité, de « l'origine »). On a vu aussi, et c'est sans doute l'une des originalités de notre travail, que les nourritures ne sont pas que des « productions » culturelles sociales et matérielles, ce qui est déjà beaucoup, mais elles sont en plus des éléments centraux dans la production de la famille, des liens intimes et émotionnels, de l'identité, d'un sens du lieu, de la (re)création d'un chez-soi. Les repas, les aliments, les nourritures, les manières de les préparer, les gestes de la cuisine sont des opérateurs, des architectes des liens sociaux, des représentations culturelles et plus largement des rapports avec le monde, comme monde approprié subjectivement et collectivement.

Il manque encore cependant une dimension capitale de ces dimensions symboliques (et politiques) des nourritures et de la cuisine. C'est celle de la distribution sociale et culturelle des tâches et de celle des rôles sociaux liés à l'alimentation domestique. Il est maintenant temps de poser la question des rapports de genre et plus précisément de la spécificité de l'inscription des femmes dans l'espace social alimentaire. Nous montrerons au chapitre suivant que la cuisine et les nourritures sont aussi des architectes dans la construction sociale des genres.

CHAPITRE VIII

« FOOD IS LOVE »?

8.1 Introduction

Dans ce chapitre nous aborderons de manière frontale à la fois l'analyse des résultats et la discussion sur le rôle des femmes, surtout, mais des hommes aussi, dans l'exécution des tâches liées à l'alimentation domestique, la question de l'identité féminine en lien avec les « soins » apportés à la famille et la question du pouvoir et de la position spécifique que confère le travail culinaire dans les rapports de genres et les rapports intrafamiliaux. Il sera question aussi de la manière dont les femmes et les hommes qui cuisinent considèrent cette activité et les significations qu'elle revêt pour eux.

Le titre de ce chapitre provient d'une discussion informelle que nous avons eue en 2010 avec une professeure d'université en marge d'un colloque scientifique, nous la nommerons Shaleen. Elle est née en Inde et a immigré au Canada il y a de nombreuses années. Elle est mariée avec un homme né en Ukraine, mais qui a lui aussi immigré au Québec. Ils ont trois enfants qui sont maintenant adultes. La conversation a eu lieu en anglais puisque c'est sa deuxième langue et sa langue de travail, bien qu'elle maîtrise très bien le français. Nous discutions du sujet de cette recherche, de cuisine, de repas familial, d'immigration et de ses impacts sur l'alimentation, et à un moment de la conversation Shaleen a lancé, pour bien illustrer son propos, que selon elle, « food is love ». Intrigué par cette affirmation aussi forte que concise et afin de poursuivre la discussion plus à fond, nous lui avons fait remarquer que de tels propos pourraient perturber, sinon choquer certaines théoriciennes féministes convaincues que le travail culinaire et plus généralement le domaine du « care » est un lieu où s'exerce l'enferment des femmes dans un certain rôle, un des lieux du maintien de leur oppression (ou du moins de leur soumission), un frein à leur émancipation et un lieu de la

reproduction de l'ordre social et familial structurellement désavantageux pour les femmes[157]. Sa réponse fut aussi brève et incisive que son affirmation de départ : « What kind of feminists are they »? Quelle sorte de féministes sont-elles? Bien sûr, elle n'attendait pas de réponse de notre part et elle s'est mise à parler de la dimension expressive de la nourriture (de la cuisine), du fait que la cuisine était un lieu de pouvoir pour elle, qu'elle pouvait s'en servir afin de communiquer et de construire les relations sociales de sa famille. Un tel discours a provoqué en nous une réflexion qui n'est toujours pas terminée aujourd'hui et qui consiste à tenter de comprendre ce que veut dire une femme, ou un homme nous le verrons, lorsqu'elle nous dit une chose telle que « food is love ».

Luce Giard (1994b) nous incite à une ouverture à cette parole, à ce type de discours et nous met, elle aussi, sur la piste de cette réflexion en affirmant la force du lien entre amour et nourriture lorsqu'elle dit « [l]'art de nourrir a à voir avec l'art d'aimer » (p.239). La teneur du discours de Shaleen ne nous a cependant pas surpris, parce que cette thématique avait déjà commencé à émerger des entretiens qui étaient justement en cours, et elle allait se manifester de plus en plus souvent parfois très directement, d'autres fois moins. Nous avons déjà vu ce thème émerger dans la section sur la construction de la famille par l'alimentation (7.3) et plus particulièrement sur les repas familiaux (ou entre conjoints) où l'on a vu apparaître la construction et le renforcement de la dimension affective des rapports sociaux par le travail de la cuisine (majoritairement) des femmes et l'acte social de manger. C'est à dessein que nous n'avions pas abordé, à ce moment, la problématique et l'analyse que nous présenterons ici, alimentées à la fois grâce à des extraits des discours des participants et à des résultats du questionnaire.

---

157 Les sociologues N. Charles et M. Kerr sont sans doute celles qui portent le plus loin cette position, avec beaucoup de force et de cohérence, qu'elles appuient par une analyse d'entrevues réalisées avec un grand nombre de femmes en Grande-Bretagne au milieu des années 1980. Afin de bien illustrer notre propos, nous traduisons ici un extrait de leur ouvrage majeur sur la question du travail de la cuisine domestique des femmes afin de montrer le « décalage » entre la position de Shaleen et celle d'une position féministe que l'on pourrait qualifier de « première vague » : « Nous avançons que les nourritures (*food*) sont importantes pour la reproduction de la famille dans ses formes à la fois nucléaire et élargie et que les pratiques alimentaires contribuent au maintien et au renforcement d'une idéologie cohérente de la famille dans toute la structure sociale. Les repas peuvent être compris comme symbolisant les puissantes relations de pouvoir et de subordination qui existent à l'intérieur de la famille. Ils fonctionnent comme un moyen de maintenir et de reproduire un aspect spécifique de l'ordre social, la famille et la division en termes d'âge et de genre qui caractérise la famille (Charles *et al.*, 1988, p. 17. Notre traduction).

Dans ce chapitre, nous aborderons trois dimensions de l'acte de cuisiner. La première est celle des rôles sociaux. Il s'agira plus spécifiquement ici de comprendre et d'analyser qui réalise le travail relié à l'alimentation et comment cette division est structurée socialement, culturellement et selon les genres. C'est une avenue en général très empruntée par la sociologie afin d'analyser les questions de la cuisine et de l'alimentation. La seconde relève de l'identité de genre et plus précisément de la performance de l'identité de genre. La troisième enfin, très liée à la seconde, relève de la production d'un certain type de lien social[158] dans le contexte du travail de la cuisine, des soins attentionnés et de la sollicitude et des repas. Nous montrerons que ces trois dimensions du travail de nourrir les autres doivent être pensées à la fois simultanément et séparément afin d'éviter trois écueils majeurs. Dans le premier cas, une « sursociologisation » des rapports sociaux ferait des acteurs sociaux de simples supports de structures, ou de ces rapports sociaux de simples résultats de dynamiques institutionnelles et idéologiques. Dans le second cas, il s'agit d'une essentialisation des identités ou du concept même d'identité. Dans le troisième cas enfin, il s'agit d'une conception de l'échange qui ne relèverait que de l'intérêt individuel et de la recherche d'équivalence dans les contre-prestations. Cependant, plutôt que de présenter d'abord une discussion à propos des diverses thèses et des positions théoriques sur ces sujets, ou même des résultats de recherches obtenus dans des travaux similaires aux nôtres, il serait plus pertinent selon nous de mobiliser ces différents apports théoriques tout au long de notre analyse du matériau recueilli lors des entretiens autant que de celui du questionnaire.

8.2 Les rôles sociaux, les tâches

8.2.1 La migration a-t-elle un effet sur le partage des tâches?

Dire que les femmes, dans toutes les régions du monde et du plus loin qu'on puisse remonter dans le temps, ont été responsables de la plus grande part du travail lié à

---

[158] Plus précisément de la production d'un certain type de relation qui place en son centre l'apprentissage (plus ou moins réussi ou plus ou moins raté) du souci d'autrui et de l'affection comme « éthos familial », là où commence la vie humaine avec le quotidien des corps et la rencontre des individualités dans l'espace familial.

l'alimentation domestique (Beardsworth et Keil, 1997 ; Charles et Kerr, 1988 ; Counihan, 1999 ; Douglas, 1984 ; Fieldhouse, 1995 ; Mennell *et al.*, 1992 ; Murcott, 1983 ; Richards, 1932, 1939), et même plus globalement du travail dans le système alimentaire (agriculture, transformation, restauration, vente au détail, etc.)[159], n'est pas en soi une affirmation susceptible de causer une grande surprise. C'est sans doute une constatation que chacun d'entre nous a pu faire quotidiennement dans son enfance, et une réalité encore bien présente et visible autant dans les pays industrialisés que dans les pays de l'hémisphère sud[160]. Cependant prend-on toujours toute la mesure d'un tel état de fait? Mesure-t-on l'ampleur et la quantité de travail contenue dans cette activité qui consiste à prendre soin des autres en transformant pour eux (et pour soi bien entendu) des aliments bruts en préparations comestibles et culturellement acceptables, présentées souvent avec attention et cela non seulement pour la santé, le bien-être, mais aussi le bonheur, les relations affectives, le sentiment de sécurité, l'identité et le plaisir des mangeurs?

Nous avons développé un instrument afin de mesurer le degré d'implication des hommes et des femmes dans les différentes dimensions de ce travail et plus spécifiquement des tâches qu'entraînent le fait de se nourrir et surtout de nourrir les autres, ici un ménage, une famille. Pour ce faire, nous avons divisé ces activités en plusieurs tâches distinctes et demandé à chaque répondant d'évaluer la fréquence à laquelle il effectue chacune de ces tâches. Une telle démarche n'a pas été souvent entreprise. En fait, nous n'avons pas rencontré d'études qui présentaient ce type de résultats, du moins d'une manière descriptive et détaillée. Bien entendu, la question du travail domestique et des dynamiques concourant à la dévolution de ce travail aux femmes est un domaine bien couvert, mais généralement traité globalement. Par ailleurs, l'alpha de Crombach est très élevé pour chacune des variables (sauf pour la première, il toutefois d'une valeur tout à fait acceptable) et pour l'ensemble de l'outil, ce qui témoigne de sa validité comme outil de mesure. L'originalité de notre instrument

---

[159] G. Fumey fait remarquer que « 70 % de la population mondiale gagne sa vie en produisant des aliments, en vendant ou en préparant des biens alimentaires et la majorité sont des femmes » Fumey, *Géopolitique de l'alimentation*, p. 9..

[160] Bien que cette situation soit en mutation, surtout dans les pays industrialisés du Nord, les femmes demeurent globalement celles à qui échoient majoritairement le rôle des soins et celui de nourrir la famille et le conjoint (Ahrentzen, 1997 ; Beagan *et al.*, 2008 ; Coltrane, 2000; Jansson, 1995 ; Kemmer, 1999, 2000 ; Kemmer, *et al.*, 2002 ; Legerski *et al.*, 2010).

réside également dans le fait qu'il mesure l'implication actuelle des répondants, mais également cette implication avant l'immigration afin de mesurer les différences éventuelles.

Nous avons donc isolé ces tâches sous la forme de six variables : faire les achats pour se procurer les produits alimentaires; prévoir et décider les repas de la semaine; préparer les aliments afin de les cuisiner (laver, couper, peler, etc.); cuisiner les aliments; dresser et ranger la table; faire la vaisselle. Le niveau de réponses est parmi le plus élevé du questionnaire : en effet entre 181 et 184 sujets (n=184) ont répondu aux différentes questions, conférant à l'instrument une grande puissance statistique. Voici, sous forme de tableau récapitulatif, une présentation des résultats. Afin de faciliter la lecture, nous avons regroupé les résultats pour les femmes et les hommes dans les mêmes cases.

Tableau 8.1 Fréquences de l'exécution des tâches reliées à l'alimentation avant l'immigration selon les genres. Résultats exprimées en %

	Jamais		À l'occasion		Souvent		Très souvent		Toujours	
	F	H	F	H	F	H	F	H	F	H
Faire les achats pour se procurer les produits alimentaires	4	12	14	12	25	21	32	32	26	23
Prévoir et décider les repas de la semaine	3	11	21	27	24,6	34	26	14	25	14
Préparer les aliments (laver, couper, peler)	3	5	6	25	22	32	32	23	37	14
Cuisiner les aliments	2	9	5	21	28	28	30	25	37	18
Dresser et ranger la table	4	4	15	26	20	33	24	25	37	12
Faire la vaisselle	0,8	4	9	18	18	33	24	26	49	19

Tableau 8.2 Fréquences de l'exécution des tâches reliées à l'alimentation après l'immigration selon les genres. Résultats exprimées en %

	Beaucoup moins		Moins		Autant		Plus		Beaucoup plus	
	F	H	F	H	F	H	F	H	F	H
Faire les achats pour se procurer les produits alimentaires	11	16	22	19	22	39	18	11	26	18
Prévoir et décider les repas de la semaine	16	16	18	20	26	36	14	16	26	13
Préparer les aliments (laver, couper, peler)	11	18	18	16	29	39	13	16	28	12
Cuisiner les aliments	13	18	15	16	27	36	20	16	26	14
Dresser et ranger la table	9	16	17	14	34	47	17	11	22	12
Faire la vaisselle	9	16	14	14	35	43	12	14	30	13

Il est important de souligner dès maintenant le fait qu'un certain nombre de répondants et de répondantes habitent seuls ou en colocation et qu'il est ainsi opportun d'effectuer une modification aux résultats de la colonne « toujours ». En effet, 6 % des hommes de l'échantillon et 9,3 % des femmes habitent seuls ou en colocation. Il faut donc retirer ce nombre du pourcentage total de ceux qui déclarent « toujours » pour chacune des tâches, puisqu'il est logique de penser que, puisqu'ils vivent seuls, ils assument de toute façon l'entièreté de ces tâches et que rien n'indique que s'ils vivaient en couple, ils assumeraient toujours l'une ou l'autre de ces tâches[161]. Ce qui nous intéresse ici, c'est de savoir quelle est la personne qui réalise la tâche quand il y a plus de deux personnes qui peuvent la faire. C'est dans cette situation, largement majoritaire au demeurant, que la question du partage des tâches (ou plus largement de la division sociale des rôles) prend réellement son sens. Les résultats ainsi corrigés donneraient les résultats que montre le tableau 8.3. Notez que les différences entre ces résultats et ceux présentés plus haut ne sont en général que de deux à trois points de pourcentage, à la fois pour les hommes et pour les femmes. Les seules différences réellement significatives sont celles concernant la tâche de la vaisselle : les

[161] La situation est la même en colocation où il très rare que les colocataires fassent la cuisine les uns pour les autres sans parler de nettoyer la table ou de faire la vaisselle.

hommes perdent six points de pourcentage et les femmes aussi, cependant l'écart s'élargit en défaveur des femmes.

Tableau 8.3 Fréquence des réponses « toujours » pour l'exécution de chacune des tâches reliées à l'alimentation selon les genres, en excluant les personnes vivant seules. Résultats exprimés en %

	Toujours F H
Faire les achats pour se procurer les produits alimentaires	26 / 24
Prévoir et décider les repas de la semaine	26 / 11
Préparer les aliments (laver, couper, peler)	36 / 11
Cuisiner les aliments	36 / 17
Dresser et ranger la table	36 / 11
Faire la vaisselle	43 / 13

Il faut faire remarquer de prime abord que les différences observées de niveaux d'implication selon les genres sont statistiquement significatives[162] pour cinq des variables sur l'implication actuelle, tandis qu'il n'y a pas de différence significative pour la première variable. Une lacune de cet instrument est qu'il ne mesure pas si l'individu qui répond à la question fait la tâche seul ou s'il reçoit de l'aide pour cette même tâche, ce qui pourrait être le cas des courses, de la prévision des repas, et de la vaisselle. Pour ce qui est de préparer les aliments, cuisiner ainsi que dresser et ranger la table, ce sont souvent (mais pas nécessairement) des tâches exécutées par une seule personne, mais qui sont complémentaires et peuvent être faites simultanément par deux personnes. Typiquement, on pourrait donc avoir des cas de figure où la femme cuisine les aliments tandis que le mari ou un enfant prépare les aliments et dresse la table.

Tout d'abord, attirons l'attention sur les résultats de la colonne « autant ». On y remarque que pour chacune des tâches (variables) et pour une bonne majorité des femmes et des hommes, la fréquence de l'engagement s'est modifiée après la migration puisqu'aucun des résultats pour la réponse « autant » ne dépasse 50 % (le plus élevé est de 47,4 %). La

[162] Selon le test du chi-carré de Pearson.

moyenne des résultats pour la variable « autant » chez les femmes est de 28,8 %, et chez les hommes de 39,8 %. On peut donc en déduire, pour le moment, que c'est pour les femmes que l'implication a le plus changé, dans la mesure où un score très bas à cette variable signifie plus de changement et inversement. Si l'on jette un coup d'œil à la colonne « beaucoup plus », on remarque qu'au moins un bon quart de l'échantillon des femmes était beaucoup plus impliqué avant la migration. Dans le cas des hommes, ils sont moitié moins nombreux à avoir été aussi impliqués. Afin de comprendre synthétiquement pour quel groupe les changements ont été les plus considérables et s'ils se soldent pour ce groupe par plus ou moins d'implication, comparons le total des résultats pour les réponses « beaucoup moins » et « moins » et ceux des résultats pour les réponses « plus » et « beaucoup plus » afin de voir si des tendances se dégagent. Selon le test de Mann-Whitney (non paramétrique), les différences observées entre les groupes sont significatives sauf pour la variable des courses, ainsi les tendances analysées sont statistiquement validées. Par ailleurs, les verbatims et les nombreux témoignages que nous avons recueillis vont dans le même sens que ces tendances que nous analyserons après la présentation des résultats sous forme de tableaux synthétiques.

Tableau 8.4 Fréquences de l'exécution des tâches reliées à l'alimentation après l'immigration, selon les genres. Résultats par groupes de réponses et exprimés en %

	Moins + Beaucoup moins		Autant		Plus + Beaucoup plus	
	F	H	F	H	F	H
Faire les achats pour se procurer les produits alimentaires	37	35	22	39	44	28
Prévoir et décider les repas de la semaine	35	36	26	36	40	29
Préparer les aliments (laver, couper, peler)	30	33	29	39	41	28
Cuisiner les aliments	27	34	27	36	45	30
Dresser et ranger la table	27	30	34	47	39	23
Faire la vaisselle	24	30	35	43	42	27

Pour la tâche des courses, on constate que c'est pour les femmes que l'implication a le plus changé, car seulement 22,4 % déclarent que leur situation est identique et l'on comprend que 36,6 % font plus les courses et que 44 % en font moins. Pour les hommes, la situation est restée la même pour 38,8 %, ils sont 34,9 % à s'impliquer plus et 28 % à s'impliquer moins. Pour la tâche de prévoir et décider les repas, c'est encore pour les femmes que le degré d'implication a le plus changé à 25,9 % contre 35,7 % pour les hommes. Cependant, elles sont environ la même proportion à s'impliquer plus (34,5 %) et moins (39,7 %). La proportion des hommes qui s'impliquent plus a tendance à être légèrement supérieure (35,7 %) que ceux qui s'impliquent moins (28,6 %). Pour ce qui est de préparer les aliments, c'est encore pour les femmes que la proportion de changement a été la plus forte à 28,7 %, contre 38,6 % pour les hommes. La tendance indique qu'une plus grande proportion en faisait plus avant la migration (41,1 %) qu'après la migration (29,6 %). Concernant les gestes et le travail lié à la cuisine, c'est encore pour les femmes que la proportion de celles qui ont changé leur niveau d'implication est la plus grande (autant, 27,4 %). En effet, elles sont 41,1 % à s'impliquer moins dans le travail de la cuisine et 27 % à s'impliquer plus. Ensuite, la situation est à peu près la même pour la portion du travail qui consiste à dresser puis à ranger la table, car ce sont encore elles qui affichent une tendance à moins d'implication puisque la situation est la même pour 34,2 % d'entre elles et qu'elles sont 26,5 % à le faire plus souvent, contre 39,3 % à le faire moins souvent. Pour les hommes, la tendance est à maintenir l'implication telle qu'elle était avant la migration pour 47,4 % d'entre eux, à l'augmenter (29,8 %) et à la diminuer (22,8 %). Enfin, pour ce qui est de laver la vaisselle, la situation est à peu près la même que pour la tâche précédente et confirme la tendance générale : 34,5 % de femmes déclarent qu'elles font autant la vaisselle qu'avant, contre 42,9 % des hommes, 23,5 % des femmes déclarent qu'elles s'impliquent moins dans cette tâche, contre 30,4 % des hommes et enfin 42,1 % des femmes s'impliquent plus qu'avant, contre 26,8 % des hommes.

Pour l'ensemble des tâches, les hommes ont tendance à s'impliquer plus y compris dans la manipulation et la transformation des aliments, c.-à-d. le travail de la cuisine proprement dit, bien que presque autant s'impliquent moins pour des raisons qui restent à expliquer. Quant aux femmes, elles s'impliquent moins qu'elles ne le faisaient auparavant et dans une

plus grande proportion que celle de l'augmentation de l'implication des hommes. C'est au chapitre de la planification (prévoir et décider) que les femmes continuent de s'impliquer autant et même plus de la manière la plus prononcée. Cependant, les femmes demeurent largement plus impliquées que les hommes après la migration pour l'ensemble des tâches, sauf pour celle des courses qui ne montrent pas de différences significatives. Néanmoins, des différences apparaissent clairement si l'on observe les moyennes de rang pour le degré d'implication après la migration et selon les genres. L'ensemble des données montre donc qu'au total, l'augmentation de l'implication des hommes ne compense pas pour la baisse de l'implication des femmes.

Une question émerge alors : qui fait le travail que les femmes font moins et que les hommes ne compensent pas vraiment? En fait, la question est volontairement mal posée. Si l'on se réfère aux résultats présentés plus tôt dans cette thèse, on comprendra que le travail lui-même est organisé autrement. On a vu que le temps consacré à la cuisine avait beaucoup diminué, que les préparations étaient simplifiées et que la pratique de préparer de grandes quantités de nourritures les samedis ou dimanches et de les réchauffer au moment désiré était en développement. De même, les courses qui étaient souvent exécutées plusieurs fois par semaine sont maintenant faites une fois par semaine dans une grande surface, et dans un magasin spécialisé en produits importés à une fréquence moindre. Nous avançons l'hypothèse qu'une certaine proportion des hommes s'implique plus, car leur aide devient nécessaire dans un contexte où le ménage et plus particulièrement les femmes ont perdu les réseaux sociaux (ou n'ont plus les moyens de payer quelqu'un afin de faire une partie du travail domestique ou encore, comme les Chinois, n'ont plus les moyens de faire appel à la cuisine externalisée comme c'était le cas avant la migration) qui leur permettaient de répartir le travail entre les sœurs, les mères et les grands-mères. Ainsi ce sous-groupe des hommes qui s'impliquent plus veut sans doute se montrer solidaire du projet migratoire du couple et en assumer les conséquences sur la vie quotidienne postmigratoire. Si l'on peut comprendre pourquoi environ un tiers des hommes n'ont pas changé leur niveau d'implication (on poursuit les choses « comme avant », on se cramponne à la division « traditionnelle » des rôles selon les genres), par contre il est beaucoup plus difficile de comprendre pourquoi une proportion tout de même assez considérable (de 22,8 % à 30,4 %, donc en moyenne un sur quatre) s'implique moins et

même beaucoup moins qu'avant la migration. Les entretiens n'ont pas fait émerger cette problématique pas plus que des éléments d'explication. Cependant, tout indique que la majorité des hommes n'était pas au chômage avant leur émigration.

En résumé, ces résultats montrent bien que l'alimentation demeure une préoccupation (planification, coordination) et un ensemble de tâches où les femmes font la majorité du travail et que bien que certains hommes aient tendance à s'impliquer plus, ce n'est pas beaucoup plus d'une manière générale, et qu'une proportion assez importante s'implique moins. Il est important également d'attirer l'attention sur la colonne « toujours » de l'implication postmigratoire. Le rapport entre les genres pour ce niveau d'implication est deux fois plus élevé dans la majorité des tâches, sauf pour les courses où la distribution des « toujours » est plus équitable, et pour la tâche de la vaisselle qui est encore plus nettement en défaveur des femmes. En effet, une grande proportion (42,1 %) des femmes, en couple ou avec des enfants qui ont répondu au questionnaire, font toujours la vaisselle. Si la réserve nécessaire à la position de chercheur nous empêche de porter un jugement sur un tel état de fait (mais la simple présentation de tels faits est en soi une position), qu'on nous permette toutefois d'espérer qu'elles reçoivent tout de même un peu d'aide des hommes qui répondent souvent et très souvent à cette variable...

8.2.2 Les hommes et la cuisine domestique

Dans le questionnaire, nous avons aussi demandé aux répondants s'ils pensaient que ce n'était pas aux hommes de faire la cuisine. Les réponses sont intéressantes dans la mesure où il n'existe pas de différences significatives selon les genres, on le verra, hommes et femmes étant majoritairement en désaccord avec cet énoncé. Voici les résultats :

Tableau 8.5 Réponses à l'énoncé « ce n'est pas aux hommes de faire la cuisine ». Résultats exprimés en %

En désaccord	Un peu en désaccord	Assez d'accord	Très d'accord
69,7	19,1	6,7	4,5

Les résultats sont tout à fait éloquents. Ainsi en additionnant les réponses « en désaccord » (69,7 %) qui est largement majoritaire à elle seule et « un peu en désaccord » (19,1 %), on obtient une proportion de 88,8 % qui s'opposent à cet énoncé. Cela ne veut pas dire toutefois que les hommes sont en train de nous dire qu'ils seraient prêts à faire la cuisine autant que les femmes (et de la même façon), et nous avons vu que la réalité est tout autre aussi, mais qu'une très large majorité d'hommes comme de femmes sont convaincus que cela peut aussi être le rôle d'un homme de faire la cuisine et que cela est une tâche qu'il peut assumer. Cependant, des différences significatives sont apparues selon les régions d'origine. Ainsi, deux groupes se distinguent de tous les autres sauf de celui provenant de la Chine. Ces deux groupes sont les individus issus du sous-continent indien et de l'Afrique du Nord et du Moyen-Orient. Ils répondent proportionnellement plus souvent qu'ils sont très d'accord ou assez d'accord. Toutefois, malgré le fait que ces résultats sont significatifs (statistiquement), le petit nombre de répondants (10 du sous-continent indien et 14 d'Afrique du Nord et du Moyen-Orient) rend ces résultats peu généralisables.

Cependant, voici un extrait de discours très touchant de Sharmista, que nous avons déjà rencontrée et qui est issue du Bangladesh, un pays que nous avons classé dans le groupe du sous-continent indien. Cet extrait illustre parfaitement les conditions que vivent certaines femmes issues de cette vaste région et aide à mettre cette problématique en perspective. Sharmista en a gros sur le cœur, elle a donc saisi l'occasion de prendre la parole, il nous a semblé important que sa parole soit entendue et son discours restitué dans son intégralité.

> Les hommes, dans notre pays, ils ne cuisinent pas, jamais jamais, mais quand ils viennent ici, ils doivent cuisiner, parce qu'ils viennent tous seuls, c'est pour ça, ils doivent savoir cuisiner. Mais mon mari ne cuisine jamais ici, avant il cuisinait, avant que j'arrive ici, il savait cuisiner, maintenant il ne fait rien. Donc je dois... mais c'est sûr qu'on cuisine au Bangladesh parce qu'on ne travaille pas à l'extérieur, on reste à la maison, plus de 90 % des femmes au Bangladesh ne travaillent pas. Mais, quand on vient ici, on doit travailler, on doit faire l'épicerie, on doit cuisiner, oh mon dieu, on doit garder les enfants, on doit étudier ! On doit faire beaucoup de choses ensemble, mais les hommes de notre pays, ils travaillent à l'extérieur, quand ils rentrent à la maison, de leur travail, ils commencent à regarder la télé ou à lire les journaux, c'est tout, et ils font les ordres (rires) ! Donne-moi ça, fais-moi un verre de thé ! Mais OK, on est au Bangladesh, on doit faire ça, c'est l'habitude, mais des fois, on ne peut plus prendre ça, c'est très dur pour moi. Je dois me lever plus tôt pour mon mari, parce que je dois habiller mon fils, je dois nourrir mon fils. Quand il sort de la maison, je prépare quelque chose pour mon mari pour déjeuner... Il ne travaille pas, il reste à la maison.

> Parce qu'il est allé au Bangladesh pendant sept mois. Quand il est revenu, il ne pouvait pas trouver de travail, jusqu'à maintenant. Mais je dois penser à lui, toujours, pour le dîner, avant de partir j'ai tout préparé, après je prépare quelque chose pour moi, pour manger pendant la pause ici. Quand je retourne à la maison, je fais l'épicerie ou des fois je travaille, comme hier j'ai fini à 16 h, je travaille à temps partiel. Je dois travailler, comment je peux vivre? Quand je retourne à la maison, tout de suite je vais à la cuisine pour cuisiner. Donc j'avais beaucoup de choses à faire. Après je suis allée faire les devoirs de mon fils, je l'aide, après ça je dois aller au lit avec lui, je dois rester avec lui jusqu'à ce qu'il dorme, c'est comme ça. Donc je suis très occupée toute la journée, si je dois étudier, je ne trouve pas le temps et je me sens très fatiguée. Donc, pour les femmes du Bangladesh, ce n'est pas facile de faire quelque chose, d'étudier. Avant je travaillais. Je commençais à travailler à 8 h, je finissais à 17 h. Après je devais aller chercher mon fils à la garderie, après je cuisinais. Mon mari ne peut pas manger si je ne cuisine pas chaque jour. CHAQUE JOUR je dois cuisiner, car il n'aime pas la nourriture réchauffée, ce que j'ai cuisiné hier, donc je dois penser à beaucoup de choses. OK, pour ma mère, pour ma grand-mère, c'était bien parce qu'elles ne sortaient pas à l'extérieur pour faire quelque chose. Chaque jour, je dois sortir de la maison, pour travailler, pour étudier, pour faire l'épicerie, pour aller à la banque (Sharmista, femme, 34 ans, Bangladesh, mariée, enfant, 2005, maîtrise en sciences politiques, travaille au Québec dans une usine à temps partiel).

Mais à ce moment de l'entretien, Cécilia, une autre femme, intervient.

> Les Mexicains aussi, au Mexique c'est la même chose, il y a des hommes comme ça, qui restent à la maison, qui n'aiment pas manger les choses réchauffées, il y en a partout des hommes comme ça, c'est pas juste au Bangladesh (rires) ! (Cecilia, femme, 23 ans, Mexique, célibataire, sans enfant, 2006, étudiante).

Afin d'être certaine de bien marquer son point, Sharmista rajoute

> Ce n'est pas pour moi seulement, c'est pour les femmes du Bangladesh et même celles qui vivent ici. Mais il y a quelques hommes qui ont changé leur vie. Ils veulent aider leur femme parce qu'ils voient les difficultés ici. Ils pensent à leur femme, ils pensent si je l'aide, elle va avoir un peu de temps de faire autre chose. Il y en a quelques-uns. Mais en général, on en a beaucoup qui ne pensent pas à ça. (Sharmista).

Ce qui n'apparaît pas dans cet extrait, mais qu'elle nous confiera plus loin, c'est qu'elle se lève avant six heures tous les matins de la semaine afin de préparer les *rootis* pour la journée (encore eux !), les repas de son mari pour le matin et le midi ainsi que son repas pour emporter au travail ou à l'école. Voici un court extrait du discours d'un homme bengali, qui déclare lui aussi qu'il ne fait pas la cuisine.

> Je prépare seulement le riz. Les autres choses, c'est ma femme qui prépare parce que je ne sais pas comment elle prépare (Rahmani, homme, 43 ans, Bangladesh, marié, enfants, 2002, ingénieur textile).

Voilà qui illustre d'une manière exemplaire les thèses de Nickie Charles et Marion Kerr, (1986, 1988 ; 1986) mais aussi de Marjorie DeVault (1991, 2008) à propos du fait que la

cuisine, et plus largement tout le travail des soins attentionnés, est un des lieux de l'oppression des femmes et de leur confinement à un rôle social peu valorisé au service du bien-être de leurs familles et de l'éducation des enfants. Bien que cette situation ait largement évolué, du moins dans les pays industrialisés, les femmes continuent aujourd'hui de faire la plus grande partie du travail domestique (lavage, ménage) et de la cuisine. On a vu que la situation est identique dans nos échantillons.

8.2.3 Quelques éléments qui expliquent les raisons du maintien de la division genrée des tâches

Les raisons qui expliquent que cette division genrée des tâches se maintient encore aujourd'hui, mais qu'elle ait pris d'autres formes sont au moins de quatre ordres. Le premier est que c'est la personne qui travaille le moins d'heures rémunérées, donc qui dispose de moins de ressources financières qui travaille le plus d'heures gratuitement (entendre le travail domestique). Ainsi, comme ce sont les femmes qui travaillent le plus souvent à temps partiel, ou qui travaillent moins d'heures sur le marché de l'emploi, elles assument ces tâches pendant que le conjoint travaille. Cependant, si cette théorie, basée sur la répartition du temps disponible, ou sur les ressources de chacun, explique le fait que certaines femmes travaillent moins d'heures rémunérées, elle n'explique pas le fait que dans la majorité des cas où ce sont les hommes qui travaillent moins d'heures rémunérées, ce sont tout de même leurs conjointes qui consacrent plus d'heures aux tâches domestiques (Baxter, 2000 ; Beaujot *et al.*, 2000 ; Gazso-Windle et McMullin, 2003 ; Lake *et al.*, 2006) et particulièrement aux tâches traditionnellement reconnues comme « féminines » (Carrier et Davies, 1999).

Le second est que la différence des revenus d'emploi expliquerait cette division des tâches. Les recherches qui se concentrent sur les effets des revenus des conjoints et la répartition du travail domestique montrent souvent que c'est la personne qui a le revenu le moins élevé du ménage qui exécute le plus de travail domestique (Arrighi et Maume Jr, 2000 ; Beaujot *et al.*, 2000 ; Bergen, 1991). Cependant, (Carrier et Davies, 1999) montrent que c'est loin d'être toujours le cas.

Le troisième tient à des causes idéologiques. Certaines idéologies font la promotion de modèles plus égalitaires de répartition des tâches et des rôles sociaux dans l'univers domestique et ceux-ci se rencontrent la plupart du temps chez des catégories plus éduquées de la population (Bergen, 1991). D'autres proposent une vision plus traditionnelle de la division des rôles et des tâches et continuent à considérer le magasinage (comprenant les achats alimentaires), la cuisine, le ménage et la vaisselle comme un travail féminin, tandis que le travail hors de la maison est considéré comme masculin (Beaujot *et al.*, 2000 ; Gazso-Windle et McMullin, 2003). S'il en est ainsi, dans ce dernier schéma, dans le meilleur des cas, le rôle du mari sera celui d'un aide (« helper ») (Charles et James, 2005 ; Sullivan, 2000). Cependant, les preuves empiriques d'une relation entre l'idéologie genrée et la division domestique des tâches sont contradictoires (Beagan *et al.*, 2008 ; Lam et Haddad, 1992) et, de plus, les idéologies genrées se situent à un point de rencontre (à l'intersection) avec l'éducation, la socialisation et les dynamiques culturelles de classes qui pèsent également dans la structuration du travail domestique (Beagan *et al.*, 2008 ; Warren, 2003), ce qui rend ces différentes variables difficilement « isolables ».

La quatrième tient à la socialisation des garçons et des filles. Par exemple, Godwin Gershuny *et al.* (1994) parlent d'une adaptation différée (« lagged adaptation »), pour qualifier le fait que même si des tendances contemporaines dans les discours des hommes, et particulièrement des jeunes hommes, montrent des préoccupations pour un certain égalitarisme dans la représentation des rôles et les tâches à la maison, ces derniers continuent de moins contribuer que les femmes. Ces chercheurs avancent que, même aujourd'hui, les garçons n'ont pas été socialisés de sorte qu'ils incorporent ou développent les habiletés et les compétences nécessaires à ce que demande le rôle de conjoint et de père. De plus, Michael Bittman (2000) fera remarquer, six ans plus tard, que les fils des femmes influencées par la deuxième vague du féminisme ne sont pas plus préparés au travail domestique que ceux de la génération qui les précède. Janeen Baxter (2000), pour contourner les inconsistances, ou du moins les limites dans lesquelles semble conduire une analyse des tâches domestiques en termes d'attribution, ou de rôles sociaux, et afin d'expliquer pourquoi la division du travail domestique a si peu changé, du moins dans les vingt-cinq dernières années, propose de concentrer l'attention sur les significations attachées au travail domestique. C'est aussi l'avis

de Brenda Beagan (2008), Carole Counihan (1988 ; 2004), Andrea D'Sylva (2011) et Elisabeth L'Orange Fürst (1997), mais cette fois spécifiquement pour le domaine de la cuisine, et qui constitue, c'est une de nos hypothèses, un domaine à part dans le travail domestique, et dont l'importance pour la construction des identités des femmes est sans commune mesure avec le reste du travail domestique. Cela est dû au fait que l'idée qu'elles se font du travail culinaire et du repas familial dépasse en importance, et de loin, celle du ménage, des courses, de la lessive ou de la vaisselle, entre autres parce que ces tâches comportent moins de couches de significations et qu'elles comportent beaucoup moins de possibilité de valorisation ou même de pouvoir. En d'autres mots, elles se passeraient sans doute volontiers de ces tâches, mais elles seraient beaucoup plus réticentes à abandonner la responsabilité ultime de la cuisine et de la planification des repas aux hommes (Beagan *et al.*, 2008 ; D'Sylva et Beagan, 2011 ; Devasahayam, 2005 ; L'Orange Fürst, 1997). Ce qui n'enlève rien au fait que ce sont elles qui exécutent la majorité de ces autres tâches.

8.2.4 Retour sur le discours de Sharmista, spécificité du groupe originaire du sous-continent indien

Revenons au point de départ de cette discussion. Sharmista n'est certainement pas en train de nous dire qu'elle pense que ce n'est pas aux hommes de faire la cuisine, bien au contraire. Son discours montre cependant le poids idéologique, les contraintes symboliques et matérielles de même que la domination et l'aliénation qui pèsent sur un grand nombre de femmes et qui constituent des freins, des barrières à l'émancipation, du fait même de cette assignation à un rôle traditionnel, qui demande temps et énergie, mais dans lequel elles mettent néanmoins en place des stratégies, des résistances (Devasahayam, 2005 ; L'Orange Fürst, 1997). Elles en retirent également une forme de pouvoir sur la santé des membres de la famille, sur un médium puissant de transmission culturel et émotionnel ainsi que sur l'éducation des enfants (Counihan, 1988, 1999 ; D'Sylva et Beagan, 2011 ; Harbottle, 1996, 2000 ; Ray, 2004 ; Ristovski-Slijepcevic *et al.*, 2008). Les études dont nous disposons afin de réfléchir sur cette analyse et de cadrer cette dernière proviennent toutes (ou presque) des pays industrialisés du Nord et portent sur des populations « natives » et « blanches » vivant dans des contextes sociaux qui, bien que différenciés selon les groupes d'âge, les genres, les

classes sociales, les sous-cultures et les niveaux d'éducation, sont toutefois très différents, dans l'ensemble, de ceux qui prévalent dans les pays émergents ou en développement, et surtout lorsqu'il est question des classes populaires peu scolarisées.

Nous verrons que les propos de Sharmista se sont présentés de façon plutôt marginale parmi les discours des participants (et dans une certaine mesure des répondants au questionnaire, dont les réponses ne vont pas dans ce sens). Il semblerait que le niveau d'éducation et le fait d'appartenir aux classes moyennes supérieures aient un impact majeur sur la représentation des rôles sociaux et sur la division des tâches, comme en témoignent les résultats du questionnaire que nous avons analysés et les extraits de discours qui suivent. Il se peut également que, pour ceux et celles qui résident au Québec depuis un certain nombre d'années, l'influence des pratiques observées (le fait que les nouveaux arrivants observent que le partage des tâches est plus diversifié et parfois plus égalitaire que dans leur pays d'origine) ait été un déclencheur de transformation dans les couples, mais cela demanderait des entrevues seulement sur cette question afin d'approfondir ce sujet. Cependant, certains éléments des entretiens, comme ceux qui suivent, laissent supposer une telle influence.

> [I]ci, je pense que c'est mieux parce qu'ils (les jeunes) sont plus indépendants, ils apprennent à cuisiner aussi, et les hommes et les femmes ont les mêmes droits donc ils peuvent cuisiner pour nous, pourquoi pas (rires) ? Mais, j'ai des amis québécois, ils sont des hommes et ils cuisinent et la plupart cuisinent, il n'y a aucun problème (Catalina, femme, 28 ans, Pérou, célibataire, colocation, 2009, comptable).

> Mais, je vois, dans la plupart des familles, l'homme participe aux choses de la maison, mais ce n'est pas parfait, toujours la responsabilité reste aux femmes. Par exemple, au Maroc beaucoup de femmes travaillent (Heilet, femme, 29 ans, Maroc, mariée, sans enfant, 2009, formation en gestion, n'a pas travaillé).

Un dernier mot à propos de ceux et celles qui disent que ce n'est pas aux hommes de faire la cuisine, ou même de ceux qui, beaucoup plus nombreux, croient que bien qu'il est nécessaire de s'impliquer dans les tâches culinaires, ce travail « appartient » (au sens fort) aux femmes (ce qui ne veut pas dire nécessairement qu'il est inhérent au fait d'être une femme, mais souvent). Par exemple, les résultats d'une recherche comparative sur la perception du travail culinaire chez trois sous-échantillons issus de communautés culturelles

au Canada[163] et parmi lesquels se trouvaient des Indiens originaires du Panjab, Brenda Beagan *et al.* (2008) montrent principalement trois choses. La première est que la grande majorité des individus (adultes, jeunes et enfants) originaires du Panjab (et vivants en Colombie-Britannique) n'ont pas pu offrir d'explications au fait que le travail culinaire est hautement genré. En fait, il est apparu que cette question ne valait même pas la peine d'être abordée, ce qui n'a pas été le cas des individus des deux autres communautés étudiées. La seconde est l'hypothèse selon laquelle la maison (ce qui inclut la cuisine, c'est l'auteur qui le souligne, nous avons vu quant à nous la centralité de la cuisine et du travail culinaire dans la construction d'un chez-soi et dans une certaine mesure de l'identité) pouvait constituer un site de résistance à une assimilation aux normes de la culture occidentale. La troisième, encore une hypothèse, est à l'effet que pour ce groupe, maintenir les « patterns » culturels de travail culinaire genrés (« gendered foodwork ») pouvait constituer une manière de maintenir une partie de leur identité culturelle, rejoignant à cet effet les groupes de descendants d'Africains. Bien que cette division genrée apparaisse naturelle pour un certain nombre d'individus issus du sous-continent indien et même positive parce que la cuisine est porteuse d'identité pour les femmes et pour la communauté (rétention culturelle), il n'en demeure pas moins que les constructions idéologiques autour de l'identité de genre et de la division sociale des rôles dans la famille sont très puissantes dans ces communautés et qu'elles semblent se maintenir plus que dans d'autres communautés immigrantes. C'est du moins une hypothèse qu'on peut également avancer à la lecture de nos résultats.

8.2.5 Des représentations « traditionnelles » du travail de la cuisine et des rôles sociaux

Présentons maintenant une série d'extraits de discours issus des entretiens qui témoignent d'une représentation assez « traditionnelle » et genrée du travail de la cuisine et des rôles sociaux chez une partie des répondants et qui illustrent le fait qu'à la maison, ce sont les femmes qui assument l'entièreté du travail culinaire.

---

[163] La recherche s'adressait à tous les membres du ménage, mari, épouse et enfants. Les communautés culturelles dont proviennent les sujets de la recherche sont la communauté afro-canadienne de la Nouvelle-Écosse, la communauté européo-canadienne de Nouvelle-Écosse et de Colombie-Britannique et la communauté punjabi-canadienne de Colombie-Britannique.

> Chez nous, la cuisine c'est un métier de la femme, c'est une condition pour se marier, si elle ne peut cuisiner, elle ne peut pas construire un foyer. C'est pour ça qu'elle fait la cuisine avec beaucoup d'attention, elle sait ce qu'elle fait, qu'est-ce qu'elle prépare. Généralement, on mange des choses fraîches, on ne mange pas des choses conservées et on mange varié (Mohamed, homme, 40 ans, Algérie, marié, enfants, 2007, baccalauréat en mécanique).

On peut émettre l'hypothèse que « manger des choses fraîches », « pas conservées » et « variées » fait partie d'une normativité implicite dans la mesure où, comme le mari de Sharmista, les hommes (et les femmes, mais souvent d'une manière plus critique) ont intégré le discours qu'une femme doit cuisiner tous les jours à partir de produits frais et servir « du réchauffé » le moins souvent possible. Comme nous l'avons déjà mentionné, en discutant l'analyse d'Anne Murcott (1982) à propos du « cooked dinner », ce travail culinaire à partir d'aliments non transformés est un travail attendu dans la mesure où il témoigne de ce qu'une femme a fait de son temps durant la journée (avec le linge propre et la maison en ordre). C'est en quelque sorte une forme de contrôle sur l'existence des femmes, une manière de demander de rendre des comptes. Spécifions-le, cela est souvent du domaine de l'implicite, mais il arrive que le mari exige de manger des choses fraîches et que si la conjointe sert des restes, celui-ci demande alors ce qu'elle a fait de sa journée. Cependant, de telles informations ont filtré de manière informelle tout au long de notre recherche et elles ne reposent pas sur des verbatims[164]. Rappelons-nous également de la force avec laquelle les participants ont exprimé leur représentation du vrai repas où il était impératif de cuisiner quotidiennement à la maison avec des produits frais et non transformés.

Poursuivons notre analyse, mais d'abord, débutons par le discours de Saki qui parle du fait que, dans la société contemporaine, apprendre à cuisiner n'est plus une chose importante pour les jeunes générations et que ce n'est pas plus mal comme ça, qu'ils ont effectivement autre chose à faire (elle fait notamment référence au fait de faire de bonnes études afin d'occuper un bon poste par la suite). De toute évidence, le fait que Saki vive au Québec depuis trente ans et que ses enfants fassent des études universitaires y est pour quelque chose

---

[164] Bien que les entretiens n'aient pas révélé cette problématique, certaines recherches montrent que les repas, et plus précisément le refus des femmes de préparer un « vrai repas », peut même devenir une source de violence conjugale. Selon les travaux d'Emerson et Russell Dobash (1992) ce type de violence est plus susceptible d'avoir lieu dans les classes populaires et diminue avec des niveaux d'éducation plus élevés.

dans son discours. Amina, arrivée depuis peu et avec qui elle discute, ne l'entend manifestement pas de cette façon. Voici un extrait de leur discussion.

> Ici dans ce pays, les enfants ne sont pas élevés comme dans chaque pays comme c'était, donc les enfants ils s'adaptent à cette société, donc ils s'occupent moins d'apprentissage à cuisiner, alors lorsqu'ils grandissent, ils ont leur famille, ainsi de suite ils n'ont pas ça, ils n'ont pas d'expérience, et ni professionnellement, dans la nourriture, dans l'alimentation, alors quand ils voient à l'extérieur ça se vend partout des nourritures, ben, ils se disent pourquoi pas? Je vais m'en servir… (Saki, femme, 42 ans, Cambodge, monoparentale, 1981, formations et emplois divers).

> Mais ça, c'est le rôle de la maman, c'est qui s'occuper de ça qui doit habituer ses enfants de sentir le repas à la maison, de voir la maman cuisiner, et elle cherche des choses et tout, c'est le rôle de la maman vraiment (Amina, femme, 35 ans, Tunisie, mariée, enfants, 2002, coiffeuse).

Puis, un peu plus loin, Amina parle des manières dont elle essaie d'intéresser ses enfants à la cuisine et comment elle tente de les faire participer à ces tâches. Elle parle de sa fille dans l'extrait suivant. Son fils participe aussi, mais il est très petit (cinq ans), donc ce qu'il peut faire demeure limité. C'est aussi un exemple de ce que les mères désirent transmettre à leurs enfants et qui prend surtout la forme d'une autonomie et de l'acquisition de dispositions à faire de bons choix alimentaires.

> Oui, souvent elle coupe la salade, euh, si je vais faire des gâteaux, elle fait des choses, elle mélange, je lui dis comment et elle mélange, et vraiment c'est bon pour elle, parce que je sais moi après ça va me dire merci maman. Parce que c'est ça que j'ai dis à ma mère moi, merci parce que tu m'as appris à faire des choses, parce que maintenant, je suis toute seule, je m'occupe de ma famille, si je savais pas faire des choses comme ça, qu'est-ce que je vais faire, est-ce qu'on va tous chaque jour aller au restaurant? Et ce n'est même pas économique comme ça, on peut gaspiller de l'argent et tout, c'est pour ça, c'est pour elle, c'est bon (ibid.).

Saki revient à la charge en défendant une certaine modernité alimentaire et le fait que généralement on ne dispose pas de beaucoup de temps pour cuisiner, ce qui transforme les pratiques culinaires, comme nous l'avons par ailleurs montré précédemment chez les répondants et les participants. Il est clair en tout cas que si Saki désire avoir, et défend, des pratiques « hypermodernes » en matière de cuisine et d'alimentation, Amina quant à elle est prête à offrir une résistance à ce qu'elle considère comme une démission devant une certaine facilité qui se traduit par une perte d'autonomie. Ici, il s'agit d'une autonomie « féminine » liée au rôle traditionnel des femmes, mais Amina a aussi dit que c'était important pour son fils, un signe que les représentations des rôles sont tout de même en voie de transformation, du moins dans la tranche d'âge des 25 à 35 ans en Tunisie, et des indications montrent que la situation est assez similaire au Maroc.

> Y'a des gens qui ne gaspillent pas d'argent non plus. Mais ils sont allés faire le marché, mais ils préparent à la maison des repas simples, vite, sans aller au restaurant. C'est pas une question est-ce qu'on sait faire la cuisine, et qu'on a pas besoin d'aller au restaurant… (Saki, ibid.).

> Mais avec les enfants, tu peux pas faire souvent des choses vite vite. Il faut que tu penses aux légumes, aux fruits (rires). Si on est des adultes tous seuls OK on peut faire des choses vite vite, mais avec les enfants, tu peux pas vraiment, il faut que son lunch euh… composé de plein plein de choses, il faut penser aux vitamines, il faut penser à des choses comme ça, tu peux pas faire un lunch pour un enfant vite vite vite comme ça. Mais si tu vas acheter ça souvent au restaurant, ça va coûter très très cher (Amina, ibid.).

Poursuivons avec d'autres extraits qui témoignent de l'idéologie de la division des rôles et des tâches selon le genre ou, plus simplement, du fait que c'est l'épouse qui s'occupe de la cuisine.

> Pour moi, manger c'est nécessaire parce qu'il faut que je mange. Pour manger, je pense que c'est ma tâche de faire ça pour mon fils et mon mari, mais je pense que… il y a moins de choses pour moi pour choisir ici. O.K. J'ai essayé de faire quelque chose, un repas différent, j'ai demandé à mon amie comment faire ci, comment faire ça et c'est quand j'ai mangé le plat (Sing, femme, 41 ans, Chine, mariée, enfant, 2003, technicienne de laboratoire).

> Moi je ne fais pas la cuisine chez moi, c'est ma femme qui fait toujours, mais elle fait une cuisine simple avec trois, quatre ou cinq ingrédients par repas, je pense. Moi, je déteste cuisiner (Basil, homme, 28 ans, Russie, mariée, sans enfant, 2000, divers emplois manuels).

> [L]e souper oui, je mange beaucoup. Et ma femme c'est elle qui fait la cuisine, elle fait la cuisine mexicaine, elle le fait très bien (rires), mais elle aime aussi essayer quelque chose de nouveau, elle regarde toujours à l'Internet qu'est-ce qu'elle peut faire, elle fait la cuisine et elle le fait bien. Elle fait de la nourriture chinoise aussi et c'est bon aussi, on essaye beaucoup, mais presque tout le temps, c'est de la cuisine mexicaine. Et les fins de semaine, c'est la même chose, des choses plus grandes, plus grosses pour manger. Mais pour moi, la viande c'est important (Alejandro, homme, 29 ans, Mexique, marié, enfants, 2007, mécanicien de machine).

> Mais je ne cuisine pas très souvent, parce que je n'ai pas de temps, mais ma femme cuisine toujours (Boris, homme, 33 ans, Bulgarie, marié, enfant, 2008, officier dans l'armée).

> Dans ma famille, au Canada ici, c'est toujours ma femme qui prépare la nourriture, mais normalement on va à l'épicerie deux fois par semaine, on mange 3-4 fois par jour, le petit dîner le matin, à 7 h, le dîner c'est à midi, le souper à 6-7 h… mais je ne suis pas capable pour préparer toute la nourriture… c'est ma femme qui prépare [...] le souper est toujours à la maison, c'est la nourriture chinoise 100 % (Chu, homme, 42 ans, Chine, 1990, niveau secondaire, vendeur d'automobiles destinées à la casse).

Souvent, la cuisine (la pièce de la maison) est perçue comme l'espace exclusif des femmes par les femmes elles-mêmes qui trouvent les hommes si maladroits ou « ignorants » qu'elles préfèrent ne pas les voir dans les parages de peur qu'ils nuisent au travail.

> Mon mari il peut faire un œuf comme ça, mais pas cuisiner. Il ne sait comment faire, même du lait, mais il demande toujours : « est-ce que tu peux faire… » Je ne veux pas que mon mari fasse la cuisine, parce qu'il va faire le *mess* ! Laisse-moi tranquille ! (Vania, femme, 55 ans, Albanie, mariée, enfants, 1999, comptabilité).

Toutefois, d'autres rendent les mères responsables d'avoir négligé de transmettre aux garçons des dispositions pour faire ce travail et assumer ce rôle non plus comme un rôle genré, ou du moins d'être enclin à prendre ponctuellement la relève de l'épouse ou de la conjointe. Nous avons déjà cité un extrait de ce discours un peu plus haut afin de montrer que les modèles culturels qui circulent dans l'espace social québécois ont des effets sur les identités de genre et sur les représentations des rôles sociaux.

> J'adore cuisiner, et oui j'ai cuisiné dans mon pays, mais on avait une femme de ménage alors je cuisinais quand j'avais envie [...] En Amérique du Sud, c'est surtout les femmes qui font la cuisine, parce qu'ici je trouve qu'en général, il y a des hommes qui cuisinent aussi. C'est surtout en Amérique du Sud, parce que c'est une chose culturelle parce que là-bas, les pays c'est macho, donc c'est la faute de la mère, oui par exemple il y a un gars, c'est la mère qui cuisine pour toute la famille et après quand le gars se marie, c'est sa femme qui cuisine, c'est en général, parce qu'il y a différents gars, mais c'est comme ça là-bas pour la plupart. Mais ici, les adolescents, on peut sortir de la maison à 18 ans, alors il faut apprendre à cuisiner pour habiter tout seul. Mais c'est quelque chose de culturel, parce que là-bas, normalement les adolescents habitent avec les parents à peu près jusqu'à 25 ans, jusqu'au moment où ils vont se marier. Mais ici, je pense que c'est mieux parce qu'ils sont plus indépendants, ils apprennent à cuisiner aussi, et les hommes et les femmes ont les mêmes droits donc ils peuvent cuisiner pour nous, pourquoi pas (rires) ? Mais, j'ai des amis québécois, ils sont des hommes et ils cuisinent et la plupart cuisinent, il n'y a aucun problème (Catalina, femme, 28 ans, Pérou, célibataire, colocation, 2009, comptable).

Catalina est jeune, ne vit pas avec un conjoint et habite en colocation avec deux hommes québécois. Ainsi, de nombreuses conditions sont réunies afin de maximiser son exposition à la culture et aux sous-cultures de la société québécoise. Un élément intéressant, Catalina a déclaré durant l'entretien qu'elle avait appris à cuisiner des mets « québécois ». Nous lui avons alors demandé si c'est en voyant ses colocataires cuisiner, elle a répondu que non, parce que ces derniers ne cuisinent pas, ils achètent des produits à réchauffer ou ils mangent à l'extérieur. Elle est donc la seule qui cuisine dans la maison.

Dans l'exemple suivant, Edgardo (c'est celui qui aime beaucoup la *pupusa*) parle aussi du type de socialisation qui, culturellement, structure des rôles différents selon les genres, mais son absence d'implication dans ces tâches fait plutôt penser que son explication est plutôt une « excuse commode », ce que les femmes présentes ne manqueront pas de souligner. Remarquez aussi qu'Érié lui dit que maintenant qu'il est ici (c'est elle qui le dit

textuellement), il doit apprendre à cuisiner, est-ce parce qu'Érié a constaté que les hommes natifs du Québec s'impliquent plus dans ce travail ou que le temps afin d'accomplir les tâches domestiques est plus limité après la migration, ou même les deux à la fois? Il est clair en tout cas qu'elle établit un lien direct entre le fait d'immigrer, d'évoluer dans un nouvel espace social (alimentaire et global) et de transformer les rôles et la répartition des tâches.

> Edgardo : Pour moi c'est une question culturelle, par exemple dans mon pays, je ne sais pas dans les autres pays latinos, mais la mère, par exemple ma mère, jamais elle m'avait dit, viens dans la cuisine pour regarder comme je fais, à moi ou à mon frère, mais elle a appelé ma sœur pour que ma sœur regarde.
>
> Érié : Mais tu es ici, tu dois apprendre à cuisiner.
>
> Edgardo : Oui, je sais, mais, parce que la femme, elle a plus de temps.
>
> Les autres participantes, en chœur : Noooon !
>
> Edgardo : Dans notre pays c'est différent, ici peut-être, mais ici ces des choses qu'on partager, mais quand ma femme elle me dit « je n'ai pas le temps de cuisiner », je lui dis OK, je mange à l'extérieur. Mais pour moi c'est plus facile que d'aller à la maison et préparer tout ça. Parce qu'on sait pas ce qu'il y a dans la cuisine et tout ça, généralement l'homme se met dans la cuisine juste pour manger, on ne sait pas, en tout cas, c'est mon cas, je ne sais pas ce que ma femme elle utilise pour faire le poulet (Edgardo, homme, 25 ans, Salvador, marié, sans enfant, 2007, a travaillé dans la construction quelques années aux États-Unis).
>
> Dania : Il y a toujours des excuses !

Dania enchaîne alors dans un discours où elle explique selon elle les raisons qui expliquent la structuration des rôles. Il apparaît clairement dans son discours que les hommes ont une tendance à la paresse et que les femmes ont un plus grand sens du devoir. Un autre élément très intéressant de son discours est son affirmation que, sur le plan émotionnel, les femmes ne séparent pas la vie domestique de la vie publique. Quand elles sortent de la maison, les femmes continuent de penser à leur famille et de se préoccuper de celle-ci, et sans doute aussi pensent-elles aux courses à faire et au menu du soir, au bain des enfants, aux devoirs... Elle termine en parlant de la culpabilité que les femmes ressentent quand elles s'éloignent de ces préoccupations, ou qu'elles pensent trop à elles-mêmes.

> Moi je suis très féministe, je crois que les hommes sont habitués aux choses faciles, c'est plus facile de laisser la mère cuisiner, de laisser la femme cuisiner que d'essayer, de faire l'effort. Donc les femmes sont plus dociles, donc si on doit faire quelque chose OK je vais le faire même si je n'aime pas ça, si je l'aime OK très bien. On fait ce qu'il faut faire, les hommes, non. Les hommes ils choisissent le plus facile, mais pour les femmes, le plus dur, on va faire ça même si c'est difficile et que j'aime pas ça. Pour la majorité des hommes, ils n'aiment pas faire la cuisine et le devoir de

faire ça, oh, c'est compliqué, c'est comme s'en laver les mains. Les femmes ont un grand sens de la responsabilité avec sa famille, ses enfants, l'homme lui peut sortir de sa famille, de la maison, au revoir, c'est fini, sans problème, et les choses intérieures comme oh, je dois rester là pour eux, non, les femmes oui. Ah !, la culpabilité, les femmes ont la culpabilité dans le cœur, je ne sais pas pourquoi, les mères, les grands-mères, je sais pas pourquoi, on sent la culpabilité partout, pour toutes les choses de la vie (Dania, femme, 29 ans, Colombie, mariée, sans enfant, 2009, médecin).

Nous reviendrons plus loin sur les questions soulevées par ce discours et particulièrement à la section 8.4 sur les liens entre identité de genre et le travail des soins et sur le sentiment de culpabilité qui peut émerger lorsque des femmes pensent qu'elles n'en « font pas assez ». Edgardo a ensuite eu cette remarque, très essentialiste, mais qui révèle bien comment la socialisation structure également la manière de ressentir (ou pas) les rapports sociaux et les relations intimes ou, plus précisément à quel moment s'investir émotivement et quand interrompre l'investissement.

C'est un cadeau que Dieu nous a fait, que l'homme il peut quitter quand il voulait sans rien sentir (Edgardo, ibid.).

8.2.6 Des modèles en mutation

La question du travail culinaire a soulevé des discussions entre les participants dans d'autres entretiens. Voici un extrait d'une discussion entre trois hommes qui montre bien que les modèles traditionnels commencent à être mis à l'épreuve par d'autres modèles émergents, du moins chez les jeunes générations et chez les individus qui ont un niveau d'éducation élevé. Nous verrons dans l'ordre : Tonio, 33 ans, originaire du Pérou, marié avec des enfants, arrivé en 2005, avec une formation en architecture et qui vendait de l'équipement informatique au Pérou; Yann, 34 ans, originaire de la Roumanie, marié avec des enfants, arrivé en 2009, mécanicien automobile; Fabian, 32 ans, marié, sans enfant, arrivé en 2010, avec une formation en communication marketing et qui a travaillé en publicité au Brésil.

Tonio, s'adressant à Yann : Est-ce que tu cuisines?

Yann : Oui, quelquefois.

Tonio : Quelquefois, oui, mais la majorité c'est ta femme?

Yann : C'est ma femme, parce que, par exemple j'ai travaillé beaucoup à partir du matin jusqu'au soir par exemple dans mon pays, c'est pour ça que j'ai pas eu beaucoup de temps pour cuisiner, c'est pour ça que c'est une attribution qu'elle fait plus, mais euh… si elle manque, par

exemple, je prépare la nourriture pour les enfants, pour nous, si je suis libre, disponible… pendant les weekends, si je suis à la maison, sans problèmes.

Tonio : Mais c'est pas souvent, est-ce que tu aimerais faire ça par exemple toute ta vie?

Yann : C'est vrai. Par exemple, je viens d'un pays où, en général, les femmes sont les personnes qui s'occupent avec la nourriture.

Autres participants, tous en chœur : Ici aussi !

Yann : Ici c'est vrai que cette chose est un peu changée, peut-être à cause de la loi, peut-être que les femmes sont devenues plus indépendantes, comme les hommes, elles ont plus de droits ici comme les hommes, c'est pour ça que ça a changé beaucoup.

Tonio : Si tu parles de ça dans un comité féministe…

Yann : Je sais, je sais ! Même si je parle dans un comité féministe, comme tu dis, c'est mon point de vue. Chaque personne peut montrer son point de vue, son avis.

Tonio : mais tu cuisines des fois.

Fabian : Mais… par exemple… tu peux montrer ton point de vue, mais c'est pas le meilleur point de vue.

Yann : J'ai pas dit que c'est…

Fabian : Non, non attend, c'est à mon tour de parler. Ma mère, elle a cuisiné pendant toute sa vie, chaque jour, elle va cuisiner trois fois par jour. Elle n'aime pas cuisiner. Non, non, pas du tout. Et mon père, il aime cuisiner, mais il ne cuisine pas. Pourquoi? Parce qu'il est l'homme. Et ma mère, il faut cuisiner toujours, ça c'est vraiment plate.

Yann : Mais on ne doit pas cuisiner trois fois pas jour.

Fabian : Dans ton pays peut-être. Mais dans mon pays oui.

Tonio : Dans mon pays, la femme était un petit peu pressée à cause de la cuisine. Mais maintenant, je ne suis rien contre qu'on doit manger à la maison, mais la chose que je suis contre est que la femme sert comme ma mère ou ta mère qui a cuisiné toute sa vie, imagine pour neuf enfants ! Et mon père il a peut-être cuisiné deux fois dans sa vie (rires) ! Parce qu'il était habitué que la femme cuisine. Ça c'est une autre chose que maintenant, je pense, je ne suis pas trop machiste ou proféministe, mais on peut dire qu'on peut cuisiner comme une chose spéciale, qu'on peut faire ensemble, une activité, hein?

Un peu plus tôt au début de cette discussion, Tonio témoignait du fait que cette question du partage des tâches culinaires était un sujet de discussion et que sa conjointe (une Québécoise de naissance) lui reprochait d'être encore trop dans un « type » qui, tout en reconnaissant le fait que ce travail devrait être plus équitablement partagé, tarde toujours à passer concrètement aux actes. En tout cas, lui-même avoue une ambivalence « pas trop machiste ou proféministe ». Fabian, quant à lui, représente bien une tendance en émergence dans les classes moyennes

urbaines et hautement éduquées et très actives professionnellement qui est de mobiliser la cuisine afin d'exprimer une créativité, pour qui la cuisine est un acte ludique, esthétique (Ascher, 2005a, 2005b ; Brousseau et Gaignier, 2002 ; Corbeau, 2000b ; Corbeau et Poulain, 2002 ; De Labarre, 2001 ; Poulain, 2002a ; Pynson, 1993). Ajoutons que Fabian et sa conjointe n'ont pas d'enfants, ce qui permet effectivement de vivre le travail de la cuisine d'une manière beaucoup moins contraignante. Ainsi, tout juste avant cette discussion, Fabian déclarait :

> Je cuisine beaucoup, mais il faut cuisiner seulement si on va nous amuser en cuisinant. C'est pas amusant? OK on va sortir pour manger à une place, parce que au moins pour moi et ma femme, on aime beaucoup cuisiner, mais seulement si on va nous amuser en faisant ça. Parce que... c'est bon pour manger une chose qu'on aime, mais c'est plate si on va cuisiner forcé [...] C'est pour ça que je suis ici, à Montréal. Parce que la qualité de vie est mieux qu'à Brasilia. Je peux prendre un métro, un autobus... on peut vivre ici sans voiture, c'est pour ça que moi et ma femme nous sommes ici, parce que la vie c'est plus tranquille. Pour moi, je suis déjà habitué avec la vie stressante, mais ici il y a beaucoup de sécurité, il y a du temps pour profiter de la vie ici, c'est pour ça qu'on peut cuisiner plus ici qu'à Brasilia au Brésil (Fabian).

Un autre exemple qui illustre le phénomène de l'émergence, encore timide et ambivalente, d'une nouvelle normativité quant au partage des tâches et à la définition des rôles dans les jeunes générations possédant un niveau élevé d'éducation, et ce, même dans des régions et des cultures où la division genrée des tâches et des rôles continue d'être très prégnante, comme au Maroc, pays de naissance d'Heilet. Notez cependant l'ambiguïté des propos de cette dernière qui souligne que les femmes qui veulent faire une carrière ont plutôt tendance à engager une bonne que de solliciter une plus grande implication du mari.

> Je pense qu'avant le premier rôle de la femme c'est de garder les enfants et de faire toutes les choses qui concernent la maison et l'homme doit travailler pour apporter de l'argent. Mais maintenant les choses ont changé, la femme aussi elle travaille et ce sont des choses qui se transmettent d'une génération à l'autre. Mais, je vois, dans la plupart des familles, l'homme participe aux choses de la maison, mais ce n'est pas parfait, toujours la responsabilité reste aux femmes. Par exemple, au Maroc beaucoup de femmes travaillent. Mais ce qui est différent ici, c'est qu'au Maroc, il y a beaucoup de femmes qui font les bonnes à la maison et chez nous c'est moins cher qu'ici. Si une femme travaille, c'est facile de trouver une bonne. Mais ici, j'ai jamais vu de bonnes, sinon je sais que c'est cher (Heilet, femme, 29 ans, Maroc, mariée, sans enfant, 2009, formation en gestion, n'a pas encore occupé un emploi).

Wei, à son tour, montre bien qu'une nouvelle normativité émerge en Chine également, mais que l'immigration l'a forcé à s'impliquer plus même s'il déteste faire la cuisine, habitué, comme beaucoup de Chinois, à une offre alimentaire hautement externalisée. Wei débute son discours en citant un proverbe qui met en évidence un stéréotype bien machiste. Remarquez

bien aussi comment Wei établit des liens entre le fait de cuisiner et celui d'aimer la famille et de savoir comment « suivre », sans doute au sens de porter attention, d'être présent et de s'impliquer dans la vie de famille.

> OK, je commence avec un proverbe, ça c'est un proverbe en Chine « si un homme reste toujours dans la cuisine, c'est parce qu'il ne peut rien faire d'autre ». Mais maintenant, on a changé d'idée là, par exemple, pour une femme si elle veut choisir un homme, c'est très important qu'il puisse cuisiner ou non. Ça veut dire que ce n'est seulement la façon de faire la cuisine, ça veut dire que s'il peut cuisiner, il aime la famille, il sait comment suivre. On a changé d'idée maintenant. Mais moi, franchement, je déteste la cuisine, et surtout pour la cuisine chinoise, parce qu'il y a beaucoup de fumée, beaucoup de préparation, beaucoup de choses à faire, mais je n'ai pas le choix. Ma femme est chef de cuisine, je suis son assistant. Mais c'est bizarre, le chef de cuisine au restaurant, c'est toujours un homme, dans n'importe quelle sorte de cuisine, la femme travaille comme serveuse. Je ne sais pas pour ici, mais en Chine en tout cas qui fait la cuisine, ça dépend beaucoup de qui a le temps libre, donc si l'homme est libre, il faut qu'il cuisine et le contraire aussi (Wei, homme, 36 ans, Chine, marié, sans enfant, 2007, formation en finance, fonctionnaire et enseignant à l'université en Chine).

Les entretiens, tout comme le questionnaire, ont montré que ce ne sont pas les femmes qui font tout le travail et que, bien qu'ils ne s'impliquent pas autant, les hommes (tout comme les femmes) pensent que la cuisine est un travail qu'ils peuvent faire. Voyons tout d'abord un discours de Permindé qui donne un autre aperçu de la réalité des femmes originaires de l'Inde. Toutefois, et c'est intéressant, le père renforce ici l'individualisme alimentaire des enfants[165], mais participe activement aux tâches reliées à l'alimentation. Cette famille fait très probablement partie des 25,8 % de notre échantillon qui déclarent préparer souvent ou très souvent un second menu en plus du « principal ». Fait intéressant, les individus originaires du sous-continent indien sont ceux qui présentent le plus souvent ce type de pratique. Néanmoins, ce groupe ne se distingue significativement que du groupe de l'Amérique du Sud qui présente, sur cette question, un type opposé. En effet, c'est le groupe où l'on observe le moins ce type de pratique. Assurément, les sandwichs au poulet et les omelettes ne font pas partie du répertoire culinaire domestique habituel dans le sous-continent indien, aussi vaste et diversifié soit-il. On peut également s'interroger sur les bénéfices ou les conséquences à long terme de ce type de pratique à la fois sur le plan diététique (l'abandon progressif de la diète « à l'indienne » et de son caractère équilibré), ainsi que sur le plan du type de mangeur qu'on

[165] Cette approche différente de l'alimentation entre les hommes et les femmes, les hommes ayant souvent une conception plus « fonctionnelle » de l'alimentation et des repas est sans doute une des raisons qui contribuent au fait que les femmes seraient réticentes à abandonner l'entièreté du travail culinaire aux hommes, de peur que certaines dimensions, et nous verrons lesquelles plus bas, soient évacuées de ce travail.

socialise ainsi (manger c'est d'abord satisfaire ses propres goûts, des habitudes alimentaires « à la carte »). Il est clair cependant que cela est fait dans le but explicite de faire plaisir aux enfants et de leur témoigner ainsi de l'amour et une réceptivité à leurs désirs. À cet égard, notez comment Permindé décrit son conjoint comme un homme affectueux qui, précisément, manifeste son amour et son affection à ses enfants.

> C'est moi qui fait la cuisine... mon mari il fait la vaisselle, nettoyer toutes les choses, et aussi quand les enfants ne veulent pas manger les choses que je fais, il les prend dans ses bras et il fait différentes choses pour mes enfants, les trois. Mon fils de 11 ans, il aime manger les sandwichs au poulet, il fait les sandwichs et le deuxième voulait de l'omelette, il a fait l'omelette et le troisième voulait avec du fromage, il a fait avec le fromage. Quelquefois, quand il est très fatigué, il me dit tu dois faire quelque chose pour les trois, mais quand je dis non, je n'aime pas, moi aussi, il le fait (Permindé, femme, 38 ans, Inde, mariée, enfants, 2000, couturière).

Ici, on comprend que c'est Permindé qui s'occupe du repas principal (pour les parents surtout, qui continuent de préférer des nourritures « indiennes », c'est d'ailleurs le sens de son « je n'aime pas moi aussi », entendre les nourritures douces et « faciles » à l'occidentale) et qui prépare assez souvent d'autres menus en plus pour les enfants. Son mari entre en scène lorsqu'elle est trop fatiguée ou sans doute lorsqu'il a envie de faire plaisir à ses enfants (et à sa femme par le fait même). Le cas de ces hommes qui aident leur conjointe dans les tâches culinaires est apparu très souvent lors des entretiens. Continuons avec quelques exemples issus des discours de participants issus du sous-continent indien. L'exemple suivant est assez touchant. En effet le mari de Pritibah est végétarien, mais il prépare tout de même des plats avec de la viande pour elle quand c'est sont tour de cuisiner et ils ont adapté le médium de la pizza à leurs spécificités. Cette dernière devient en quelque sorte une métaphore de leur rencontre autour d'un même met dont une partie comporte de la viande et l'autre pas. On constate que le couple, qui n'a pas d'enfant, a tout de même adopté (et sans doute adapté) les pâtes alimentaires. On a vu précédemment que c'est elle qui prépare quotidiennement les *chapatis*. Encore une fois, le très haut niveau d'éducation et l'exposition prolongée à la société occidentale (le couple a habité en Nouvelle-Écosse et aux États-Unis avant de s'installer au Québec) sont probablement responsables du décloisonnement des rôles.

> [I]l cuisine pour moi la viande, le poulet, le poisson, il prépare pour moi, mais les deux on fait la pizza à la maison, pizza végétarienne, mais il coupe la demi-pizza avec le poisson ou avec le poulet et l'autre partie pour lui, sans viande, mais il prépare les pâtes, le spaghetti et tout. Dans le weekend, seulement lui qui prépare les repas, c'est congé pour moi. Je le fais pendant la semaine

> et lui il fait pendant le weekend (Pritibah, femme, Inde, 47 ans, mariée, sans enfant, 2003, biologie moléculaire).

Dans l'exemple suivant, Ramon déclare participer un peu aux tâches culinaires. Si l'on se reporte à notre présentation, un peu plus haut, des diverses raisons qui expliquent que ce sont encore les femmes qui assument la plus grande part de ce travail, dans ce cas-ci, ce serait parce que son épouse bénéficie de plus de temps, si l'on en croit son discours. Il y a sans doute aussi une grande part de socialisation selon les genres qui joue ici et qui fait que les femmes organisent leurs activités quotidiennes afin de ménager du temps pour s'occuper du bien-être de leur famille (le *care*). En tout cas, la conjointe de Ramon a de l'aide les samedis et prend congé de cuisine les dimanches. Cependant, Ramon semble privilégier l'option du restaurant plutôt que de se mettre lui-même au fourneau.

> Je suis marié, ma femme c'est la personne qui s'occupe de l'alimentation. Ma femme me prépare toujours le déjeuner avant de venir ici. Et aussi ma fille pour manger à midi ici, c'est facile, c'est seulement un sandwich un jour, un fruit, c'est tout, après être arrivé chez moi je mange le dîner, mais c'est un plat complet, mais j'appelle ça à midi, mais dans mon pays, s'appelle *amoilso*, mais malheureusement le midi, je prends le midi, mais pas à deux heures, je dois attendre jusqu'à à peu près quatre heures ou quatre heures trente pour prendre le vrai dîner, ici je mange quelque chose, un sandwich, un yogourt et un fruit, c'est ça. C'est du lundi au vendredi. Le samedi, j'aide ma femme pour cuisiner, pour préparer quelque chose et le dimanche quelquefois nous allons chez McDo, Kentucky, quelque chose comme ça. Le dimanche c'est congé pour la personne qui prépare la nourriture et le samedi c'est moi qui s'occupe de l'alimentation, j'essaie d'aider ma femme, mais du lundi au vendredi c'est ma femme, mais ma femme va à l'école à temps partiel, c'est-à-dire qu'elle a un peu plus de temps (Ramon, homme, 42 ans, Colombie, marié, enfant, 2007, ingénieur civil).

Mstislav lui aussi donne un coup de main les fins de semaine.

> C'est ma femme qui cuisine, mais la fin de semaine je peux cuisiner quelque chose pour toute la famille, mais ma femme cuisine une fois par deux jours, quelque chose comme ça, mais la soupe elle a préparé la fin de semaine pour 3-4 jours pour souper parce que pour mon garçon, pour toute la famille mange de la soupe, parce que c'est bon pour la santé (Mstislav, homme, 30 ans, Russie, marié, enfant, 2007, économiste).

Le mari de Rhadesha également. Remarquez qu'elle prépare une grande quantité de nourriture pour la semaine, ce qui a très rarement été déclaré par les répondants originaires du sous-continent indien qui restent très attachés (quelles qu'en soient les raisons, on a vu que ces pratiques ne relèvent pas toujours d'un consentement enthousiaste) à la préparation quotidienne de la nourriture, à la fraîcheur de la préparation. Mais Rhadesha est jeune, très éduquée et, en principe, elle se destine à une carrière scientifique, alors certains modèles normatifs sur ce que doit être une femme et sur les tâches qu'elle doit accomplir afin de

répondre à ce qui est attendu entrent en dissonance avec son projet de carrière et avec ce qu'elle perçoit sans doute de la société québécoise.

> Une fois par jour je mange du riz, mais j'ai préparé du riz, toujours j'ai préparé du riz, mais une fois par semaine j'ai préparé toute la nourriture et gardé au frigo, mais la fin de semaine, samedi et dimanche j'ai préparé la nourriture et mon mari aussi, il m'aide aussi pour préparer ça, il a coupé, moi je prépare comme ça (Rhadesha, femme, 24 ans, Bangladesh, mariée, enfant, 2006, étudiante).

Le mari de Sucheela prend quant à lui la charge des repas les fins de semaine, mais sans aide et sans recours au restaurant. Son métier de cuisinier y est sûrement pour quelque chose.

> Samedi et dimanche pour moi c'est congé parce que mon mari prépare les repas, parce qu'il est cuisinier (Sucheela, femme, 34 ans, Sri Lanka, mariée, enfants, sans formation particulière ni emploi).

On devine dans l'extrait suivant que le mari d'Ahn s'implique beaucoup dans la cuisine.

> Je suis Vietnamienne et dans ma famille, moi et mon mari, partagent... font la cuisine. Et puis, normalement, on mange des mets vietnamiens, mais en même temps on essaie de trouver d'autres, par exemple, mets italiens, pizza, spaghetti, lasagne, et puis des mets chinois, des mets grecs [...] Mon fils il ne peut pas (rires), il participe juste... il fait frire des œufs ! C'est moi et mon mari qui le fait, lui il fait la cuisine (Ahn, femme, 52 ans, Vietnam, mariée, enfant, 1990, travail en usine).

C'est assurément le cas du mari d'Éliana. Elle a par ailleurs eu un modèle familial atypique, ce qui a peut-être déterminé certains critères dans le choix de son conjoint, dont celui d'être capable de cuisiner et d'être prêt à le faire.

> Quand j'habitais dans mon pays, je ne cuisinais pas, parce que mon père faisait toujours la cuisine à la maison. Mais ce n'est pas courant dans mon pays, c'est spécial. Mon père c'est très spécial. Maintenant, je fais la cuisine, pas toujours, mais quatre ou cinq fois par semaine je cuisine. Je cuisine un jour, ensuite je réfrigère et après seulement réchauffer. Mon mari cuisine aussi, il aime bien cuisiner. Des fois je pense qu'il aime ça plus que moi (rires). Il aime les nourritures que je cuisine, parce que je cuisine bien. Je fais les recettes de ma grand-mère et de mon père aussi, et de ma mère aussi. Je peux dire que je cuisine délicieusement. Je cuisine toute la nourriture traditionnelle de mon pays, parce que toute ma famille est ici, ma mère, mes frères et sœurs, sauf mon père. Tous mes amis aiment beaucoup la nourriture de mon pays, même s'ils ne sont pas du Honduras (Éliana, femme, 25 ans, Honduras, mariée, sans enfant, 2007, sans emploi).

D'autres hommes affirment que le fait d'immigrer (avec toutes les contraintes, les changements aux modes de vie, aux revenus que cela suppose et aussi, comme on l'a vu, une charge supplémentaire de travail pour les femmes) a été responsable du fait qu'ils se sont mis à la cuisine.

> Quand j'étais en Colombie, je ne cuisinais pas beaucoup, mais depuis que je suis ici, j'essaie peut-être d'imiter la façon de cuisiner de ma grand-mère, de ma mère. J'essaie de garder la tradition familiale. Maintenant oui, on a appris à cuisiner. Quand je dis avant on essaie de préparer toutes les choses le plus naturel possible sans utiliser des produits chimiques. Par exemple on achète des lentilles, du riz, du poulet, on les cuisine à la maison avec des tomates pour donner de la saveur. C'est tout. On essaie de garder la tradition, oui parce que nous n'aimons pas beaucoup aller au restaurant. On essaie de manger le plus naturel possible (Renaldo, homme, 33 ans, Colombie, marié, sans enfant, 2009, technicien en télécommunication).

Les femmes ont également témoigné de ce fait à la place de leur mari. Dans l'extrait suivant, Suzanna montre bien ces dynamiques postmigratoires qui font que les hommes s'impliquent dans la vie familiale, dans les tâches domestiques et dans les activités liées à l'alimentation, sous peine de voir leur conjointe s'épuiser à la tâche ou de compromettre leur intégration sociale et professionnelle[166]. Bien entendu, la charge de travail est encore plus grande lorsqu'il y a des enfants.

> Et une autre chose qui a changé aussi, c'est le temps pour manger, pour dîner ou déjeuner, c'est plus différent, parce que c'est un peu seulement, tu dois manger au déjeuner quelque chose vite et pas de temps pour parler, parce tout le monde doit faire beaucoup de choses et c'est différent. Et aussi autre chose, c'est qu'ici, toute la famille doit aider plus, avant dans mon pays j'étais la personne qui fait toutes les choses pour organiser pour tout et mon mari simplement il allait travailler seulement, mais maintenant Alberto doit aider à la maison, ça été un peu difficile. Parce que je dois faire autre chose, je dois étudier, ça c'est plus important, apprendre le français pour entrer dans le milieu du travail, de la société. Mais maintenant, Alberto déjà il organise, il a découvert qu'il peut faire beaucoup de choses et déjà prépare la nourriture (rires), parce qu'il aime manger, avant il ne préparait que quelques petites choses, mais déjà il s'implique plus. (Suzanna, femme, 43 ans, Colombie, mariée, enfant, 2007, dentiste).

L'exemple de Victoria est touchant et très instructif dans la mesure où cette dernière témoigne du fait qu'elle n'a pas su s'adapter au nouvel espace alimentaire, comme cuisinière et comme responsable de la logistique alimentaire de la famille; elle est en quelque sorte dépassée par la perte des repères familiers. Remarquez les mots qu'elle choisit afin d'exprimer la transformation dans le partage des tâches survenue après la migration. Son mari met littéralement la main à la pâte pour fabriquer des *tortillas* (autre indice qui démontre l'importance de cet aliment dans la culture mexicaine et centre-américaine) et il est entré en scène pour la relever, car elle s'était en quelque sorte effondrée et ne pouvait plus faire ce

---

[166] On a vu plus tôt comment Sharmista déplorait, pour elle et pour ses consœurs originaires du Bangladesh, que le manque d'implication des hommes dans les tâches domestiques, et dans l'alimentation en particulier, constituait un frein à leur mobilité sociale et professionnelle et que cet état de fait avait des causes structurelles et idéologiques.

qu'on avait toujours attendu d'elle. Le choix des mots « entré en scène » est particulièrement éloquent dans la mesure où il révèle qu'il s'agit bien ici, en partie du moins, d'un véritable rôle au sens théâtral du terme. Ici, l'acteur de soutien (si ce n'était pas plutôt de la figuration) saisit l'occasion de prendre le premier rôle dans la cuisine.

> La nourriture, mon mari, c'est lui qui prépare la nourriture. Oui, c'est lui qui fait, qui prépare la nourriture. C'est lui qui prépare la *tortilla* avec la farine et la farine de maïs, oui, et après ça les préparations qu'on met dans la *tortilla*, c'est un mélange coréen, mexicain et espagnol aussi. Je ne sais pas, mais le but est qu'on ait les nutriments qu'on a besoin. Au Mexique, il savait déjà, mais la personne qui préparait la nourriture était moi, pas ici (rires) ! Probablement, parce que j'étais très désespérée pour préparer la nourriture, parce que je ne savais pas où trouver les choses et comme j'avais déjà commenté, je les trouvais très chères et la nourriture que j'étais habituée de manger, je ne pouvais plus les faire. C'est pour ça que je pense que mon mari est entré en scène pour me relever. Il a beaucoup plus de temps qu'avant. Il ne travaille pas. Mon mari fait les courses aussi, pourquoi, je sais pas, mais je le laisse. Pour moi, c'est bon ! (Victoria, femme, 46 ans, Mexique, mariée, enfant, 2008, avocate).

Ce cas est très chargé de significations superposées et plusieurs avenues d'analyse très riches pourraient être empruntées afin de comprendre toutes les dimensions et les dynamiques qui sont évoquées dans ce cours extrait de discours, mentionnons-en quelques-unes. Mais avant, ajoutons ce petit extrait de discours de Victoria afin d'avoir quelques éléments d'analyse supplémentaires. En fait, cet extrait vient juste avant celui que nous venons de présenter, quand elle dit qu'elle cuisine d'une certaine façon, elle parle d'elle au passé et elle parle aussi de la manière actuelle de cuisiner de son mari.

> À cause que mes grands-parents sont Coréens, j'essaie de cuisiner avec les légumes, avec le riz, c'est la base de notre nourriture le riz, c'est aussi les haricots. Nous avons aussi l'habitude de manger comme ça, d'ajouter beaucoup de légumes, à cause de la nourriture coréenne, au Mexique. Et comme je sais que la cuisine coréenne est très santé, j'essaie de le faire. Ici, pour faire la substitution de la protéine, à cause du manque de la viande ou du poulet, on ajoute les haricots, les lentilles et les choses comme ça, les légumineuses, parce qu'on peut cuisiner avec la base qui sont les tomates et les oignons, pour faire un petit mélange, après on ajoute les légumes, toutes sortes de légumes, ce que tu veux, finalement on mélange avec le riz, on fait un grand plat… Les autres sont Espagnols. Mais la nourriture espagnole, c'est très épicé, aussi la nourriture mexicaine, mais je ne peux pas manger le chili. Je ne peux pas manger avec une sensation de feu dans ma bouche (rires) ! Pour goûter la nourriture bien (ibid.).

Le thème principal de l'analyse serait celui des liens entre l'identité (une dimension personnelle d'une part et socioculturelle d'autre part) et les nourritures. Les grands-parents de Victoria étaient Coréens et ils se sont établis au Mexique; de toute évidence, leurs habitudes alimentaires ont laissé des traces (des marqueurs) dans la cuisine de Victoria, et de son mari.

Ce dernier garde quant à lui des traces de la cuisine de ses grands-parents qui étaient originaires d'Espagne. Le résultat, selon Victoria est un mélange mexicain, coréen et espagnol qui intègre, selon ce qu'elle nous dit, deux marqueurs alimentaires importants, la *tortilla* mexicaine (plus largement centre-américaine) et le riz, très présent dans l'alimentation coréenne. Cependant, Victoria n'aime pas les nourritures épicées et cela la distingue d'une bonne partie de ses compatriotes qui eux, nos participants l'ont unanimement déclaré, non seulement apprécient grandement les nourritures très épicées (le chili), mais ont souvent de la difficulté à incorporer des nourritures peu ou pas épicées (fades). Elle est donc en porte-à-faux avec les cultures alimentaires dominantes de l'espace social alimentaire mexicain. Cette identité alimentaire est de plus encore une fois soumise à de nouvelles transformations qui sont dues à la migration et au fait que certains aliments familiers ont disparu de l'offre alimentaire et qu'il faut les remplacer par d'autres.

Ce n'est pas tout. Ici les nourritures, les aliments et la division sociale des tâches sont en lien avec l'identité de Victoria et témoignent des transformations de celle-ci. Son identité de femme tout d'abord. S'il est clair que Victoria travaillait déjà au Mexique, et qu'elle occupait un bon emploi, nous le verrons tout de suite, elle devait toutefois occuper la double tâche de travailler hors de la maison et de s'occuper de la cuisine et des travaux afférents. Elle répondait ainsi à la division genrée des tâches qui continue d'être la norme dominante même dans les milieux très éduqués au Mexique[167], tel qu'en ont témoigné par ailleurs l'ensemble des Mexicaines que nous avons rencontrées et qui étaient issues des classes moyennes pour la grande majorité. Comme le fait très justement remarquer Theresa Devasahayam (2005), mais aussi Brenda Beagan et Andrea D'Sylva (2008 ; 2011) et Elisabeth L'Orange Fürst (1997), en faisant la cuisine, les femmes ne font pas que reproduire des stéréotypes, que répondre avec égards aux normes culturelles et aux circonstances sociales qui établissent leur rôle comme épouse et comme mère. Les femmes des classes moyennes (mais cela peut être vrai aussi pour d'autres femmes issues de milieux sociaux moins favorisés, notre recherche l'a montré) ont une marge de manœuvre, un espace de liberté au niveau de la cuisine et plus largement dans l'espace domestique qui leur permet d'utiliser cette activité afin de réinterpréter les

[167] Nous verrons cependant une exception un peu plus bas qui est liée à la fois à l'importance pour cette femme (Raquel) de sa vie professionnelle et à ses talents culinaires « limités », au dire de ses propres enfants.

attentes culturelles (« cultural expectations ») par rapport à ce que cela veut dire d'être une femme. Ainsi, nous ne voulons pas établir de dichotomie entre un « avant » fait de soumission à un ordre patriarcal immuable et un « après » fait d'ouverture à une « modernité » et à un partage équitable des tâches. Une fois immigrée cependant, Victoria désire affirmer une autre dimension de son identité féminine, en refusant dorénavant la double tâche, en ne mobilisant plus la cuisine dans la mise de l'avant de son identité professionnelle et de femme autonome intégrée à la société québécoise.

C'est également son identité liée à son statut social. En effet, Victoria est avocate et, au Mexique comme au Québec, la profession d'avocat est élevée dans la hiérarchie des professions, le salaire ainsi que le style de vie qui accompagne en général la pratique de cette profession est socialement enviable, la profession permettant du moins d'avoir accès et de faire usage de différents marqueurs de différences sociales tels que la propriété, les vêtements, les loisirs, l'éducation des enfants (les écoles), le niveau de langage, les consommations culturelles et, bien entendu, les consommations alimentaires. Victoria et sa famille pouvaient aisément se procurer les aliments et les produits alimentaires qu'ils désiraient. Cependant, on comprend par son discours que ce statut (et l'identité qui lui est associée) s'est passablement transformé et que, comme la plupart des immigrants que nous avons rencontrés, elle vit une situation de déqualification professionnelle et une baisse marquée de son pouvoir d'achat. En effet, son mari cherche à remplacer la viande par d'autres sources de protéines, comme les légumineuses, déjà présentes dans l'alimentation mexicaine, mais sous forme d'accompagnement et non comme source principale de protéines. Il cherche donc à remplacer la viande, car on peur lire en sous-texte que la viande est dorénavant trop chère pour faire partie de la diète quotidienne et que la famille doit effectuer des transformations. C'est sans doute une des raisons qui a participé au fait que Victoria a abandonné la cuisine, ayant perdu ses repères et devant faire la cuisine sans ce marqueur de statut social très puissant que constitue la viande, et particulièrement les viandes rouges plus chères et plus prestigieuses.

Il aurait été intéressant d'avoir le témoignage de son mari afin de pouvoir comprendre quels sont les liens entre sa cuisine et les transformations à son identité d'homme. Car on peut légitimement émettre l'hypothèse que son rôle familial, social et culturel s'est lui aussi

considérablement transformé et que ses rapports à la cuisine et à l'alimentation en général témoignent de ces transformations.

Certains hommes se mettent à la cuisine, mais les résultats ne sont pas toujours du goût des autres membres de la famille. Dans l'exemple suivant, on peut émettre l'hypothèse que la famille avait une bonne au Pérou (leurs salaires et statuts permettaient de payer de tels services). C'est ce qui explique que l'épouse de Gabriel ne possédait pas beaucoup de savoir-faire. On peut supposer que puisqu'il s'est autant impliqué au début de la migration, il assume maintenant certaines tâches liées à l'alimentation (il nous a confié faire les courses régulièrement).

> Au Pérou il y a beaucoup de plats, beaucoup de plats typiques dans chaque région du pays, mais le problème c'est que ni ma femme ni moi on peut cuisiner bien, alors les premiers mois à Montréal j'ai essayé de cuisiner, mais ma famille n'était pas contente. Alors ma femme fait la cuisine maintenant plus mieux que moi, mais elle fait des expériences, elle ne suit pas les recettes très bien, alors la nourriture c'est délicieux, ça c'est la chose la plus importante pour moi (Gabriel, homme, 43 ans, Pérou, marié, enfants, 2007, formation en droit, a travaillé comme avocat et professeur d'anglais au Pérou).

Mais parfois c'est le cas de la mère, mais c'est beaucoup plus rare.

> Au Mexique, je ne cuisinais pas tous les jours… Quand je sortais du travail, je passais à l'école chercher mes filles et après dans la rue de chez moi, il y a un restaurant et on mangeait là deux à trois fois par semaine. J'achetais quelque chose pour manger et trois ou quatre fois je faisais moi-même à manger. Ici, c'est pareil, j'aime la cuisine, mais je ne cuisine pas bien… Ici, mes filles, Maria, elle cuisine beaucoup de choses, mais moi non parce que… les trois filles cuisinent beaucoup, parce qu'elles disent que la cuisine c'est interdit pour moi ! (Raquel, femme, 44 ans, Mexique, monoparentale, 2006, licence en communication).

Le mari d'Ouma est assurément assez engagé et cette participation semble intégrée, mais comme une grande partie des hommes qui participaient aux discussions (ou les maris des participantes, selon les déclarations de ces dernières), leur implication en est une d'aide ou parfois de remplacement afin de donner du repos à la cuisinière où lorsque celle-ci est dans l'impossibilité de cuisiner. Ils assistent celle qui sait, celle qui a la vision de ce qu'il faut faire (parce qu'elle y a pensé, réfléchi et parce qu'elle possède le savoir-faire, elle maîtrise bien ces techniques du corps que constituent l'ensemble des gestes de la cuisine). Les femmes demeurent très souvent, en dernière instance (pour paraphraser Althusser), les responsables du bien-être physiologique, psychosocial et émotionnel de la famille (DeVault, 1991 ; Gilligan, 2008 ; Harbottle, 2000 ; Kaufmann, 2005, 2007).

> Mes enfants, mon mari, oui, tous les jours. Quand je suis dans la cuisine, si mon mari ne fait pas quelque chose de spécial, il va rentrer et m'aider, il va faire la salade avec moi, nettoyer, dis-moi ce que je peux faire… Et pour les courses aussi, oui, mon mari et moi. Mes enfants sont occupés avec les choses à la maison (Ouma, femme, 40 ans, Pakistan, mariée, enfants, 2001, baccalauréat en économie domestique, superviseure compagnie financière).

C'est également le cas de Wei que nous avons déjà rencontré.

> Par exemple, ma femme quand elle cuisine, je dois préparer beaucoup de choses, il faut peler, nettoyer, il faut préparer, alors toujours je me dis que je suis l'assistant de ma femme (rires), ma femme est comme chef de cuisine. Mais en Chine, pas besoin, on cuisinait si peu, on peut acheter les choses semi-préparées et c'est plus facile, il faut seulement réchauffer à la maison, mais ici non et les choses semi-préparées c'est plus cher (Wei, homme, 36 ans, Chine, marié, sans enfant, 2007, formation en finance, fonctionnaire et enseignant à l'université en Chine).

8.2.7 Quand certains hommes s'occupent intensivement de la cuisine

Cependant, les entretiens ont révélé qu'il arrive parfois que les hommes soient ceux qui s'occupent majoritairement de la cuisine. Voici un florilège d'extraits de discours éloquents à cet effet. Tout d'abord, il y a ceux qui aiment cuisiner, mais dont l'épouse n'aime pas cuisiner.

> Avec mon mari on aime beaucoup manger, mon mari il aime beaucoup la cuisine, faire la cuisine. Il fait la cuisine plus que moi parce que pour moi non je n'aime pas beaucoup, mais je le fais de toute façon (Sandy, femme, 36 ans, Colombie, mariée, enfants, 2008, physique appliquée à la médecine).

> Nous faisons chez moi une planification, c'est mon mari qui fait ça, mais du lundi au vendredi il le fait parce que je ne sais pas cuisiner et je n'aime pas la cuisine aussi, il fait la cuisine, mais il fait tous les jours un plat différent [...], mais pendant les weekends. Il fait beaucoup d'efforts il fait très bons repas pendant le weekend, le samedi et le dimanche (Daniella, femme, 39 ans, Cuba, mariée, enfant, 2007, médecin).

> J'adore manger, mais je déteste la cuisine, c'est mon mari qui prépare la nourriture pour nous. Habituellement, chez nous, nous mangeons presque la même chose que dans notre pays. Il y a quelques légumes que mon mari utilise maintenant parce qu'ils sont nouveaux pour nous, mais normalement habituellement nous mangeons de la même chose, sauf que c'est difficile de trouver la viande. Il y a de la viande, mais pas la viande comme notre pays (Rita, femme, 35 ans, Uruguay, mariée, enfants, 2009, professeur de mathématique au secondaire).

> Parce que j'aime cuisiner, j'ai quitté la maison quand j'avais 18 ans, j'habitais seul, j'avais pas le choix, et c'est la place unique où je peux rester seul parce que ma femme n'aime pas cuisiner, c'est ma place (Yvan, homme, 33 ans, Bulgarie, marié, enfant, 2009, chimiste industriel).

D'autres le font pour des raisons d'ordre pragmatique et non parce que la conjointe n'aime pas cuisiner.

> Le soir, généralement, c'est mon mari qui s'occupe du souper ou parfois quand on n'a pas le temps aussi c'est avec quelque chose déjà moitié prêt, on chauffe comme ça, mais c'est rare, ce n'est pas souvent. Le soir, pendant que les enfants soupent, je commence à préparer le dîner pour le lendemain, je ne peux pas manger avec tout le monde parce qu'aussi j'ai commencé à préparer les devoirs pour mes trois enfants, quand les enfants mangent, donc souvent je vais manger toute seule, quand les enfants sont déjà au lit. C'est comme ça, j'ai trouvé c'est vraiment, c'est un grand changement, je n'avais pas le choix, même mon mari n'aime pas, je n'ai pas le choix. Puis le repas pour moi c'est ça, on fait différents repas, parce que mon mari aime cuisiner, changer d'assiette, de repas, moi c'est facile d'accepter toutes les choses [...] C'est ça, je me sens un peu, je suis un peu loin de la table avec les enfants, mais c'est comme ça parce que pour moi je peux comprendre les choses de l'école, je dois étudier avant les enfants, donc c'est la vie ici (Tsin, femme, 40 ans, Chine, mariée, enfants, 1993, biologie moléculaire).

> Le souper, c'est la cuisine chinoise, c'est mon mari qui fait à la maison (rires). Oui, j'aime manger, mais je fais mal la cuisine. Pour moi, euh, en Chine, je n'ai jamais cuisiné en Chine [...] Mon mari il cuisine rapidement, c'est pourquoi c'est lui qui fait toujours la cuisine, mais le goût pas très bien [...] Ici, ça ne chauffe pas assez, le feu est moins fort, c'est une des raisons, mais il y a une autre raison technique, technique du chef (rires) ! (Chuntsié, femme, 35 ans, Chine, mariée, enfant, 2001, comptable).

Et puis il y a ceux qui n'ont pas dit s'ils aimaient ou non ce travail, mais qui le font consciencieusement tout en sachant que cela permet au conjoint de se consacrer à autre chose ou de faire valoir une autre identité.

> Pour moi tous les jours ce n'est pas la même chose que je mange. Je fais ça tous les jours dans ma maison. Ma femme cuisine parfois, mais pour le moment c'est moi qui fais la cuisine. Je fais toutes les choses, je fais nettoyeur, je fais toutes les choses (Singchu, homme, 53 ans, Chine, marié, enfant, 1997, administrateur).

La petite discussion suivante entre participants est aussi instructive, elle a eu lieu entre : Diego, un homme de 38 ans, originaire du Mexique, marié avec des enfants, arrivé en 2006, criminologue dans son pays d'origine; Luz, une femme de 35 ans, originaire du Mexique, mariée avec des enfants, arrivée en 2009, avec une formation en ingénierie industrielle et en développement organisationnel et qui a travaillé en ressources humaines.

> Diego : Je fais la nourriture tous les jours pour ma famille.

> Luz : Mais ta femme ne t'aide pas pour faire la cuisine?

> Diego : Euh, non, parce qu'elle a décidé d'étudier la médecine nucléaire et c'est très absorbant. Et, j'ai décidé d'aider parce qu'elle finit...

> Luz : Mais, c'est étonnant pour moi, parce que même quand j'ai décidé d'étudier en maîtrise, c'est ma décision bien sûr, mais aussi je devais faire la cuisine. Mon mari, jamais qu'il va faire la cuisine (rires) ! C'est moi qui dois faire ça !

> Autre participante : Il ne t'aide pas?

Luz : Non, bien sûr que non. Il est Mexicain, alors je suis vraiment fière de toi !

En conclusion, on a pu constater que même si ce sont les femmes qui font encore la majeure partie du travail lié à l'alimentation, et particulièrement la cuisine, les résultats du questionnaire autant que ceux des entretiens montrent des situations assez diversifiées et des réalités plus complexes. On peut avancer l'hypothèse que l'origine sociale, la culture de classe et le niveau d'éducation ont joué un grand rôle dans le fait que les hommes prennent part aux tâches culinaires et qu'ils ne considèrent pas (et très majoritairement) que la cuisine est une activité spécifiquement féminine. Nous avons vu aussi que le fait d'immigrer apportait de nombreux changements dans les modes de vie des immigrants et que les femmes sont en général plus occupées par les tâches domestiques en général (bien qu'elles s'impliquent un peu moins dans la cuisine) et par les activités à l'extérieur de la maison qu'elles ne l'étaient avant d'immigrer. Ainsi, les hommes sentent une forte pression pour une plus grande implication. Un grand nombre semblent répondre positivement à cet appel, prenant même parfois le rôle principal. Il semblerait également que les hommes et les femmes sont perméables aux modèles normatifs et aux pratiques qu'ils observent dans la société québécoise et que celle-ci leur apparaît plus égalitaire entre les hommes et les femmes et que cette égalité formelle se traduit par un partage moins désavantageux pour les femmes.

Si une analyse des pratiques alimentaires et plus particulièrement des pratiques culinaires en termes de rôles sociaux nous a permis de poser le problème de la division des tâches en fonction des genres, cette manière de le poser, qui très répandue en sociologie, est limitative et insuffisante. Elle est cependant, rappelons-le encore, tout à fait nécessaire et fascinante dans son dévoilement de la puissance des idéologies, particulièrement à « invisibiliser » les rapports de pouvoirs et de domination et à faire apparaître des construits sociaux comme des choses « naturelles ». Nos résultats de recherche ont montré des différences substantielles avec ceux par exemple de Nickie Charles et Marion Kerr, de même qu'avec ceux de Marjorie DeVault et d'Anne Murcott qui constituent les trois enquêtes qui ont fait autorité en la matière et dont les résultats ont été vérifiés dans de nombreuses autres recherches (Arrighi et Maume Jr, 2000 ; Carrier et Davies, 1999 ; Kemmer, 1999 ; Kemmer *et al.*, 2002 ; Lake *et al.*, 2006 ; Sullivan, 2000 ; Warren, 2003). On pourrait cependant encore conclure, mais avec des nuances considérables, que les femmes sont encore soumises

à un rôle de « nourricières » et de réservoir de travail gratuit, mais que les formes de cette soumission se sont transformées afin de devenir socialement plus acceptables.

Le danger ici, en insistant sur les rôles et la question de la domination, est d'effectuer une objectivation implicite des agents sociaux, plutôt que d'écouter ce que les femmes et les hommes disent de ce qu'elles (ils) font, les significations qu'ils donnent aux gestes de la cuisine et à la planification des repas, et comment cela peut être lié à la performance d'une identité consentie ou construite. Une analyse strictement en terme de rôles sociaux étiquette les femmes qui cuisinent la plupart du temps « comme des objets de l'idéologie patriarcale et conclue que leurs pratiques liées à l'alimentation contribuent à la reproduction du patriarcat » (L'Orange Fürst, 1997, p.443. Notre traduction). Cela s'appuie aussi sur la constatation que les choix alimentaires des femmes sont la plupart du temps restreints par le fait que ces dernières veulent plaire à leur mari sans avoir de contrôle sur les nourritures que mangera la famille. « Elles portent la charge de faire les courses afin d'acheter la nourriture et de la cuisiner, mais la plupart d'entre elles font tout cela à l'intérieur de rapports sociaux structurés de telle sorte que ceux-ci leur dénient le pouvoir » (Charles et Kerr, 1988, p.40. Notre traduction). Un certain nombre de théoriciennes, et peu de théoriciens il est vrai (Beagan *et al.*, 2008 ; D'Sylva et Beagan, 2011 ; Harbottle, 2000 ; L'Orange Fürst, 1997 ; Ray, 2004), admettent que le travail de la cuisine, au contraire, est porteur de potentiel positif qui est intimement connecté à l'identité et à la rationalité féminine – Carol Gilligan (2008) parle d'une « moralité » portée par les femmes dans le travail des soins attentionnés, de la sollicitude envers les autres. Ces chercheuses avancent – mais aussi Krishnendu Ray (2004), qui est un homme – chacune à leur manière, que le travail de la cuisine et plus largement des soins est central dans l'affirmation (et la performance) d'une identité de genre, que le travail (au sens large) qu'un individu réalise joue un rôle majeur dans la construction et l'affirmation de l'identité qui est la sienne. Concentrons-nous maintenant sur les significations que donnent nos répondants et nos participants aux gestes de la cuisine.

8.3 Significations de la cuisine

8.3.1 La cuisine, corvée ou plaisir?

Une première étape dans une analyse qui tente de dépasser un cantonnement dans les rôles sociaux nous semble être celle de demander aux acteurs comment ils qualifient les tâches liées à l'alimentation et plus particulièrement à celle de la cuisine. Débutons tout d'abord par une question à plusieurs volets du questionnaire à propos de ce que représente pour eux l'activité de la cuisine. Rappelons que seulement 1,6 % des femmes ne cuisinent jamais, contre 8,8 % des hommes; ce sont seulement ces individus qui n'ont pas répondu aux questions concernant le travail de la cuisine. Voici un tableau synthétique des résultats obtenus.

Tableau 8.6 Réponses aux énoncés proposés pour la question « Est-ce que faire la cuisine pour vous c'est plutôt... ». Résultats exprimés en %

	Pas du tout	Un peu	Plutôt	Beaucoup
Une corvée la plupart du temps	43,3	37,3	11,3	8
Un plaisir la plupart du temps	17,6	29,6	39,5	14,3
Un don de soi	31,3	25,3	30	13,3
Un devoir	20,5	32,1	24,4	23,1
Un témoignage d'amour (hommes)	28,9	34,2	34,2	2,6
Un témoignage d'amour (femmes)	25	31,2	22,4	22,4
Une tâche nécessaire qui peut parfois être agréable	8,2	20,9	44,9	25,9
La transmission d'un héritage et d'un patrimoine	38,3	27,3	21,4	13

Mentionnons d'entrée de jeu qu'il n'y avait pas de différences significatives selon les genres sauf pour le témoignage d'amour, c'est pourquoi nous donnons ici les résultats séparément pour les femmes et pour les hommes. Il n'y avait pas de différences non plus selon les régions d'origine. Soulignons aussi qu'une définition du terme « corvée » était fournie dans le questionnaire afin d'éviter toute variation dans l'interprétation de ce terme qui pourrait être vague ou mal compris d'individus ne maîtrisant pas très bien la langue. Nous

avions défini une corvée comme un « travail ennuyeux que l'on ne peut éviter de faire ». On voit d'emblée et sans ambiguïté que les répondants ne se reconnaissent pas du tout dans cette définition de la cuisine. Ainsi 80,6 % ne sont pas du tout d'accord (43,3 %) ou sont un peu en désaccord (37,3 %) avec cet énoncé. Une mince majorité pense plutôt que c'est un plaisir la plupart du temps (53,8 %), au quotidien et non seulement sur une base festive ou strictement gastronomique.

Par contre, pour ce qui est du don de soi (43,3 % plutôt et beaucoup) et du témoignage d'amour (44,8 % plutôt et beaucoup), les opinions sont un peu plus mitigées, mais ces proportions sont tout de même importantes compte tenu de ce qu'impliquent symboliquement et émotionnellement de telles positions (on serait tenté de dire postures) face à la cuisine. Cependant, pour la dimension du don de soi, on constate que bien que le total des « plutôt » et des « beaucoup » soit à peu près équivalent, la « force » avec laquelle les répondants se sont exprimés est plus mitigée (13,3 % de beaucoup) que pour celle du témoignage d'amour chez les femmes. Il est intéressant de constater que pour le témoignage d'amour, les hommes ne sont que 2,6 % à répondre beaucoup tandis que les femmes étaient 22,4 % à le faire. Ainsi, plus d'une femme sur cinq se dit convaincue qu'amour et cuisine quotidienne entretiennent des liens très puissants et cela n'est pas surprenant si l'on se réfère à la présentation et à l'analyse des résultats à propos de la construction de la famille par l'alimentation et les repas. Il est clair en tout cas que les hommes et les femmes se distinguent sur ce point, et surtout sur la force avec laquelle les femmes déclarent qu'elles sont très d'accord (beaucoup) avec le fait que faire à manger est un témoignage d'amour. Nous verrons plus loin que c'est peut-être parce qu'elles considèrent que c'est un moyen non seulement de le transmettre (l'amour), mais aussi de l'enseigner et de l'entretenir. Nous entrerons dans une analyse plus détaillée de cette question à l'aide des discours des entretiens un peu plus loin.

Ajoutons un dernier commentaire à propos de la question du don de soi. L'énoncé tel qu'il est formulé mesure plutôt quelque chose qui se rapproche de la notion de sacrifice ou de dévouement. Nous avançons ici l'hypothèse que si cet énoncé avait été formulé autrement, par exemple « pour moi, la cuisine c'est un don, un cadeau que je fais aux autres », les résultats auraient été forts différents et qu'une plus grande part de femmes aurait répondu « plutôt » et « beaucoup ». C'est en tout cas une hypothèse légitime quand on regarde les

résultats des questions « Ce que je prépare à manger est influencé par l'envie que j'ai de faire plaisir aux autres » et « Préparer à manger pour quelqu'un est une façon de lui montrer ce que l'on ressent pour lui (elle) », résultats que nous analyserons d'ailleurs un peu plus loin. Ainsi, il y a lieu de ne pas confondre ici le « don de soi » et la cuisine « comme un don ». Cette question de la cuisine « comme un don » sera elle aussi analysée en détail un peu plus loin. Poursuivons l'analyse des résultats du tableau 8.6.

C'est sans doute la dimension du devoir qui est le plus en lien avec les rôles sociaux, et plus précisément avec une normativité ou même une dimension morale, la notion de devoir renvoyant à une obligation qui dépasse la volonté individuelle et qui suppose également une certaine conformité à un ordre, à un rôle, et qui fait référence aussi à une notion de contrainte. Ici, les proportions de ceux qui répondent plutôt et beaucoup sont en deçà d'une majorité simple (47,5 %) et assez proches des résultats observés pour la dimension du témoignage d'amour chez les femmes (44,8 %). Il faut dire toutefois qu'ici l'alimentation révèle une part de l'ambivalence qui la constitue. Elle est d'une part ce qui maintient la vie et la santé (matérialité, nutriments). Lorsque des individus sont rendus socialement responsables de cette vie et de cette santé (par l'alimentation des enfants, du mari et parfois aussi des parents plus vieux, des voisins, oncles ou tantes[168]), bien entendu la dimension du devoir à l'égard de ceux qui reçoivent les « soins » prend une grande importance. Il est intéressant de relever qu'il y a des différences significatives dans les réponses entre ceux qui ont des enfants à la maison et ceux qui n'en ont pas. Ainsi, pour ceux qui ont des enfants, ils sont 54,7 % (plutôt 25,8 %, beaucoup 28,9 %) à être d'accord que c'est une forme de devoir. Pour ceux qui n'en ont pas (ou qui ont quitté la maison), ils sont 35,6 % à répondre de la même façon. Il est donc clair que le fait d'avoir des individus qui dépendent de soi joue un rôle sur la représentation qu'un individu se fait de l'alimentation et sur ses significations. L'alimentation est aussi un symbole, un médium à forte teneur symbolique qui permet, entre autres, de produire et de maintenir des liens sociaux avec les mêmes personnes qui sont l'objet de sollicitude. L'alimentation est

[168] On nomme généralement ceux (et surtout celles) qui assument ces tâches et ce rôle des « aidants naturels ». Cette pratique, bien que répandue dans les pays industrialisés et « riches », est encore plus répandue dans les pays où la prise en charge institutionnelle de la perte d'autonomie (par l'État et par le truchement d'un service public et d'un service privé) est beaucoup moins, voire pas du tout, développée. Ainsi, il n'est pas rare qu'une femme doive préparer à manger pour d'autres personnes que celles qui constituent sa famille immédiate (nucléaire).

médiatrice de significations, qui peuvent contenir celle du devoir, mais aussi plusieurs autres comme le plaisir, les émotions, le partage, l'identité, etc. Cette polysémie de l'alimentation, à savoir cuisine et acte social de manger, explique pourquoi une minorité seulement de répondants a répondu que faire la cuisine était un devoir ou en partie un devoir.

Une large majorité s'est ralliée à la proposition « une tâche nécessaire qui peut parfois être agréable » à hauteur de 70,8 % (« plutôt » et « beaucoup »), mais il faut dire que c'était la proposition la plus « médiane », la plus « molle », celle qui risquait le plus d'emporter une large adhésion, car elle est assez neutre. Elle décrit la tâche comme nécessaire, ce qui difficilement contestable, à moins qu'un individu soit disposé à dépendre majoritairement de l'offre alimentaire externalisée, et comme parfois agréable. On l'a vu, comme ils ne considèrent pas le travail de la cuisine comme une corvée, on pouvait s'attendre à ce qu'ils le trouvent au moins parfois agréable.

Pour ce qui est de la dimension de la transmission d'un héritage et d'un patrimoine, nous avions formulé l'hypothèse que cette dimension serait mise en valeur du fait de la place qu'occupent la cuisine et les spécificités d'un style culinaire et plus largement d'un modèle alimentaire dans la culture matérielle des immigrants. Dans les faits, les résultats obtenus montrent qu'un peu plus d'un tiers, soit 34,4 %, répondent « plutôt » (21,4 %) et beaucoup (13 %). C'est tout de même une assez bonne proportion, mais nous attendions des résultats plus élevés. En fait, il faut sans doute mettre ces résultats en rapport avec ceux obtenus sur les liens entre les préférences alimentaires et l'identité. En effet, on se souviendra que lorsque nous avions demandé aux répondants s'ils continuaient à manger selon leur style alimentaire prémigratoire parce que cela faisait partie de leur identité, 30,3 % ont répondu plutôt et beaucoup. En fait, il est probable qu'ils aient répondu de cette façon parce qu'au quotidien, ils n'ont pas l'impression d'être en train de transmettre un héritage et un patrimoine d'une manière consciente et volontaire, mais qu'ils songent plutôt aux côtés fonctionnels de l'acte de cuisiner, à la nécessité de la tâche et aux dimensions émotionnelles liées au partage de la nourriture. Il est possible que pour une majorité, la cuisine demeure, dans le répertoire des pratiques culturelles, un « art mineur », une tâche de la vie quotidienne qui n'est pas élevée au statut d'un héritage ou d'un patrimoine culturel. Mais cela ne veut pas dire que les répondants ne désirent pas transmettre leur savoir culinaire à leurs enfants comme le

démontrent les réponses à une question spécifique destinée à mesurer ce phénomène. Ainsi, à l'énoncé « J'aimerais transmettre mon savoir culinaire à mes enfants », les réponses ont été les suivantes : « assez d'accord » 39,9 % et « très d'accord » 34,5 %, ce qui donne une très large majorité de 74,4 % qui désirent transmettre leur savoir culinaire. Le fait qu'ils ne considèrent pas cette transmission comme celle d'un héritage, mais plutôt d'un savoir pratique s'explique sans doute parce que cette transmission prend la plupart du temps des aspects informels et qu'elle se poursuit quand les enfants ont quitté la maison selon des résultats de recherches menées sur des populations non migrantes (Loisel *et al.*, 2004 ; Strigler, 2006). Cependant, nous avons constaté ces pratiques chez des immigrants adultes qui demandaient conseil à leur mère ou à leur tante demeurées au pays. Donc, la cuisine quotidienne n'est pas vécue comme la transmission d'un héritage, mais cela n'implique pas que les répondants considèrent que la cuisine ne constitue pas un héritage à transmettre. Simplement, ils comprennent cet héritage plutôt comme un savoir, un savoir-faire et un ensemble de valeurs. Notre outil de mesure arrive ainsi à faire apparaître des subtilités et permet de nuancer ou de contextualiser certains résultats.

8.3.2 La question du plaisir et de la créativité

Nous avons également posé d'autres types de questions destinées à mesurer d'autres dimensions de la perception de la cuisine et des rapports que l'individu entretient comme sujet à la cuisine. Les répondants étaient ainsi invités à s'exprimer en quelque sorte au « je » et à établir ou non des liens entre la cuisine et certaines dimensions de la subjectivité. Évidemment, les résultats obtenus pour cette partie du questionnaire seront à mettre en rapport avec les résultats que nous venons de présenter à propos de ce qu'est pour eux la cuisine. En voici une présentation sous forme d'un tableau synthétique.

Tableau 8.7 Les dimensions du plaisir liées au travail culinaire, la question de la transmission intergénérationnelle et les liens entre la cuisine et la transmission des émotions. Résultats exprimés en % (les résultats des 2e, 3e et dernier énoncés sont ventilés en raison d'une différence significative entre les groupes)

	En désaccord	Un peu en désaccord	Assez d'accord	Très d'accord
J'ai du plaisir à faire la cuisine	9,2	25,9	28,2	38,7
Je cuisine pour me faire plaisir	Seul : 0 CSE : 10,8 CAE : 29,2	Seul : 36,8 CSE : 18,9 CAE : 17,9	Seul : 21,1 CSE : 37,7 CAE : 40,6	Seul : 42,1 CSE : 32,4 CAE : 12,3
Ce que je prépare à manger est influencé par l'envie que j'ai de faire plaisir aux autres	H : 12,2 F : 13,2	H : 30,6 F : 16,6	H : 38,8 F : 37,2	H : 18,4 F : 33,1
La cuisine est une façon d'exprimer ma créativité	17,3	18,5	36,9	27,4
J'aimerais transmettre mon savoir culinaire à mes enfants	12,2	13,5	39,9	34,5
Je pense que mes enfants ne seront pas vraiment intéressés par ce savoir	27,9	33,6	25,7	12,9
Préparer à manger pour quelqu'un est une façon de lui montrer ce que l'on ressent pour lui (elle)	17,4	22,7	40,7	19,2
En général, je fais la cuisine comme ma mère me l'a montrée	H : 8,5 F : 11,9	H : 38,3 F : 18,6	H : 36,2 F : 34,7	H : 17,0 F : 34,7

Les réponses à deux questions ont montré des différences significatives selon les genres et une seule selon le type de ménage, c'est pourquoi ces résultats sont présentés séparément. Les évaluations du premier énoncé, « j'ai du plaisir à cuisiner » montrent bien qu'une analyse ou une compréhension de l'acte culinaire seulement sous l'angle des rôles genrés et de la cuisine comme un des lieux de l'oppression des femmes est limitative et que la dimension du plaisir est très présente dans l'acte de cuisiner. En effet 66,9 % des répondants disent qu'ils sont assez d'accord (28,2 %) avec cet énoncé et même très d'accord à hauteur de 38,7 %; rappelons qu'il n'y a pas de différences entre les hommes et les femmes. Ce sont tout de même les 2/3 des répondants qui déclarent prendre du plaisir à cuisiner, soit une proportion très élevée.

Un autre énoncé porte également sur les liens entre l'acte de cuisiner et le plaisir. Cette fois, il s'agit d'évaluer non pas le plaisir que le répondant prend à faire la cuisine pour les autres, mais plutôt d'évaluer s'il (elle) éprouve du plaisir en cuisinant. Nous voulions mesurer les écarts possibles entre le plaisir de cuisiner pour les autres et le fait de se faire plaisir par la cuisine indépendamment du fait que le repas soit destiné aux autres, à soi-même ou aux deux. Il y a en effet des écarts entre les réponses aux deux questions selon les groupes, mais de plus, comme nous l'avions annoncé, des différences significatives sont apparues entre les groupes selon le type de ménage, c'est-à-dire selon que les individus vivent seuls (ou en colocation), en couple sans enfant (CSE) et avec enfant (CAE). Ces différences se manifestent entre les groupes « seul » et CAE d'une part et entre les groupes CSE et CAE d'autre part. Les différences des résultats entre les monoparentaux et les couples avec des enfants ne sont pas significatives. Reproduisons la partie du tableau afin de faciliter la lecture.

Tableau 8.10 Les réponses à l'énoncé « je cuisine pour me faire plaisir » selon les types de ménages. Résultats exprimés en %

	En désaccord	Un peu en désaccord	Assez d'accord	Très d'accord
Seul	0	36,8	21,1	42,1
CSE	10,8	18,9	37,7	32,4
CAE	29,2	40,6	40,6	12,3

Il est aisé de constater que les personnes qui vivent seules sont nombreuses à répondre qu'elles cuisinent pour se faire plaisir à hauteur de 63,2 %. De cette proportion, 42,1 % mettent beaucoup d'emphase dans leur réponse. Il est intéressant de relever qu'aucun répondant n'a déclaré être en désaccord avec l'énoncé, ce qui contraste grandement avec les 29,2 % de répondants vivant dans un ménage avec des enfants qui déclarent être en désaccord. La comparaison entre les résultats de ceux qui vivent seuls et ceux qui vivent en couple sans enfant(s) (CSE) est instructive : on voit en effet que les répondants du groupe CSE cuisinent pour se faire plaisir dans des proportions plus élevées (70,1 %) que ne le font les répondants vivants seuls. Sans doute quelque chose lié à la vie de couple sans obligations à l'égard des enfants joue un rôle ici, de même que le fait que les personnes seules, bien que

n'ayant pas d'obligation à l'égard d'un conjoint ou d'enfants, peuvent trouver que l'acte de manger prend souvent une dimension fonctionnelle, parce qu'elle est privée de la dimension du partage, de la commensalité qui, en elle-même, est source de plaisir.

Dans le cas des hommes mariés, il est probable que leur rapport à ce plaisir soit différent de celui des femmes[169] dans la mesure où ils cuisinent moins souvent (voir la section 8.2 sur les rôles); ils sont donc susceptibles de le faire pour le plaisir ou lorsqu'ils en ont envie plus souvent que les femmes qui assument ce travail la majeure partie du temps et qui, dans certains cas, se font plaisir en faisant plaisir aux autres.

Les répondants qui déclarent cuisiner pour se faire plaisir dans une moindre proportion sont ceux qui vivent dans un ménage où les deux parents sont présents avec un ou des enfant(s). En effet, en additionnant les réponses « d'accord » et « très d'accord », on obtient 52,9 %, ce qui est encore une proportion très élevée dans la mesure où la question mesurait le rapport au plaisir à soi-même d'une manière générale et non à des moments particuliers. Remarquons que seulement 12,3 % des répondants du groupe CAE se disent très d'accord avec l'énoncé, tandis que 32,4 % le sont pour les CSE et 42,1 % pour les « seul ». Ces résultats sont très compréhensibles dans la mesure où lorsqu'une personne cuisine pour toute une famille (en majorité des femmes, rappelons-le), la préoccupation de plaire à tous, ou enfin au plus grand nombre possible, suppose de faire des compromis et de faire passer souvent son plaisir personnel après celui des autres. Nous avons vu dans les sections précédentes que pour les femmes, faire plaisir aux autres membres de la famille (et souvent à des groupes plus larges) par la médiation de la nourriture était une pratique très répandue ainsi qu'une gratification et une source de plaisir pour elles. C'est en tout cas ce qu'on peut interpréter en comparant ces résultats à ceux obtenus pour l'énoncé « J'ai du plaisir à faire la cuisine » pour les femmes seulement (pas de différences significatives avec les hommes, mais une légère tendance à se prononcer plus fortement en faveur de l'énoncé). Le total des « assez d'accord » (29 %) et des « très d'accord » (38,7 %) s'élevait dans ce cas à 67,7 %.

---

[169] Bien qu'ils n'affichent pas de différences significatives, cela ne veut pas dire qu'ils n'accordent pas de significations différentes au fait de cuisiner pour se faire plaisir.

Ces résultats sont aussi à mettre en lien avec ceux obtenus pour deux autres énoncés destinés à affiner la compréhension de ce phénomène. À l'énoncé « ce que je prépare à manger est influencé par l'envie que j'ai de faire plaisir aux autres », les résultats sont révélateurs d'une tendance assez forte, mais ne présentent toutefois pas de différences significatives selon les genres. Les femmes se disent « assez d'accord » dans une proportion de 37,2 % et « très d'accord » dans une proportion de 33,1 % pour un total de 70,3 %, ce total pour les hommes étant de 57,2 %. Remarquons aussi que les hommes ne sont ici que 18,4 % à se dire « très d'accord », soit presque deux fois moins que les femmes. De plus, si l'on présente les résultats pour l'énoncé « Préparer à manger pour quelqu'un est une façon de lui montrer ce que l'on ressent pour lui (elle) », les liens entre la cuisine, le don et l'envie de faire plaisir deviennent encore plus manifestes. Ainsi, 59,9 % sont « assez d'accord » (40,7 %) et « très d'accord » (19,2 %) avec l'énoncé, ce qui montre que cela n'est pas une vision uniquement « féminine » des liens entre la cuisine et la communication des émotions ou des sentiments. Cependant, bien qu'il n'existe pas de différences significatives selon les genres, la répartition des réponses selon les genres est intéressante à relever. En effet, 21,2 % des femmes se disent « très d'accord » contre 14,8 % des hommes, cette proportion de femmes affirmant avec plus de conviction la force des liens entre la cuisine, les émotions et les sentiments. Par contre, les hommes sont « assez d'accord » dans une proportion de 50 %, ce qui est considérable, étant donné que si l'on ajoute les 14,8 % de ceux qui se disent « très d'accord », cela fait 64,8 % qui abondent dans le sens de l'énoncé. Les femmes quant à elles sont 57,6 % à aller dans le même sens. Ce qui est certain ici, c'est que les hommes de l'échantillon sont parfaitement conscients du pouvoir des gestes culinaires de communiquer des émotions et des sentiments à autrui. Seulement, ils en assument moins la charge et, quand ils font la cuisine, ce n'est pas toujours avec l'envie de faire plaisir aux autres. Ils agissent dans un rapport peut-être un peu plus fonctionnel.

Il est également légitime d'en conclure que même si les femmes de l'échantillon ne cuisinent pas toujours pour se faire plaisir, faire plaisir aux autres est en soi une source de plaisir ou en tout cas cela n'a pas beaucoup d'effets négatifs sur le plaisir qu'elles retirent du travail culinaire.

Nous avons trouvé intéressant de mesurer à quel point la cuisine pouvait être liée à la notion de créativité. Cette question a encore plus d'intérêt dans la mesure où de très fortes

contraintes pèsent sur les personnes qui cuisinent : des contraintes financières comme nous l'avons vu, mais aussi des contraintes de disponibilité des produits (goût, qualité, familiarité), des contraintes quant au temps qu'une personne peut consacrer à la cuisine, et, non les moindres, des contraintes liées au genre (ou plus précisément à la division du travail domestique et des soins attentionnés comme travail genré). Il est donc intéressant de demander aux répondants si, malgré ces contraintes, la cuisine est un lieu qui permet l'expression de la créativité ou, en d'autres termes, si la cuisine comporte, selon eux, des dimensions expressives. Notez bien que la question était formulée de la manière suivante : « la cuisine est une façon d'exprimer ma créativité », il s'agit bien de « ma » créativité et non d'une créativité abstraite comme « la » créativité. Il n'y a donc pas d'ambiguïté ici. Malgré toutes les contraintes et peut-être en partie à cause de ces mêmes contraintes, presque 2/3 des répondants disent être « assez d'accord » (36,9 %) ou « très d'accord » (27,4 %) pour un total de 64,3 %. C'est une très large proportion et, fait à noter, sans différences significatives selon les genres, les régions d'origine ou les types de ménages.

Cela démontre, selon nous, la puissance créative de la cuisine malgré les contraintes et, c'est une hypothèse, le potentiel de la cuisine à transformer des contraintes en appui, en levier, afin d'affirmer l'irréductibilité de la subjectivité et de l'inventivité dans le domaine de la transformation des aliments en « productions » culturellement et socialement acceptables. Ces dernières nourrissent à la fois le corps et « l'esprit » des mangeurs qui deviennent alors ce qu'ils mangent, à la fois socialement et physiologiquement. Ajoutons que même si aucune différence significative n'est apparue, les tendances dans les moyennes de rang montrent tout de même que ce sont les individus vivant en couples sans enfants qui ont tendance à se situer d'une manière plus élevée (100,89) vers le haut de l'échelle – « très d'accord » – et que ce sont les individus qui ont des enfants qui ont tendance à se situer le plus bas dans cette même échelle (77,83); ce qui tendrait à montrer que les contraintes (dont celle de devoir faire à manger tous les jours et satisfaire tout son monde) pèsent tout de même sur l'appréciation des gestes de la cuisine et sur la part de créativité qui est associée à ces gestes.

8.3.3 La question de la transmission

Concernant la transmission du savoir culinaire aux enfants, une grande majorité (74,4 %) déclare qu'elle aimerait le faire. On sait maintenant que pour la majorité d'entre les répondants, ce qu'ils désirent transmettre n'est pas un héritage culturel ou un patrimoine (en tout cas pas d'une manière formelle et structurée). Il semble que cela soit plutôt, selon la teneur des entretiens, l'apprentissage de l'autonomie, entendue comme une dépendance minimale aux préparations alimentaires externalisées, un sens de l'orientation gustatif et nutritionnel, mais sans doute aussi les techniques de fabrication de certains plats qui font l'identité de la famille et qui peuvent être en lien également avec certaines spécificités du style culinaire prémigratoire. Ils sont par ailleurs très majoritaires à rejeter l'énoncé « Je pense que mes enfants ne seront pas vraiment intéressés par ce savoir ». Ainsi, 27,9 % se disent « en désaccord » avec l'énoncé et 33,6 % sont « plutôt en désaccord », la somme de ces deux résultats donnant une proportion de 61,5 %. Ils sont donc assez confiants dans le fait que leurs enfants seront intéressés à recevoir ce savoir culinaire afin de l'emporter avec eux dans leur vie d'adultes. Les entretiens ont donné lieu à plusieurs témoignages faisant état du fait qu'ils désiraient que leurs enfants possèdent de solides valeurs alimentaires comme celle de la cuisine maison et de l'importance du repas en famille. Voici quelques extraits de discours qui en témoignent très clairement.

> Je pense que toutes les façons de bien manger, c'est une question familiale, de la famille. Je dis à mon garçon, à ma fille, aidez-moi à préparer et mon fils me dit oui, et il regarde qu'est-ce que je fais pour la nourriture, après il apprend à cuisiner, à cuisiner bien, je dis… les fast-foods c'est autre chose [...] Ma fille me dit : maman, est-ce que tu peux m'aider pour me dire ce que je peux faire pour la nourriture, pour la bonne nourriture? Parce qu'elle regarde tout le temps si la nourriture c'est bon ou c'est mal, elle dit, je préfère la nourriture bonne, c'est une question de *costumbre*, d'habitudes dans la maison. Parce que si elle regarde la télévision, tous les jours : c'est bon la pizza, c'est bon… elle dit non *no es bon*. Je préfère acheter un bon livre que d'acheter de la pizza. Si tu me laisses quelque argent, je préfère acheter un livre que d'acheter une pizza. Elle dit maman je préfère ouvrir le réfrigérateur et de manger quelque chose que tu prépares à la maison (Galina, femme, 50 ans, Mexique, mariée, enfants, 2008, architecte).

> Mais ça c'est le rôle de la maman, c'est qui s'occuper de ça qui doit habituer ses enfants de sentir le repas à la maison, de voir la maman cuisiner, et elle cherche des choses et tout, c'est le rôle de la maman vraiment [...] le souper, pour moi c'est très très important, parce qu'on passe toute la journée dehors chacun, chacun à son école et tout, je dis OK, le souper il faut qu'on soit tout le monde autour de la table comme ça, et chacun de nous fait quelque chose, même le petit. Le petit il met la table, il met les assiettes, ma fille aussi elle… euh… même elle peut servir la soupe. Comme ça ils sont vraiment habitués à manger à la maison, ils aiment la réunion, et comme ça c'est un truc qui est vraiment bien pour eux (Amina, femme, 35 ans, Tunisie, mariée, enfants, 2002, coiffeuse).

> Et je suis d'accord avec elle aussi, avec Amina que, comme mère, on doit attirer notre enfant pour qu'il apprenne à se nourrir bien. Parce que j'ai une amie qui a trois filles, 20 ans et 18 ans, elles vont à l'université, mais elles attendent tous les jours sa mère qu'elle retourne à la maison, je dis pourquoi que tu ne fais rien... Parce que je ne sais pas comment je dois préparer une salade, comment je dois préparer un riz, ma fille qui a dix ans elle sait préparer un riz, elle sait préparer un jus, une salade, mais ça dépend de nous, comment on les élève (Evarista, femme, 34 ans, Pérou, mariée, enfants, 2005, détective).

> Mes enfants sont grands maintenant, ils donnent beaucoup de conseils, on aime ça, pas ça, c'est bon pour la santé ou pas. Parce que quand ils étaient petits, j'essaie de donner des choses bonnes, pas frites, pas sucrées. Maintenant ils demandent des choses bonnes pour la santé. Quelquefois, mon mari achète le pain blanc : pourquoi il n'y a pas de pain au blé entier dans le frigo? On n'aime pas ça! C'est un compliment pour moi (rires). C'est la responsabilité des parents d'essayer que les enfants prennent les bonnes choses. Oh oui, oui, ils choisissent beaucoup de choses que je suis très contente maintenant (Ouma, femme, 40 ans, Pakistan, mariée, enfants, 2001, baccalauréat en économie domestique, superviseure compagnie financière).

> Dans ma famille, le principal, c'est cuisine vietnamienne, mais parce que mes enfants sont québécoises, ils sont arrivés ici très jeunes, petits, petits. Mais chez nous, surtout manger à la maison plutôt qu'à l'extérieur, mes enfants aiment faire la cuisine, elles sont très bonnes cuisinières, peut-être que c'est le gène de leur papa chinois qui était très bon cuisinier. Donc souvent elles font trois repas, tout ça, on le fait à la maison. Mais maintenant on est plus riche parce que tunisien, on le fait à la maison, des choses arabes et même québécoises, on fait des tourtières et le spaghetti chez nous, c'est pas une recette comme les Italiens, mais recette québécoise. Mais c'est ça, on n'aime pas manger au restaurant, c'est très rare, surtout manger à la maison (Naviha, femme, 61 ans, Vietnam, célibataire, enfant ayant quitté la maison, 1980, formation en philosophie politique au Vietnam, couturière, puis en informatique).

> Et maintenant, comme le bébé va arriver, c'est très important pour moi, il (mon copain) me dit « tu dois lui montrer comment il faut faire la cuisine, il doit apprendre ça de toi » (Claudia, femme, 32 ans, Mexique, mariée, enceinte, 2007, psychologue).

De plus, les femmes plus que les hommes pensent qu'elles ont hérité de la cuisine de leurs mères, de la manière d'aborder le travail quotidien de la cuisine, de quelques tours de mains sans doute, de quelques recettes aussi, mais surtout d'une autonomie face à l'alimentation externalisée et de ce qu'il faut savoir afin de prendre soin d'une famille « correctement ».

> Oui, souvent elle coupe la salade, euh, si je vais faire des gâteaux, elle fait elle des choses, elle mélange, je lui dis comment et elle mélange, et vraiment c'est bon pour elle, parce que je sais moi après ça va me dire merci maman. Parce que c'est ça que j'ai dis à ma mère moi, merci parce que tu m'as appris à faire des choses, parce que maintenant, je suis toute seule, je m'occupe de ma famille, si je savais pas faire des choses comme ça, qu'est-ce que je vais faire, est-ce qu'on va tous chaque jour aller au restaurant? Et ce n'est même pas économique comme ça, on peut gaspiller de l'argent et tout, c'est pour ça, c'est pour elle c'est bon (Amina, femme, 35 ans, Tunisie, mariée, enfants, 2002, coiffeuse).

En effet, 69,4 % des femmes pensent qu'elles font la cuisine comme leur mère le leur a montré (34,7 % « assez d'accord », 34,7 % « très d'accord »). Cela ne veut pas dire qu'elles copient ce que leurs mères faisaient. L'exemple de cette femme est éloquent à cet égard : en remplissant le questionnaire, elle nous a demandé « qu'est-ce que je réponds ici et là, car je pense que je cuisine comme ma mère m'a montré et j'adapte souvent les recettes et les préparations et j'utilise rarement des recettes, si j'indique que je cuisine comme ma mère me l'a montré, vous n'allez pas trouver cela contradictoire pour vos résultats »? L'adaptation des recettes et le fait de ne pas suivre de recette étaient des questions situées dans le même bloc que celui sur la transmission de la mère. Cela n'est aucunement contradictoire, à condition de comprendre la teneur de ce qui est effectivement transmis de la mère (ou de la grand-mère) à la fille comme dans le cas d'Amina par exemple. On a vu précédemment que tout comme cette femme, les autres femmes (et les hommes aussi) ont déclaré majoritairement utiliser souvent des recettes, mais qu'elles adaptent très souvent les recettes et les préparations[170]. Cette adaptation, ou re-création, est sans doute ce qui explique aussi qu'elles disent que la cuisine est une manière d'exprimer leur créativité, les hommes le déclarant majoritairement aussi, soulignons-le. Cependant, à propos de l'énoncé « Je cuisine comme ma mère me l'a montré », ces derniers déclarent être assez d'accord et très d'accord avec beaucoup moins de force que ne le font les femmes. En effet, ils sont seulement 17 % à être « très d'accord » avec l'énoncé et 36,2 % à être « plutôt d'accord », pour un total de 53,2 %, ce qui représente un écart significatif de 16,2 %. Remarquez également qu'ils sont deux fois moins nombreux que les femmes à se déclarer « très d'accord ». Une explication possible à ce phénomène est peut-être que beaucoup d'entre eux n'ont pas appris à cuisiner de leur mère, parce que les garçons ne sont pas amenés à s'intéresser à la cuisine dans la plupart des cultures et des contextes sociaux, et que leur intérêt pour la cuisine est venu plus tard.

Poussons plus loin l'analyse en nous demandant s'il n'y aurait pas un autre type de rationalité (à côté des autres) à l'œuvre dans le geste culinaire et dans les repas.

---

[170] Rappelons les statistiques ici : pour ce qui est d'utiliser les recettes ils sont 55,9 % à dire qu'ils n'utilisent que rarement des recettes (« en désaccord » 11,8 %, « un peu en désaccord » 44,1 %) et pour ce qui est d'adapter ces recettes ils sont 62,6 % à se dire « assez d'accord » (40,4 %) et « très d'accord » (32,2 %).

8.4 La cuisine comme métaphore de l'amour

8.4.1 Un rappel de certains résultats

Pour commencer, rappelons les résultats aux trois énoncés sur les significations de la cuisine qui ont retenu ici notre attention.

Tableau 8.11 La cuisine comme don de soi, comme témoignage d'amour ou comme devoir. Résultats exprimés en %

Est-ce que faire la cuisine pour vous c'est plutôt :	Pas du tout	Un peu	Plutôt	Beaucoup
Un don de soi	31,3	25,3	30	13,3
Un témoignage d'amour (hommes)	28,9	34,2	34,2	2,6
Un témoignage d'amour (femmes)	25	31,2	22,4	22,4
Un devoir	20,5	32,1	24,4	23,1

D'entrée de jeu, il nous faut dire que dans les sections suivantes, nous ne nous intéresserons qu'aux participants et aux répondants qui se situent du côté droit du tableau (« plutôt » et « beaucoup »). En d'autres mots, nous avons fait le choix de nous arrêter seulement à ceux et celles qui témoignent d'un investissement émotionnel et symbolique très puissant dans le travail de la cuisine. Au moins deux raisons principales expliquent ce choix. La première est que bien qu'il ne se dégage de majorité dans aucun des cas, les proportions de ceux et celles qui répondent « plutôt » et « beaucoup » sont élevées et valent la peine qu'on s'y arrête, d'autant que ces thèmes ont émergé en entrevue sans qu'ils aient été suscités de notre part. De plus, les différences de réponses entre les hommes et les femmes au sujet des liens entre la cuisine (et plus largement la nourriture) et l'amour (comme témoignage) sont statistiquement significatives et témoignent d'un phénomène particulier. Ensuite, ce sont ceux et celles qui faisaient montre d'un fort investissement symbolique et émotionnel qui s'exprimaient sur ce thème en entrevue. C'est donc dire que ceux ou celles qui entretiennent des rapports plus fonctionnels à la cuisine, ou en tout cas qui n'établissent pas de liens très

forts entre l'amour, le don, les émotions, la subjectivité, sont aussi ceux et celles qui n'ont pas exprimé d'opinion à cet effet lors des entretiens.

Nous avons déjà analysé ces résultats; leur rappel est plutôt un point de départ. En effet, il apparaît ici que 43,3 % des répondants pensent que c'est « plutôt » ou « beaucoup » un don de soi, 44,8 % des femmes pensent que c'est « plutôt » ou « beaucoup » un témoignage d'amour, tandis que 36,8 % des hommes répondent de la même manière. Ces données peuvent être comparées avec celles du devoir qui n'obtient pas de majorité non plus (47,5 %). Rappelons l'hypothèse que nous avons formulé un peu plus haut stipulant qu'il est probable que si nous avions adopté une autre formulation de la proposition « un don de soi » par « un don d'une partie de soi-même », ou même isolé la notion du don (la cuisine est un don, un cadeau), le niveau de réponse « plutôt » et « beaucoup » aurait été plus élevé et serait devenu majoritaire. C'est du moins ce que laisse supposer la teneur des entretiens. Il est très probable que certains répondants aient interprété la proposition comme le synonyme d'un acte de dévotion, de sacrifice, ce qui n'est qu'un sens (restreint) de la notion du don. Ce n'est qu'après coup que nous avons réalisé les glissements de sens possibles. Quoi qu'il en soi, près de la moitié des répondants (à l'exception notable des hommes pour la proposition sur le témoignage d'amour) pensent que la cuisine et la nourriture entretiennent un lien étroit avec le fait que les plats préparés par les mains de celle ou de celui qui cuisine sont un médium qui transporte, transmet autre chose que des nutriments dans le corps, notamment de l'amour, de l'attention, du soin et quelque chose de celle ou de celui qui les a préparés.

8.4.2 La question de la production, de la valeur et de l'identité de genre

Avant de passer aux discours des participants, nous voulons introduire encore quelques notions et rappeler certains des résultats que nous avons déjà présentés. La première notion est celle de la production. Nous n'entrerons cependant pas dans une longue discussion à propos du concept de production. Retenons toutefois que le travail domestique en général et le travail de la cuisine plus spécifiquement n'est souvent pas considéré comme un travail productif au sens où il ne produit pas de valeur. Ainsi, dans le marxisme « classique », il entretient et permet la reproduction de la force de travail, mais ne participe pas à la

production de la richesse et à la valeur d'échange. Bien qu'il soit vrai que le travail de la cuisine domestique ne soit ni salarié, ni destiné à la création d'une valeur d'échange, que le produit (le résultat) ne soit pas une marchandise[171], cela veut seulement dire qu'il faut alors comprendre le concept de travail et de production non seulement comme production de marchandise, de « choses », mais également comme production de rapports (mais pas de rapports de production) et comme productions de signes, de significations, de « formes » et dont la finalité n'est pas la réalisation d'un intérêt (personnel), mais d'un lien social et d'une forme relationnelle. Elisabeth L'Orange Fürst résume très bien notre propos et anticipe même sur nos conclusions en montrant bien la spécificité de ce travail et de ce qu'il produit.

> La production de relations sociales comme partie intégrante du travail domestique des femmes sous-tend la création d'êtres humains vivants qui sont capables d'aimer, et non, comme c'est le cas du travail salarié, de produire des biens destinés à la vente. Ce type de travail requiert des « forces de production » spécifiques; la capacité pour un type de communication qui est orienté vers les besoins des autres[172]. Ces capacités comportent des dimensions expressives et non instrumentales qui sont au fondement de l'orientation des pratiques. De telles pratiques ne sont pas orientées en fonction d'un but futur, mais plutôt en fonction de la structuration de relations émotionnelles, typiquement par exemple celles entre la mère et les enfants. Cette orientation est ce que j'appelle la rationalité du don, en opposition à la rationalité de la marchandise. Le concept du don va au-delà de la rationalité de la production capitaliste. Il fait appel à la générosité, plutôt qu'à l'orientation égoïste et à la doctrine de la maximisation de son propre profit – un impératif de la logique du capitalisme (L'Orange Fürst, 1997, p.445. Notre traduction).

La seconde notion est liée au fait que ce type de travail est directement lié au genre ou plus précisément à la performance du genre, à la « féminité ». Nous verrons plus loin, entre autres en revenant sur la notion de soins attentionnés (le *care*), comment et pourquoi la cuisine et le don de nourriture participent d'une performance du genre, un genre cependant compris non comme une essence, une nature, mais comme une construction sociale et relationnelle.

---

[171] Contrairement aux produits de l'industrie alimentaire, des restaurants, des cafétérias, des distributrices qui sont des marchandises qui, en tant que telles, ont un statut différent des « productions maison », dont on a vu toute l'importance symbolique, peut-être justement afin de marquer les limites entre le marché, les marchandises, les produits de consommation et l'espace domestique, le chez-soi où domine une autre rationalité.

[172] Tel que démontré par les travaux du sociologue allemand Ulrike Prokop (cité dans le texte), mais également par les travaux de Theresa Devasahayam (2005), Birgitta Sidenval *et al.* (2000), Lynn Harbottle (2000), Krishnendu Ray (2004) et de Carol Gilligan (2008).

Ensuite, nous avons montré, dans la section 7.3 sur le repas familial, comment le travail de la cuisine (compris aussi comme « soins et sollicitude ») fabriquait un type de lien social particulier, celui du développement d'un souci pour autrui. Ce souci ne passait pas seulement par un discours abstrait, mais par l'enveloppement dans des relations affectives et émotionnelles qui, non seulement, fabriquent (à mains nues) l'unité et l'identité familiale, mais également du « bonheur » et, ce faisant, de l'identité de genre (féminine). Nous avons vu aussi que les femmes comme les hommes ne considèrent pas ce travail comme un travail ardu, rebutant, répétitif, ennuyeux (une corvée), qu'une majorité éprouve du plaisir à le faire la plupart du temps, qu'elles (qu'ils) sont nombreuses à dire à la fois qu'elles cuisinent pour faire plaisir aux autres, mais aussi pour se faire plaisir (toutefois moins dans le cas de celles qui ont des enfants). Les extraits des discours ont aussi montré clairement la force des dimensions du partage, de la communication, du plaisir, de la communion, de la création d'un chez-soi autour du « vrai repas ». Toute cette analyse, bien qu'autonome, annonçait celle que nous conduisons ici. Il est temps maintenant de se demander ce qui peut bien mijoter, rôtir, sauter et frire dans les marmites, les étuveurs et les woks pour que ce don de nourriture structure les relations sociales du groupe et qu'il oblige ceux qui le reçoivent à rendre quelque chose. Sous quelle forme la personne qui a cuisiné y a-t-elle mis du sien?

8.4.3 Retour sur le principe de l'incorporation

> On dit en Colombie que les repas qui sont faits avec l'amour sont toujours bons, c'est pour ça que l'on préfère les dîners ou les soupers qui sont faits chez la mère ou chez la grand-mère. Je pense que c'est l'ingrédient le plus important, l'amour et cuisiner avec passion parce que si tu le fais avec amour, ça va goûter meilleur, peu importe si c'est des légumes ou c'est du frit, c'est l'amour qui fait la différence, c'est ça. Mais je veux être certaine que vous me compreniez, bien sûr que la mère, la grand-mère et le père cuisine avec de bons ingrédients et en pensant qu'il y a de la qualité, mais l'ingrédient le plus important c'est l'amour. J'aimerais ajouter une autre chose : le goût de la nourriture dépend de la personne qui prépare la nourriture, je peux utiliser la même recette qu'Yvan, la même recette que Béatrice, mais si je le prépare ça va goûter à moi ! Avec les mêmes ingrédients, les mêmes quantités mesurées, tout, mais le goût il va être différent (Margarita, femme, 44 ans, Colombie, monoparentale, 2008, administration).

Voilà, en condensé, une illustration exemplaire de ce que nous avançons. Margarita aborde deux thèmes principaux qui peuvent se comprendre en les analysant simultanément à l'aide de la théorie du principe de l'incorporation telle que formulée par Claude Fischler et de ce que ce principe suppose de rapports avec la magie sympathique (Fischler, 1994a ; Fischler,

1994b ; Frazer, 1981 ; Mauss, 1980 ; Rozin, 1994 ; Rozin *et al.*, 1986 ; 1990 ; 1989 ; Tylor, 1974). Ces deux thèmes sont le fait que la personne qui cuisine met littéralement de l'amour, du soin et de la passion dans son « produit » et que le résultat est unique et irréductible, parce qu'il intègre, contient, une partie de la personne qui l'a fait et qui l'offre comme un don, un cadeau. Nous avons disséminé à maints endroits de cette thèse des éléments de cette théorie en montrant sa pertinence pour comprendre les phénomènes que nous observions, à savoir les discours des participants. C'est sans doute ici, toutefois, que sa pertinence, afin de comprendre et d'analyser un discours comme celui de Margarita et tous les autres que nous présenterons un peu plus loin, est la plus manifeste. Revenons plus en détail sur la théorie du principe de l'incorporation et de la magie sympathique afin d'avoir les éléments nécessaires afin d'interpréter ces discours.

Nous avons montré dans le cadre d'analyse, d'une manière théorique, la centralité de l'incorporation, des paradoxes de l'omnivore et des ambivalences de l'alimentation dans l'expérience des mangeurs. La thèse de Claude Fischler, reprise par Jean-Pierre Poulain (2002b), Saadi Lahlou (1994, 1996, 1998), Alan Beardsworth et T. Keil (1997), Lynn Harbottle (1997b, 2000) repose essentiellement sur ceci : lorsque le mangeur fait entrer de la nourriture par sa bouche, il incorpore en lui non seulement les propriétés physicochimiques des aliments, mais aussi leurs propriétés symboliques. Les nourritures ainsi incorporées deviennent littéralement le mangeur, font partie intégrante de lui, participent à la structuration de son identité; ainsi le mangeur devient ce qu'il mange matériellement et symboliquement. Mais ce n'est pas tout. En incorporant des nourritures, les mangeurs s'incorporent[173] à la fois eux-mêmes dans une communauté qui partage la même définition de la comestibilité, les mêmes régulations destinées à contourner les paradoxes de l'alimentation (voir le cadre d'analyse) et à transformer des « choses » potentiellement comestibles en nourritures culturellement acceptables, bref qui partagent un certain nombre de traits culturels communs. Ces traits dépassent bien entendu la seule dimension alimentaire, mais l'alimentation est considérée ici à la fois comme un élément structurant des communautés et comme un marqueur culturel métaphorique. Tout cela comporte une certaine dimension magique à

[173] Fischler et Poulain utilisent ici le terme d'incorporation au sens d'intégration sans doute pour une question de style. La formule de l'incorporation de nourriture et d'incorporation simultanée dans un groupe possède en effet une certaine force.

l'incorporation et cette dimension est bien présente et solidement ancrée dans la représentation de manger (de l'alimentation) chez la plupart des répondants que nous avons rencontrés. Cette dimension magique de l'incorporation, plus spécifiquement sur l'alimentation et ses liens avec la pensée magique a été aussi bien montrée par deux ouvrages collectifs sous la direction de Claude Fischler (1994b, 1996d), mais Paul Rozin, psychologue américain, travaille sur ces questions lui aussi depuis les années 1980 (Rozin, 1994 ; Rozin *et al.*, 1986).

8.4.4 De la magie sympathique et de la sémiologie

À la fin du 19e siècle, deux anthropologues en particulier, Edward Burnett Tylor (1974) et James George Frazer (1981[174]) se sont intéressés de près à la question de la magie dans les sociétés primitives et archaïques et ont jeté les bases d'un débat qui allait durer une bonne partie du 20e siècle. Avec Marcel Mauss (1980), ils ont montré et décrit les lois de la magie sympathique en les divisant en deux grandes catégories : les lois de contagion et les lois de similitudes. Nous reviendrons plus en détail sur les applications contemporaines de ces lois que nous proposons. Ensuite, des anthropologues tels que Robertson Smith, Alfred Reginald Radcliffe-Brown et Bronislaw Malinovski ont montré, dès le début du 20e siècle, l'importance de cette pensée magique ou, plus précisément, du lien entre la magie et les aliments, surtout dans les rituels, chez des communautés vivant encore dans un type de société archaïque. Émile Durkheim, quant à lui, suggère que le partage et l'incorporation de nourriture, dans des contextes de rituels, mais aussi dans des contextes quotidiens, produisent du lien social et de la communauté. Le passage suivant tiré de *Les formes élémentaires de la vie religieuse* est assez éloquent à cet égard : « les repas pris en commun passent, dans de multiples sociétés, pour créer entre ceux qui y assistent un lien de parenté artificiel. [...] Mais l'alimentation refait sans cesse la substance de l'organisme. Une commune alimentation peut donc produire les mêmes effets qu'une origine commune » (Durkheim, 1998, p. 481). Il ajoute plus loin, parlant cette fois des rituels, et cela nous intéresse particulièrement, qu'ainsi, les mangeurs « communiquent donc avec le principe sacré qui y réside et ils se l'assimilent » (ibid., 1998, p. 481-482). Cependant, largement influencé par un évolutionnisme ambiant, il suppose

[174] La première édition de l'ouvrage de Tylor date de 1871, celle de Frazer de 1890 et celle de Mauss sur la magie, de 1902.

que cette dimension du rapport aux aliments incorporés est disparue dans la modernité et qu'elle a été remplacée par un rapport à l'alimentation plus rationnel et plus institutionnalisé (voir plus instrumental), ce qui est par ailleurs vrai à maints égards. Nous avons vu que la dimension « rationnelle » des rapports à l'alimentation est largement présente dans la modernité alimentaire, en partie liée au développement des connaissances scientifiques. Nous avançons cependant que la dimension magique de ces rapports, tels que mise au jour par les premiers sociologues et anthropologues à propos des rituels, des tabous et des sacrifices dans les sociétés primitives ou archaïques, est aussi présente dans la modernité alimentaire, mais évidemment d'une manière moins prononcée et dans un autre contexte.

En 1961, déjà, Roland Barthes (1961) dans un court article rarement cité, mais qui contient des intuitions novatrices, insiste sur le fait que les aliments sont des médiums de communication qui transportent des significations collectives et que ce qui est consommé dans un « événement alimentaire », ce ne sont pas seulement des aliments, mais d'abord des signes. Il montre aussi comme ces signes sont manipulés, entre autres par la publicité, et dans maints autres contextes sociaux où les nourritures servent de marqueurs, afin de lier les aliments à une lecture du monde (social, naturel, physiologique). Cet extrait montre bien la sublimation symbolique des propriétés supposées des aliments sur le corps (le physiologique), et que ce mode de cognition des aliments et de leurs propriétés matérielles et symboliques ont des effets structurants sur la représentation du corps, de « l'esprit », de la santé, de la force, de la détente, de la vie contemporaine, etc.

> [L]a nourriture, dans les pays développés, est désormais pensée, non par des spécialistes, mais par le public tout entier, même si cette pensée s'exerce à travers un ensemble de représentations fortement mythiques. Mais ce n'est pas tout : cette rationalisation diététique a un sens : la diététique moderne (du moins selon ce qu'on peut observer en France) n'est pas liée à des valeurs morales d'ascèse, de sagesse ou de pureté, mais bien au contraire à des valeurs de *pouvoir* : l'énergie issue d'une alimentation consciente est dirigée mythiquement, semble-t-il, vers une adaptation de l'homme au monde moderne; c'est donc finalement une représentation de la modernité qui est impliquée dans la conscience que nous avons des fonctions de notre nourriture [...] une nourriture énergétique et légère est vécue comme le signe même (et non pas seulement comme l'auxiliaire) d'une participation active à la vie moderne : le snack ne répond pas seulement à un besoin nouveau, il donne à ce besoin une certaine expression théâtrale, constitue ceux qui le fréquentent en hommes modernes, en managers ayant pouvoir et contrôle sur l'extrême rapidité de la vie contemporaine (Barthes, 1961, p. 985).

Roland Barthes montre par un exemple que ce qui est incorporé, ce sont bien les vertus (supposées) des signes, des métaphores et que ces vertus ont sur les mangeurs des effets bien « réels » dans la mesure où l'on définit la « réalité » non comme quelque chose de donné à l'avance, mais plutôt comme la manière dont on la construit socialement, sémiotiquement et symboliquement. Son exemple porte sur l'opposition que les Américains établissent entre le sucré et le « crisp[175] » ou le « crispy » (ce qui crisse, croque, croustille, pétille). Il insiste alors pour montrer comment cette notion dépasse un produit purement physique, et remarquez qu'il utilise le terme « magique ». En effet, « ce que le *crisp* désigne dans l'aliment, c'est une vertu presque magique, un certain pouvoir de réveil, de stridence, opposé au caractère liant, lénifiant des nourritures sucrées » (ibid.,1961, p. 982).

On voit ici que les aliments, les nourritures, les produits alimentaires, les situations et les contextes auxquels ils correspondent sont aussi, et peut-être surtout, des signes et qu'ils sont porteurs de significations, et que ces signes et significations mis en circulation dans un espace social sont structurants pour les rapports sociaux et sont à mettre en lien avec une structuration des schèmes mentaux qui s'opère concrètement, « en relation ». Mary Douglas, fortement influencée par le structuralisme et la sémiologie, avance, à l'instar de Barthes, que les nourritures sont investies de vertus et de propriétés qui sont intimement liées à ce qu'elles sont, du matériel et du symbolique. L'influence de Douglas, et dans une certaine mesure de Barthes, par personne interposée en quelque sorte, est très perceptible chez Fischler.

Claude Fischler (Fischler, 1990 ; Fischler, 1994b, 1996d) et Paul Rozin (1989 ; 1994 ; 1986 ; 1990 ; 1989) iront encore plus loin en affirmant que les propriétés symboliques des aliments ne sont pas que des signes participant activement à la signification et orientant les usages culturels et sociaux qui sont faits des nourritures, mais que ces signes sont imaginairement incorporés en même temps que les aliments et qu'ils ont des effets physiologiques, psychologiques, sociaux. Les acteurs sociaux (par exemple ceux qui cuisinent les nourritures) sont convaincus, par le truchement de leurs schèmes cognitifs, de leurs représentations et par leur psyché, qu'ils communiquent quelque chose aux aliments en

[175] Et non entre le sucré et le salé, comme en France par exemple, où, gastronomiquement, il s'agit d'une paire d'oppositions.

les « manipulant ». Par le même principe, mais en quelque sorte inversé, ce « quelque chose » est incorporé par ceux qui mangent les aliments.

Pour mieux comprendre ce phénomène, il faut tout d'abord revenir à la fonction de l'ingestion. C'est à n'en point douter une fonction primordiale et biologique. Manger, mettre un aliment dans notre bouche est un acte intime et personnel (mais, on l'a vu, toujours cadré dans un contexte social, culturel historique précis) d'une grande résonance et lourd de puissants affects parce qu'une matière étrangère et extérieure au corps va entrer en nous et que, comme nous l'avons vu, les rapports aux nourritures sont travaillés par la mémoire. La bouche constitue ainsi le dernier poste avancé de la frontière entre le monde du dehors et celui du dedans, entre le monde (physique et imaginaire) et le *self* (Falk, 1994 ; Fischler, 1990 ; Lupton, 1996 ; Poulain, 2002b ; Rozin, 1994). Puisque les aliments sont appelés à pénétrer au plus profond de notre intimité corporelle, à se mêler à nous et enfin à devenir nous, il est aisé de comprendre que les individus et les collectivités entourent cet acte de quelque prudence, que cet acte est entouré de précautions et de rituels, de protocoles « en fonction de ses effets attendus et de ses vertus supposées » (Fischler, 1994a).

Il est alors permis d'avancer qu'un phénomène de cette importance pour le sujet et les collectivités interfère avec les représentations que ces collectivités et ces individus se font de l'acte de manger, mais aussi avec la formation des schèmes cognitifs qui président en partie à la construction des sujets comme sujet ainsi qu'aux rapports avec les objets du monde (matériels et symboliques encore une fois), ici des « aliments ». Ainsi, « la fonction alimentaire implique pour une large part, et pour reprendre la terminologie freudienne, des processus de pensée primaire et, en même temps, certaines aptitudes rationnelles qui figurent parmi les plus perfectionnées dont les humains disposent » (Rozin, 1994, p. 24).

Tels que plusieurs auteurs l'ont démontré (Chiva, 1994 ; Fischler, 1996c ; Fischler, 1994b ; Hubert, 2001, 2006 ; Lahlou, 1994 ; Rozin, 1994, 1995 ; Rozin *et al.*, 1997 ; 1986 ; 1990 ; 1989), il y a donc, pour l'alimentation du moins, une coexistence entre, d'une part, une pensée « rationnelle » très élaborée, surtout depuis l'avènement des discours nutritionnels, mais qui est formalisée depuis longtemps et qui s'appuie sur un corps important de savoir transmis culturellement et, d'autre part, une « pensée magique » qui répond entre autres aux lois de la

contagion et de la similitude. Cette coexistence de la pensée rationnelle et de la pensée magique peut être plus ou moins confortable, harmonieuse, articulée, structurante, mais « elle relève le plus souvent d'une oscillation entre croyance et incrédulité, impossibilité de croire et tentation de croire, curiosité et peur de "tenter le sort" » (Fischler, 1994a, p. 14). Les exemples sont nombreux, qui démontrent l'actualité et la « vitalité » de cette « pensée magique » du moins dans le domaine de l'alimentation comme celui des dégoûts provoqués par le contact supposé entre des aliments et des personnes, des animaux ou des insectes, des pratiques (et croyances) religieuses qui interdisent certains aliments s'ils ont été cuisinés par des castes inférieures (hindouisme[176]) ou qui ont été en contact avec des animaux impurs[177] (le porc par exemple dans la religion musulmane, y compris ses dérivés les moins reconnaissables comme la gélatine et tout ce qui peut avoir été en contact avec du porc, comme une grille de restaurant mal nettoyée), ou des associations entre des propriétés des aliments et des états psychiques ou physiques particuliers (la force du bœuf, la détente ou la stimulation du café, la pureté, l'authenticité, la rapidité, etc.). La publicité joue d'ailleurs souvent sur ce registre.

Paul Rozin et ses collaborateurs, qui ont réalisé un très grand nombre de recherches empiriques sur ces questions, ont aussi maintes fois montré la puissance des principes de la magie sympathique. Deux exemples sont éloquents. Les chercheurs ont plongé, dans un verre de jus, un cafard mort et préalablement stérilisé devant les sujets de l'expérimentation. La grande majorité des sujets ont refusé de boire le jus, convaincus que le jus était en quelque sorte « cafardisé ». Une autre expérience a consisté à teindre tous les éléments d'un repas d'un colloque scientifique d'une autre couleur que celle qu'ils devaient avoir (ainsi la viande était verte, les carottes turquoises, la sauce bleue, etc.). Une bonne partie des participants ont déclaré se sentir mal à la fin du repas. Cette magie sympathique, comme nous l'avons dit précédemment, comporte deux grandes catégories, les lois de la contagion et de la similitude. Prenons quelques instants afin de les expliquer.

---

[176] Il est cependant possible d'acheter des aliments crus des castes inférieures, mais jamais des aliments cuisinés. C'est pourquoi on trouve en Inde des pratiques qui consistent à envoyer de la nourriture cuisinée par l'épouse ou la mère au mari ou au fils sur leur lieu de travail durant leur pause-repas. Ce travail est généralement accompli par des enfants.

[177] Parce que tout contact avec de l'impur rend la personne impure et souillée à son tour comme le montrent bien Mary Douglas (1981, 1997) et Arjun Appadurai (1981).

La loi de la contagion, celle qui nous intéresse le plus ici, peut se résumer par la formule suivante de Paul Rozin (1994, 2004) inspirée des travaux de James George Frazer (1981) : « Once in contact, always in contact », ce qui a été en contact restera en contact. « En d'autres termes, lorsque deux entités entrent en contact, certaines propriétés fondamentales se transfèrent de l'une à l'autre de manière permanente [...] Dans les manifestations que nous avons étudiées, la contagion opère de façon tout à fait conforme à la description des premiers anthropologues : elle dépend du contact, un contact minime suffit et l'effet est permanent. Des propriétés physiques ou comportementales peuvent se transmettre, *de même que des intentions* » (Rozin, 1994, p. 25-26. Nous soulignons). La forme la plus répandue de la contagion est interpersonnelle, par le contact avec un aliment, en le cultivant, en le touchant et surtout en le cuisinant, « un individu peut faire pénétrer son essence (propriétés, intentions) dans cet aliment » (ibid., p. 26).

La deuxième forme de la magie sympathique est la loi de la similitude. Elle tient essentiellement à la croyance que l'image, ou le symbole, est l'équivalent de l'objet. Ainsi, les choses sont ce qu'elles semblent être. Plus simple et élémentaire, la loi de la similitude est responsable de phénomènes comme des réflexes de protection. Par exemple, si cela ressemble à un champignon vénéneux, c'est un champignon vénéneux : ce qui semble répugnant est répugnant. Une expérience menée encore une fois par Paul Rozin et des collègues (1986) a montré que des étudiants universitaires hésitaient fortement à boire de l'eau dans laquelle ils avaient mis eux-mêmes du sucre, parce qu'ils avaient ensuite collé l'étiquette « Cyanure de sodium, poison ». Bien entendu, ils « savaient » que la bouteille ne contenait aucun poison, mais la simple présence du mot poison créait une forte association entre le concept (la vue du signal « poison ») et les effets redoutés d'un tel poison.

Nous avons maintenant un bon nombre d'instruments d'analyse nécessaires à la l'interprétation des discours. Nous en ajouterons un peu plus loin lorsqu'il sera question de la féminité. Le lecteur attentif aura compris, par la présentation des cadres théoriques précédents, spécifiquement adaptés à l'étude de notre objet, la direction que nous désirons donner à cette interprétation. Il est temps de revenir aux discours de nos participant(e)s afin de voir comment ceux-ci, chacun à leur manière, témoignent de ce qui peut se transmettre par la cuisine.

8.4.5 Les préparations culinaires retiennent quelque chose de celle (ou de celui) qui l'a préparé

Tout d'abord revenons à Linseng, qui, on l'a vu beaucoup plus tôt, aime beaucoup cuisiner. Elle dit qu'elle fait les choses avec son cœur dans sa cuisine et que c'est en cela qu'elle perçoit une différence avec les nourritures externalisées (ici les restaurants) où ce soin cette préoccupation de bien faire les choses et de faire plaisir sont absentes.

> Je pense que je fais les choses avec mon cœur dans la cuisine, mais quand je suis allée au restaurant je pense qu'ils cuisinent quelque chose, mais en général, ce n'est pas fait avec beaucoup d'attention (Linseng, femme, 45 ans, monoparentale, 1997, travaille ici dans une compagnie pharmaceutique).

Helena a un discours beaucoup plus explicite. Elle n'insiste pas sur l'amour en tant que tel, mais elle est convaincue qu'on communique quelque chose de soi aux aliments.

> Je crois qu'on peut transmettre beaucoup de choses à travers la nourriture, ça dépend de la personne qui fait la cuisine, de la qualité de la nourriture. Par exemple, je crois que la cuisinière, la personne qui fait la cuisine peut transmettre ses mauvaises pensées, sa mauvaise humeur ou sa bonne humeur. J'ai lu un livre qui disait que quand on fait la cuisine, il faut penser à des bonnes choses pour transmettre la bonne énergie. Je crois en ça et je crois que les produits qui sont déjà prêts, ils ne peuvent pas transmettre beaucoup d'énergie de la vie pour la personne, parce que nous ne mangeons pas seulement pour que notre estomac soit plein, mais aussi pour prendre de l'énergie pour vivre. Je crois aussi que les viandes, si elles ont grandi dans des mauvaises conditions, comme j'ai regardé une émission aux États-Unis, comment ils cultivent le poulet, c'était comme des prisons pour le poulet. Nos ancêtres quand ils faisaient la chasse des animaux, il y avait une tradition que le chasseur doit manger le cœur pour prendre la force, la vitalité de la bête. Mais qu'est-ce qu'il peut avoir le poulet qui a grandi dans la prison, qu'est-ce qu'il peut avoir comme force, qu'elle sorte de vitalité il peut avoir dans ces conditions? Je crois à ça, je crois que la nourriture a beaucoup d'informations (Helena, femme, 30, Moldavie, mariée, enfant, 2008, affaires).

Donc, selon Helena, nous transmettons notre état émotionnel à la nourriture. Ici, se dessine également une piste particulièrement intéressante pour comprendre l'appréciation des immigrants que nous avons rencontrés en général à propos des produits déjà préparés (que Linseng a déjà évoqués d'une certaine façon). Nous avons vu le peu de considération qu'ils ont pour ces types de produits, et l'on a vu en quoi ces derniers ne cadraient pas avec leur représentation du « vrai repas ». Cependant, on voit ici qu'il y a plus. Il demeure toutefois une zone de mystère dans le discours d'Helena, car cette dernière n'explique pas ce qu'est cette « énergie de la vie », mais on devine qu'il s'agit d'une énergie matérielle et symbolique (peut-être même spirituelle) puisqu'Helena dit qu'on ne mange pas seulement pour

l'estomac. On comprend en tout cas que « l'énergie de la vie » est plus que des nutriments et qu'il y a une part de cette « bonne énergie » que la personne qui cuisine transmet à ses plats. C'est ce qu'on comprend lorsqu'elle avance que les produits préparés ne contiennent que très peu de cette « énergie de la vie ». Ainsi, ce n'est pas parce qu'ils manquent de nutriments, mais bien de ce qu'une personne qui l'aurait cuisiné aurait pu y mettre.

Theresa Devasahayam (2005) a dû elle aussi réfléchir à ce type de phénomène, d'une manière inverse en quelque sorte, mais en arrivant à la même interprétation finale. En effet, dans sa recherche sur les pratiques culinaires des femmes hindoues de classes moyennes immigrées en Malaisie, elle montre comment les produits préparés sont acceptés par les cuisinières et par les mangeurs de la famille à condition d'avoir été préalablement transformés par un travail culinaire, souvent assez minimal. L'important était que la mère (la cuisinière) avait mis quelque chose d'elle-même afin d'opérer une transmutation d'une marchandise, commercialement produite, en un objet investi de significations émotionnelles parce qu'elle avait pris le temps et le soin de l'apprêter.

> Ainsi, ils (les repas préparés) ne sont jamais considérés comme des nourritures commercialement produites parce que la femme les a transformés en un plat spécial à l'aide de ses habiletés culinaires. Plus encore, le produit alimentaire, qui est passé entre ses mains, est transformé d'un contexte capitaliste dépourvu de réelles significations émotives en un objet investi de significations émotionnelles. Ici, le produit final est une métaphore de son amour quelle offre à la famille. Le fait qu'elle ait préparé ce plat avec amour et avec soin transforme le produit de production de masse en un don personnel (Devasahayam, 2005, p. 12. Notre traduction).

Si cela est vrai des plats préparés d'avance, on imagine alors la puissance des plats préparés à partir des aliments bruts, « from scratch », qui demandent beaucoup plus de temps, de soins, de planification, de savoir-faire et de contrôle de l'ensemble des opérations. De cet extrait, nous retenons toute la puissance symbolique qu'acquiert un objet qui a passé entre les mains de la personne qui cuisine et plus spécifiquement entre les mains des femmes à qui l'on a fait assumer socialement le rôle[178] de prendre soin, de développer la sécurité et l'affectivité dans les rapports avec les personnes vulnérables, dépendantes, et plus généralement avec les personnes aimées. C'est ce que nous voulions dire, à l'instar de Jean-Claude Kaufmann (2005)

---

[178] Et une identité « féminine » par le fait même. Cette dernière a été essentialisée au point de devenir socialement et culturellement une caractéristique distinctive de ce que c'est que d'être une femme. Nous mettrons cela en perspective un peu plus loin.

et de Marjorie DeVault (1991), dans les sections 7.2 et 7.3 sur la construction de l'unité familiale, lorsque nous disions que cette unité, qui se développe entre autres par la construction d'un lien émotionnel médiatisé par les nourritures, se fait « à la main » et qu'il s'agit bel et bien d'un travail. Une construction « à la main » qui comporte à la fois une dimension matérielle, par la manipulation et la transformation des aliments et, symboliquement, par toutes les couches de significations sociales et individuelles qui y sont investies à la fois par celles qui préparent les nourritures et par ceux qui les incorporent. À cet effet, l'anthropologue Ravindra Khare faisait déjà remarquer en 1976, en parlant des Tamouls du sud de l'Inde et du produit des habiletés culinaire des femmes (les nourritures), qu'il s'agit d'un « "goût" qui vient des mains de celles qui sont socialement et émotionnellement proches » (Khare, 1976, p. 253. Notre traduction).

Mais ce n'est pas tout. Helena, comme beaucoup d'autres d'ailleurs qui ne l'ont pas formalisé aussi clairement, est convaincue que les aliments retiennent en eux quelque chose de « l'essence » ou de « l'identité » d'un animal[179] par exemple, que le mangeur prend en lui lorsqu'il mange cet animal. Son image des poulets en prison – ils sont en effet élevés pour la plupart dans ce qui ressemble à des tiroirs dans lesquels ils ne peuvent pas bouger – est particulièrement éloquente et elle se demande ce que ces poulets peuvent bien pouvoir communiquer au mangeur. Helena nous donne à comprendre, et sa dernière phrase le dit clairement, que les nourritures sont un médium dans lequel est concentrée une grande quantité « d'informations », qu'on doit interpréter au sens sémiologique du terme, et que celles-ci ne sont pas que matérielles.

Elsa va dans le même sens en insistant encore plus sur la transmission de quelque chose de la personne qui a cuisiné.

> J'essaie de préparer le repas avec un bon esprit parce que je suis absolument sûre que la nourriture peut transmettre toutes les émotions et les énergies, les mauvaises énergies, les bonnes

---

[179] Les animaux sont très fortement investis de nombreuses couches de symboles, de métaphores, d'images iconographiques, de contes, de légendes, de croyances, et on se trouve donc en face de puissants construits symboliques en quelque sorte prêts à « manger ». Cependant, les plantes ont également été investies de nombreux symboles, notamment dans les médecines traditionnelles mais, plus globalement, les plantes qui constituent la base de l'alimentation d'un groupe social (grand ou petit) ont un statut très particulier dans la hiérarchie des êtres et des choses.

> énergies. Je sais qu'il y a beaucoup de recherches scientifiques avec la prière, avec l'eau et la prière, avec les deux, il y a une bonne structure cristalline. Mais avec les mauvais mots, il y a un chaos moléculaire, de structure, c'est pourquoi je suis sûre qu'il faut préparer avec une bonne image pour transmettre une bonne énergie. Et parce que sans amour c'est poison ! (Elsa, femme, 39 ans, Russie, mariée, enfant, 2008, formation en comptabilité, travaille dans l'encadrement d'une entreprise en Russie).

Sa théorie sur les liens entre les « énergies » d'un sujet et la structure de la matière rendrait sans doute les scientifiques et les matérialistes pour le moins sceptiques. Mais c'est une autre variante de la pensée magique qui s'appuie sur des notions scientifiques et on voit ici concrètement qu'elles cohabitent sans dissonance. Quoi qu'il en soit, Elsa est convaincue qu'une attitude appropriée, similaire à celle de la prière, participe à créer une harmonie dans la structure même de la matière (l'efficacité du verbe, ce qu'elle désigne par « les mauvais mots »). Ainsi, la personne qui cuisine communique un « ordre » à la matière tout en y mettant ses émotions, son amour. Elsa affirme aussi qu'il est possible d'y mettre aussi des « énergies » et des émotions négatives. C'est une idée importante à retenir : les femmes peuvent en effet mobiliser les nourritures pour manifester de la colère, de la résistance, de la peine, de l'inconfort, de la résignation et faire ainsi savoir à ceux à qui elles font à manger ce qu'elles ressentent, perturbant ainsi l'unité familiale. Voir à ce sujet (Beagan *et al.*, 2008 ; D'Sylva et Beagan, 2011 ; Devasahayam, 2005). Cela est vrai aussi pour les hommes qui cuisinent, mais il est apparu assez rarement que leur implication dans le travail culinaire atteigne le niveau de celui des femmes en général.

Pour Béatrice aussi les plats sont une métaphore de son amour, de ses émotions, et les mangeurs peuvent le sentir, comprendre ici le prendre en eux.

> Moi aussi je pense qu'on transmet l'amour, parce qu'on fait la nourriture avec plaisir et les personnes qui mangent peuvent sentir cet amour, parce que quelquefois mon enfant me dis, quand il mange de la nourriture, il dit « hum ! C'est bon !, maman est-ce que tu l'as fait avec amour? » Je lui réponds oui, oui je l'ai fait avec beaucoup d'amour, « mais c'est très bon », je pense que les personnes qui mangent sentent ça. Ça dépend aussi de l'état de la personne, comment on se sent cette journée-là, ça va communiquer le goût (Béatrice, femme, 35 ans, Colombie, mariée, enfant, 2009, formation en génie industriel, a travaillé dans l'administration publique en Colombie).

Dania, du même avis, insiste pour ajouter que cet amour doit être communiqué, présenté dans une forme esthétiquement belle. Le repas cuisiné est un don, un cadeau et la métaphore se poursuit jusque dans la présentation du cadeau qui doit être joliment emballé, dans une

ambiance confortable, sur une table bien mise, avec des aliments disposés dans l'assiette selon une intention esthétique.

> Quand je cuisine, je transmets l'amour. Pour moi, c'est le plus important, pour moi c'est un plaisir la cuisine et si quand je fais la cuisine et que j'étais triste, les choses ne sont pas bonnes, les légumes sont morts quelque chose comme ça. Mais si je suis heureuse, les choses sont bonnes. Et aussi pour moi, l'assiette doit être belle, agréable pour les yeux, sinon je ne peux pas manger si les choses sont seulement comme ça, n'importe comment, non ! Pour moi c'est une chose très importante (Dania, femme, 24 ans, Colombie, mariée, sans enfant, 2009, administration).

Nous reproduisons de nouveau cet extrait du discours de Jen que nous avions présenté à propos du vrai repas et qui est pertinent afin d'illustrer notre propos.

> Une autre chose, quand on mange, pour moi, la sensation d'un vrai repas ça veut dire environnement. Par exemple j'aime ça quand je mange, écouter de la musique, de la belle musique, et j'habille ma table avec des chandelles, avec le vin rouge, eh oui, oui, oui, chaque jour j'essaie de préparer un repas comme ça, chaque jour [...] Tout, tout, toutes les choses qu'on met ensemble, pour construire un vrai repas (Jen, femme, 46 ans, Chine, monoparentale, enfant, 2000, orthopédiste en Chine, technicienne en chirurgie biologique au Québec).

Encore une fois, on voit que la nourriture, les repas, les plats sont des « productions » d'une très grande importance et qu'il est impératif d'y mettre beaucoup de soins jusque dans la présentation. Pour ces femmes, la cuisine est un plaisir, ce qui n'est pas le cas de tous et toutes, mais d'une majorité tout de même, et sans doute, à les entendre, une manière d'exprimer leur créativité, d'y mettre d'elles-mêmes. Nous avons vu précédemment que presque 2/3 des répondants (64,3 %) disent être assez d'accord (36,9 %) ou très d'accord (27,4 %) avec l'énoncé « La cuisine est une façon d'exprimer ma créativité ». Quand on regarde le travail culinaire proprement dit, le travail sur la matière, sur les aliments bruts, les gestes (les techniques du corps), l'assemblage et la fusion des saveurs et des couleurs, ensuite la présentation des mets selon un ordre réfléchi ou improvisé, mais toujours intentionnel, il est aisé de faire des comparaisons avec le travail artistique. Ici encore, il s'agit du travail fait « avec les mains », et beaucoup tirent du plaisir de ce travail si chargé de significations et si central pour le maintien de l'unité, du bonheur de la famille et du couple ainsi que de la qualité des liens que ses membres entretiennent entre eux. Nous avons déjà mentionné, mais il est pertinent de le rappeler ici, qu'à l'instar de Lynn Harbottle, nous considérons que ce travail esthétique, ou d'esthétisation de l'endocuisine, procure une couche supplémentaire de significations destinées entre autres, mais puissamment, à « assurer le bien-être émotionnel et

la stabilité socioculturelle de la famille » (Harbottle, 2000, p. 41. Notre traduction), donc à nourrir et entretenir du lien social.

À cet effet, la similitude de nos résultats avec ceux obtenus par Birgitta Sidenval et ses collègues à propos de signification de la cuisine et des repas chez des femmes retraitées en Suède est tout à fait frappante. Ces similitudes couvrent non seulement la question de la présentation des repas, mais aussi celle de la créativité, des repas comme don (plutôt au sens de cadeau), et celle de l'alimentation comme soins attentionnés. Voici un extrait de l'article produit à la suite de rencontres avec ces femmes.

> Le processus créatif incluait également que la table soit bien mise. Aussi longtemps qu'une femme a quelqu'un à qui prodiguer ses soins (« to care for »), la table était mise et, lors des fêtes, la décoration incluait également une nappe, des chandelles, des fleurs et peut-être des serviettes individuelles. Elles voulaient présenter un bel environnement, spécial et intime. Dans une perspective métaphorique, la belle présentation était comme emballer le don dans du papier-cadeau. Quand il n'y avait plus personne pour qui emballer le cadeau (le don), le service était simplifié, comme l'était l'ensemble de la préparation. Se faire un cadeau à soi-même était presque impossible pour ces femmes à la retraite. En outre, aller au restaurant seule était impensable (Sidenvall *et al.*, 2000, p. 420. Notre traduction).

Raoul est le seul homme qui ait abordé la question de la transmission de l'amour et de l'attention sans même qu'elle ne soit évoquée par aucun autre participant. On l'a vu dans les résultats du questionnaire, les hommes sont plus mitigés sur la question de la transmission de l'amour. Cependant, comme on le verra, Raoul considère que la nourriture est très importante pour lui, mais il était fort surpris qu'un chercheur s'intéresse à un sujet comme celui-là, surtout dans ses dimensions quotidiennes, culturelles, intimes.

> Mais moi quand je mange, je suis très heureux de manger cette sorte de nourriture qu'on fait. C'est très important pour moi. Si, des fois, ma femme ou quelqu'un d'autre cuisine à la maison et que je n'aime pas ce qu'il a préparé, je me dis qu'il l'a fait sans amour, et je ne peux pas manger, parce qu'on doit cuisiner avec amour, prendre le temps et penser ce qu'on va faire, parce que c'est plus que juste pour manger et puis c'est parler avec les autres. C'est très très important pour moi la nourriture (Raoul, homme, 42 ans, Mexique, marié, enfants, 2008, informaticien).

Pour plusieurs, penser à ce qu'on veut faire et ne pas expédier les choses, y mettre de l'amour et du soin, sont des dimensions très importantes de l'acte de la cuisine, parce que « c'est plus que juste pour manger ». Le sens de ce « plus » commence à devenir plus clair. Érié, quant à elle, en plus de l'amour, ajoute la culture et les connaissances comme couches de significations, ces couches viennent simultanément. Elle s'explique.

> Bon, c'est clair qu'il y a les protéines et tout ça, mais on transmet aussi la culture, les connaissances, mais surtout l'amour, parce que si tu fais le repas pour quelqu'un, c'est une transmission d'amour aussi. Quand je dis la culture et les connaissances, c'est que par exemple dans mon pays il y a différentes régions et chaque région a des cultures et des connaissances différentes. Par exemple, pour faire les repas, c'est différent selon les régions, même si c'est le même pays. Et aussi les connaissances familiales, qui viennent de, peut être les petits secrets de la grand-mère et tout ça. Et quelques produits et peut-être quelques marques précises et des fois c'est comme un secret et elle ne le dit pas à personne, mais moi je peux partager mes connaissances (Érié, femme, 28 ans, Pérou, célibataire, habite en colocation, 2009).

Marie est du même avis qu'Érié, mais elle pense aussi à l'exocuisine, celle qui est destinée au domaine public, aux invités et non seulement à une transmission culturelle en « circuit fermé », dans un cadre strictement domestique. La cuisine est une manière de faire voir aux autres qui nous sommes, de s'offrir à manger aux autres.

> Par la cuisine, on peut transmettre l'amour, les passions, tout ça, mais je voudrais ajouter qu'on peut transmettre notre culture aussi. Parce que nous habitons dans une ville multiethnique, il y a beaucoup d'immigrants qui viennent de différents pays et aussi par les repas, par les plats on peut aussi transmettre notre culture, nos habitudes et je trouve ça très intéressant. (Marie, femme, 35 ans, Syrie, mariée, enceinte du premier enfant, 2008, architecte).

Sur ce sujet de s'offrir à manger aux autres et à l'exocuisine, le film « La graine et le mulet » du cinéaste Abdellatif Kechiche (2007), est exemplaire. Il montre bien le passage d'un plat familial, un couscous au poisson, qui constitue un véritable ciment de l'unité et de l'identité d'une famille immigrante du Maghreb, à un plat destiné à devenir la spécialité d'un restaurant. Il s'agit d'un cas exemplaire de « plat totem » devenu métaphore de l'identité de cette famille qui sera offerte à manger au « public ».

8.4.6 Le cas d'Élisa et de Mercedes, pour qui et pourquoi fait-on à manger. Retour sur la question du plaisir

Nous allons maintenant revenir à un extrait du discours de Claudia que nous avons déjà analysé dans la section 7.3.3, mais comme il est très riche et très dense nous allons nous pencher maintenant sur d'autres aspects en lien avec notre propos et qui contribueront à faire progresser l'argument.

> Je viens d'une grande famille, où les femmes préparent la nourriture ensemble. J'habite dans une famille où nous habitons avec ma mère, ma grand-mère habitait à côté, mes tantes, mes deux tantes, mon oncle, mon père, mes cousins, mes cousines, c'est une grande famille et les femmes

> tous les jours préparent la nourriture pour tout le monde. Je pense que c'est une transmission de l'amour parce que toutes les femmes savent qu'est-ce que nous mangeons, ce que nous aimons. Ma mère sait ce que mon cousin ou ma cousine aime manger, mon père, ma tante, mon oncle, ma grand-mère, mon grand-père, c'est une connaissance de toute la famille, c'est pour ça que je pense que c'est important pour moi la nourriture. Mais c'est différent avec mon copain, parce qu'il vient d'une petite famille, c'est seulement lui, son frère et sa mère. Et sa mère est une personne qui a travaillé tout le temps, tout le temps, tout le temps, elle arrivait à la maison et elle préparait rapidement quelque chose, mais chez moi c'est très différent, c'est tranquille la préparation de la nourriture, c'est pensé avant. Ma grand-mère décidait, qu'est-ce que je vais faire demain, elle demandait à toutes les femmes « qu'est-ce qu'on va manger demain? » et les autres disaient « tu peux faire ce que tu veux », mais ce n'est pas vrai, elle pensait à qu'est-ce qu'on aimait, nos goûts à tous et elle préparait comme ça. C'est pour ça la différence entre mon copain et moi et maintenant, j'essaie qu'il prépare la nourriture tranquillement, parce qu'il dit tout le temps, « ce n'est pas grave, je peux faire quelque chose en dix minutes », je dis non, ce n'est pas vrai, tu dois donner du temps pour la nourriture , pour penser qu'est-ce que tu vas faire, qu'est-ce que tu vas acheter, c'est très important pour moi et c'est une grande discussion entre nous tout le temps, tout le temps (Claudia, femme, 32 ans, Mexique, mariée, enceinte du premier enfant, 2007, psychologue).

Bien entendu, Claudia insiste sur le fait que cuisiner est une transmission de l'amour et, comme Raoul et bien d'autres, elle insiste pour souligner l'importance du travail de conception et d'élaboration mentale que suppose pour elle (pour eux) le fait de préparer à manger. Nous avons déjà analysé ce phénomène en montrant qu'il s'agissait d'un travail invisibilisé et qui comportait des ambivalences. Cependant, avec les éléments d'analyse qui se sont ajoutés depuis, ces passages prennent encore plus de sens. Toutefois, c'est sur un autre élément invoqué ici que nous voudrions attirer l'attention du lecteur. Il s'agit du passage concernant sa grand-mère et de la comparaison qu'elle établit entre la mère de son conjoint (que nous nommerons Élisa) et sa grand-mère (que nous nommerons Mercedes). On est ici en présence de deux modèles, de deux types d'identités, de deux paradigmes, de deux types d'unités familiales distinctes, voire opposées (en tout cas pour Claudia).

Élisa était apparemment monoparentale et avait deux garçons. Elle travaillait à temps plein à l'extérieur de la maison, prenait peu de temps pour cuisiner et, apparemment, cela n'était pas très important pour elle, d'après Claudia. On peut émettre l'hypothèse que dans ce type de famille on pouvait assister à diverses logiques centrifuges et que les activités personnelles de chacun étaient très peu « temporisées » par les repas familiaux[180] qui étaient, à ce qu'on

---

[180] Comme le montre bien Marjorie DeVault (1991, p. 90-91) à propos du travail de nourrir la famille, en insistant sur la création et la mise en scène de la famille lors des repas-comme-évènement afin de contrer les forces centrifuges générées par les activités de chacun des membres de la famille avec leurs horaires spécifiques. C'est là, rappelons-le, une manière de créer littéralement la famille. Ajoutons que cette analyse tient aussi avec les

comprend, rapidement exécutés et mangés. Ainsi, à travers la nourriture, Élisa voulait monter son identité de femme active, professionnelle, qui a bien d'autres choses à faire que de cuisiner et d'autres façons d'exprimer positivement son identité. Quant à Mercedes, sa grand-mère, on ne sait pas si elle a travaillé à l'extérieur de la maison à un moment de sa vie active, mais du fait qu'elle est grand-mère dans ce contexte, on devine qu'elle n'avait pas d'emploi durant la période où Claudia habitait chez ses parents. Mercedes se rendait donc disponible afin d'assurer le travail de coordination et de préparation des repas, assistée en cela des autres femmes du clan. Contrastant avec Élisa, Mercedes prend du temps pour tout mettre en place afin que la majorité des commensaux soit contente des repas servis. Voilà deux types de famille, l'une avec des caractéristiques plus centrifuges, plus individualistes, pour qui les repas ne représentent pas une dimension cohésive très forte[181], et l'autre, avec une véritable dynamique de clan et des divisions des rôles et des tâches très « traditionnelles ». Deux types de familles donc, mais aussi deux types d'identités de femme mises de l'avant par celles-ci.

Poussons plus loin l'analyse. Claudia nous dit que les autres femmes disaient à Mercedes qu'elle pouvait faire ce qu'elle voulait à manger pour le lendemain. Claudia nous dit qu'en fait, elle ne faisait pas ce qu'elle voulait, toute la famille savait bien que Mercedes ne faisait pas à manger (seulement) pour elle, mais en pensant aux goûts des autres qu'elle connaissait et anticipait et l'on suppose que les autres femmes faisaient de même à leur tour. Une telle structuration des rapports pourrait nous ramener à l'analyse de Charles et Kerr, (1988 ; 1986), de DeVault (1991, 2008) et de Murcott (1982, 1983, 1997), à propos du fait que les femmes sont dénuées de pouvoir dans le travail de la cuisine et qu'elles le font afin de plaire au mari et aux enfants et pas à elles-mêmes, que les femmes font la plus grande partie du travail relié à l'alimentation, incarnant ainsi concrètement et prenant pour elles-mêmes le discours du dévouement (Walsh, 1997). On pourrait aussi évoquer les travaux d'Alan Warde et Kevin

---

femmes immigrantes (et les immigrants qui cuisinent régulièrement) et que ce travail est transportable dans un autre temps et un autre lieu, pour autant bien entendu qu'elles consentent encore à faire ce travail de production-consommation créative de marchandises (des aliments) domestiquées et apprivoisées comme nourriture et ritualisées sous forme de repas Ray (2004).

[181] Le fait qu'Élisa soit une mère monoparentale a certainement eu des effets sur ses rapports à la cuisine et sur les dynamiques familiales et sur le fait qu'elle a sûrement dû travailler beaucoup parce qu'elle subvenait seule aux besoins de la famille. Mais cela, a priori, n'entre pas dans des liens de causalité stricte, nous avons rencontré plusieurs femmes qui étaient monoparentales et professionnelles et qui prenaient le temps et mettaient beaucoup de soin à la cuisine pour les mêmes raisons que Claudia par exemple.

Hetherington (1994) de même que de Marianne Ekström (1991) qui, sans montrer de déni de pouvoir ni de soumission aux besoins et aux goûts des autres, montrent que même au tournant des années 1990, les femmes assument encore l'entièreté de ce rôle et des tâches qui l'accompagnent d'une façon majoritaire. Cependant, dans ces deux dernières recherches, il apparaît, d'une manière générale, que les hommes s'impliquent plus dans les tâches liées à l'alimentation, et notamment dans le travail culinaire, que ce que l'étude de Charles et Kerr avait relevé. Cette dernière montrait d'ailleurs des lacunes sur la constitution de l'échantillon, l'ensemble des ménages choisis comprenait un très jeune enfant et presque 60 % des femmes n'occupaient pas d'emploi. Enfin, aucun homme n'a été rencontré, ainsi les chercheuses devaient se fier aux discours de leurs participantes afin de connaître les pratiques, les valeurs et les opinions des hommes du ménage.

L'exemple de Mercedes est peut-être un cas particulier du fait de la situation de cette grande famille dont les membres habitent tout près les uns des autres et qui, apparemment, mangent tous ensemble. C'est en effet plutôt rare chez les participants, mais plus fréquent, dans des formes moins prononcées, au Mexique et en Amérique du Sud. Néanmoins, son cas peut servir de métaphore illustrant certaines particularités du travail de la cuisine qui sont très répandues chez nos participants et qui vivent dans d'autres types d'unités familiales. Selon ce que nous en savons par des recherches ou d'une manière plus informelle, ces particularités correspondent à des pratiques et à des constructions symboliques et imaginaires généralisables.

Plutôt que de se concentrer sur la tâche et la division des rôles dans le travail de la cuisine (incluant l'approvisionnement, la réflexion, la coordination, la mise en place et le nettoyage) et de ne prendre en considération que l'iniquité de cette division sociale et genrée (bien qu'elle soit assurément présente et nous l'avons montré), changeons la perspective. En fait, une telle analyse, centrée sur la tâche et les rôles, se fonde sur un modèle ou un paradigme contractuel des rapports sociaux, une analyse qui sous-tend un biais individualiste qui comptabilise l'échange en regardant ce qu'un individu donne et ce qu'il reçoit dans une logique assez proche de l'échange marchand où il est postulé qu'on doit recevoir l'équivalent de ce qu'on a donné. Le fait que les femmes cuisinent en ayant en tête les préférences du mari

ou des enfants[182] (ou d'un clan, comme Mercedes) ne peut se comprendre que comme une soumission, une déférence. Les résultats de M. DeVault montrent clairement, à partir des discours des femmes qu'elle a rencontrées, que cette attention aux goûts des autres et cette mise de côté de leurs préférences personnelles au profit des autres ne sont perçues que partiellement imputables à une pression qu'elles ressentaient. Elles ont plutôt déclaré que cela avait du sens pour elles, que cela faisait partie de la logique qui organise leur travail, que c'est une façon de prendre soin des autres, et que cela est central à la contribution sociale qu'elles apportent par ce travail (DeVault, 1991, p. 87). Cependant, même si M. DeVault reconnaît l'importance de ce travail qui est structurant pour la famille, dans la mesure où il s'agit d'une production d'un groupe d'un type particulier, intime et personnel, elle montre au final le travail de l'idéologie (de la « vraie », de la « bonne » famille) qui « invisibilise » les déterminations sociales et fait paraître ces organisations sociales inégalitaires du travail comme naturelles (ibid., p. 91). En tout cas, une chose est certaine, dans son étude, les participantes ont toutes déclaré planifier les repas autour des préférences des membres de la famille et donc sélectionner et servir des nourritures qui allaient être mangées d'une manière enthousiaste[183]. On verra que chez nos répondants, la situation est un peu plus nuancée.

Une telle analyse, tout à fait pertinente au demeurant, nous l'avons maintes fois reconnu, demeure un peu trop unilatérale dans ses conclusions et manque du coup une part de

---

[182] La littérature en général insiste beaucoup sur le fait que les femmes se moulent sur les goûts de leurs conjoints dans leur travail culinaire, mais notre recherche ainsi que celle de Krishnendu Ray (2004) ont montré que la prise en compte des goûts et préférences des enfants tient aussi une grande place dans les préoccupations des mères, une place au moins aussi importante que les goûts des maris, voire plus importante dans certains cas. Les résultats de notre questionnaire ont montré par exemple que lorsqu'il s'agit de préparer un autre plat pour un même repas, c'est surtout à cause des goûts des enfants.

[183] Une des raisons qui pourraient être invoquée afin d'expliquer assez simplement ce phénomène est que servir des nourritures dont on a un doute sur le fait qu'elles seront mangées (c.-à-d. que les membres de la famille n'aimeront pas), conduirait à un gaspillage de ressources, au fait que les membres de la famille se plaindraient d'avoir encore faim et grignoteraient par la suite ainsi qu'au ratage de la rencontre des membres du groupe. Il n'y a donc pas d'intérêt à servir des nourritures dont on sait qu'elles risquent de ne pas plaire, cela est encore plus vrai dans les ménages dont les ressources financières sont limitées. C'est ce qui explique un certain conservatisme alimentaire et qui pourrait aussi expliquer l'attachement des immigrants aux nourritures familières, surtout comme c'est le cas d'une bonne part de ceux qui font face à des contraintes financières. On s'en remet alors aux « valeurs sûres », aux choses dont on est certain qu'elles seront mangées puisqu'il n'est pas question de gaspiller de la nourriture. On pourra revoir à cet effet les résultats de réponses à l'énoncé « Je préfère manger selon le style culinaire de mon pays d'origine parce que j'ai été habitué comme ça » au tableau 7.1. Cette explication n'est que partielle et ne s'en tient qu'aux conditions matérielles en négligeant l'aspect symbolique de la relation aux nourritures, mais ce n'est pas une raison pour négliger ce type d'explication.

la signification du travail de nourrir à la fois les autres et soi-même. Tout d'abord, nos résultats ont montré qu'il est faux de dire que la majorité des personnes qui cuisinent pour les autres ne le font pas pour se faire plaisir ou que leur plaisir ne provient que de celui qu'on procure aux autres. Il sera plus facile pour la compréhension et la lecture de représenter encore une fois quelques résultats ainsi qu'un résumé de l'analyse plutôt que de référer le lecteur à une section précédente.

Tableau 8.12 Réponses à l'énoncé « Je cuisine pour me faire plaisir » selon le type de ménage. Résultats exprimés en %

	En désaccord	Un peu en désaccord	Assez d'accord	Très d'accord
Seul(e)	0	36,8	21,1	42,1
Couples sans enfant (CSE)	10,8	18,9	37,7	32,4
Couples avec enfants (CAE)	29,2	17,9	40,6	12,3

Nous avons déjà dit qu'il y a des différences significatives entre les groupes. Rappelons le sens des abréviations : CSE = couple sans enfant, CAE = couple avec enfant(s). Ces différences se manifestent entre les groupes « seul » et CAE et les groupes CSE et CAE. Les différences des résultats entre les individus qui déclarent être monoparentaux et les autres, qui ont des enfants, ne sont pas significatives. Il faut signaler qu'on cuisine moins pour se faire plaisir si on vit avec un conjoint[184] et encore moins si l'on a des enfants. Pour ceux qui ont un conjoint et/ou des enfants, c'est pour la réponse « très d'accord » que la différence est la plus marquée. Mais on peut interpréter ces résultats, surtout pour le groupe CAE, comme un signe que cuisiner pour se faire plaisir (en pensant à soi-même) n'est pas ce qui prime, mais que si l'on tient compte des fréquences de la réponse « assez d'accord » (40,6 %) et « très d'accord » (12,3 %), une mince majorité répond qu'elle cuisine pour se faire plaisir, mais disons avec moins d'emphase que ne l'expriment ceux qui habitent seuls ou en couple. De plus, cette question pourrait aussi être interprétée autrement. Les répondants y ont peut-être vu une

[184] Du moins à déclarer être « très d'accord » avec l'énoncé, car en additionnant les réponses « assez d'accord » et « très d'accord » pour les « seul » (63,7 %) et pour les « CSA » (70,1 %), ces derniers ont un pourcentage plus élevé.

question sur le but de la cuisine, c'est-à-dire de se faire plaisir, comme on l'a vu, cuisiner c'est aussi, et peut être surtout dans beaucoup de cas, faire plaisir aux autres, et cela explique les réponses à cette question. On peut aussi penser que cela dépend du contexte. Ainsi, il y a des occasions où le travail culinaire est exécuté parce qu'il le faut, et d'autres, où l'on prend le temps de se faire plaisir et de faire plaisir aux autres. Il semble vraisemblablement que les répondants nous disent que non, ils nous ne cuisinent pas *que* pour se faire plaisir, mais aussi pour faire plaisir aux autres. On verra à la section suivante que c'est aussi, et surtout, parce que l'alimentation domestique est d'abord une affaire collective et qu'il faut replacer la cuisine dans une rationalité du don, que cette dimension « pour me faire plaisir » n'est pas prépondérante. Tout cela explique sans doute les résultats à deux autres questions.

Tableau 8.13 Deux dimensions du plaisir lié au travail culinaire. Résultats exprimés en %

	En désaccord	Un peu en désaccord	Assez d'accord	Très d'accord
J'ai du plaisir à faire la cuisine	9,2	25,9	28,2	38,7
Ce que je prépare à manger est influencé par l'envie que j'ai de faire plaisir aux autres	H : 12,2 F : 13,2	H : 30,6 F : 16,6	H : 38,8 F : 37,2	H : 18,4 F : 33,1

On voit ici que la dimension du plaisir est très présente dans le travail de la cuisine et qu'il n'y a pas de différences significatives entre les hommes et les femmes. Cette absence de différences pour ce qui est des femmes est un peu surprenante, mais va dans le sens de notre analyse. Car, pour ce qui est des hommes, la littérature montre qu'ils cuisinent moins souvent et qu'ils le font dans des contextes particuliers comme les barbecues, les repas qui sortent de l'ordinaire, pour une occasion spéciale, pour prendre le relais de la femme qui est absente ou malade. Ils cuisinent plutôt quand ils en ont envie, on peut donc supposer que c'est aussi par plaisir dans ces moments-là. On apprend en tout cas que les femmes, quant à elle, et malgré le fait que ce travail est à recommencer tous les jours, ont généralement du plaisir à faire la cuisine, mais les résultats à l'autre question à propos de l'envie de faire plaisir aux autres nous montrent une très forte tendance de celles-ci à moduler leur cuisine en fonction des

autres. Toutefois, sur cette variable, les différences entre les hommes et les femmes ne sont pas significatives, mais ces résultats témoignent d'une tendance assez claire.

En résumé, il serait faux de dire que nos répondants, et particulièrement les femmes, considèrent le travail de la cuisine comme une activité contraignante ou en tout cas que malgré un ensemble de contraintes, dont le fait que les femmes subissent plus de pressions sociales, culturelles et idéologiques que les hommes pour faire ce travail, on cuisine à la fois pour se faire plaisir, afin de faire plaisir aux autres et on a en général du plaisir à cuisiner. En général, les entretiens n'ont pas montré, à part quelques cas, que les femmes étaient mal à l'aise avec ce rôle ou qu'elles le trouvaient injuste.

8.4.7 L'alimentation, une affaire collective. La question de la « féminité »

L'analyse des résultats sur la question du plaisir n'explique pas complètement le fait que les femmes cuisinent très souvent en ayant les goûts des autres en tête. Il faut également chercher ailleurs. Nous avançons que cela a à voir avec une des caractéristiques fondamentales de l'endocuisine, de la cuisine domestique, mais toutefois pas comme des caractéristiques « essentielles ». En effet, comme on l'a vu, ce travail s'inscrit dans une logique de l'échange qui répond plutôt à celle du don (plutôt qu'à celle de l'intérêt), mais s'ajoute à cela le fait que, dans l'espace domestique, l'alimentation, les nourritures, sont une affaire avant tout collective. Ainsi, malgré le fait que les femmes bénéficient d'un certain degré d'autonomie et d'un pouvoir substantiel dans l'organisation et la régulation des activités liées aux nourritures (gestion des décisions domestiques stratégiques), aux repas, à la réciprocité (inviter et rendre les invitations[185]), aux décisions d'achat, les femmes « doivent

---

[185] Le questionnaire a révélé que les participants ne reçoivent pas très souvent d'amis afin de partager un repas : jamais 5,7 %, à l'occasion 74,3 %, souvent 16 %, très souvent 4 %. La répartition est différente lorsqu'il s'agit de parents : jamais 29,8 %, à l'occasion 37,5 %, souvent 19,2 %, très souvent 13,5 %. On constate ici qu'ils invitent plus souvent des parents que des amis. Cependant, on voit aussi l'effet de la migration où aucun autre membre de la famille élargie n'habite au Québec (les réponses jamais). Toutefois, en analysant ces résultats selon le nombre d'années de résidence, on observe que le nombre de réponses « jamais » diminue avec le temps. Sans doute d'autres parents sont venus les rejoindre pour vivre au Québec, et on peut aussi légitimement penser que ceux qui sont ici depuis plus longtemps ont vu leurs enfants grandir et se marier, constituant ainsi des parents à inviter. Pour ce qui est des amis que l'on invite à manger, le temps de résidence ne produit pas de tendance observable. Néanmoins, il faut souligner qu'autant pour les parents que pour les amis, il n'y a pas de différences significatives selon le temps de résidence. La faiblesse de cet outil est que nous n'avons pas défini d'intervalles de temps associés

garder les yeux sur les besoins collectifs de la maisonnée plutôt que sur leurs intérêts individuels » (Ray, 2004, p. 122. Notre traduction). Cela veut dire que prendre des décisions en ce qui concerne l'alimentation de la famille, ou du couple s'il n'y a pas d'enfant, n'est pas une activité individuelle, mais une activité collective où les femmes tiennent en général le rôle d'un « pivot » dans la « gestion » et la régulation des nourritures, et non celui de « gate-keepers » comme chez Kurt Lewin (1943[186]). Ainsi, on peut considérer les repas, l'acte social de manger des repas à la maison, comme un rituel hautement structuré et pour lequel il convient d'y mettre les formes (une belle table, des aliments bien présentés et qui ont un bon goût) et qui est un rituel collectif; ce qui est d'ailleurs prouvé entre autres par le fait que les femmes consultent régulièrement le mari et les enfants à propos des menus, comme le montrent les résultats présentés à la section 6.4.5 et que, comme nous le rappelle Claudia, même si elles ne demandent pas aux commensaux ce qu'ils aimeraient[187], les femmes savent ce qui va plaire et ce qui va créer de l'enthousiasme et ainsi resserrer les liens entre les commensaux au moins pour le temps du partage du repas. Or, le résultat de ce travail va bien au-delà du moment des repas. C'est pourquoi beaucoup de femmes nous ont parlé de l'importance de varier les menus afin que tous, y compris elles-mêmes, puissent avoir l'occasion de manger ce qu'ils aiment dans la semaine.

Pour revenir sur l'étude de Birgitta Sidenval et de ses collaboratrices (2000) à propos des pratiques culinaires de femmes à la retraite, ces dernières montrent que pour ces femmes cuisiner un repas pour leur mari, leurs enfants, leurs petits-enfants ou des amis, c'est faire quelque chose pour les autres, et toute la « procédure » de préparation d'un repas est considérée comme un don (ici, comme c'est plus occasionnel, surtout chez les veuves, il s'agit plus d'un don dans le sens d'un cadeau). Cette « procédure » comprend quatre dimensions selon l'analyse qu'elles font des discours de ces femmes : trouver quoi servir, cuisiner avec des ingrédients frais, présenter le don (le cadeau) d'une belle manière (une

---

aux choix de réponse, et c'est sans doute pour le choix « à l'occasion » qu'il peut exister le plus de flottement. En effet, cette réponse pourrait signifier une fois tous les quatorze jours ou une fois par mois par exemple.

[186] Pour une critique du concept de « gate-keepers » qui a connu beaucoup de popularité auprès des nutritionnistes américains tout au long des années 1950 et 1960, voir McIntosh et Zey (1988).

[187] Et après tout, il faut aussi faire avec ce que l'on a dans la maison et avec ce que l'on a acheté, ce ne sont pas tous les choix qui sont possibles, sans compter, on l'a vu, qu'il faut souvent faire avec les contraintes de temps.

homologie avec l'emballage des cadeaux) et savourer, prendre plaisir au cadeau en commensalité (ibid., p. 409). On a vu que toutes ces dimensions sont présentes dans les discours de nos répondants également. Par contre, ce qui est un peu différent ici c'est que ces femmes, quand elles sont veuves, ne font ces repas qu'occasionnellement, ce qui leur donne une dimension et une signification toute particulière. Mais, lorsqu'on les interroge sur la cuisine qu'elles ont faite toute leur vie pour leur mari et leurs enfants, elles répondent pour la plupart que cette tâche était plutôt un plaisir et que cela leur donnait une position centrale dans la famille (ibid., p. 417). Cependant, et c'est là une des découvertes intéressantes de l'étude, c'est qu'à partir du moment où ces femmes ne peuvent plus cuisiner pour les autres (entre autres pour leurs maris décédés), le sens de cuisiner et donner de soi-même est perdu. Ainsi, elles mangent légèrement, les mêmes choses plusieurs jours de suite, elles n'ont plus d'appétit et leur diète est tellement appauvrie que leur état de santé s'en trouve compromis (ibid., p. 421), une situation qui avait motivé la recherche au départ.

À propos des participantes à sa recherche, Theresa Devasahayam (2005) discute la question de l'établissement de rapports particuliers entre le « soi » et les autres dans le contexte familial, une analyse qui est tout à fait pertinente et adéquate afin de comprendre les réponses et les discours des répondants et des participants de notre recherche, surtout ceux des femmes.

> Pour elles, cuisiner et nourrir la famille sont des activités qui intègrent, incarnent (encapsulate) des émotions, des expressions et des témoignages de sentiments qui établissent une continuité entre « elles-mêmes » et les « autres » dans leur famille; ainsi, elles travaillent à intégrer les autres autour d'elles de manière à ce que les décisions en matière d'alimentation et de nourritures deviennent synonymes de décisions pour elles-mêmes. Ici, nourrir les autres (« feeding others ») est perçu comme une manière de « se nourrir soi » (« feeding self ») (Devasahayam, 2005, p. 9. Notre traduction).

Le psychologue Alan Roland (1988), qui s'est intéressé aux familles et aux différentes figures du « soi[188] » dans des contextes interculturels, insiste sur le fait que les formes du soi (self), les manières d'en faire l'expérience et d'interagir varient profondément selon les types de sociétés et selon les modèles relationnels culturellement déterminés. Selon ses travaux,

---

[188] Y compris des formes collectives de ces « soi ».

réalisés en Inde, au Japon et aux États-Unis[189], il existe, chez les individus, trois dimensions du soi. Ces dimensions sont le « soi familial » (familial self), le « soi individualisé » et le « soi spirituel ». L'organisation de ces dimensions varie selon les modèles relationnels socioculturels. Ainsi, certaines formations sociales présentent des configurations où le « soi familial » est prépondérant sur les autres dimensions du soi, du moins dans le contexte relationnel familial. Il définit ce « soi familial » comme une

> symbiose-réciprocité qui comporte des relations intimes intenses et des liens émotionnels et d'interdépendance [...] [Ici] il y a un échange affectif constant aux franges extérieures et perméables des égos [...] où de hauts niveaux d'empathie et de réceptivité aux autres sont cultivés et où la signification expérientielle du « soi » en est une de « nous-soi » (we self). Ce « nous soi » est aussi une forme relationnelle effective dans différents contextes sociaux. (Roland, 1988, p. 7-8. Notre traduction).

Ainsi, cuisiner, dans un contexte de vie de couple, mais encore plus puissamment dans un contexte familial, nourrir ce « soi collectif », c'est présider en quelque sorte à un rituel dont la finalité est le maintien de cette « structure » et le développement, chez les individus qui la compose, d'un sens du partage, du souci de l'autre et d'une appartenance sociale médiatisée par les nourritures. Être responsable d'un tel rituel et de ses finalités procure alors aux individus (aux femmes) une forme indéniable de pouvoir. Dans le registre directement relié au travail culinaire, certaines chercheuses parlent même de « capital culinaire » en lien avec la création d'une identité et d'une position dans une communauté diasporique (D'Sylva et Beagan, 2011), et il est concevable d'élargir le sens de ce concept. En effet, les inégalités sociales, les disparités géographiques de l'offre alimentaire, le développement de la cuisine externalisée (produits déjà préparés) ont produit des phénomènes « d'analphabétisme culinaire » (food illeteracy). Autrement dit, la distribution du capital culinaire est inégale et les logiques de cette distribution sont encore à mettre au jour. Mais pour revenir au pouvoir que confère la possession de ce capital culinaire, ou du moins le rôle dans les rituels de l'alimentation, il est très probable qu'une bonne part des femmes (issues de cultures et de statuts sociaux diversifiés) auraient tendance à considérer avec méfiance le fait de perdre ou de laisser ce rôle aux hommes (Counihan, 1988, 1999 ; D'Sylva et Beagan, 2011 ; L'Orange Fürst, 1997 ; Ray, 2004 ; Sidenvall *et al.*, 2000). Cette méfiance est intimement liée aux liens

[189] Il étudie plus spécifiquement des individus issus de familles dans des contextes urbains et de classe moyenne très scolarisés. Ces caractéristiques de son échantillon sont aussi communes à nos échantillons.

très étroits qui ont été socialement et culturellement construits entre le travail des soins attentionnés, la cuisine, les émotions et l'identité, ici l'identité féminine. Elisabeth L'Orange Fürst l'exprime ici très clairement :

> Les raisons qui expliquent que les femmes sont encore aujourd'hui les actrices de premier plan dans le champ des nourritures domestiques reflètent aussi très probablement qu'il s'agit d'une confirmation de l'identité féminine genrée. La féminité semble si profondément impliquée dans le fait de cuisiner et dans le don de nourriture que les femmes pourraient être hésitantes à laisser aller cet aspect de leur identité (Melhuus et Tordis, 1984). Comme le travail ménager et le *caring* semblent être des éléments premiers dans la construction sociale de la féminité, les femmes peuvent trouver problématique la possibilité d'une neutralisation du caractère genré du travail ménager. Il est possible qu'elles assisteraient alors, pour ainsi dire, à une neutralisation d'elles-mêmes, ce qui constituerait une menace à leur identité (L'Orange Fürst, 1997, p. 442-443).

Toutefois, nous ne sommes pas tout à fait d'avis d'inclure l'ensemble du travail domestique et de le traiter au même titre que le travail de la cuisine ou des soins. Que les identités se construisent par les pratiques et le travail[190] des individus et qu'elles s'expriment sous la forme de performances dans des contextes particuliers, plutôt que comme des essences données d'avance, telle est aussi notre position. Il est toutefois peut-être exagéré (et sans doute même faux) de dire que les femmes tiennent autant au lavage, au ménage et plus globalement à la gestion générale de la vie domestique, qu'à la cuisine et au travail des soins, entre autres parce que ces activités, ces tâches, sont beaucoup moins susceptibles justement de leur conférer du pouvoir et une identité positivement connotée.

D'ailleurs, à cet effet, on pourrait se demander si un grand nombre de femmes n'usent pas de certaines stratégies afin de garder le contrôle sur la cuisine et de tenir les hommes à distance. En effet, dans une recherche que nous avons déjà présentée, B. Beagan *et al.* (2008) ont rencontré plusieurs femmes issues de trois communautés culturelles canadiennes à Halifax et Vancouver. La grande majorité d'entre elles ont déclaré que leurs stratégies concernant le travail de la cuisine relevaient d'un choix personnel et qu'elles plaçaient la barre très haute quant aux standards en matière de cuisine. Ces standards sont si élevés qu'en pratique personne ne peut les atteindre à part elles-mêmes, ce qui a l'effet de décourager les autres membres de la famille de s'y mettre, les jeunes filles aussi. « C'est de ma faute, c'est parce que je suis trop

---

[190] Évidemment le concept de travail est entendu ici au sens sociologique et non simplement économique ou d'une dépense d'énergie, comme un rapport de coconstruction dialectique du sujet et du monde, sur le sujet et sur le monde tout à la fois.

pointilleuse » (Beagan *et al.*, 2008, p. 663) a déclaré une participante d'une manière très représentative. Dans le même sens, une participante a eu le discours suivant :

> Mon mari, il peut faire un œuf comme ça, mais pas cuisiner. Il ne sait comment faire, même du lait, mais il demande toujours : « est-ce que tu peux faire… » Je ne veux pas que mon mari fasse la cuisine, parce qu'il va faire le *mess* ! Laisse-moi tranquille ! (Vania, femme, 55 ans, Albanie, mariée, enfants, 1999, comptabilité).

Évidemment, cela n'explique et surtout n'excuse pas le fait que les garçons, les hommes, mais aussi les jeunes filles dans des proportions grandissantes, ne s'impliquent pas autant que les femmes (les mères, les épouses) dans ces tâches, et cela n'explique surtout pas pourquoi des femmes qui n'aiment pas la cuisine le font tout de même toute leur vie, et elles sont nombreuses. Voici d'ailleurs quelques extraits des discours des participantes qui témoignent du fait qu'elles n'aiment pas cuisiner, mais qu'elles le font tout de même.

> Je n'aime pas cuisiner en général, mais je cuisine beaucoup parce que je dois cuisiner, c'est comme ça. Je prépare des choses du Bangladesh (Jeena, femme, 39 ans, Bangladesh, mariée, enfants, 1995, préposée aux bénéficiaires).

> Mon mari aime beaucoup de la viande, il ne peut pas vivre sans viande, il mange tous les jours le repas avec viande, c'est mon mari qui cuisine avec plaisir, moi je n'aime pas cuisiner, mais il faut, mais lui il cuisine avec plaisir (Ivanka, Femme, 37 ans, Bulgarie Mariée, enfants, 2007, agent d'assurance).

> Je ne peux pas dire que je cuisine quelque chose autrement que dans mon pays, d'abord, j'aimerais dire que je n'aime pas cuisiner, c'est pourquoi je cuisine toujours quelque chose de très simple (Helena, femme, 30, Moldavie, mariée, enfant, 2008, affaires).

Il apparaît néanmoins, selon notre recherche, mais aussi selon celles que nous avons mentionnées plus haut, que les femmes qui sont responsables de la cuisine considèrent ce rôle comme trop important pour le confier complètement aux hommes ou aux enfants. Laisser les hommes prendre ponctuellement la place ou donner un coup de main à la cuisine et pour certaines tâches est une chose, les laisser en être le « maître d'œuvre » en est une autre.

Le fait que plusieurs analyses féministes insistent sur la dimension de domination, de construction d'une identité imposée et d'une « fausse conscience » dans la division sociale des rôles est peut-être dû à une objectivation implicite dans la caractérisation de la tâche et du travail de la cuisine. En sociologie et en sciences sociales, on a beaucoup insisté sur le travail physique, sa répétitivité, l'inégalité de sa distribution. On a moins insisté sur sa dimension « rituelle », un travail destiné à préserver une communauté, son bien-être, sa santé, son

identité, sa culture, ses émotions. Posée de cette façon, la problématique du pouvoir (dans ce cas-ci, le fait d'en être privé) prend un tout autre sens. Enfin, il est important de rappeler que les dimensions symboliques sont centrales dans la distribution du pouvoir comme l'a très bien montré Pierre Bourdieu en critiquant au passage la vision étroite de l'analyse matérialiste de la domination.

Cependant, répétons-le, le travail domestique, la cuisine et plus largement le travail des soins attentionnés sont à la fois le fruit d'une division inégalitaire de ce travail et le fruit d'une mobilisation, d'une stratégie afin de structurer un ensemble de rapports sociaux. La finalité de cet ensemble est de construire un monde « vivable » et un environnement où les individus peuvent se développer à la fois comme des individus distincts (qui ont des goûts et des préférences) et comme des individus redevables les uns des autres.

Toutefois, nous ne pensons pas qu'il y ait quelque chose d'essentiellement lié au genre féminin dans la cuisine domestique et dans le travail des soins. Notre position se situe plutôt du côté d'une structuration des identités à travers des activités productives (matérielles, symboliques), du travail des sujets et des contextes d'interactions sociales. Ainsi, la cuisine et le domaine des soins attentionnés sont au cœur d'une grande part des expériences vécues par les femmes parce que des circonstances historiques, sociales et politiques les y ont placées. La cuisine est devenue un champ de pratique sociale majoritairement investi par les femmes, et ainsi intimement lié à l'identité féminine sur la base d'une assignation inégalitaire, mais la cuisine est aussi constamment réappropriée comme force sociale structurante et non pas seulement comme une tâche à accomplir.

Toutefois, dans notre tentative pour expliquer pourquoi de nombreuses femmes (et aussi plusieurs hommes) disent en substance que les repas sont, entre autres, un don d'amour (*food is love*), que les nourritures sont un médium « rempli » de significations et que les mangeurs incorporent celles-ci tout autant que les nutriments, et que c'est, dans les faits, un rôle dévolu aux femmes que d'incorporer une bonne part de ces significations « à la main », nous avons négligé le fait qu'il y a des femmes qui n'aiment pas cuisiner ou qui ne se soucient guère de tout cela et pour qui cuisiner est un acte plutôt instrumental. Cela revient peut-être au fond à la manière de concevoir la « nature » de ce qui est en jeu dans un ensemble de pratiques, dans

la division des rôles et la manière dont un individu intègre ces dimensions (souvent contraignantes) à son projet d'existence et à la mise en récit de sa subjectivité. Il arrive alors assez souvent que l'identité féminine, professionnelle, sociale, dans la vie de couple et de famille ne passe pas par l'acquisition et le développement d'habiletés et de compétences culinaires. Il serait difficile d'évaluer statistiquement le nombre de celles et de ceux qui se reconnaissent dans cette position, mais il est certain qu'ils ne sont pas majoritaires, dans nos échantillons du moins, et même chez les plus jeunes et ceux qui n'ont pas d'enfants. Ce rôle paraît si important que, on l'a vu, si une femme ne désire pas en assumer la responsabilité, il arrive que ce soit le conjoint qui en prenne pleinement la charge.

Il existe également d'autres cas où le rôle et les tâches ne sont pas réconciliés d'aucune façon, si ce n'est dans la reconnaissance qu'il faut manger pour vivre. C'est le cas pour les femmes qui n'aiment pas cuisiner, mais dont les normes sociales et culturelles les obligent à cuisiner tout de même, ce sont celles qui ont répondu que la cuisine était assurément une corvée (11 %) et qu'elles n'avaient pas de plaisir du tout à faire la cuisine (9 %). Elles représentent ainsi au total une moyenne d'environ 10 % des répondantes. Cependant, si l'on tient compte de celles qui ont une position moins affirmée, mais qui se situent tout de même du côté de celles qui pensent que la cuisine est plutôt une corvée (9 %) et qui ont peu de plaisir à cuisiner (15 %), on obtient alors au total une moyenne de 21 % de femmes de l'échantillon. Il faut ajouter à ces résultats que 25 % des répondantes ont répondu que la cuisine n'était pas du tout un témoignage d'amour. Globalement, c'est donc environ une femme sur quatre qui n'éprouve pas de plaisir à cuisiner, pour qui c'est une corvée qui lui est imposée et pour qui « food is love » ne correspond absolument pas à sa réalité.

CONCLUSION

Au départ, notre position épistémologique comportait une ouverture la plus large possible à l'émergence de discours sur les significations et les pratiques par les acteurs eux-mêmes. Cette démarche a été fructueuse, car la production discursive des participants et des participantes a été riche et diversifiée. Bien entendu, dans toute cette production il a fallu faire des choix. Les thèmes retenus et les extraits de discours choisis aux fins d'analyse, s'ils comportaient une rigueur dans les procédés d'objectivation, recelaient aussi une part d'arbitraire ou en tout cas témoignaient d'une « sympathie » pour les discours et les acteurs chez qui manger est une affaire importante. Cependant, cette thèse a fait une place aux discours de ceux et celles qui présentaient des rapports plus fonctionnels de l'alimentation entre autres à propos des approvisionnements, du partage des tâches, des stratégies afin de composer avec un nouveau rapport au temps, ou avec des contraintes financières.

La première hypothèse s'est montrée très porteuse et s'est maintes fois vérifiée. L'insertion et l'évolution des immigrants dans un nouvel espace social alimentaire donne lieu à une intégration plus ou moins cohérente ou parfois conflictuelle des modèles alimentaires prémigratoires et des éléments puisés dans d'autres modèles alimentaires présents dans ce même espace. Ce dernier n'est pas constitué que de recettes ou de plats qui circulent abondamment (pizza, pâtes alimentaires, pâté chinois, poutine), mais également de contraintes produites par le système alimentaire, de contraintes financières et géographiques qui limitent l'accès aux ressources, de discours (nutritionnels, gastronomiques, commerciaux, médicaux), de contraintes de temps. Ainsi, les immigrants que nous avons rencontrés transforment certaines dimensions de leurs modèles alimentaires non seulement en raison de changements à leurs préférences alimentaires et à celles de leurs enfants, mais aussi, et surtout en raison de nouvelles contraintes et de nouvelles opportunités. Nous avons montré que ces modèles ne sont pas figés et immuables et que leurs rapports, bien que parfois conflictuels avec le système alimentaire (l'organisation de la production, de la distribution, les propriétés qualitatives des aliments), ne sont en rien antinomiques avec les modèles dominants et que la question des transformations de leurs modèles peut se penser d'une

manière féconde en dehors du paradigme de l'assimilation. En effet, nous avons vu que les modèles alimentaires, les nouvelles pratiques et les significations renouvelées qui se mettent en place témoignent de dynamiques d'appropriation culturelle. Ces dynamiques remettent en question des notions comme celles de tradition, d'authenticité, d'identité, de styles culinaires nationaux et témoignent d'une vitalité culturelle, d'une capacité d'invention et d'une expressivité plutôt que d'une quelconque perte.

La seconde hypothèse, selon laquelle les dimensions proprement symboliques de l'alimentation prennent des significations toutes particulières en situation de migration, s'est aussi vérifiée, bien qu'il est difficile de conclure que cela est le propre des individus qui font l'expérience de cette migration. Cependant, il est apparu que la socialisation alimentaire, le partage de la nourriture, l'utilisation de marqueurs gustatifs, l'agencement de la « semaine alimentaire » contribuent à structurer un ensemble de repères identitaires, sociaux, temporels, géographiques ou communautaires (des communautés imaginées) qui participent par exemple à la construction de la famille, du genre, des rôles, du chez-soi parce que cette socialisation, ce partage, ces marqueurs et ces agencements en offrent une représentation symbolique. Ils participent également à la construction des liens sociaux et des stratégies d'intégration dans des espaces sociaux.

Quant à la troisième hypothèse, à savoir que les populations migrantes vivent d'une manière accélérée les changements alimentaires qu'ont connus les sociétés industrielles du nord au cours des vingt ou trente dernières années et qui renvoyaient en fin de compte au paradigme du mangeur hypermoderne (Ascher, 2005b ; Fischler, 1979, 1990, 1996a) et à une représentation particulière des significations de ces changements, elle ne s'est pas avérée féconde, car elle soulève plus de problèmes qu'elle n'en résout. En effet, l'analyse des discours des participants montre plutôt que nous sommes en face de mangeurs qui ne sont ni spécialement modernes, traditionnels ou hypermodernes, mais qui, sur la base d'une socialisation préalable, de dispositions nullement figées ou unifiées, interagissent dans des contextes où sont présents tous à la fois divers modèles alimentaires, discours, contraintes, normes, phénomènes d'institutions, constructions imaginaires et branchements possibles à des réseaux locaux, nationaux ou transnationaux. Certaines configurations de ces contextes renvoient à des constructions plus anciennes, plus communautaires, axées sur des principes

de solidarité, tandis que d'autres témoignent de pratiques plus individualistes et de modèles plus contemporains de consommation, de construction des identités, de délégation au marché de pans entiers de la production[191]. Ainsi, ce ne sont pas les mangeurs qui sont « hypermodernes », mais la pluralité des contextes dans lesquels ces mangeurs agissent et les manières dont ils mobilisent des ressources matérielles et symboliques. Cette pluralité ces manières témoignent des mutations contemporaines des sociétés. Et ces mutations, ni le Brésil, ni le Maroc, la Chine, le Mexique ou encore la Moldavie n'y échappent. Cependant, nous avons montré que le cas de l'espace social alimentaire montréalais présentait une configuration toute particulière avec ses nombreux modèles alimentaires, la richesse de son histoire et l'intense circulation de produits alimentaires transculturels.

La quatrième hypothèse, à propos de la question des rapports entre la socialité (un horizon préstructuré et contraignant) et la sociabilité comme un espace de liberté relative où les individus peuvent faire preuve de créativité et « d'agentivité » dans un contexte d'interaction, a été englobée par les deux premières hypothèses qui, finalement, posaient aussi cette question, mais de manière en quelque sorte moins abstraite et plus en lien avec les observations de terrain.

Du côté des conclusions plus précises, la toute première qui s'impose est que les répondants tout autant que les participants demeurent très attachés à certains marqueurs alimentaires issus de leurs régions d'origine et de leurs groupes sociaux prémigratoires. Cependant, ce phénomène comporte des ambiguïtés dans la mesure où, pour bon nombre d'entre eux, leurs pratiques alimentaires, culinaires et commensales ont connu des changements significatifs. D'une part, beaucoup d'entre eux reconnaissent ce fait, mais tout en maintenant que, finalement, leurs pratiques n'ont pas beaucoup changé. Cela est redevable par exemple au maintien de marqueurs gustatifs dans la cuisine, principalement l'usage des épices et des herbes aromatiques et de certaines techniques de cuisson qui ont pour rôle d'envelopper les aliments de saveurs familières et qui permettent d'intégrer de nouveaux aliments rendant les préparations proprement comestibles, au sens fort que nous avons donné

[191] Par exemple les produits alimentaires, mais également ce qui relevait il n'y a pas si longtemps encore de l'autoproduction (vêtements, aménagements domiciliaires, entretien, réparations).

à ce concept. Ensuite, l'importance centrale des repas du soir explique aussi ce phénomène d'impression de continuité. Ces repas sont ceux qui non seulement ont subi le moins de modifications du point de vue culinaire, mais sont aussi les plus fortement investis de significations, particulièrement parce qu'ils participent symboliquement à la construction de la famille ou du couple et d'un espace pour lequel nous avons proposé le concept de chez-soi. De plus, certains aliments demeurent la base de l'alimentation postmigratoire, le riz étant exemplaire à cet effet.

Ici, le fait que la plupart des participants valorisent beaucoup le travail culinaire « fait à la maison », « à la main », « soi-même », à partir d'ingrédients les moins transformés possible, contribue sans doute à cette impression d'une continuité des pratiques alimentaires. La majorité des immigrants que nous avons rencontrés sont un peu en porte-à-faux par rapport à certaines pratiques contemporaines largement répandues dans l'espace social alimentaire (c'est en tout cas leur impression) qui consistent à utiliser un grand nombre de produits alimentaires fabriqués par les industries alimentaires ou, moins souvent sans doute parce que plus onéreux, par des traiteurs ou des restaurants.

Ainsi, il est apparu qu'au-delà de motifs identitaires ou nostalgiques, qui ne se sont manifestés qu'assez modestement, l'attachement aux pratiques culinaires, à certains types de saveur, de texture, à des types de mise en forme des plats et aux manières de les produire (le travail à la main sur des produits bruts, les techniques de cuisson) participait d'une esthétisation des objets du monde, devenus objets comestibles par le travail de la cuisine, en leur conférant une forme matérielle et symbolique et en les insérant dans un réseau de significations. Cet attachement participe aussi d'une expressivité, de l'expression de soi, car au-delà du labeur, de la dimension contraignante et répétitive de la cuisine et de l'approvisionnement, la cuisinière (le cuisinier) dispose d'une marge de liberté dont elle use afin de faire preuve de créativité et d'y mettre littéralement, on l'a vu, une part de soi dans sa cuisine. Cet attachement est aussi lié à des schèmes mentaux, c'est-à-dire des catégories cognitives socialement construites et transmises. Ces schèmes constituent une des formes importantes du rapport aux nourritures et construisent, classent et hiérarchisent certaines « choses » du monde comme des aliments comestibles, certaines « prises alimentaires » comme des « vrais repas ».

Nous avons aussi insisté sur le fait que le « goût », les saveurs et les odeurs ne renvoient pas qu'à des propriétés objectives des aliments ou des préparations cuisinées, mais à des constructions socioculturelles, résultantes d'une socialisation au sein d'un groupe et d'une individualisation de l'expérience alimentaire (qui est une expérience très intime). Ainsi, pour être interprétées comme « goût », « saveur » ou comme « bon pour nous » ou « bon pour moi », les perceptions captées dans la bouche et dans le nez passent par des processus d'interprétation, de sémiotisation, par l'allocation d'un sens à ces perceptions.

Dans un autre registre, la spatialisation de l'offre alimentaire et les principes qui sous-tendent la distribution des aliments dans l'espace alimentaire (très souvent sous forme de supermarchés situés non loin de leur domicile), ainsi que les contraintes financières et les transformations des modes de vie ont profondément modifié les modes d'accès aux aliments, de même que le type d'aliments qu'ils peuvent se procurer. Ainsi, l'organisation du système alimentaire a des effets déterminants sur leurs pratiques alimentaires, notamment sur les manières de s'approvisionner. Les méthodes de production des aliments ont, quant à elles, des effets sur les propriétés organoleptiques des aliments qui sont géographiquement et économiquement à leur portée. À cet effet, la plupart des participants se sont montrés très critiques quant à l'offre alimentaire des grandes surfaces et aux méthodes agricoles généralement employées en Amérique du Nord; nous avons montré qu'ils font ici l'expérience d'une dissonance gustative. Bien qu'une large part des répondants et des participants aient répété de manière récurrente que s'ils en avaient les moyens, ils consommeraient des produits issus de l'agriculture biologique, ils ont démontré peu d'intérêt pour des pratiques alternatives d'approvisionnement, d'autoproduction, d'agriculture urbaine, d'achat local, de coopératives d'achat, etc. Cela est sans doute l'effet de plusieurs facteurs qui tiennent de la faiblesse de certains réseaux sociaux, d'une méconnaissance des alternatives, de contraintes financières et temporelles afin de s'investir dans ces pratiques. C'est sans doute aussi l'effet d'une socialisation prémigratoire et du style de vie que leur procuraient leurs positions objectives dans les classes sociales de leur région d'origine. Ainsi, pour des individus issus des classes moyennes, il leur était souvent facile de se procurer des produits alimentaires frais et savoureux dans les marchés près de chez eux et ils ne comprennent pas très bien pourquoi cela n'est pas possible dans un pays « riche » et développé comme le Canada.

Nous avons aussi montré que l'alimentation recelait des dynamiques intergénérationnelles. Le rôle des enfants dans les transformations culturelles à l'intérieur de la famille nous a amenés à nous interroger sur les processus contemporains de socialisation et à constater que ce qui se donnait récemment encore sous le signe de l'unitaire, de la cohérence et parfois même de l'immuable, est aujourd'hui plutôt labile, flexible, pluriel, hétérogène, voire contradictoire. Nos résultats indiquent une diversité des sources de la socialisation alimentaire même au plus jeune âge et, clairement, ces sources ne poussent pas dans la même direction que la socialisation parentale. Ainsi, il semble que la famille n'est pas que le lieu de l'accord mutuel, de l'unité ou de la domination parentale, elle est aussi le lieu de dissensions, de l'expression d'opinions et de préférences divergentes. Enfin, ces résultats montrent que les enfants sont des agents sociaux à part entière et qu'ils sont des médiateurs entre l'espace socioculturel « public » et l'espace socioculturel « privé ». Ils participent au métissage de ces deux espaces, à leurs influences réciproques et au développement de leur porosité. En d'autres mots, les enfants établissent des passerelles entre ces dimensions, entre autres par les nourritures qu'ils contribuent à intégrer au répertoire culturel familial.

Cette thèse a aussi été le lieu d'enrichissement du concept d'espace social alimentaire proposé par Jean-Pierre Poulain (Poulain, 2002a, 2002b). Nous avons montré que celui-ci est transculturel[192], du moins à Montréal, et que la diversité des modèles alimentaires présents dans cet espace a des effets sur les pratiques alimentaires des immigrants et contribue à leur transformation. Bien que les espaces sociaux alimentaires d'un peu partout dans le monde se créolisent, se diversifient et s'ouvrent à diverses cultures alimentaires, Montréal bénéficie d'une position particulière à cause de son histoire marquée par des vagues migratoires qui ont laissé des traces souvent importantes dans les modèles alimentaires dominants. Depuis quelques années cependant, à cause de la diversification de l'immigration (des pays sources) et de son ampleur, couplées au développement de la curiosité alimentaire de sa population et du phénomène concomitant de la mondialisation de la circulation des produits alimentaires, la ville de Montréal connaît un développement sans précédent de la diversité des modèles alimentaires, des styles culinaires et de l'offre alimentaire.

---

[192] Il est vrai que dans un article, Jean-Pierre Poulain et Laurence Tibère, parlant de l'espace social alimentaire de l'île de la Réunion, mentionnent explicitement qu'il est transculturel et qu'ils en montrent les logiques (Poulain et al., 2000).

Dès leur arrivée, les immigrants sont en face d'une offre alimentaire où domine le modèle des grandes surfaces[193]. Toutefois, ils sont aussi en contact avec les pratiques alimentaires des autres immigrants (ou des communautés culturelles), leurs aliments, leurs marchés spécialisés, leurs restaurants. Leur curiosité ne se porte alors pas que sur le modèle alimentaire dominant (le très difficile à saisir « modèle québécois »). Les restaurants jouent aussi un rôle dans la transformation des goûts et des préférences. Beaucoup ont déclaré s'inspirer des nourritures goûtées au restaurant afin d'apporter de la nouveauté dans leur répertoire culinaire et, ici encore, ce phénomène donne lieu à des appropriations, des inventions et au développement de nouvelles possibilités expressives dans le domaine de la cuisine.

Nous avons remarqué également que les immigrants intègrent des nourritures issues de leur « aire culturelle » et géographique, mais auxquels ils n'étaient pas familiers avant d'immigrer, ce qui donne lieu à des phénomènes diasporiques, à la construction de communautés imaginaires dont les nourritures deviennent un des marqueurs (diaspora indienne, latino-américaine, d'Europe de l'Est) et symbolisent un certain « art de vivre », une manière distinctive d'habiter l'Amérique, de prendre place dans l'espace social. Ces phénomènes remettent en question une certaine lecture fixiste ou essentialiste des phénomènes culturels et des dynamiques des constructions communautaires. Cette créolisation, cette mise en circulation des cuisines, des aliments, des techniques, ces transformations des modèles culinaires prémigratoires peuvent être interprétées, rappelons-le, non pas comme une perte ou comme une acculturation (au sens que trop de chercheurs donnent à ce concept : le chemin de l'assimilation), mais plutôt comme autant de signes d'une vitalité culturelle et de la puissance expressive de la cuisine qui, malgré et, sans doute aussi, à cause des contraintes et des disparités dans l'accès aux ressources, appelle au dépassement de celles-ci par la création d'objets culturels qui nourrirons à la fois le corps et l'esprit des mangeurs.

Il faut bien entendu garder à l'esprit que la cuisine a aussi une dimension fonctionnelle, qu'elle est un travail répétitif et que ce dernier incombe la plupart du temps aux femmes. Ainsi, nous n'avons pas passé sous silence le fait que la cuisine comporte des dimensions

---

[193] Qu'ils fréquentent, entre autres, à cause du prix des aliments qu'on y pratique et de leur proximité du domicile.

contraignantes, liées au genre, à l'effort et sans doute parfois à l'anxiété due à l'insécurité alimentaire ou à d'autres situations difficiles (en plus des contraintes externes à la cuisine telles que le système alimentaire, le temps, la pièce elle-même). L'acte de cuisiner et de s'approvisionner en produits n'est pas toujours le lieu de l'expressivité et de la création. Nous avons cependant tenté de comprendre, à un niveau mésosociologique, les dynamiques qui sont à l'œuvre dans les reconfigurations et l'adaptation des pratiques alimentaires de quelques centaines d'individus. Nous avons observé que les logiques fonctionnelles et subies comme des contraintes se manifestent plutôt d'une manière minoritaire.

Une des raisons est que les pratiques alimentaires et culinaires n'ont pas pour fin unique de nourrir les mangeurs. Bien que cette dimension fonctionnelle soit toujours présente, ces pratiques sont accompagnées (constitutivement) de significations et peuvent être mobilisées à différentes fins. Les repas familiaux sont apparus comme un lieu très propice à un fort investissement symbolique. Les repas familiaux procèdent souvent par « enveloppement », un enveloppement émotionnel, sensuel, social et esthétique. Les repas doivent être préparés avec soin, dans le souci de fournir une diète adéquate d'un point de vue nutritionnel. Cependant, il est tout aussi important que ces repas soient savoureux et esthétiquement réjouissants pour les commensaux. Ainsi, il est apparu avec force que la cuisine et les repas de famille font partie du domaine des soins attentionnés et de la sollicitude. Nous avons avancé que les repas ainsi que les nourritures qui y sont consommées construisent littéralement la famille et sont opérateurs des liens entre les membres de cette dernière. Cependant, nous avons aussi montré que la cuisine, la préparation et la planification des repas reposaient sur une ambivalence.

D'une part, les repas de famille constituent des rituels pour l'établissement et le maintien d'une culture familiale et créent chez leurs membres une reconnaissance mutuelle de la famille comme unité cohésive et le développement d'un souci des autres membres. D'autre part, ce rituel, ce travail, ce rôle sont assumés la plupart du temps par les femmes et une bonne partie de ce travail est invisible ou du moins « idéologiquement invisibilisé ». Ainsi, si le travail de la cuisine (des femmes) est autant le produit de la famille qu'il la produit en retour, il « nourrit » non seulement les membres de la famille, mais aussi « la famille » comme construit idéologique, comme lieu de reproduction de rapport sociaux

inégalitaires. Cependant, cette dimension inégalitaire et contraignante du travail culinaire (et plus globalement des soins) a été plutôt rarement évoquée lors des entretiens, sans doute parce qu'elle fait partie des choses qu'on ne désire pas rendre publiques, qu'il y a une gêne ou une pudeur entourant certaines dimensions de la vie domestique, mais aussi que cette inégalité dans le partage des tâches et de l'assignation des rôles est en partie invisible aux yeux mêmes des femmes qui en sont victimes. Ce sont plutôt les dimensions « positives » du travail de la cuisine (une source de bonheur, de sécurité, d'identité et de plaisir) qui ont pris le dessus aussi bien dans les entretiens que dans les résultats du questionnaire.

Les nourritures, les repas et la cuisine sont aussi mobilisés afin de marquer un découpage de la temporalité et des espaces (notamment l'espace domestique et l'espace public). Des « patterns » sont apparus d'une manière assez éloquente et témoignent d'une symbolisation de cette temporalité et de moments particuliers (anniversaires, fêtes religieuses, etc.). Le déjeuner par exemple a fait l'objet de transformations majeures et de l'adoption de nourritures « industrielles » comme les céréales et les tartines. Ce repas a ainsi acquis de nouvelles significations : il symbolise et révèle une ambivalence entre le monde de l'alimentation fonctionnelle, industrielle, individualisée et celui d'une alimentation centrée sur son côté artisanal, fait à la main, expressif, communautaire. Le déjeuner est peut-être alors un repas tourné vers la sphère publique et prépare les immigrants à « affronter » le monde extradomestique, tandis que le souper est quant à lui plus tourné vers l'intérieur, vers la sphère privée et marque le retour, le repos, l'intimité. Dans un registre hebdomadaire, le marquage des temporalités est presque systématique, mais il prend plusieurs formes. C'est dans la différenciation entre la semaine (du lundi au jeudi) et la fin de semaine (du vendredi au dimanche) que ces processus sont les plus évidents. Ces « patterns » peuvent servir à marquer symboliquement l'ethnicité ou « l'américanité », ou encore le métissage ou certaines formes de nomadisme, de cosmopolitisme ou de « tourisme gastronomique ».

Les nourritures et particulièrement le travail de la cuisine sont également très importants dans la (re)construction d'un chez-soi « loin de chez soi ». Reconstruire des repères et plus encore s'approprier des espaces comme une pièce (ici la cuisine), une maison, un logement, un quartier, un milieu professionnel, une communauté, un réseau d'approvisionnement sont des dimensions fondamentales dans les processus de reterritorialisation, dans le fait d'habiter

un espace. Dans le contexte de cette reterritorialisation, les nourritures sont un des lieux matériels et symboliques où les immigrants jonglent avec les questions du chez-soi et de l'ailleurs (là d'où l'on vient), de la mémoire, de la « tradition » et de son détachement. Les participants aux entretiens ont témoigné de diverses façons des manières dont les nourritures et le travail de la cuisine pouvaient être mobilisés afin de fabriquer du chez-soi mais également comment ces nourritures et cette cuisine traçaient des frontières symboliques entre le dedans et le dehors, l'industriel et le « fait main », le privé et le public, l'individuel et le collectif, « l'ici » et le « là-bas », l'actuel et le mémoriel; divers témoignages qui ont montré avec éloquence que cuisiner est une manière d'habiter comprise comme une appropriation subjective (construite collectivement) d'espaces matériels et imaginaires.

Avec un titre volontairement un peu provocateur, le chapitre VIII termine la thèse en présentant des réflexions gravitant autour de quelques axes principaux comme l'appréciation du travail de la cuisine par ceux qui réalisent ce travail, la répartition des tâches reliées à l'alimentation, les rôles sociaux et la question de la construction des genres.

Avant et après l'immigration, ce sont les femmes qui réalisent le plus de travail dans chacune des dimensions mesurées. Il est important toutefois de souligner que l'immigration transforme cette situation, les hommes s'impliquant un peu plus et les femmes un peu moins, tout en demeurant celles qui en font le plus. Les immigrants et les immigrantes observent que les normes et les pratiques sociales en matière d'attribution des tâches et des rôles sont généralement différentes de celles de leur milieu social prémigratoire et que nombre d'entre eux (et elles) sont réceptifs à ce nouveau contexte et que cela contribue à une toute relative redéfinition des rôles et des tâches. Bien que l'implication des hommes immigrants (ici la région d'origine ne faisait pas différence) soit en progression, on peut conclure, mais avec des nuances considérables, que les femmes sont encore soumises à un rôle de « nourricières » et de « réservoir » de travail gratuit, mais que les formes de cette soumission se sont transformées afin de devenir socialement plus acceptables. Des hypothèses pouvant expliquer l'inégalité de cette répartition des tâches et des rôles ont été avancées et, bien que ces hypothèses n'éludent qu'en partie le phénomène, l'analyse des tâches domestiques (et particulièrement de la cuisine) en matière d'organisation sociale de l'attribution des tâches et des rôles présente des limites et des inconsistances. Ainsi, nous avons relevé que le risque, en

insistant seulement sur les rôles et la question de la domination, était d'effectuer une objectivation implicite des agents sociaux, plutôt que d'écouter ce que les femmes et les hommes disent de ce qu'elles (ils) font, les significations qu'ils donnent aux gestes de la cuisine et à la planification des repas, et comment cela peut être lié à la performance d'une identité consentie ou mobilisée pour la construction de liens sociaux ou pour l'expression d'une contestation de ce rôle. Nous avons alors proposé de déplacer le regard porté sur le travail de la cuisine afin de concentrer l'attention sur les significations attachées au travail domestique et à la place tout à fait à part de la cuisine dans le travail domestique.

Il est remarquable que, malgré le fait que faire à manger tous les jours soit tout de même vécu comme une corvée (exprimé avec plus ou moins de force) par presque un répondant sur cinq du questionnaire, ce que nous n'avons peut-être pas assez relevé dans cette thèse, les autres répondants y éprouvent du plaisir et ce dernier prend diverses formes et diverses significations. La dimension du plaisir n'est ainsi pas liée seulement au fait de manger des nourritures savoureuses avec les gens qu'on aime, mais au travail lui-même et au fait que celui-ci communique quelque chose aux autres.

En cherchant alors ce qui pouvait bien être communiqué à travers la cuisine, il est devenu évident que les nourritures et la cuisine domestiques étaient des architectes dans la construction sociale des genres. Une des puissantes raisons expliquant le fait que les femmes s'investissent autant dans le travail culinaire, pas seulement le travail physique, mais aussi toute « l'organisation mentale », la planification, et au-delà d'une pratique soumise à des impératifs idéologiques, concerne la nature même de ce qu'elles construisent tout en cuisinant. Le travail de la cuisine (compris aussi comme « soins et sollicitude ») fabrique du lien social et contribue au développement d'un souci pour autrui qui passe par « l'enveloppement » dans des relations affectives, émotionnelles et sensuelles qui non seulement fabriquent (à mains nues) l'unité et l'identité familiale, le bien-être d'une communauté, mais également du « bonheur » et, ce faisant et en retour, de l'identité de genre (féminine). Ce rôle de prodiguer des soins attentionnés et de la sollicitude par le travail de la cuisine et l'organisation des repas n'est en rien une caractéristique naturelle des femmes, ni un attribut exclusif de la féminité. La cuisine et le domaine des soins attentionnés sont au cœur d'une grande part des expériences vécues par les femmes parce que des circonstances

historiques sociales et politiques les y ont placées. La cuisine est devenue un champ de pratique sociale majoritairement investi par les femmes, et ainsi intimement lié à l'identité féminine sur la base d'une assignation inégalitaire, mais aussi constamment réapproprié comme force sociale structurante et non pas seulement comme une tâche à accomplir. Cela illustre l'ambivalence de ce rôle et du rapport des femmes à la cuisine.

Enfin, il est apparu également, pour unc part non négligeable des femmes et des hommes qui cuisinent et que nous avons rencontrés (et qui ont répondu au questionnaire), que les nourritures cuisinées par leurs propres mains étaient des métaphores de l'amour. Les femmes sont nombreuses à dire qu'elles déposaient littéralement de l'amour, du soin, de la passion dans leurs plats et que les mangeurs incorporaient tout cela en mangeant. Le principe de l'incorporation et la dimension « magique » qu'il suppose (la loi de la contagion) nous permettent de comprendre que la cuisinière offre à manger une partie d'elle-même et que les nourritures retiennent, symboliquement, ce qu'elle y a investi, déposé. Du coup, les nourritures peuvent être mobilisées non seulement pour transmettre de l'amour, de l'attention, mais aussi de la colère, du refus, du ressentiment, des préoccupations, ce qui n'élude pas la dimension inégalitaire des positions sociales et l'ambivalence que comportent la cuisine comme don d'amour.

Il est apparu toutefois qu'il y a dans le travail de la cuisine quelque chose d'irréductible à l'idéologie patriarcale, à la contrainte, à l'oppression et au partage inégalitaire des tâches. Ce travail est aussi un travail expressif, esthétique, subjectif, créatif, structurant pour l'unité et l'identité des groupes sociaux. De plus, il s'inscrit dans une logique de l'échange qui ne place pas l'intérêt (personnel) en son centre. Ainsi, cuisiner, dans un contexte de vie de couple, mais encore plus puissamment dans un contexte familial, nourrir du « soi collectif », c'est présider en quelque sorte à un rituel dont la finalité est le maintien de cette « structure » et le développement chez les individus qui la compose d'un sens du partage, du souci de l'autre et d'une appartenance sociale médiatisée par les nourritures.

Bien entendu, tous les repas ne sont pas une ode à l'amour et au partage et toutes les femmes ne considèrent pas qu'elles cuisinent par amour. Nous nous sommes intéressés à celles et ceux pour qui les nourritures sont investies de nombreuses couches de significations

et qui mobilisent ces nourritures afin de structurer des contextes relationnels et de donner du sens à ce qu'ils et elles mangent.

Terminons avec deux remarques, l'une sur les méthodes employées et l'autre sur les limites de la recherche. Il s'est avéré pertinent et heuristique d'employer deux méthodes d'enquête, l'une reposant sur des entretiens de groupe et l'autre sur un questionnaire. Une analyse croisée des résultats a enrichi le travail de l'interprétation en permettant d'une part une compréhension plus fine des résultats du questionnaire et en établissant des liens avec les discours des participants à propos des mêmes thèmes. D'autre part, l'emploi de méthodes mixtes permettait de mettre en perspective, par des moyennes de groupe et le repérage des différences entre les groupes (sur la base des caractéristiques descriptives retenues), des éléments du discours des participants sur des thèmes abordés dans le questionnaire. Nous pensons qu'une telle méthode d'objectivation de pratiques alimentaires et des significations a donné plus de force et de portée à nos analyses que ne l'aurait fait une seule méthode.

Enfin, cette recherche comporte des limites. Celles-ci se rapportent d'abord aux échantillons et ensuite à la focalisation sur les pratiques domestiques. Tout d'abord, l'échantillon était constitué uniquement d'immigrants dont le français n'est ni la langue maternelle, ni la langue seconde (des allophones). Nous avons expliqué les raisons de ce choix et il est méthodologiquement fondé. Ainsi, les immigrants dont la langue maternelle est le français ou qui la maîtrisaient bien comme langue seconde ne sont donc pas représentés dans les échantillons. Toutefois, la situation linguistique des immigrants allophones est transitoire dans la mesure où une majorité d'entre eux maîtriseront le français après cinq à dix ans de résidence, souvent moins s'ils trouvent rapidement un travail au sein duquel ils doivent échanger en français. Cependant, il est possible que la langue soit un frein ou une contrainte à l'intégration en milieu du travail et à un travail bien rémunéré et qu'il en découle des contraintes financières qui auront des impacts sur l'accès aux ressources (les aliments).

Mais quand on constate le taux de chômage dans la communauté maghrébine par exemple (il est de 30 %), on en déduit que d'autres logiques que celle de la maîtrise de la langue française sont en cause dans les difficultés d'accès au marché du travail. De toute manière, cette recherche (et les échantillons) ne se voulait pas représentative de la réalité de

l'ensemble des immigrants récents. Elle avait plutôt pour objectif de repérer des dynamiques et des processus, différents ou communs, et de comprendre pourquoi certains individus agissent et produisent des significations comme ils le font. Les réponses et les analyses proposées sont demeurées prudentes et ont toujours porté sur les échantillons et non sur les populations migrantes en général.

Une autre limite induite par le choix de ces échantillons tient au fait que ceux-ci sont constitués d'immigrants qui viennent d'un peu partout, qu'ils sont multiculturels. Cela a sans doute eu pour effet un certain niveau de généralité. En effet, si nous avions choisi une « communauté » en particulier, nous aurions sans doute pu approfondir certaines dimensions et montrer les points communs et les différences à l'intérieur même de ces communautés ou des ressortissants d'une région en particulier.

Une dernière limite tient à notre choix de concentrer notre attention sur les pratiques essentiellement domestiques, de la sphère privée. Ainsi, nous n'avons pas de données sur les pratiques alimentaires de type communautaires, sur les manières dont les nourritures peuvent être mobilisées par un groupe afin par exemple de développer des liens sociaux et culturels de même que sur les significations des nourritures et leur rôle dans les processus d'intégration et de différenciation de ces groupes dans la société québécoise. Cela serait assurément un autre sujet de recherche très porteur. Considérons cela comme partie remise.

ANNEXE A

CARACTÉRISTIQUES DES POPULATIONS

A.1 Composition et caractéristiques générales de la population migrante allophone

La province de Québec accueille chaque année un nombre très élevé d'immigrants, comme nous l'avons déjà montré dans la problématique et nous en avons expliqué les raisons. Aux fins de la discussion, rappelons que le Québec a reçu au total 45 264 immigrants en 2008, 49 489 en 2009, 53 985 en 2010 et 51 737 en 2011, selon les statistiques de l'Institut de la statistique du Québec (MICC, 2008, 2009a, 2010, 2011a). Depuis un certain nombre d'années et suite à une entente avec le gouvernement fédéral en 1991, le Québec a le pouvoir de sélectionner environ 70 % de ses immigrants, selon les années. Il peut ainsi fixer ses objectifs en termes de nombre d'immigrants, mais il est en mesure également de déterminer les critères d'admissibilité de ces derniers. Au regard des statistiques récentes, il apparaît clairement que le gouvernement du Québec privilégie les immigrants de la catégorie « immigration économique ». Cette dernière constitue ainsi 69,8 % du nombre total d'immigrants pour l'année 2011. De ce total, les immigrants de la catégorie « travailleurs qualifiés » constituent 60,9 % pour la même année. Aux fins de comparaison, les immigrants admis dans la catégorie « regroupement familial » représentaient 19,4 % du nombre total, toujours en 2011 (MICC, 2012), mais constituaient 30,3 % pour l'ensemble de la décennie 1990 (ISQ, 2012). Pour l'ensemble des années 1980, cette proportion s'élevait à 36 %. À cette époque, cette politique favorisant le regroupement familial a considérablement fait augmenter le nombre d'individus dont un des parents avait été reçu au Canada en qualité de réfugié (Vietnam, Haïti, Cambodge, Sri Lanka) et a aussi été favorable aux parents de nombreux immigrants originaires de l'Inde, du Pakistan, du Bangladesh, et dont nous avons rencontré de nombreux ressortissants qui étaient au chômage suite au transfert des activités

de production des compagnies manufacturières pour lesquelles ils avaient travaillé de nombreuses années.

De plus, grâce à un système de pointage qui accorde beaucoup de points à la maîtrise du français (mais aussi au capital humain), le Québec est en mesure de sélectionner des immigrants qui parlent le français et qui, conséquemment, proviennent d'un pays où l'on parle le français, par exemple, la France, le Maroc, l'Algérie, la Tunisie, les pays de l'Afrique de l'Ouest, etc. Ces immigrants qui présentaient une bonne connaissance du français dans leur pays d'origine constituaient 63,4 % du nombre total pour l'année 2010 (MICC, 2012). Cela veut donc dire que 36,6 % du nombre total ne parlaient pas le français avant d'immigrer. Ils sont généralement qualifiés d'allophones. Le système de pointage accorde également beaucoup de points à la formation scolaire et à l'expérience professionnelle des futurs candidats à l'immigration, on l'a vu par la proportion très élevée dans la catégorie « immigration économique » et plus particulièrement dans celle des « travailleurs qualifiés ».

En résumé, environ 25 % du nombre total d'immigrants arrivés au Québec depuis les cinq dernières années est constitué d'une population avec un niveau élevé de scolarisation (en moyenne, 65,7 % du nombre total d'immigrants économiques a quatorze ans ou plus de scolarité) et des compétences professionnelles. De plus, les individus qui la composent ne parlent pas le français à leur arrivée. Rappelons en terminant que, pour la même période, environ 70 % des immigrants ont choisi de s'établir à Montréal et nous émettons l'hypothèse que ce pourcentage est peut être plus élevé dans le cas des immigrants allophones, mais les statistiques ne présentent pas de données à cet égard. Elles indiquent toutefois que ce sont les immigrants les plus scolarisés qui choisissent de s'établir à l'extérieur de la région montréalaise. Or, ces individus, aussi qualifiés soient-ils, ne sont pas en mesure d'intégrer le marché du travail et plus globalement d'exercer pleinement leur citoyenneté, de s'intégrer socialement et culturellement tant qu'ils ne maîtrisent pas suffisamment le français. On observe alors un phénomène de déqualification professionnelle dans ces populations, mais qui, soulignons-le tout de suite, n'est pas uniquement lié à la maîtrise de la langue. Voici, en résumé, les caractéristiques de ce phénomène qui est très important pour comprendre les spécificités de ces populations.

À la différence des ressortissants français qui trouvent assez facilement du travail dans leur domaine et qui voient leurs diplômes généralement reconnus (suite à des ententes spécifiques entre les gouvernements français et québécois), les autres immigrants, et parmi eux les allophones, dont les diplômes ne sont pas reconnus, doivent aller au Collège d'enseignement général et professionnel (CÉGEP) ou à l'université pour refaire les cours nécessaires à leur entrée dans certains métiers ou afin d'être admis dans les corporations professionnelles. Ce processus demande souvent plusieurs années puisqu'il suppose d'avoir préalablement fréquenté un centre de francisation durant plusieurs mois. Il y a évidemment de nombreux cas de figure, mais on peut dire globalement que ces immigrants mettront plusieurs années avant de retrouver un poste correspondant aux compétences et aux expériences de travail qu'ils avaient dans leur pays d'origine. Il en résulte donc une baisse substantielle des revenus, en proportion de leurs salaires dans leurs pays d'origine et un changement dans leur statut social. Les immigrants qui arrivent au Québec sont jeunes, toutes catégories confondues; en effet, depuis les cinq dernières années, environ 70 % des nouveaux arrivants ont moins de 35 ans et seulement 10 %, environ, sont âgés de plus de 45 ans (MICC, 2009c, 2011b, 2012).

Bien que les immigrants allophones proviennent dorénavant de l'ensemble des régions du monde, on peut tout de même constater des régularités. En effet, une large part provient de la Chine, de la Colombie, du Mexique, des pays de l'Europe orientale et méridionale, de l'Égypte et des Philippines, mais également du Vietnam, du Cambodge, de l'Inde et du Pakistan. Une majorité d'entre eux arrivent avec des enfants, la plupart du temps âgés de moins de 15 ans. Selon nos observations, beaucoup ont le premier enfant ou en ont un autre après environ trois ans de résidence au Québec. Leur taux de fécondité est supérieur à celui du reste de la population québécoise (Constanza Street, 2009).

A.2 Francisation des immigrants

Comme le gouvernement du Québec espère que ces individus occuperont, à terme, des postes de travail à la hauteur de leurs compétences et de leurs expériences professionnelles (les

individus en question en attendent tout autant), une maîtrise de base du français n'est pas suffisante afin de réaliser ces objectifs. Nous laissons en suspens la question de savoir si les règles implicites, les structures du marché de l'emploi et les règles des corporations professionnelles sont défavorables aux travailleurs immigrants qualifiés. De nombreuses sources indiquent cependant qu'il reste encore beaucoup de travail à faire afin de favoriser l'intégration des immigrants fortement qualifiés au marché du travail et dans des postes qui correspondent à leur formation et à leurs expériences professionnelles.

C'est en tout cas afin d'assurer une intégration linguistique que le gouvernement du Québec a mis en place, depuis les vingt-cinq dernières années, un réseau de centres de francisation dans les villes où se concentrent les immigrants allophones, notamment à Montréal, Québec, Laval, Longueuil, Brossard, Sherbrooke et Gatineau. Sans entrer dans la mécanique complexe du fonctionnement de ces centres et des critères d'admissibilité des élèves ou du financement public que ces élèvent doivent obtenir, disons qu'en principe tout immigrant allophone âgé de plus de dix-huit ans qui désire intégrer le marché du travail est admissible à cette formation. Celle-ci étant destinée à développer l'employabilité, elle n'est pas réservée qu'aux immigrants récents. Elle s'adresse aussi à des immigrants installés au Québec souvent depuis de nombreuses années et qui, pour un ensemble de raisons, présentent un niveau insuffisant de maîtrise du français, et qui désirent intégrer le marché de l'emploi[194].

Le système propose deux cursus distincts. Le premier, qui regroupe une très large majorité des élèves, est destiné aux immigrants scolarisés et exige qu'ils aient terminé l'équivalent d'un 5e secondaire. Le second s'adresse à des immigrants qui possèdent un niveau de scolarisation inférieur à un 5e secondaire, mais également à des individus qui ne savent ni lire ni écrire dans leur propre langue. L'objectif de ce cursus est donc d'alphabétiser (en français) ces élèves. Même dans les niveaux supérieurs de cette formation, la maîtrise du français demeure élémentaire, c'est pourquoi il n'a pas été possible d'inclure des participants

[194] Ou réintégrer le marché de l'emploi. Nous verrons qu'il y avait dans notre échantillon un certain nombre de participants qui ont travaillé de nombreuses années comme employés dans des manufactures ou comme aide familiale. Ces personnes étaient surtout des femmes et étaient en grande partie originaires de l'Inde, du Pakistan, du Sri Lanka, du Bangladesh, du Vietnam et de la Chine.

issus de ce cursus dans les groupes de discussion. Nous avons fait une tentative, mais il s'est avéré que la communication était trop difficile et que cela affectait la qualité des informations.

Le cursus s'adressant aux immigrants scolarisés propose généralement une formation qui s'échelonne sur sept niveaux (certains centres en offrent huit). Chaque niveau est d'une durée de trois mois. Les six premiers niveaux offrent une formation en expression orale et en syntaxe et grammaire, les niveaux inférieurs offrant plus d'oral et les niveaux supérieurs plus d'écrit. Le 7e niveau est destiné à perfectionner la grammaire et la syntaxe. Ajoutons que ces centres ont également pour mission d'introduire les élèves à l'histoire du Québec et du Canada ainsi qu'à diverses dimensions de la société et de la culture québécoise. Un élève ayant complété le cursus aura donc passé 21 mois à raison de 20 à 30 heures par semaine dans un centre de francisation. Comme chacun des élèves fréquentant ces formations reçoit du financement du ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles du Québec (MICC) ou d'emploi Québec, leur présence en classe est obligatoire.

Il n'est alors pas surprenant que la population qui fréquente ces centres soit représentative des tendances récentes de l'immigration allophone. En effet, on y rencontre des individus qui proviennent principalement de la Chine, de la Colombie, du Mexique, du Pérou, des pays de l'Europe Orientale et Méridionale de l'Est (Russie, Moldavie, Roumanie, Ukraine), mais également des individus établis au Québec depuis longtemps (généralement les années 1980) et qui ont perdu leur travail récemment. Enfin, certains autres, établis depuis une dizaine d'années, désirent perfectionner leur français afin d'améliorer leur employabilité. La situation de ces individus est évidemment particulière dans la mesure où ils n'occupent pas encore une place sur le marché du travail ou encore parce qu'ils s'en sont écartés temporairement; ils sont en quelque sorte dans une période de « flottement ». Cependant, certains travaillent à temps partiel, le conjoint ou la conjointe est souvent sur le marché du travail et leurs jeunes enfants fréquentent les centres de la petite enfance (CPE) tandis que leurs enfants d'âge scolaire fréquentent les écoles francophones conformément aux dispositions de la loi 101. Ils ont donc une assez bonne expérience des institutions québécoises et des rouages de la société québécoise et sont déjà en voie d'intégration dans leur milieu de vie. Enfin, il existe de nombreuses associations sociales, culturelles et

politiques, à Montréal particulièrement, qui offrent des services, de l'information et du support dans les langues d'origine afin de faciliter leur intégration.

En conclusion, bien que les sujets que nous avons rencontrés soient temporairement hors du marché du travail et que leur situation soit un peu particulière, les centres de francisations offrent selon nous la possibilité de rencontrer une population variée présentant des profils différents et demeurant au Québec depuis assez longtemps pour que leurs habitudes alimentaires aient été affectées par différents facteurs qui sont similaires à celle des immigrants qui occupent un emploi. On pourra objecter que leur situation financière est différente de ceux qui ont un emploi, mais selon nos observations, il n'est pas certain que cette situation distingue notre échantillon du reste de la population migrante qui occupe un emploi salarié. En général, les premiers emplois des immigrants (et particulièrement des allophones) ne leur procurent pas des salaires très élevés. En guise d'exemple, la communauté maghrébine de Montréal est affectée d'un taux de chômage de 30 % bien que celle-ci se compose en bonne partie de travailleurs qualifiés et hautement scolarisés et que la majorité parle le français couramment. Nous verrons que la question des revenus joue un rôle important dans le choix des aliments, la diète et l'accessibilité à certains produits.

ANNEXE B

ANALYSES COMPLÉMENTAIRES

B.1 La tortilla, la pupusa

La « nixtamalisation » est un procédé de traitement du maïs généralisé dans l'aire du Mexique et de l'Amérique centrale. Les grains de maïs sont trempés et cuits dans une solution alcalinisée avec de l'eau de chaux (ou, traditionnellement, de la cendre issue du feu de cuisson) qui aide à retirer l'enveloppe du maïs (péricarpe). C'est une technique largement répandue parmi les populations autochtones de l'actuel Mexique et de l'Amérique centrale et dont l'origine remonte à plus de deux mille ans. Destinée à faciliter la mouture du maïs pour en faire une pâte dont la texture est propice à la réalisation de la *tortilla*, elle a pour heureuse conséquence d'augmenter considérablement l'assimilation des protéines du maïs et libère la vitamine B3 (niacine), essentielle entre autres dans la prévention de la pellagre (Coe, 1994 ; Schenone, 2003, p. xxxi). Les incidences nutritionnelles de cette technique sont telles que l'historienne de l'alimentation Sophie Coe avance l'hypothèse qu'elle est en partie responsable du développement de la civilisation Mésoaméricaine dont le maïs constituait la base de l'alimentation (Coe, 1994, p. 14). L'usage contemporain du maïs sans « nixtamalisation » dans un grand nombre de régions du monde en fait un aliment assez pauvre d'un point de vue nutritionnel. Les cuisines traditionnelles, ancestrales, comportent très souvent des savoir-faire dont les bienfaits nutritionnels (souvent ignorés par la cuisinière) ont permis à des populations entières de tirer le meilleur profit des aliments dont ils disposaient par accumulation et transmission du savoir.

B.2 Les craintes envers les produits alimentaires

Il convient toutefois, puisqu'il est question du système alimentaire de présenter certains résultats du questionnaire à propos des craintes que les répondants éprouvent par rapport à ce

qu'ils mangent. La première question à cet effet était : « Diriez-vous, en général, que vous avez des craintes par rapport à ce que vous mangez »? Les réponses se répartissent ainsi :

	Pas du tout	Un peu	Plutôt	Beaucoup
Diriez-vous, en général, que vous avez des craintes par rapport à ce que vous mangez?	25,6 %	51,8 %	13,7 %	8,9 %

Il n'y a pas de différences significatives entre les hommes et les femmes ni selon la région d'origine, cependant les répondants « asiatiques » (Chine, sous-continent indien et Asie du Sud-Est) ont tendance à être plus inquiets du contenu de leur assiette. Il est probable que s'ils avaient été en plus grand nombre dans l'échantillon, des différences significatives seraient apparues. Ces résultats montrent que le quart dit ne pas avoir de crainte, la moitié déclare en avoir un peu et pas moins de 23 % répondent « plutôt » et « beaucoup », ce qui représente presque un quart de l'échantillon. Il n'existe pas, à notre connaissance, de chiffres pour la population québécoise sur cette question. Les comparaisons ne sont donc pas possibles. Nous avons ensuite voulu évaluer envers quels aspects (ou dimensions) du système alimentaire ces craintes se manifestaient pour ceux qui avaient répondu avoir au moins un peu de craintes.

Voici les résultats :

	Pas du tout	Un peu	Plutôt	Beaucoup
À cause des insecticides, des pesticides et des engrais chimiques	6,8 %	29,3 %	28,6 %	35,3 %
À cause des organismes génétiquement modifiés	14,2 %	31,2 %	17,7 %	36,9 %
À cause des conditions dans lesquelles sont élevés les animaux destinés à la consommation	15,0 %	32,3 %	30,1 %	22,6 %
On ne connaît pas les méthodes de production des aliments	20,6 %	31,6 %	28,4 %	19,9 %
Pour des raisons de salubrité des aliments	10,0 %	32,3 %	34,6 %	23,1 %
À cause des hormones de croissance et des antibiotiques administrés aux animaux	4,5 %	23,5 %	37,1 %	34,8 %
À cause du gras, du sel et du sucre dans les aliments transformés ou préparés	3,0 %	31,1 %	26,7 %	39,3 %

Il s'avère que les aspects à la source des craintes sont principalement les hormones et les antibiotiques administrés aux animaux à 71,9 % (total des plutôt et des beaucoup), le gras, le sel et le sucre dans les aliments transformés ou préparés à 66 %, les insecticides, pesticides et engrais chimiques à 63,9 % et la salubrité des aliments à 57,7 %. À part les hormones de croissance et les antibiotiques, aucune variable ne se démarque nettement des autres, sauf celle de la méconnaissance des méthodes de production des aliments qui a un score de 48,3 %. Le pourcentage moins élevé de cette variable est peut-être explicable par le fait que les répondants connaissent, ou du moins ont une idée, des méthodes de production des aliments. Les très hauts scores pour les variables des insecticides et engrais, de même que pour les hormones et les antibiotiques semblent en tout cas l'indiquer. Rappelons toutefois que lorsque 71,9 % de l'échantillon déclarent craindre « plutôt » ou « beaucoup » les hormones et les antibiotiques, cela ne veut pas dire que c'est ce pourcentage total de l'échantillon qui craint ces substances, mais que, parmi ceux qui ont des craintes par rapport à ce qu'ils mangent, c'est principalement pour ces raisons.

Nous avons voulu aussi savoir si ces craintes avaient des incidences sur leurs pratiques de consommation de certains aliments. Plus largement, nous avons construit quelques variables susceptibles d'être liées à la limitation de certains produits ou aliments. Ces variables sont en gros les mêmes que pour les raisons des craintes. La question était la suivante : « À la maison, est-ce que l'on applique des règles qui limitent ou interdisent la consommation de certains aliments?» Les résultats sont très intéressants et parfois surprenants. Les réponses proposées étaient seulement oui ou non et voici leur répartition pour chacune des variables.

	Oui	Non
Pour des raisons d'interdits religieux	15,9 %	84,1 %
Pour des raisons de cruauté envers les animaux	19,0 %	81,0 %
Pour des raisons de végétarisme, de crudivorisme, de végétalisme	12,4 %	87,6 %
Pour des craintes quant à l'emploi des pesticides et des engrais chimiques	52,9 %	47,1 %
Parce que le code génétique des aliments a été modifié	42,9 %	57,1 %
Pour des raisons éthiques liées par exemple à l'organisation et aux conditions du travail agricole, à la propriété, à l'équité de la rétribution	15,9 %	84,1 %
Pour des raisons liées au transport des aliments sur de longues distances	25,5 %	74,5 %
Pour des craintes quant à la santé liées par exemple au gras, au sel, au sucre	70,7 %	29,3 %

On constate d'emblée que certaines variables ont plus d'effets sur la limitation des consommations que d'autres. Pour l'ensemble de l'échantillon, c'est assurément le cas pour les pesticides et les engrais chimiques de même que pour le gras, le sel et le sucre. Mais ces chiffres, assez faciles à interpréter lorsqu'ils sont présentés de cette façon, cachent des différences significatives entre les groupes et c'est à ce niveau que l'analyse est la plus intéressante. Mentionnons d'abord qu'il n'y a pas de différences entre les groupes pour les variables sur les OGM et sur le gras, le sel et le sucre. Il est intéressant de relever, d'un point de vue diététique et de santé publique, que la grande majorité des participants limitent leurs consommations de produits présentant une présence de ces éléments. Cela ne nous dit évidemment pas si les répondants savent reconnaître et identifier ces produits. Voilà une belle question pour un(e) nutritionniste intéressé par l'anthropologie.

Pour ce qui est des interdits religieux, les groupes de l'Asie du Sud-Est (oui 33,3 %), du sous-continent indien (oui 70 %) et de l'Afrique du Nord et du Proche-Orient (oui 40 %) se distinguent des autres qui affichent des taux par exemple de 0 % pour la Chine, le Mexique et l'Amérique centrale, de 1,7 % pour l'Amérique du Sud et de 21,6 % pour l'Europe orientale et méridionale. On voit nettement l'influence ici de l'hindouisme, et de l'islamisme pour les répondants issus de l'Inde, de l'Afrique du Nord et du proche-Orient (on se serait attendu à un plus fort taux de oui dans ce groupe) et du bouddhisme pour l'Asie du Sud-Est. Notons au passage que le bouddhisme accepte la diversité des pratiques. Ainsi, bien que certaines traditions édictent des interdits fermes concernant la viande et l'alcool, en particulier pour les moines, d'autres suivent des préceptes moins stricts. Cependant, d'une façon générale, elle recommande de ne pas consommer de viande ou d'en limiter l'usage, et les laïcs sont libres d'adhérer ou non à cette pratique (Levenson, 2010 ; Martin, 1989 ; Newman, 1999).

Pour ce qui est de la cruauté envers les animaux, c'est le groupe du sous-continent indien qui se distingue le plus avec 60 % de oui. Viennent ensuite la Chine avec 36,4 % de oui et l'Asie du Sud-Est avec 33,3 %. Pour ce qui est du végétarisme, c'est encore le sous-continent indien qui se distingue le plus avec 55,6 % de oui, sur une moyenne globale de 12,4 %. Les autres groupes qui se distinguent sont l'Afrique du Nord et le Proche-Orient avec 30,8 % de oui et l'Asie du Sud-Est, 22,2 %.

Au chapitre des pesticides et des engrais chimiques, ce sont les groupes de l'Asie du Sud-Est (oui 76,5 %), de la Chine (72,7 %) et de l'Europe orientale et méridionale (70,3 %) qui se distinguent des autres par rapport à une moyenne globale de 52,9 %. Ces chiffres vont dans le sens des propos recueillis lors des entretiens à propos de la saveur des aliments disponibles généralement dans l'offre alimentaire. On voit bien ici comment la saveur de ces aliments peut servir de déclencheur dans les modifications des pratiques (ici, limiter des consommations). Nous avons omis de mesurer la variable des hormones de croissance, mais on peut légitimement supposer que les résultats de « oui » y auraient été très élevés, à hauteur de ceux pour les engrais chimiques et les insecticides.

Ensuite, on pourrait conclure que le commerce équitable ne semble pas être une préoccupation chez les répondants et ce sujet n'a d'ailleurs pas fait son apparition lors des entretiens. En effet, seulement 15,9 % n'achètent pas ou limitent leur consommation de certains produits pour des raisons éthiques telles qu'énumérées assez précisément dans la question. Cependant, ici encore des groupes se distinguent des autres. C'est le cas de l'Asie du Sud-Est (38,9 % de oui), du sous-continent indien (37,5 %) et de la Chine (36,4 %).

Enfin, l'empreinte écologique laissée par le transport des aliments sur de grandes distances semble préoccuper particulièrement le groupe de la Chine (80 % de oui), du sous-continent indien (50 %) et dans une moindre mesure de l'Afrique du Nord et du Proche-Orient (41,7 %).

Au final, on peut tirer au moins trois conclusions de ce qui précède. La première est que les craintes des immigrants par rapport à ce qu'ils mangent semblent avoir des effets sur les pratiques, en particulier sur les décisions d'achat de certains produits, du moins selon ce qu'ils déclarent. La seconde est que les décisions d'achat ne semblent pas liées fortement à des questions éthiques, comme la cruauté envers les animaux, l'organisation et les conditions de travail ou l'empreinte écologique liée au transport. Enfin, la troisième est que le groupe originaire du sous-continent indien cumule le plus d'interdits ou de limitations et est celui pour qui manger semble être une pratique complexe et très chargée de significations, mais aussi de contraintes. On verra à divers endroits de la thèse que ce groupe se distingue dans d'autres dimensions des pratiques alimentaires, dont les pratiques culinaires, les rôles sociaux et les significations. Il est cependant suivi de près en cela par le groupe de l'Asie du Sud-Est.

B.3 Discours xénophobes et « altérisants » en France

On se souviendra des célèbres propos de Jacques Chirac en 1991, alors qu'il était président du Rassemblement pour la République (RPR) et maire de la ville de Paris : lors d'une réunion de son parti, il avait fustigé la politique d'immigration du gouvernement (et plus spécifiquement la politique de réunification familiale) tout en insistant sur le « bruit et l'odeur » que dégageaient certaines habitations à loyer modique (HLM) où résidaient des « musulmans et des noirs ». Lisons ses propos, en gardant en tête que l'homme sera président de la République quatre ans plus tard :

> Il est certain que d'avoir des Espagnols, des Polonais et des Portugais travaillant chez nous, ça pose moins de problèmes que d'avoir des musulmans et des Noirs [...] Comment voulez-vous que le travailleur français qui habite à la Goutte-d'or où je me promenais avec Alain Juppé il y a trois ou quatre jours, qui travaille avec sa femme et qui, ensemble, gagnent environ 15 000 francs, et qui voit sur le palier à côté de son HLM, entassée, une famille avec un père de famille, trois ou quatre épouses, et une vingtaine de gosses, et qui gagne 50 000 francs de prestations sociales, sans naturellement travailler! [Applaudissements nourris]. Si vous ajoutez à cela le bruit et l'odeur [rires nourris], eh bien le travailleur français sur le palier devient fou (Extrait du discours de Jacques Chirac du 19 juin 1991, source : section « archive », sur le site de l'Institut national de l'audiovisuel, http://www.ina.fr/recherche/recherche/search/chirac+bruit+odeur).

Citons également les propos d'un ministre français de l'intérieur, Brice Hortefeux, qui, en septembre 2009, lors d'une assemblée politique de son parti[195] disait, en réagissant aux propos d'un militant de l'UMP d'origine maghrébine : « Quand il y a en a un, ça va... C'est quand il y en a beaucoup qu'il y a des problèmes! » Le commentaire d'une dame de l'assemblée qui voulut prendre sa défense est instructif : « Il est catholique, il mange du cochon et il boit de la bière ». La réponse de Brice Hortefeux : « Il ne correspond pas au prototype » (source : http://www.dailymotion.com/video/xafxrd_quand-brice-hortefeux-derape_news). Mentionnons pour terminer les « Grands apéritifs Républicains » et autres « "Apéros géants saucisson et pinard" qui veulent rassembler des mangeurs de porc et des buveurs d'alcool dans le but de "reprendre la rue" aux musulmans qui prohibent ces produits. Tous ceux appelés à se tenir dans des quartiers à forte présence étrangère (sic) ont été interdits par les Préfectures de Police; un seul a été autorisé à se tenir sur la Place de la Bourse à Paris en septembre 2010 » (Crenn *et al.*, 2010, note 3).

---

[195] L'Union pour un Mouvement populaire (UMP).

B.4 Les approvisionnements

Voici tout d'abord une présentation du volume d'achat pour chacun des types de lieux où il est possible de se procurer des produits alimentaires. Les choix de réponses ont été formulés en termes de fréquence, mais durant la passation du questionnaire, nous avons demandé aux répondants de penser ces catégories de fréquences comme des volumes, ainsi la gradation devenait la suivante : jamais, un peu, une assez bonne quantité, la plupart. Les répondants semblent avoir bien compris la nuance entre le volume (la quantité totale) et la fréquence (le nombre de fois où l'on se rend à un endroit). Le choix de réponse « Épicerie spécialisée en produits importés de votre pays » pouvait comprendre le marché Adonis qui, tout en étant un supermarché, se spécialise en produits importés et vise surtout une clientèle immigrante.

Type de fournisseurs en produits alimentaires	Jamais	À l'occasion	Souvent	Très souvent
Petite épicerie de quartier non spécialisée	35	51	11	3
Épicerie spécialisée en produits importés de votre pays	12	47	26	16
Épicerie de grande surface	3	10	41	46
Épicerie spécialisée dans les fruits et légumes (fruiterie)	6	32	40	21
Boucherie-charcuterie	29	45	22	5
Poissonnerie	35	49	11	5
Boulangerie	25	57	11	7
Directement du lieu de production	83	16	0,6	0,6
Marché public	33	52	10	5
Points de chute où les producteurs offrent leurs produits directement	74	26	0,6	0,0
Dépanneur du coin	26	56	10	7

On voit d'emblée la nette dominance des épiceries de grandes surfaces (moyenne 3,30), suivies des fruiteries (2,77) puis des épiceries spécialisées en produits importés (2,46). Les types de fournisseurs comme les marchés publics, l'achat directement au lieu de production et les points de chute où des producteurs offrent leurs produits directement aux acheteurs (la filière biologique et/ou locale utilise beaucoup cette formule) obtiennent des scores très bas en comparaison des épiceries de grandes surfaces ou des fruiteries par exemple. Les prix pour ces

produits (ou la distance du domicile dans le cas du lieu de production) expliquent sans doute en grande partie le peu de popularité de ces filières. Pour ce qui est de la distance du domicile, nous verrons que pour leur deuxième ou troisième lieu d'approvisionnement les plus fréquentés, ils font quelques kilomètres pour s'y rendre. Notons enfin que les résultats pour la boulangerie sont à interpréter avec circonspection, car pour une raison inexpliquée, seulement 28 répondants ont rempli cette ligne, la moyenne pour les autres types de fournisseurs était de 178 (n = 184).

Voyons voir maintenant chez quel type de fournisseurs ils se rendent le plus souvent en premier lieu. Les types de fournisseurs absents de la liste obtenaient 0 % :

Type de fournisseurs en produits alimentaires	Pourcentage
Petite épicerie de quartier non spécialisée	4
Épicerie spécialisée en produits importés de votre pays	19
Épicerie de grande surface	49
Épicerie spécialisée dans les fruits et légumes (fruiterie)	5
Boucherie-charcuterie	0,5
Poissonnerie	0,5
Marché public	1
Dépanneur du coin	0,5

Le même exercice, mais pour le type de fournisseurs où ils se rendent le plus souvent en second lieu :

Type de fournisseurs en produits alimentaires	Pourcentage
Petite épicerie de quartier non spécialisée	4
Épicerie spécialisée en produits importés de votre pays	11
Épicerie de grande surface	27
Épicerie spécialisée dans les fruits et légumes (fruiterie)	19
Boucherie-charcuterie	4
Poissonnerie	3
Boulangerie	0,5
Marché public	4
Points de chute où les producteurs offrent leurs produits directement	0,5
Dépanneur du coin	5

Et finalement, en troisième lieu :

Type de fournisseurs en produits alimentaires	Pourcentage
Petite épicerie de quartier non spécialisée	6
Épicerie spécialisée en produits importés de votre pays	9
Épicerie de grande surface	8
Épicerie spécialisée dans les fruits et légumes (fruiterie)	17
Boucherie-charcuterie	7
Poissonnerie	4
Boulangerie	4
Directement du lieu de production	0,0
Marché public	8
Points de chute où les producteurs offrent leurs produits directement	0,5
Dépanneur du coin	10

On voit encore les mêmes tendances se dégager, à savoir que les épiceries de grandes surfaces obtiennent les scores les plus élevés pour le type de fournisseur le plus fréquenté. Viennent ensuite l'épicerie spécialisée en produits importés et les fruiteries. Pour le fournisseur le plus fréquenté en second lieu, ce sont encore les mêmes trois lieux qui arrivent en premier, les autres demeurent assez marginaux en comparaison avec ceux-ci. Ce n'est que pour les fournisseurs fréquentés en troisième lieu qu'on assiste à une diversification des types d'approvisionnements où, à part les fruiteries, aucune tendance ne se dégage et où l'on voit apparaître le dépanneur. C'est sans doute ici que se font les courses pour un ensemble de petites choses qui manquent très ponctuellement (le lait par exemple).

Enfin, nous avons voulu savoir la distance approximative entre le domicile et les trois fournisseurs les plus souvent fréquentés. Établir des corrélations entre les fournisseurs, leur ordre de fréquentation et les distances parcourues en les rapportant à des groupes en particulier (familles, couples, personnes seules, origine géographique, tranches d'âge) est trop complexe et dans certain cas l'homogénéité des groupes ne permet pas de les comparer. Quoi qu'il en soit, voici tout de même les résultats globaux ainsi que certaines tendances qui se dégagent sur les moyennes de rang entre les groupes selon leur provenance géographique. Les distances sont exprimées en kilomètres :

Distance par rapport au	Moins de un	Entre un et deux	Deux et plus
Fournisseur le plus fréquenté en premier lieu et le domicile	47	30	23
Fournisseur le plus fréquenté en second lieu et le domicile	34	41	24
Fournisseur le plus fréquenté en troisième lieu et le domicile	36	20	44

On peut conclure ici que l'endroit le plus fréquenté est généralement très proche du domicile et que les répondants semblent disposés à parcourir plus de distance pour le fournisseur le plus fréquenté en troisième lieu – sans doute parce qu'il est plus occasionnel –, mais on constate aussi que le second lieu s'éloigne un peu du domicile. Les modes de vie, les contraintes financières, de temps, mais aussi le fait de posséder ou non une voiture sont sans doute principalement responsables de ces résultats. Or, il existe des différences importantes entre les distances parcourues pour l'endroit où se font la majorité des achats de produits alimentaires selon l'origine géographique, mais pas pour le second et le troisième. En effet, sur une moyenne de rang, les individus issus de l'Europe orientale et méridionale sont ceux qui parcourent le moins de distance et ceux de l'Asie du Sud-Est et de la Chine, ceux qui en parcourent le plus.

Deux derniers commentaires. Le premier concerne la fréquence des achats effectués dans une épicerie spécialisée en produits importés. Deux groupes se distinguent significativement l'un de l'autre. Le premier groupe, qui rassemble ceux qui fréquentent moins ces sources d'approvisionnement, est constitué des sous-groupes suivants : Mexique, Amérique centrale, Caraïbes (moyenne de rang, 81), Amérique du Sud (76) et Europe orientale et méridionale (66). Le second groupe est constitué des sous-groupes suivants : Asie du Sud-Est (128), sous-continent indien (100), Chine et Hong Kong (125), Afrique du Nord et Proche-Orient (108).

Le second commentaire touche le fournisseur le plus fréquenté et ces résultats sont en lien avec ceux que nous venons de présenter. Des différences significatives se dégagent aussi selon la région d'origine. Les moyennes, en pourcentage du nombre total et non plus en moyenne de rang – impossible à établir – montrent que ce sont les individus originaires de l'Europe orientale et méridionale (62 % du nombre total de répondants de cette région) qui déclarent le plus souvent l'épicerie de grande surface comme premier lieu d'approvisionnement. Ils sont suivis par ceux d'Amérique du Sud (61 %) et ceux du Mexique, de l'Amérique centrale et des caraïbes (46 %).

B.5 Les banques alimentaires

Les résultats de la dépêche de Radio-Canada (source : http://www.radio-canada.ca/nouvelles/National/2011/11/01/002-banques-alimentaires-pauvrete.shtml) montrent également de grandes disparités entre les provinces et les territoires au Canada. Par exemple, l'augmentation de la fréquentation pour la période 2008-2010 a été de 74,9 % en Alberta, de 80,6 % pour le Yukon, les Territoires du Nord-Ouest et le Nunavut – qui affichent aussi les plus hauts taux d'insécurité alimentaire au pays avec des taux respectivement de 21 %, 28 % et de 56 % – (Ledrou et Gervais, 2005). Les provinces qui s'en tirent le mieux sont Terre-Neuve avec une augmentation de 5,1 % et l'Île-du-Prince-Édouard avec 7 %, mais dans ces deux cas, il est fort probable que des contextes sociaux différents du reste du pays (plus de ruralité, plus de solidarité sociale à l'intérieur des réseaux sociaux) expliquent ces différences.

B.6 À propos des spécificités de l'expérience alimentaire postmigratoire d'immigrants des classes moyennes, un regard historique

Ces situations de diminution du revenu qui se prolongent dans le temps et d'une baisse conséquente de l'accès à certains produits et aux caractéristiques attendues des produits (qualité, fraîcheur, saveur, texture, odeur, provenance) sont le fait du parcours migratoire d'une certaine catégorie d'individus. Ces phénomènes de déqualification et de perte du statut social prémigratoire sont aussi le fait de conditions objectives que ces individus, issus des classes moyennes, voire des classes moyennes supérieures, rencontrent dans la société d'accueil (marché de l'emploi, ordres professionnels, langues de travail et de la citoyenneté, système alimentaire, etc.). Cette situation est relativement nouvelle, du moins si on la replace dans l'histoire de l'immigration depuis le milieu du 19^{e} siècle en Amérique du Nord. En se plaçant dans la perspective qui est la nôtre, soit les pratiques alimentaires et les significations de l'alimentation, la migration a constitué une amélioration de l'accès aux aliments et spécialement aux produits carnés, à une plus grande diversité et, globalement, à une augmentation des quantités de nourriture consommées et à une régularité des approvisionnements pour des centaines de milliers de personnes, voire pour des millions

d'immigrants qui fuyaient leur pays en quête de travail, mais aussi pour échapper à la famine, aux disettes et à l'insécurité alimentaire chronique qui était le lot de millions d'Européens. C'est aussi par millions qu'ils ont convergé vers les États-Unis, le Canada et l'Argentine. C'est ce que montre Hasia Diner (2001) à propos des immigrants italiens, juifs (en provenance principalement de l'Europe orientale) et irlandais qui ont immigré aux États-Unis entre 1840 et 1920. C'est également ce que montre Knut Oyangen (2009) à partir de récits d'immigrants européens du 19e siècle établis dans le Midwest américain. Jitsuichi Masuoka (1945) montre quant à lui que l'immigration de Japonais issus des classes populaires (souvent paysannes), dans la première moitié du 20e siècle à Hawaii, avait eu pour effet d'entraîner l'adoption de pratiques de consommation de nourriture des classes aisées au Japon.

Krishnendu Ray (2004), dans un contexte contemporain, montre que les participants à sa recherche, des immigrants originaires de la province du Bengale-Occidental (Inde) et qui appartenaient aux classes moyennes avant d'immigrer, ont rapidement réussi à trouver un travail correspondant à leurs compétences, ce qui les a placé parmi les classes moyennes américaines. Or, bien que leurs habitudes alimentaires aient beaucoup changé, il semble que les contraintes financières ne jouent pas un rôle dans ces changements. Chantale Crenn (2001, 2003, 2006b) montre quant à elle que les travailleurs agricoles originaires du Maroc dans le sud-ouest de la France qu'elle étudie ne sont pas limités outre mesure par leurs revenus pour leurs achats de produits alimentaires. Au contraire, ils parcourent plusieurs kilomètres à la ronde afin de trouver les produits qu'ils recherchent dans des marchés locaux, dans les grandes surfaces et même directement chez des producteurs dans le cas des viandes (Crenn, 2001).

Cette baisse du pouvoir d'achat et ses effets sur les achats de produits alimentaires ne sont pas vraiment documentés, d'autant plus que cette baisse ne mène pas, dans la majorité des cas, à de l'insécurité alimentaire, ce qui contribue peut-être à son invisibilité. Les situations de précarité vécues par certains immigrants sont plus largement documentées. Par exemple, certains travailleurs manuels non qualifiés ne parlent pas la langue du pays d'accueil, n'ont pas de diplômes, d'autres sont victimes de discrimination « structurelle » ou sont en « situation irrégulière », d'autres encore occupent des emplois tout en bas de l'échelle salariale sans aucune protection sociale. Une bonne partie de nos répondants et de nos participants appartiennent plutôt à des nouveaux types de classes moyennes qui sont non

seulement le fruit de la mondialisation, mais qui contribuent à sa construction et à son développement de par leur mobilité même. Notre intérêt à leur égard, dans l'optique de cette recherche, ne concerne pas leurs réalisations dans le monde du travail ni leur place dans le monde de la consommation (et la spécificité de leur inscription), leurs pratiques politiques ou leurs opinions à propos du capitalisme contemporain, de l'ouverture des frontières, de l'immigration ou du cosmopolitisme par exemple. Notre intérêt se porte plutôt sur leur vie privée. Nos échantillons sont constitués en majorité de ces individus scolarisés, adaptables, souples et prêts à mettre en jeu leurs acquis, mais avec la conviction qu'une partie de la « nouvelle marche du monde » va dans le sens de la mobilité et du transnationalisme. Nous considérons, à l'instar de Krishnendu Ray, que ces professionnels sont des « agents de la mondialisation, mais qui ont néanmoins à faire face aux conséquences personnelles de ces processus » (Ray, 2004, p. 7. Notre traduction). Ces conséquences sont le bouleversement de leur vie privée et plus précisément de leurs pratiques quotidiennes d'alimentation. La plupart des études sur les effets de la mondialisation, en sciences humaines, portent plutôt sur la sphère publique comme les médias électroniques, la culture de masse, les grands événements sportifs, le cosmopolitisme, la fréquentation des restaurants « ethniques », etc. (Appadurai, 1990, 1997 ; Beck *et al.*, 1994 ; Featherstone, 1990, 1995 ; Friedman, 1990 ; Hannerz, 1987, 1990 ; Turgeon, 2002). Ce sera peut-être une des originalités de cette recherche que de montrer une partie des effets des dynamiques de la mondialisation sur leur vie privée.

Notons également au passage que la situation de ces immigrants de classe moyenne aisée (du moins dans leurs pays respectifs) est également originale en comparaison de celle de la majorité des autres immigrants du 19^{e} et même d'une grande partie du 20^{e} siècle dans les pays occidentaux (Amériques, Australasie, Europe occidentale). Les débats sur le pluralisme et sur la cohabitation de différentes cultures sur un même territoire, ainsi que de leur expression, sont d'actualité et se posent différemment selon les cultures politiques dans les pays industrialisés et dans de nombreux autres pays, particulièrement parmi ceux que l'on définit comme émergents. Ainsi, dans des espaces sociaux où le cosmopolitisme ou la circulation de modèles et d'objets (trans)culturels constituent une part grandissante des réalités sociales, il semble que les pressions « assimilationnistes » sur les modes de vie des immigrants se soient relâchées. Ce qui ne veut pas dire qu'elles aient disparu, mais, pour ce qui est de l'alimentation, les habitudes de

consommation sont non seulement moins stigmatisées, mais on assiste au contraire à une circulation accrue des aliments et des produits alimentaires issus des pays du Sud, à la diversification des modèles alimentaires de même qu'à leur créolisation. Il ne faut toutefois pas conclure à une ouverture généralisée au cosmopolitisme.

Des pressions à l'assimilation, du moins par l'alimentation, sont manifestes dans l'ensemble des ouvrages et des études qui se sont penchés sur l'histoire des immigrants (surtout aux États-Unis il est vrai) et sur l'histoire de l'alimentation de la fin du 19e siècle et au 20e siècle aux États-Unis. E n effet, que ce soit chez les communautés originaires du Japon immigrées à Hawaï (Masuoka, 1945) ou chez les communautés originaires d'Italie, d'Irlande et les communautés juives originaires d'Europe Orientale (Diner, 2001), les communautés originaires d'Europe du Nord (Oyangen, 2009), les pressions pour abandonner leurs pratiques alimentaires furent très fortes. L'historien H. Levenstein (Levenstein, 1988, 2003 ; Levenstein et J, 1990) et les historiennes L. Shapiro (1995) et D. Gabaccia (1998) ont montré chacun à leur manière comment les discours ambiants (politiques, sanitaires, de santé publique, scientifiques, etc.) discréditaient les pratiques alimentaires des immigrants, l'odeur de leur cuisine, les qualités diététiques douteuses de leurs aliments ou de leurs épices et condiments et, au final, le fait que leurs spécificités alimentaires étaient un frein à leur intégration (on parlait en fait d'assimilation) à la société américaine. Les communautés afro-américaines ont également été aux prises avec des constructions identitaires imposées où les nourritures y occupaient une place structurante (Witt, 1999). Le dédain pour les classes « subalternes », « inférieures », « laborieuses » et pour leur ethnicité jouait un grand rôle dans le dénigrement des pratiques alimentaires des « minorités ». En retour, ces communautés jugeaient elles aussi sévèrement les habitudes alimentaires des « Yankees » et parfois aussi leurs qualités morales dans la mesure où elles pouvaient être révélées justement par leurs pratiques alimentaires (Avakian, 1992 ; Avakian, 1997 ; Gabaccia, 1998 ; Ray, 2004).

La situation est très différente aujourd'hui : d'abord, comme on l'a vu dans la problématique, parce les politiques du Gouvernement du Québec en matière d'immigration sont clairement orientées vers une intégration des immigrants et non vers une assimilation ou vers un repli sur des caractéristiques ethnoculturelles; ensuite, parce qu'il existe actuellement un ensemble de discours (politiques, diététiques, culinaires, « interculturalistes »,

cosmopolites) qui valorisent l'ethnicité et l'authenticité et qui sont portés par des franges importantes de la société québécoise. Cependant, cela pourrait avoir des effets ambivalents. À l'instar de Krishnendu Ray, on pourrait avancer l'hypothèse que, « les traits distinctifs que les individus mettent de l'avant afin de montrer une identité ethnique vont sans doute persister plus longtemps parce qu'ils sont l'objet d'une valorisation plus large. Cependant, cette même valorisation pourrait neutraliser le besoin de retenir des éléments d'une sous-culture distincte dans la mesure où de plus en plus de Bengalis sont acceptés dans les cercles des professionnels des classes moyennes (contrairement, par exemple, aux Italiens de classes laborieuses il y a un siècle) » (Ray, 2004, p. 114. Notre traduction).

En tout cas, il apparaît que de nombreux immigrants actuels, voire la majorité, se distinguent historiquement par le fait qu'ils ne proviennent pas des classes populaires dans leur pays d'origine, qu'ils affichent un certain nombre de caractéristiques particulières comme celles d'être mobiles, flexibles, de s'adapter facilement, de présenter des pratiques alimentaires propres à leurs classes sociales (bien que celles-ci soient temporairement contraintes par la baisse de leurs revenus), et de ne subir que très peu de pressions de la société globale pour intégrer celle-ci en changeant leurs habitudes alimentaires. C'est en tout cas ce qui émerge avec force des entrevues.

B.7 Phénomènes de dégoût et d'intolérance aux produits laitiers chez les Chinois

À force d'éviter les produits laitiers d'une manière générale, entre autres pour des raisons de disponibilité – les produits laitiers étaient rationnés jusqu'au début des années 1990, et les systèmes domestiques de réfrigération étaient souvent inexistants – les Chinois ont développé une intolérance au lactose au niveau populationnel. Ainsi, le corps envoie des signes physiologiques qui viennent renforcer la définition culturelle de non-comestibilité des produits laitiers. Le fromage est une source de dégoût pour nombre de Chinois et les parents sont souvent surpris et parfois troublés de voir leurs enfants apprécier, quant à eux, cet aliment. Cette intolérance est toute relative puisqu'une grande majorité de la population peut tolérer une

certaine quantité de produits laitiers sans présenter les symptômes de l'intolérance (Qiao *et al.*, 2011). Encore faut-il passer par-dessus le dégoût culturellement construit pour ces aliments et particulièrement pour le fromage qui constitue en quelque sorte un concentré de la substance dégoûtante. Pour une analyse poussée des phénomènes de dégoûts, voir (MacBeth, 1997 ; Rozin *et al.*, 1997 ; Rozin *et al.*, 1986). Nous verrons par ailleurs dans la section 7.5.1 sur les déjeuners que si certains Chinois que nous avons rencontrés demeurent très « réactifs » aux produits laitiers, un bon nombre d'entre eux ont passé par-dessus ce dégoût et cette intolérance et prennent du lait dans leurs céréales le matin. Nous verrons aussi comment on peut interpréter les significations de ce nouveau type de déjeuner au chapitre VII. On assiste toutefois à des transformations spectaculaires de la consommation de produits laitiers en Chine. En effet, le gouvernement chinois met en avant des politiques qui favorisent une augmentation de la consommation de ces produits chez les enfants d'âge scolaire. On remarque aussi que la crème glacée trouve de plus en plus d'adeptes en Chine (source : BBC News Homepage : http://news.bbc.co.uk/2/hi/6934709.stm ; http://www.cbc.ca/consumer/fooddbytes/2008/09/chinas_milk_consumption.html).

ANNEXE C

LE QUESTIONNAIRE

Profil socioéconomique et démographique des répondants

1- Genre : Homme ☐ Femme ☐

2- Âge : ___ans

3- Confession religieuse (spécifiez laquelle, si aucune inscrire aucune) : _____

4- Pays de naissance : _____

5- Vous vivez : seul ☐ en couple sans enfant ☐ en famille (parents-enfants) ☐ en colocation ☐

6- Êtes-vous monoparental(e) ? Oui ☐ Non ☐

7- Demeurez-vous avec un ou des parent(s) (père, mère, sœur, oncle, cousin, belle-mère, etc.) ?
Oui ☐ Non ☐ Si oui précisez _____

8- Avez-vous des enfants qui demeurent avec vous? Oui ☐ Non ☐

9- Si oui, combien? _____ Et de quels âges? _____

10- En quelle année êtes-vous arrivé au Québec? _____

11- Combien d'années êtes-vous allé à l'école (exclure les cours de francisation) : _____

12- Quelle est votre formation technique ou professionnelle? Ex. : ingénierie, sciences infirmières, mécanique automobile, administration, coiffure, etc. Si aucune en particulier, inscrire aucune

_____

13- Quelle était votre emploi dans votre pays d'origine avant la migration?

_____

14- Quelles ont été vos principaux emplois ou activités depuis que vous êtes ici?

_____

15- Quel est votre code postal? _____

L'alimentation

16- Où faites-vous vos achats alimentaires selon les types de commerces suivants? Note, pensez plus sur le plan du volume que de la fréquence.

	Jamais	À l'occasion	Souvent	Très souvent
a. Petite épicerie de quartier non spécialisée	☐	☐	☐	☐
b. Épicerie spécialisée en produits importés issus de votre pays (on peut inclure Adonis)	☐	☐	☐	☐
c. Épicerie de grande surface (Métro, Loblaw's, Costco, etc.)	☐	☐	☐	☐
d. Fruiterie (marchand spécialisé surtout dans les fruits et légumes)	☐	☐	☐	☐
e. Boucherie/ charcuterie	☐	☐	☐	☐
f. Poissonnerie	☐	☐	☐	☐
g. Boulangerie	☐	☐	☐	☐
h. Directement du lieu de production (à la ferme)	☐	☐	☐	☐
i. Marché public (ex. Marché Jean-Talon, Atwater)	☐	☐	☐	☐
j. Point de chute où des producteurs viennent offrir leurs produits (ex. paniers biologiques)	☐	☐	☐	☐
k. « Dépanneur » (petit commerce du coin)	☐	☐	☐	☐
l. Une banque alimentaire	☐	☐	☐	☐

17- Parmi tous ces endroits, veuillez choisir les 3 où vous allez **le plus souvent** pour vous procurer des produits alimentaires. Donnez **les lettres correspondantes** (de la liste de la question16) **dans l'ordre d'importance**, puis donnez la distance depuis votre domicile jusqu'à cet endroit.

Exemple : n'oubliez-pas d'inscrire la lettre qui correspond au type de commerce dans la Q-16)

	À moins de 1 km	Entre 1 et 2 km	Plus de 2 km
1- b	☐	☐	X
2- c	☐	X	☐
3- i	X	☐	☐

Votre réponse :

	À moins de 1 km	Entre 1 et 2 km	Plus de 2 km
1-	☐	☐	☐
2-	☐	☐	☐
3-	☐	☐	☐

18- Est-ce que vous fréquentez les épiceries de grande surface pour profiter des spéciaux?

Jamais ☐ A l'occasion ☐ Souvent ☐ Très souvent ☐

19- Faites-vous un jardin (peu importe où il se trouve)? Oui ☐ Non ☐

20- Pour chacun des repas suivants, donnez la fréquence de consommation de plats que vous identifiez comme issus de votre pays d'origine.

	Jamais	À l'occasion	Souvent	Très souvent	Ne s'applique pas
a. Repas du matin	☐	☐	☐	☐	☐
b. Repas du midi pris à la maison	☐	☐	☐	☐	☐
c. Repas du midi pris à l'extérieur	☐	☐	☐	☐	☐
d. Repas du soir pris à la maison	☐	☐	☐	☐	☐
e. Repas du soir pris à l'extérieur	☐	☐	☐	☐	☐

21- Parmi les énoncés suivants, indiquer votre niveau d'accord ou de désaccord avec ceux-ci :

	En désaccord	Un peu en désaccord	Assez d'accord	Très d'accord	Ne veux pas répondre
a. J'arrive facilement à avoir une alimentation saine	☐	☐	☐	☐	☐
b. Aujourd'hui, il est facile de trouver toute l'information dont on a (ou dont j'ai) besoin pour manger sain	☐	☐	☐	☐	☐
c. Je trouve qu'il y a beaucoup d'informations contradictoires sur ce qu'il faut faire pour avoir une bonne alimentation	☐	☐	☐	☐	☐
d. S'appuyer sur les traditions est une bonne façon d'avoir une bonne alimentation	☐	☐	☐	☐	☐
e. Je pense que je sais ce que je dois manger pour avoir une diète bonne pour ma santé	☐	☐	☐	☐	☐
f. Je me considère curieux (curieuse) en matière de cuisine et d'alimentation, j'aime goûter à des choses que je ne connais pas	☐	☐	☐	☐	☐
g. Depuis que je suis au Québec, je tente de connaître les recettes et les habitudes alimentaires que l'on rencontre ici, quelles soient québécoises ou d'ailleurs	☐	☐	☐	☐	☐

22- Diriez-vous que vos achats de produits alimentaires sont limités par votre situation financière actuelle?

Pas du tout ☐ Un peu ☐ Plutôt ☐ Beaucoup ☐ Ne veux pas répondre ☐

23- Diriez-vous qu'une meilleure situation financière modifierait vos achats de produits alimentaires?

Pas du tout ☐ Un peu ☐ Plutôt ☐ Beaucoup ☐ Ne veux pas répondre ☐

24- Si vous n'aviez pas de limitations financières, quels sont les produits ou les types de produits que vous aimeriez vous procurer, prenez un peu de temps pour écrire les principaux.

_____

_____

25- Avez-vous déjà eu recours, ou avez-vous actuellement recours, à une banque alimentaire?

Oui ☐ Non ☐ Ne veux pas répondre☐

26- Chez vous, est-ce que l'on demande aux membres de la famille ce qu'ils désirent manger?

	Jamais	À l'occasion	Souvent	Très souvent	Ne s'applique pas
a. Au conjoint	☐	☐	☐	☐	☐
b. Aux enfants	☐	☐	☐	☐	☐
c. Aux autres membres de la famille	☐	☐	☐	☐	☐

27- Vous arrive-t-il de recevoir des amis ou des parents à manger?

	Jamais	À l'occasion	Souvent	Très souvent	Ne s'applique pas
a. Amis	☐	☐	☐	☐	☐
b. Parents	☐	☐	☐	☐	☐

28- À quelle fréquence diriez-vous que les membres de votre foyer mangent tous ensembles? Indiquez le nombre de fois par semaine pour chacun des 3 moments de la journée.

a) Le repas du matin ____ fois par semaine
b) Le repas du midi ____ fois par semaine
c) Le repas du soir ____ fois par semaine
d) Ne s'applique pas, je vis seul ou en colocation ☐

29- À la maison, est-ce qu'il arrive que l'on prépare des menus différents pour un même repas? (Exemple : des nouilles pour les enfants et autres choses pour les adultes)

Si vous répondez jamais ou ne s'applique pas, passez à la question 31

Jamais ☐ À l'occasion ☐ Souvent ☐ Très souvent ☐ Ne s'applique pas ☐

30- Et si cela arrive, c'est surtout :

	Jamais	À l'occasion	Souvent	Très souvent	Toujours	Ne s'applique pas
a. À cause des goûts du conjoint	☐	☐	☐	☐	☐	☐
b. À cause des goûts des enfants	☐	☐	☐	☐	☐	☐
c. À cause des goûts d'un parent	☐	☐	☐	☐	☐	☐
d. Quelqu'un doit suivre une diète	☐	☐	☐	☐	☐	☐

31- Concernant les diverses activités liées à l'alimentation, évaluez votre niveau d'implication pour chacune des tâches suivantes :

	Jamais	À l'occasion	Souvent	Très souvent	Toujours
a. Faire les achats pour se procurer les produits alimentaires	☐	☐	☐	☐	☐
b. Prévoir et décider les repas de la semaine	☐	☐	☐	☐	☐
c. Préparer les aliments afin de les cuisiner (laver, couper, peler, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐
d. Cuisiner les aliments	☐	☐	☐	☐	☐
e. Dresser et ranger la table	☐	☐	☐	☐	☐
f. Faire la vaisselle	☐	☐	☐	☐	☐

32- Concernant les diverses activités liées à l'alimentation, évaluez votre niveau d'implication actuel en le comparant à votre niveau d'implication **avant** l'immigration.

	Beaucoup moins	Moins	Autant	Plus	Beaucoup plus	Ne s'applique pas
g. Faire les courses pour se procurer les produits alimentaires	☐	☐	☐	☐	☐	☐
h. Prévoir et décider les repas de la semaine	☐	☐	☐	☐	☐	☐
i. Préparer les aliments afin de les cuisiner (laver, couper, peler, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
j. Cuisiner les aliments	☐	☐	☐	☐	☐	☐
k. Dresser et ranger la table	☐	☐	☐	☐	☐	☐
l. Faire la vaisselle	☐	☐	☐	☐	☐	☐

33- Faites-vous souvent de la congélation à la maison? (Acheter une grande quantité d'aliments et les conserver au congélateur ou préparer de grandes quantités de nourritures et les faire congeler en portions.)

Jamais ☐ À l'occasion ☐ Souvent ☐ Très souvent ☐

34- Avez-vous un congélateur indépendant du réfrigérateur? Oui ☐ Non ☐

35- Faites-vous des conserves? Oui ☐ Non ☐

36- Faisiez-vous des conserves avant d'immigrer? Oui ☐ Non ☐

37- Avez-vous un four à micro-ondes? Oui ☐ Non ☐

38- Si oui, à quelle fréquence utilisez-vous le four à micro-ondes?

Jamais ☐ À l'occasion ☐ Souvent ☐ Très souvent ☐

39- Quelle était votre fréquence d'utilisation du four à micro-ondes avant l'immigration?

Jamais ☐ À l'occasion ☐ Souvent ☐ Très souvent ☐ Je n'en possédais pas ☐

40- Faites-vous votre pain et vos galettes à la maison (inclure chapati, tortillas, rooti, pita..:)?

Jamais ☐ À l'occasion ☐ Souvent ☐ Très souvent ☐

41- Quand je mange à l'extérieur de la maison, je mange :

	Jamais	À l'occasion	Souvent	Très souvent
a. Un repas préparé à la maison	☐	☐	☐	☐
b. Un repas acheté à l'extérieur	☐	☐	☐	☐

42- Parmi les énoncés suivants, évaluez votre niveau d'accord ou de désaccord :

	En désaccord	Un peu en désaccord	Assez d'accord	Très d'accord	Ne veux pas répondre
a. Les enfants ne doivent parler à table que lorsqu'on leur accorde la parole	☐	☐	☐	☐	☐
b. Je suis mal à l'aise quand je vois des gens manger sur la rue ou dans des endroits	☐	☐	☐	☐	☐
c. On mange lorsque l'on a faim	☐	☐	☐	☐	☐
d. Il est important de bien se tenir à table	☐	☐	☐	☐	☐
e. Ce n'est pas aux hommes de faire la cuisine	☐	☐	☐	☐	☐
f. Il faut finir tout ce que l'on a dans son assiette	☐	☐	☐	☐	☐
g. Chez moi, on regarde la télé en mangeant	☐	☐	☐	☐	☐
h. Chacun devrait manger ce qu'il aime	☐	☐	☐	☐	☐
i. J'aime manger seul(e)	☐	☐	☐	☐	☐
j. Moins on mange, mieux on se porte	☐	☐	☐	☐	☐
k. On profite des repas pour se parler	☐	☐	☐	☐	☐
l. Une mère de famille doit savoir bien cuisiner	☐	☐	☐	☐	☐
m. Chez moi, on mange bien	☐	☐	☐	☐	☐
n. C'est important de manger de grosses portions de nourriture pour se sentir bien	☐	☐	☐	☐	☐
o. Préparer à manger pour quelqu'un est une façon de lui montrer ce qu'on ressent pour lui	☐	☐	☐	☐	☐

43- En général, je préfère le style de cuisine de ma région d'origine, de mon pays? **Attention**, la réponse **non** ne veut pas dire que l'on n'aime plus la nourriture de la région d'origine, mais simplement que l'on ne la **préfère pas** à une autre.

Oui ☐ passez à la question 44- Non ☐ passez à la question 45-

44- Si vous avez répondu oui, c'est :

	Pas du tout	Un peu	Plutôt	Beaucoup
a. Pour le goût	☐	☐	☐	☐
b. Pour les techniques de préparation	☐	☐	☐	☐
c. Pour les aliments employés	☐	☐	☐	☐
d. Car j'ai été habitué comme ça	☐	☐	☐	☐
e. Pour le plaisir de manger ce que j'aime	☐	☐	☐	☐
f. Car je ne connais pas vraiment les autres styles culinaires	☐	☐	☐	☐
g. Car cela fait partie mon identité	☐	☐	☐	☐
h. Car cela me rattache à mon pays d'origine	☐	☐	☐	☐
i. Car je pense qu'elle est meilleure pour la santé	☐	☐	☐	☐

45- Si vous avez répondu non, c'est :

	Pas du tout	Un peu	Plutôt	Beaucoup
a. J'ai découvert d'autres cuisines et j'ai appris à les préparer	☐	☐	☐	☐
b. Parce que je considère que la cuisine à laquelle j'étais habitué n'est pas très bonne pour la santé	☐	☐	☐	☐
c. Parce que la cuisine de mon pays demande beaucoup trop de travail	☐	☐	☐	☐
d. Parce que mon conjoint ou mes enfants ne veulent plus manger ce style de cuisine	☐	☐	☐	☐
e. Autres raisons qui expliqueraient mieux le changement, spécifiez : _____				

46- En **excluant les plats provenant de votre région** ou pays d'origine, quels sont les **autres plats** que vous avez adoptés et qui sont le plus souvent servis à la maison peu importe leur région d'origine ? Nommez les 5 principaux :

a) _____
b) _____
c) _____
d) _____
e) _____

47- Combien de fois servez-vous ces autres plats que vous avez adoptés au cours d'une semaine normale?

Moins d'une fois par semaine ☐ Une fois par semaine ☐ Plus d'une fois par semaine ☐

48- Est-ce que faire la cuisine pour vous c'est plutôt :
(Si vous ne **faites jamais la cuisine**, cochez ne s'applique pas et passez à la question suivante.)

Ne s'applique pas ☐

	Pas du tout	Un peu	Plutôt	Beaucoup
a. Une corvée* la plupart du temps	☐	☐	☐	☐
b. Un plaisir la plupart du temps	☐	☐	☐	☐
c. Un don de soi	☐	☐	☐	☐
d. Un devoir	☐	☐	☐	☐
e. Un témoignage d'amour	☐	☐	☐	☐
f. Une tâche nécessaire qui peut être parfois agréable	☐	☐	☐	☐
g. La transmission d'un héritage et d'un patrimoine	☐	☐	☐	☐

*Définition de corvée : Travail ennuyeux que l'on ne peut éviter de faire.

49- Parmi les énoncés suivants, évaluez votre degré d'accord ou de désaccord :

	En désaccord	Un peu en désaccord	Assez d'accord	Très d'accord	Ne s'applique pas
a. En général, je fais la cuisine comme ma mère me l'a montré	☐	☐	☐	☐	☐
b. J'adapte très souvent les recettes et les préparations	☐	☐	☐	☐	☐
c. J'utilise rarement des recettes	☐	☐	☐	☐	☐
d. J'ai du plaisir à faire la cuisine	☐	☐	☐	☐	☐
e. Ce que je prépare à manger est influencé par l'envie que j'ai de faire plaisir aux autres	☐	☐	☐	☐	☐
f. La cuisine est une façon d'exprimer ma créativité	☐	☐	☐	☐	☐
g. J'aimerais avoir plus de temps pour cuisiner	☐	☐	☐	☐	☐
h. Je cuisine pour me faire plaisir	☐	☐	☐	☐	☐
i. J'aimerais transmettre mon savoir culinaire à mes enfants	☐	☐	☐	☐	☐
j. Je pense que mes enfants ne seront pas vraiment intéressés par ce savoir	☐	☐	☐	☐	☐

50- À quelle fréquence achetez-vous les aliments issus de l'agriculture biologique suivants :

	Jamais	À l'occasion	Souvent	Très souvent
a. Les fruits	☐	☐	☐	☐
b. Les légumes	☐	☐	☐	☐
c. Les viandes	☐	☐	☐	☐

d. Les poissons	☐	☐	☐	☐
e. Les produits laitiers	☐	☐	☐	☐
f. Les farines et légumineuses	☐	☐	☐	☐

51- Parmi les énoncés suivants, évaluez votre niveau d'accord ou de désaccord :

	En désaccord	Un peu en désaccord	Assez d'accord	Très d'accord	Ne veux pas répondre
a. Pour moi, manger est une activité pour laquelle j'éprouve beaucoup de plaisir	☐	☐	☐	☐	☐
b. Je mange en pensant à ma santé	☐	☐	☐	☐	☐
c. En ce qui me concerne, les nourritures ne sont qu'un carburant pour que je puisse continuer mes activités	☐	☐	☐	☐	☐
d. Le prix des aliments est une source de préoccupations pour moi	☐	☐	☐	☐	☐
e. Pour l'alimentation, je sens une continuité très forte avec ce que ma famille m'a montré	☐	☐	☐	☐	☐
f. On devrait pouvoir manger ce que l'on veut et quand on veut	☐	☐	☐	☐	☐
g. Une bonne diète devrait inclure de la viande la plupart du temps	☐	☐	☐	☐	☐
h. J'aime que les repas soient aussi courts que possible	☐	☐	☐	☐	☐
i. Pour moi, la qualité compte plus que le coût pour choisir des aliments	☐	☐	☐	☐	☐

52- Selon votre perception et d'une manière générale, les habitudes alimentaires que vous observez au Québec sont-elles plus saines ou moins saines ou à peu près identiques à celles que vous avez à la maison?

Plus saines ☐ Moins saines ☐ Généralement identiques ☐

53- Indiquez le degré d'accord avec l'énoncé suivant :

	En désaccord	Un peu en désaccord	Assez d'accord	Très d'accord	Ne veux pas répondre
En général, je considère que je mange bien et que je suis satisfait de ce que je mange	☐	☐	☐	☐	☐

54- À la maison, est-ce que l'on applique des règles qui interdisent ou limitent la consommation de certains aliments :

	Oui	Non
a. Pour des raisons d'interdits religieux	☐	☐
b. Pour des raisons de cruauté envers les animaux	☐	☐
c. Pour des raisons de végétarisme, de crudivorisme, de végétalisme	☐	☐
d. Pour des craintes quant à l'emploi des pesticides et des engrais chimiques	☐	☐

e. Parce que le code génétique des aliments a été modifié (OGM)	☐	☐
f. Pour des raisons éthiques liées par exemple à l'organisation et aux conditions du travail agricole, à la propriété, à l'équité de la rétribution	☐	☐
g. Pour des raisons liées au transport des aliments sur de longues distances	☐	☐
h. Pour des craintes quant à la santé liées par exemple au gras, au sel, au sucre	☐	☐

55- Diriez-vous, en général, que vous avez des craintes par rapport à ce que vous mangez?

Pas du tout ☐ Un peu ☐ Plutôt ☐ Beaucoup ☐

56- Pour ceux qui ont répondu un peu, plutôt, ou beaucoup, indiquez les raisons :

	Pas du tout	Un peu	Plutôt	Beaucoup
a. À cause des insecticides, des pesticides et des engrais chimiques	☐	☐	☐	☐
b. À cause des organismes génétiquement modifiés	☐	☐	☐	☐
c. À cause des conditions dans lesquelles sont élevés les animaux destinés à la consommation	☐	☐	☐	☐
d. On ne connait pas les méthodes de production des aliments	☐	☐	☐	☐
e. Pour des raisons de salubrité des aliments	☐	☐	☐	☐
f. À cause des hormones de croissance et des antibiotiques administrés aux animaux	☐	☐	☐	☐
g. À cause du gras, du sel et du sucre dans les aliments transformés ou préparés	☐	☐	☐	☐

Consentement :

Je certifie qu'on m'a verbalement expliqué les objectifs de la recherche, les méthodes de cueillette des données ainsi que les règles d'éthique auxquelles elle est soumise. J'ai eu l'occasion de poser toutes les questions concernant cette recherche et l'on y a répondu à ma satisfaction. Je sais également que je peux me retirer en tout temps.

Ainsi, je soussigné(e), accepte de participer à cette recherche.

_____ _____

Signature du participant Date

ANNEXE D

LE GUIDE D'ENTRETIEN

Guide d'entrevue de groupe avec des individus adultes de toutes provenances et qui ne sont pas nés au Canada

Consignes et considérations générales qui seront transmises aux participants avant l'entrevue par l'interviewer

1- Nous sommes régis par un code déontologique strict qui protège entre autres la confidentialité des informations et l'anonymat des participants.

2- Les enregistrements audio de même que les transcriptions des conversations seront rangés dans un lieu tenu sous clef.

3- Les données socioéconomiques sont nécessaires pour que nous puissions croiser les différentes données lors de l'analyse.

4- Je ne suis pas ici pour juger de vos réponses d'aucune manière. Il s'agit pour moi de recueillir votre opinion sur certains sujets ou ce que vous faites concrètement dans certaines situations, il n'y a donc ni de bonnes, ni de mauvaises réponses.

5- Bien que cette entrevue ne contienne pas, en principe, de questions délicates, si pour une raison ou pour une autre certaines questions vous mettent mal à l'aise, vous pouvez refuser de répondre sans avoir à vous justifier.

6- Cet entretien se veut une dynamique de groupe, vous pouvez ainsi échanger entre vous à n'importe quel moment, en posant vous-même une question ou en demandant des précisions au sujet des propos tenus par les autres participants.

7- Pour faciliter la compilation des données, avant de prendre la parole, veuillez simplement mentionner votre prénom afin qu'il soit possible de savoir qui parle lors de la retranscription.

8- Afin d'assurer la conformité de la recherche aux règles d'éthique auxquelles nous sommes tenus, j'enregistrerai votre consentement oral avant de recueillir les données socioéconomiques.

Première partie : données socioéconomiques

1- Prénom (peut être fictif)

2- Pays d'origine

3- Âge

4- Genre

5- Célibataire, marié ou vivant en couple

6- Avez-vous des enfants, si oui combien et de quels âges?

7- En quelle année êtes-vous arrivé au Canada?

8- Dans quel quartier vivez-vous actuellement?

9- Nombres d'années de scolarité?

10-Formation professionnelle ou technique?

11-Emploi dans le pays d'origine?

Deuxième partie : l'alimentation

1- J'aimerais que vous me parliez de ce que vous aimez manger et de ce que vous n'aimez pas manger.

(Non directif, voir comment ils abordent spontanément la question de manger en général, la catégorisation des aliments, des plats, etc.).

2- Selon-vous, c'est quoi un « vrai repas » ?

3- J'aimerais maintenant que vous me parliez de comment se passe les repas chez vous, quel genre de cuisine vous faites, qui prépare les repas, qui sont présents aux repas, est-ce que tout le monde mange la même chose?

(Relances : quels styles culinaires, quels genres d'aliments, régularités des repas, importances des contraintes externes (temps, occupations, difficultés à réunir tous les membres de la famille, avec qui l'on mange, où, qui prépare, comment cela se passe avec les enfants).

4- Comment faites-vous vos courses pour la nourriture? Où allez-vous?

5- Ça veut dire quoi pour vous manger?

6- Parlez-moi de votre expérience de manger dans un autre pays. Dites-moi ce qui a changé, expliquez-moi les différences les plus marquantes que vous voyez entre les façons dont vous mangiez avant d'immigrer et maintenant.

(Relances : qu'est-ce qui change, comment la manière de s'alimenter au Québec est-elle perçue, que désirent-ils conserver de leurs habitudes alimentaires du pays d'origine, qu'est-ce qui leur semble désirable de ce qu'ils perçoivent ici, inversement qu'est-ce qui leur semble aberrant).

7- Est-ce que vous sentez que l'alimentation est devenue une chose plus importante à cause de la migration?

8- Pourquoi est-ce important de manger et de préparer les nourritures comme vous le faites ?

9- Qu'est-ce que vous pensez qu'on peut transmettre par l'alimentation, les repas?

BIBLIOGRAPHIE

Abel, Emily K., et Margaret K. Nelson. 1990. « Circles of Care: An Introductory Essay ». In *Circles of Care: Work and Identity in Women's Lives,* sous la dir. de Emily K. Abel et Margaret K. Nelson, p. 4-34. Englewood Cliffs: Prentice Hall.

Abraído-Lanza, Ana F., Adria N. Armbrister, Karen R. Flórez et Alejandra N. Aguirre. 2006. « Toward a theory-driven model of acculturation in public health research ». *American Journal of Public Health*, vol. 96, no 8, p. 1342-1346.

Abraído-Lanza, Ana F., Maria T. Chao et Karen R. Flórez. 2005. « Do healthy behaviors decline with greater acculturation? Implications for the Latino mortality paradox ». *Social science & medicine*, vol. 61, no 6, p. 1243-1255.

Ahrentzen, Sherry. 1997. « The meaning of home workplaces for women ». In *Thresholds in feminist geography: difference, methodology, representation,* sous la dir. de J.P. Jones H.J. Nast et S.M. Roberts, p. 77-92. Lanham MD: Rowman and Littlefield.

Alanen, Leena. 1988. « Rethinking Childhood ». *Acta Sociologica*, vol. 31, no 1, p. 53-61.

Alanen, Leena. 1990. « Rethinking socialisation, the family and childhood ». *Sociological Studies of Child Development*, no 3, p. 13-28.

Aldrich, Lorna, et Jayachandran N Variyam. 2000. « Acculturation Erodes the Diet Quality of U.S. Hispanics ». *Food Review*, vol. 23, no 1, p. 51-55.

Amilien, Virginie. 2006. « Entre famille et consommation : la cuisine comme espace social ». In *Faire la cuisine. Analyses pluridisciplinaires d'un nouvel espace de modernité. Cahiers de l'OCHA no 11,* sous la dir. de Geneviève Cazes-Valette, p. 16-29. Paris: OCHA.

Anderson, Benedict. 1991. *Imagined Communities: Reflections on the Origin and Spread of Nationalism*. Londres: Verso.

Andrews, Margaret. 2002. « Transcultural Concepts in Nursing Care ». *Journal of transcultural nursing*, vol. 13, no 3, p. 178.

Andrieu, Élise, France Caillavet, Anne Lhuissier, Milan Momic et Faustine Régnier. 2006. « L'alimentation comme dimension spécifique de la pauvreté. Approches croisées de la consommation alimentaire des populations défavorisées ». Laboratoire de recherche sur la consommation (Corela), Ivry-sur-Seine.

Aphramor, Lucy, Yuka Asada et Jennifer Atkins. 2009. « Critical Dietetics: A Declaration ». *Practice*, no 48, p. 2.

Appadurai, Arjun. 1981. « Gastro-politics in Hindu South Asia ». *American Ethnologist*, vol. 8, no 3, p. 494-511.

Appadurai, Arjun. 1988. « How to Make a National Cuisine: Cookbooks in Contemporary India ». *Comparative Studies in Society and History*, vol. 30, no 1, p. 3-24.

Appadurai, Arjun. 1990. « Disjuncture and Difference in the Global Cultural Economy ». *Theory Culture Society*, vol. 7, no 2, p. 295-310.

Appadurai, Arjun. 1997. *Modernity at Large : Cultural Dimensions of Globalization*. Minneapolis: University of Minnesota Press.

Ariès, Paul. 1997. *La fin des mangeurs : les métamorphoses de la table à l'âge de la modernisation alimentaire*. Paris: Desclée de Brouwer.

Arredondo, Elva M., John P. Elder, Ayala X. Guadalupe, Donald Slymen et Nadia Campbell. 2006. « Association of a Traditional vs Shared Meal Decision-Making and Preparation Style with Eating Behavior of Hispanic Women in San Diego County ». *Journal of the American Dietetic Association*, vol. 106, no 1, p. 38-45.

Arrighi, B.A., et D.J. Maume Jr. 2000. « Workplace Subordination and Men's Avoidance of Housework ». *Journal of Family Issues*, vol. 21, no 4, p. 464-487.

Arvidsson, Adam. 2006. *Brands: meaning and value in media culture*. New York: Routledge.

Ascher, François. 2005a. « "Dis-moi ce que tu manges..." La vie urbaine hypermoderne révélée par les pratiques alimentaires ». *Informations sociales*, vol. 8, no 128, p. 92-104.

Ascher, François. 2005b. *Le mangeur hypermoderne. Une figure de l'individu éclectique*. Paris: Odile Jacob.

Aukrust, Vibeke Grover, et Catherine E. Snow. 1998. « Narratives and explanations during mealtime conversations in Norway and the U.S ». *Language in Society*, no 27, p. 221-246.

Avakian, Arlene Voski. 1992. *Lion Woman's Legacy: An Armenian American Memoir*. New York: Feminist Press.

Avakian, Arlene Voski (dir.). 1997. *Through the Kitchen: Women Explore the Intimate Meanings of Food and Cooking*. Boston MA: Beacon Press.

Avakian, Arlene Voski, et Barbara Haber (dir.). 2005. *From Betty Crocker to Feminist Food Studies: Critical Perspectives on Women and Food*. Boston: University of Massachusetts Press.

Aymard, Maurice, Claude Grignon et Françoise Sabban (dir.). 1993. *Le temps de manger*. Paris: Éditions de la maison des sciences de l'homme.

Azoulay, Gérard. 1998. « Globalisation des échanges et sécurité alimentaire mondiale à l'horizon 2010 ». *Tiers-Monde*, vol. 39, no 153, p. 25-43.

Bachelard, Gaston. 1984. *La poétique de l'espace*. Paris: P.U.F. Édition originale 1957.

Badun, C., S. Evers et M. Hooper. 1995. « Food security and nutritional concerns of parents in an economically disadvantaged community ». *Journal of Canadian Dietetic Association*, vol. 56, no 2, p. 75-80.

Bahr Bugge, Annechen, et Reidar Almås. 2006. « Domestic dinner : Representations and practices of a proper meal among young suburban mother ». *Journal of Consumer Culture*, vol. 6, no 2, p. 203-228.

Balland, Christine. 1997. « Enquête alimentaire sur les juifs originaires de Tunisie à Belleville ». *Ethnologie française*, no 27, p. 64-71.

Barou, Jacques, et Moniel Verhoeven. 1997. « Alimentation et rôles familiaux: La cuisine familiale des immigrés africains ». *Ethnologie française*, vol. 27, no 1, p. 96-102.

Barrett, Michelle, et Mary McIntosh. 1982. *The Anti-Social Family*. London: Verso.

Barthes, Roland. 1961. « Pour une psycho-sociologie de l'alimentation contemporaine ». *Annales. Économies, Sociétés, Civilisations*, vol. 16, no 5, p. 977-986.

Bauman, Zigmunt. 1990. *Thinking Sociologically*. Oxford: Blackwell.

Bauman, Zigmunt. 1991. *Modernity and Ambivalence*. Oxford: Blackwell.

Baxter, Janeen. 2000. « The Joys and Justice of Housework ». *Sociology*, vol. 34, no 4, p. 609-631.

Beagan, Brenda, Gwen E. Chapman, D'Sylva Andrea et B. Raewyn Basset. 2008. « "It's Just Easier for Me to Do It": Rationalizing the Family Division of Foodwork ». *Sociology*, vol. 42, no 4, p. 653-671.

Beardsworth, A., A. Bryman, T. Keil, J. Goode, C. Haslam et E. Lancashire. 2002. « Women, men and food: the significance of gender for nutritional attitudes and choices ». *British Food Journal*, vol. 104, no 7, p. 470-491.

Beardsworth, A., C Haslam, T. Keil, J. Goode et E. Sherratt. 1999. « Contemporary Nutritional Attitudes and Practices: A Factor Analysis Approach ». *Appetite*, vol. 32, no 1, p. 127-143.

Beardsworth, Alan, et Teresa Keil. 1992. « Foodways in Flux: From Gastro-anomy to Menu Pluralism? ». *British Food Journal*, vol. 94, no 7, p. 20-25.

Beardsworth, Alan, et Teresa Keil. 1997. *Sociology on the Menu. An Invitation to the Study of Food and Society*. London: Routledge.

Beaud, Stéphane, et Florence Weber. 1997. *Guide de l'enquête de terrain*. Paris: La découverte (Guides repères).

Beaujot, R., T. Haddad et S. McFarlane. 2000. « Time Constraints and Relative Resources as Determinants of the Sexual Division of Domestic Work ». *Canadian Journal of Sociology*, vol. 25, no 1, p. 61-86.

Beck, Ulrich. 2001. *La société du risque sur la voie d'une autre modernité*. Traduit par Laure Bernardi. Paris: Aubier. Coll. Alto.

Beck, Ulrich, Giddens Anthony et Scott Lasch. 1994. *Reflexive modernisation. Politics, tradition and aesthetics in the modern social order*. Cambridge: Polity Press.

Belasco, Warren. 1999. « Why Food Matters ». *Culture & Agriculture*, vol. 21, no 1, p. 27-34.

Bell, David. 2002. « Fragments for a new Urban Culinary Geography ». *Journal for the Study of Food and Society*, vol. 6, no 1, p. 10-21.

Bell Kaplan, Elaine. 1999. « The Meaning of Food To Kids in Working Families ». University of California Center for Working Families, Berkeley.

Bellanger, François, et Bruno Marzloff. 1996. *Transit - Les lieux et les temps de la mobilité*. La Tour d'Aigues: L'aube.

Bellavance, Guy, Myrtille Valex et Michel Ratté. 2004. « Le goût des autres : une analyse des répertoires culturels de nouvelles élites omnivores ». *Sociologie et sociétés*, vol. 36, no 1, p. 27-57.

Belorgey, Nicolas. 2011. « Sociologie de l'alimentation : les cinq portes de l'entrée par les familles ». *SociologieS*, no Premiers textes. En ligne. <http://sociologies.revues.org/index3514.html>.

Benson, Elizabeth P. 1977. *The Maya World. Revised edition.* New York: Thomas Y. Crowell.

Beoku-Betts, Josephine A. 1995. « We Got Our Way of Cooking Things: Women, Food, and Preservation of Cultural Identity among the Gullah ». *Gender & Society*, vol. 9, no 5, p. 535-555.

Bergen, E. 1991. « The Economic Context of Labor Allocation ». *Journal of Family*, vol. 12, no 2, p. 140-157.

Berger, Peter, et Thomas Luckmann. 1986. *La construction sociale de la réalité.* Traduit par Pierre Taminiaux. Paris: Méridiens-Klincksieck.

Berman, Marshall. 1982. *All That is Solid Melts into Air: The Experience of Modernity.* New York: Simon and Schuster.

Bernard, Y., M.-O. Lebeau, M.V. Giuliani et M. Bonnes. 1987. « Pratiques de l'habitat et mondes sociaux. Recherche comparative ». *Psychologie française*, vol. 32, no 1-2, p. 65-75.

Bernard, Yvonne, et Michel Jambu. 1978. « Espace habité et modèles culturels ». *Ethnologie française*, vol. 8, no 1, p. 7-20.

Berry, J. W., Kim U. Power, M. Young et M. Bujaki. 1989. « Acculturation attitudes in plural societies ». *Applied Psychology*, vol. 38, no 2, p. 185-206.

Berry, John W. 2003. « Conceptual approaches to acculturation ». In *Acculturation: Advances in theory, measurement and applied research,* sous la dir. de Kevin Chun Pamela Balls Organista et Geraldo Marin, p. 17-37. Washington DC: American Psychological Association.

Berry, John W. 2008. « Immigration, Acculturation, and Adaptation ». *Applied Psychology*, vol. 46, no 1, p. 5-34.

Berry, L. 1979. « The Time-buying Consumer ». *Journal of Retailing*, vol. 55, no 4, p. 58-69.

Berthelot, Jocelyn. 1991. *Apprendre à vivre ensemble.* Montréal: Les Éditions Saint-Martin.

Bessis, Sophie (dir). 1995. *Mille et une bouches. Cuisine et identités culturelles.* Paris: Autrement.

Bilocq, France. 1996. « Conception et évaluation de questionnaires ». *INSEE Méthodes*, no 69-70-71, p. 77-92.

Bittman, Michael. 2000. *Now That the Future Has Arrived: A Retrospective Reassessment of Gershuny's Theory of Social Innovation.* SPRC Discussion Paper 110. Sydney, Australia, University of New South Wales, Social Policy Research Centre.

Blumer, Herbert. 1969. *Symbolic interactionism. Perspective and Method.* Englewood Cliffs: Prencetil Hall.

Blumer, Herbert. 2004. « Les problèmes sociaux comme comportements collectifs ». Traduit par Laurent Riot. *Politix*, vol. 17, no 67, p. 185-199.

Bossard, James H. S., et Eleanore S. Boll. 1950. *Ritual in Family Living.* Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

Bossard, James H.S., et Eleanor S. Boll. 1949. « Rituals in Family Living ». *American Sociological Review*, vol. 14, no 4, p. 463-469.

Bouchard, Gérard, et Michel Lacombe. 1999. *Dialogue sur les pays neufs*. Montréal: Boréal.

Bouchard, Gérard, et Charles Taylor. 2008. *Fonder l'Avenir. Le temps de la conciliation.* Rapport de la Commission de consultation sur les pratiques d'accomodement reliées aux différences culturelles. Québec, Gouvernement du Québec.

Bourdieu, Pierre. 1979. *La distinction : critique sociale du jugement*. Paris: Éditions de Minuit.

Bourhis, Richard Y, Lena Celine Moïse, Stephane Perreault et Dominique Lepicq. 1998. « Immigration et intégration : vers un modèle d'acculturation interactif ». Cahiers des conférences et séminaires scientifiques, Chaire Concordia-UQAM en études ethniques. Montréal.

Boutaud, Jean-Jacques. 2005. *Le sens gourmand.* Paris : J.-P. Rocher.

Bradford, F.W. 1992. « The great time famine ». *Marketing Reaserch*, vol. 4, no 3, p. 50-51.

Brousseau, Anne-Delphine, et Catherine Gaignier. 2002. « Les pratiques alimentaires des français : Du discours à la réalité ». Centre de Recherche pour l'Etude et l'Observation des Conditions de Vie, Cahiers de recherche du CRÉDOC no 179. Paris.

Burns, Cate. 2004. « Effect of Migration on Food Habits of Somali Women Living as Refugees in Australia ». *Ecology of Food and Nutrition*, vol. 43, no 3, p. 213-229.

Bywaters, D.R. 1990. « Managing in a time pressured society ». *Executive Excellence*, vol. 7, no 10, p. 19-20.

Calvo, Emmanuel. 1982. « Migration et alimentation ». *Social science information*, vol. 21, no 3, p. 383-446.

Calvo, Emmanuel. 1997. « Toujours Africains et déjà Français : la socialisation des migrants vue à travers leur alimentation ». *Politique africaine*, vol. 67, p. 48-55.

Campbell, C., S. Katamay et C. Connely. 1988. « The role of nutrition professionals in the hunger debate ». *Journal of Canadian Dietetic Association*, no 49, p. 230-235.

Campbell, C.C., et E. Desjardins. 1989. « A model and research approach for studying the management of limited food resources by low income families ». *Journal of Nutritional Education*, vol. 21, no 4, p. 162-171.

Campbell, Colin. 1995. « The sociology of consumption ». In *Acknowledging Consumption: A Review of New Studies,* sous la dir. de Daniel Miller. Londres Routledge.

Caplan, Pat. 1997. *Food, Health and Identity*. London: Routledge.

Caraher, Martin, et John Coveney. 2004. « Public health nutrition and food policy ». *Public health nutrition*, vol. 7, no 7, p. 591-598, Cambridge University Press.

Carrier, P.J., et L. Davies. 1999. « The Importance of Power Relations for the Division of Household Labour' ». *Canadian Journal of Sociology*, vol. 24, no 1, p. 35-51.

Cefaï, Daniel (dir.). 2003. *L'enquête de terrain*. Paris: La découverte.

Certeau, Michel de, Luce Giard et Pierre Mayol. 1994a. *L'invention du quotidien, tome 1 : Arts de faire*. Paris: Gallimard.

Certeau, Michel de, Luce Giard et Pierre Mayol. 1994b. *L'invention du quotidien, tome 2 : Habiter, cuisiner* Paris: Gallimard.

Charles, Nickie, et Emma James. 2005. « "He Earns the Bread and Butter and I Earn the Cream: Job Insecurity and the Male Breadwinner Family in South Wales" ». *Work, Employment and Society*, vol. 19, no 3, p. 481-502.

Charles, Nickie, et Marion Kerr. 1986. « Eating Properly, the Family and State Benefit ». *Sociology*, vol. 20, no 3, p. 412-429.

Charles, Nickie, et Marion Kerr. 1988. *Women, Food and Families*. Manchester: Manchester University Press.

Charles, Teddlies, et Tashakkori Abbas. 2009. *Foundations of mixed methods research: Integrating quantitative and qualitative approaches in the social and behavioral sciences*. Tousand Oaks, CA: Sage.

Charon Cardona, Euridice T. 2009. « Re-encountering Cuban Tastes in Australia ». *The Australian Journal of Anthropology*, vol. 15, no 1, p. 40-53.

Che, Janet, et Jiajian Chen. 2001. « Food insecurity in Canadian households ». *Health Reports*, vol. 12, no 4, p. 11-22, Statistique Canada.

Chiva, Matty. 1979. « Comment la personne se construit en mangeant ». *Communications*, no 31, p. 107-118.

Chiva, Matty. 1992a. « Il était une "foie" ». In *Nourritures d'enfance. Souvenirs aigres-doux,* sous la dir. de Claudie Danziger. Paris: Autrement.

Chiva, Matty. 1992b. « Le goût : un apprentissage ». In *Nourritures d'enfance. Souvenirs aigres-doux,* sous la dir. de Claudie Danziger. Paris: Autrement.

Chiva, Matty. 1994. « La pensée en construction ». In *Manger magique. Aliments sorciers, croyances comestibles,* sous la dir. de Claude Fischler. Paris: Autrement.

Chiva, Matty. 1996. « Le mangeur et le mangé : la subtile complexité d'une relation fondamentale ». In *Identités des mangeurs, Images des aliments,* sous la dir. de Ismène Giachetti. Paris: Polytechnica.

Chiva, Matty. 2002. « Emotions et pratiques alimentaires. Approches psychophysiologiques du plaisir ». Lemangeur-ocha.com. En ligne. <http://www.lemangeur-ocha.com/fileadmin/images/sciences_humaines/01_emotion_et_pratiques_alimentaires.pdf>. Consulté le 22 mars 2010.

Choo, Simon. 2004. « Eating Satay Babi: sensory perception of transnational movement ». *Journal of Intercultural Studies*, vol. 25, no 3, p. 203-213.

Cinotto, Simone. 2006. « Everyone Would Be Around the Table: American Family Mealtime in Historical Perspective, 1850-1950 ». *New Directions for Child and Adolescent Development*, no 111, p. 17-33.

Clarkson, May, Rebecca Tremblay et Nathalie Audet. 2002. *Santé et bien-être, immigrants récents au Québec. Une adaptation réciproque? Rapport de l'Étude auprès des communautés culturelles 1998-1999.* Institut de la statistique du Québec. Québec: 341 p.

Coates, Jennifer, Edward A. Frongillo, Beatrice Lorge Rogers, Patrick Webb, Parke E. Wilde et Robert Houser. 2006. « Commonalities in the Experience of Household Food

Insecurity across Cultures: What Are Measures Missing? ». *Journal of Nutrition*, vol. 136, no 16, p. 1438S-1448S.

Coates, Jennifer, Patrick Webb et Robert Houser. 2003. « Measuring food insecurity: Going beyond indicators of income and anthropometry ». Food and Nutrition Technical Assistance Project. Academy for Educational Development. Washington, D.C.

Coe, Sophie D. 1994. *America's first cuisines*. Austin TX: University of Texas Press.

Cole, Jeffrey. 2006. « A Review of: "Food in the Migrant Experience" ». *Food and Foodways*, vol. 14, no 1, p. 62-65.

Coltrane, Scott. 2000. « Research on Household Labor: Modeling and Measuring the Social Embeddedness of Routine Family Work ». *Journal of Marriage and Family*, vol. 62, no 4, p. 1208-1233.

Compher, Charlene. 2006. « The nutrition transition in American Indians ». *Journal of transcultural nursing*, vol. 17, no 3, p. 217-223.

Condominas, Georges. 1980. *L'espace social. À propos de l'Asie du Sud-Est*. Paris: Flammarion.

Constanza Street, Maria. 2009. « La fécondité des femmes immigrantes (1980-2006) : une comparaison entre le Québec et le Canada ». Centre - Urbanisation Culture et Société. Montréal: Institut national de recherche scientifique.

Cook, Ian, et Philip Crang. 1996. « The World On a Plate. Culinary Culture, Displacement and Geographical Knowledges ». *Journal of Material Culture*, vol. 1, no 2, p. 131-153.

Coon, Katharine A., Jeanne Goldberg, Beatrice L. Rogers et Katherine L. Tucker. 2001. « Relationships Between Use of Television During Meals and Children's Food Consumption Patterns ». *Pediatrics*, vol. 107, no 1, p. 1-9.

Corbeau, Jean-Pierre. 1992. « Rituels alimentaires et mutations sociales ». *Cahiers internationaux de sociologie*, vol. 39, no 92.

Corbeau, Jean-Pierre. 2000a. « Cuisiner, manger, métisser ». In *Revue Bastidiana no 31-32. Cuisine, alimentation métissage,* sous la dir. de Jean-Pierre Corbeau.

Corbeau, Jean-Pierre. 2000b. « Cuisiner, manger, métisser... ». *Revue des Sciences Sociales*, no 27, Révolution dans les cuisines.

Corbeau, Jean-Pierre. 2000c. « Manger : Les rêves, les transes et les folies ». In *Revue Bastidiana no 31-32. Cuisine, alimentation métissage,* sous la dir. de Jean-Pierre Corbeau, p. 281-292.

Corbeau, Jean-Pierre. 2006. *Compte rendu de lecture de "Le mangeur hypermoderne" et "La saveur du Monde"*. Lemangeur-ocha.com. En ligne. <http://www.lemangeur-ocha.com/fileadmin/images/compte_rendu/JP_Corbeau_Cr_de_lecture_F._ASCHER_et_D._LE_BRETON_ao_t2006.pdf>. Consulté le 15 février 2008.

Corbeau, Jean-Pierre. 2007. « Pour une approche plurielle de notre alimentation ». *Sciences des aliments*, vol. 27, no 6, p. 371-379.

Corbeau, Jean-Pierre, et Jean-Pierre Poulain. 2002. *Penser l'alimentation. Entre imaginaire et rationalité*. Paris: Éditions Prévat.

Counihan, Carole. 1988. « Female Identity, Food and Power in Contemporary Florence ». *Anthropological Quarterly*, vol. 61, no 2, p. 51-62.

Counihan, Carole. 1999. *The Anthropology of Food And Body: Gender, Meaning and Power*. Londres: Routledge.

Counihan, Carole M. 2004. *Around the Tuscan Table. Food, Family, and Gender in Twentieth-Century Florence*. New York: Routledge.

Counihan, Carole, et Penny Van Esterik (dir.). 2008. *Food and Culture. A Reader. Second Edition*. New York: Routledge. Édition originale 1997.

Coveney, John. 1998. « The government and ethics of health promotion: the importance of Michel Foucault ». *Health Education Research*, vol. 13, no 3, p. 459-468.

Coveney, John. 2006. *Food, morals, and meaning: the pleasure and anxiety of eating*. New York: Routledge.

Crenn, Chantal. 2001. « Modes de consommation des ouvriers agricoles originaire du Maroc installés dans la région de Sainte Foy-La-Grande en Libournais (Gironde) ». *Anthropology of Food*, vol. S1, no Octobre. Regards croisés sur quelques pratiques alimentaires en Europe. En ligne. <http://aof.revues.org/document1199.html>. Consulté le 26 février 2009.

Crenn, Chantal. 2003. « L'alimentation des familles d'émigrants au Maroc dans un contexte de globalisation économique : acculturation et ethnicité ». In *Les pratiques de santé dans un monde globalisé,* sous la dir. de Isabelle Gobatto, p. 167-202. Paris: Karthala-MSHA.

Crenn, Chantal. 2006a. « Normes alimentaires et minorisation "ethnique" : Discours et pratiques de femmes originaires du Maroc (vignoble bordelais) ». *Journal des anthropologues*, vol. 106-107, no Des normes à boire et à manger. Production, transformation et consommation des normes alimentaires, p. 123-143.

Crenn, Chantal. 2006b. « Normes alimentaires et minorisation "ethnique" ». *Journal des anthropologues*, no 106-107. En ligne. <http://jda.revues.org/1293>. Consulté le 21 mars 2009.

Crenn, Chantal, Jean-Pierre Hassoun et Medina Xavier F. 2010. « Introduction : Repenser et réimaginer l'acte alimentaire en situations de migration ». *Anthropology of Food*, vol. 7, no Décembre 2010. En ligne. <http://aof.revues.org/index6672.html>. Consulté le 14 avril 2011.

Creswell, John W., et Vicki L. Plano Clark. 2007. *Designing and conducting mixed methods research*. Thousand Oaks, CA: Sage.

CRI (Conseil des relations interculturelles). 1997. *Un Québec pour tous ses citoyens*. Montréal, Gouvernement du Québec.

Crouch, Mira, et Grant O'Neill. 2000. « Sustaining identities? Prolegomena for inquiry into contemporary foodways ». *Social science information*, vol. 39, no 1, p. 181-192.

Curry, Katharine R. 2000. « Multicultural Competence in Dietetics and Nutrition ». *Journal of the American Dietetic Association*, vol. 100, no 10, p. 1142-1143.

Cusack, Igor. 2000. « African Cuisines: Recipes for Nation-Building? ». *Journal of African Cultural Studies*, vol. 13, no 2, p. 207-225.

D'Sylva, Andrea, et Brenda L. Beagan. 2011. « "Food is culture, but it's also power": the role of food in ethnic and gender identity construction among Goan Canadian women ». *Journal of Gender Studies*, vol. 20, no 3, p. 279-289.

Dadoun, Roger. 1994. « Une cuillère pour maman ». In *Manger magique. Aliments sorciers, croyances comestibles,* sous la dir. de Claude Fischler, p. 62-69. Paris: Autrement.

Dallaire, Louise, Paul Marchand et Joanie Migneau. 2011. *Un portrait statistique des familles au Québec.* Ministère de la famille et des aînés. Direction générale des politiques. Québec, Gouvernement du Québec. Direction de la recherche, de l'évaluation et de la statistique.

Daly, Kerry J. 2001. « Deconstructing family meal: From ideology to lived experience ». *Journal of Marriage and Family*, vol. 63, no 2, p. 283-294.

Davies, Gary. 1994. « What Should Time Be? ». *European Journal of Marketing*, vol. 28, no 8/9, p. 100-113.

Davies, Gary, et Canan Madran. 1997. « Time, food shopping and food preparation: some attitudinal linkages ». *British Food Journal*, vol. 99, no 3, p. 80-88.

Davis, Esa M., Jeanne M. Clark, Joseph A. Carrese, Tiffany L. Gary et Lisa A. Cooper. 2005. « Racial and Socioeconomic Differences in the Weight-Loss Experiences of Obese Women ». *American Journal of Public Health*, vol. 95, no 9, p. 1539-1543.

Dawdy, Shannon Lee. 2002. « La Comida Mambisa: food, farming, and Cuban identity, 1839-1999 ». *New West Indian Guide*, vol. 76, no 1/2, p. 47-80.

de Garine, Igor. 1980. « Une anthropologie alimentaire des Français ? ». *Ethnologie française*, vol. 10, no 3, p. 227-238.

De Labarre, Matthieu. 2000. « Modernité et alimentation : vers une acculturation culinaire ». In *Revue Bastidiana no 31-32. Cuisine, alimentation métissage,* sous la dir. de Jean-Pierre Corbeau, p. 77-88.

De Labarre, Matthieu. 2001. « Les trois dimensions de l'expérience alimentaire du mangeur : l'exemple du Sud-Ouest français ». *Anthropology of Food*, no S1 Regards croisés sur quelques pratiques alimentaires en Europe.

De Labarre, Matthieu. 2004. « Souci diététique et individualisme contemporain : narcissisme, pouvoir et subjectivité ». In *XVII^e congrès de l'AISLF Sociologie et anthropologie de l'alimentation.* Tours, juillet 2004: Lemangeur-ocha.com. En ligne. <http://www.lemangeur-ocha.com>.

de Queiroz, Jean-Manuel. 2004. *L'enfant "au centre".* Enclopaedia Universalis. François de Singly Vers une égalité des statuts? Paris.

Desjeux, Dominique. 2007. « La cacophonie alimentaire ». *Consommations et Sociétés*. En ligne. <http://www.argonautes.fr/sections.php?artid=635>. Consulté le 30 avril 2011.

Devasahayam, Theresa W. 2005. « Power and pleasure around the stove: The construction of gendered identity in middle-class south Indian Hindu households in urban Malaysia ». *Women's Studies International Forum*, no 28, p. 1-20.

DeVault, Marjorie L. 1991. *Feeding the Family. The Social Organization of Caring as a Gendered Work.* Chicago: The University of Chicago Press.

DeVault, Marjorie L. 2008. « Conflict and Deference ». In *Food and Culture. A Reader. Second Edition,* sous la dir. de Carole Counihan et Penny Van Esterik, p. 240-258. New-York: Routledge. Édition originale 1997.

Devine, Carol M., Jeffery Sobal, Carole A. Bisogni et Margaret Connors. 1999. « Food Choices in Three Ethnic Groups: Interactions of Ideals, Identities, and Roles ». *Journal of Nutrition Education*, vol. 31, no 2, p. 86-93.

Diasio, Nicoletta. 2008. *Grignotages et jeux avec les normes*. Lemangeur-ocha.com. En ligne. < http://www.lemangeur-ocha.com>.

Diner, Hasia R. 2001. *Hungering for America: Italian, Irish, and Jewish foodways in the age of migration.* Harvard: Harvard University Pres.

Dines, Gail, et Jean McMahon Humez. 2003. *Gender, race, and class in media: a text-reader.* Thousand Oaks: SAGE.

Dobash, R. Emerson, et Russell P. Dobash. 1992. *Women, Violence & Social Change.* Londres Routledge.

Donald, Betsy, Meric Gertler, Mia Gray et Linda Lobao. 2010. « Re-regionalizing the food system? ». *Cambridge Journal of Regions, Economy and Society*, vol. 3, no 2, p. 171-175.

Douglas, Mary. 1979. « Les structures du culinaire ». Traduit par Paule Bolo et Claude Fischler. *Communications*, no 31, p. 145-170.

Douglas, Mary. 1981. *De la souillure. Essai sur les notions de pollution et de tabou.* Traduit pas Anne Guérin. Paris: Maspéro.

Douglas, Mary. 1997. « Deciphering a meal ». In *Food and Culture. A Reader,* sous la dir. de Carol Counihan et Penny Van Esterik, p. 36-54. New York: Routledge. Publication originale 1975.

Douglas, Mary (dir.). 1984. *Food in the Social Order: Studies of Food and Festivities in Three American Communities*. New-York: Russell sage Foundation.

Douglas, Mary, et Michael Nicod. 1974. « Taking the Biscuit: The Structure of British Meals ». *New Society*, no 19 (décembre), p. 744-747.

Dubet, François. 2002. *Le déclin de l'institution.* Paris: Seuil.

Dubet, François. 2005. « Pour une conception dialogique de l'individu ». *Espaces Temps*, no Juin 2005.

Dubois, Lise, Édith Beauchesne-R, Manon Girard, Brigitte Bédard, Lise Bertrand et Anne-Marie Hamelin. 2001. « Alimentation : perceptions, pratiques et insécurité alimentaire ». Rapport tiré de l'enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois, Institut de la statistique du Québec. Gouvernement du Québec.

Dubois, Lise. 2004. « L'influence des inégalités sociales sur l'alimentation et la santé des jeunes enfants canadiens ». In *XVII^e congrès de l'AISLF.* Tours, Juillet 2004. En ligne. < http://www.lemangeur-ocha.com> .

Dubois, Stéphane. 2010. *Le défi alimentaire. Etude géopolitique et géoéconomique des agricultures mondiales*. Paris: PUF.

Duby, Georges, et Philippe Ariès. 1985-1987. *Histoire de la vie privée.* Paris: Seuil.

Duchesne, Sophie, et Florence Haegel. 2004. *L'Enquête et ses méthodes : l'entretien collectif.* Paris: Nathan.

Duque-Páramo, María Claudia. 2004. « Colombian Immigrant Children in the United States: Representations of Food and the Process of Creolization ». Tampa, Department of Anthropology College of Arts and Sciences, Thèse de doctorat, University of South Florida.

Durkheim, Émile. 1984. *Les règles de la méthode sociologique.* Paris: Flammarion. Édition originale 1895.

Durkheim, Émile. 1998. *Les formes élémentaires de la vie religieuse.* Paris: PUF. Édition originale 1894.

Ekström, Marianne. 1991. « Class and Gender in the Kitchen ». In *Palatable Worlds: Sociocultural Food Studies,* sous la dir. de R. Prätälä E.L. Fürst, M. Ekström, L. Holm et U. Kjaernes, p. 145-158. Oslo: Solum Forlag.

Elias, Norbert. 1974. *La civilisation des moeurs.* Traduit pas Pierre Kamnitzer. Paris: Calmann-Lévy. Édition originale 1939.

Emmison, Michael. 2003. « Social Class and Cultural Mobility. Reconfiguring the Cultural Omnivore Thesis ». *Journal of Sociology*, vol. 39, no 3, p. 211-230.

Eyer, Joanna, Roland Favre et Martine Zwick. 2004. « Les perceptions sociales de l'alimentation et du corps chez les jeunes ». Département de Travail social et Politiques sociales. Chaire francophone. Fribourg: Université de Fribourg.

Falk, Pasi. 1994. *The Consuming Body.* Londres: Sage.

FAO. 1996. « Rome Declaration on World Food Security. World Food Summit 1996. Rome ». United Nations, Food and Agriculture Organisation. New York. En ligne. <http://www.fao.org.proxy.bibliotheques.uqam.ca:2048/docrep/003/w3613e/w3613e00.htm>. Consulté le 9 février 2012.

Farb, Peter, et George Armelagos. 1980. *Consuming Passion: The Anthropology of Eating.* New York: Washington Square Press.

Featherstone, Mike. 1990. « Global Culture: An Introduction ». *Theory Culture Society*, vol. 7, no 2, p. 1-14.

Featherstone, Mike. 1995. *Undoing Culture : Globalization, Postmodernism and Identity.* Londres: Sage Publications.

Fieldhouse, Paul. 1995. *Food and nutrition. Customs and culture (seconde édition).* Londres: Chapman & Hall.

Fiese, Barbara H., Kimberly P. Foley et Mary Spagnola. 2006. « Routine and Ritual Elements in Family Mealtimes: Contexts for Child Well-Being and Family Identity ». *New Directions for Child and Adolescent Development*, no 111 Printemps 2006, p. 67-89.

Fischler, Claude. 1979. « Gastro-nomie et gastro-anomie ». *Communications*, no 31, p. 189-210.

Fischler, Claude. 1988. « Food, self and identity ». *Social science information*, vol. 27, no 2, p. 275-292.

Fischler, Claude. 1990. *L'Homnivore. Le goût, la cuisine et le corps.* Paris: Odile Jacob.

Fischler, Claude. 1994a. « Éditorial : Magie, charmes et aliments ». In *Manger magique. Aliments sorciers, croyances comestibles,* sous la dir. de Claude Fischler. Paris: Autrement.

Fischler, Claude. 1996a. « La "Macdonalisation" des mœurs ». In *Histoire de l'alimentation,* sous la dir. de Jean-Louis Flandrin et Massimo Montanari, p. 859-879. Paris: Fayard.

Fischler, Claude. 1996b. *Le repas familial vu par les 10-11 ans*. Paris: Cahiers de l'Ocha no 6.

Fischler, Claude. 1996c. « Pensée magique et utopie dans la science. De l'incorporation à la "diète méditerranéenne" ». In *Pensée magique et alimentation aujourd'hui,* sous la dir. de Claude Fischler, p. 1-27. Paris: Les Cahiers de l'OCHA no 5.

Fischler, Claude (dir.). 1994b. *Manger magique. Aliments sorciers, croyances comestibles*. Paris: Autrement.

Fischler, Claude (dir.). 1996d. *Pensée magique et alimentation aujourd'hui*. Paris: Les cahiers de l'OCHA no 5.

Fischler, Claude, et Estelle Masson. 2008. *Manger. Français, Européens et Américains face à l'alimentation*. Paris: Odile Jacob.

Flandrin, Jean-Louis. 1993. « Les heures de repas en France avant le XIXème siècle ». In *Le temps de manger,* sous la dir. de Claude Grignon et Françoise Sabban Maurice Aymard, p. 197-226. Paris: Éd. de la maison des sciences de l'homme.

Flandrin, Jean-Louis. 2003. *Le goût à une histoire*. Sciences humaines. Paris En ligne. <http://www.scienceshumaines.com/-0ale-gout-a-une-histoire-0a_fr_2918.html>. Consulté le 12 juin 2010.

Flandrin, Jean-Louis, et Massimo Montanari (dir.). 1996. *Histoire de l'alimentation*. Paris: Fayard.

Flynn, K. J., et Marian Fitzgibbon. 1998. « Body images and obesity risk among Black females: A review of the literature ». *Annals of behavioral medicine*, vol. 20, no 1, p. 13-24.

Foucault, Michel. 2001. *Dits et Écrits*. Paris: Gallimard.

Fowler, Floyd J. Jr. 1995. *Improving Survey Questions, Design and Evaluation*. Coll. « Applied Social Reaserch Methods Series, Volume 38 ». Thousans Oaks: Sage Publications.

Fraser, Evan D. G., et Andrew Rimas. 2010. *Empires of Food*. New York: Free Press.

Frazer, James George. 1981. *Le Rameau d' or*. Traduit par Pierre Sayn. Paris: Robert Laffont. Première édition 1890.

Freitag, Michel. 1986. *Dialectique et société. Introduction à une théorie générale du symbolique*. Montréal: Les éditions Saint-Martin.

Fridman, Viviana, et Michèle Ollivier. 2004a. « Ouverture ostentatoire à la diversité et cosmopolitisme : vers une nouvelle configuration discursive ? ». *Sociologie et sociétés*, vol. 36, no 1, p. 105-126.

Fridman, Viviana, et Michèle Ollivier. 2004b. « Présentation : goûts, pratiques culturelles et inégalités sociales : branchés et exclus ». *Sociologie et sociétés*, vol. 36, no 1, p. 3-11.

Friedman, Jonathan. 1990. « Being in the World: Globalization and Localization ». *Theory Culture Society*, vol. 7, no 2, p. 311-328.

Fumey, G., et O. Etcheverria. 2004. *Atlas mondial des cuisines et gastronomies*. Paris: Autrement.

Fumey, Gilles. 2004. « La mondialisation de l'alimentation ». *L'information géographique*, vol. 71, no 2, p. 71-82.

Fumey, Gilles. 2008a. *Géopolitique de l'alimentation*. Paris: Éditions Sciences Humaines.

Fumey, Gilles. 2008b. *Penser la géographie de l'alimentation*. Vox geographi. En ligne. <http://www.cafe-geo.net/article.php3?id_article=1434>. Consulté le 28 mars 2010.

Gabaccia, Donna R. 1998. *We Are What We Eat: Ethnic Food and the Making of Americans*. Cambridge Mass: Harvard University Press.

Gacem, Karim. 2002. « Monographie d'une famille recomposée à table. Construire un équilibre entre libertés individuelles et cohésion de groupe ». In *Alimentation contemporaines,* sous la dir. de Élise Palomarès et Dominiques Desjeux Isabelle Garabuau-Moussaoui. Paris: L'Harmattan.

Garabuau-Moussaoui, Isabelle. 2001. « La cuisine des jeunes : désordre alimentaire, identité générationnelle et ordre social ». *Anthropology of Food*, no Traditions et identités alimentaires locales. Avril 2001. En ligne. <http://aof.revues.org/document975.html>. Consulté le 14 octobre 2010.

Garabuau-Moussaoui, Isabelle. 2002. *Cuisine et indépendance, jeunesse et alimentation*. Paris: L'Harmattan.

Gazso-Windle, A., et J.A. McMullin. 2003. « Doing Domestic Labour: Strategising in a Gendered Domain ». *Canadian Journal of Sociology*, vol. 28, no 3, p. 341-362.

Geertz, Clifford. 1972. *The Interpretation of Cultures*. New York: Basic Books.

Germov, John, et Lauren (dir.) Williams. 1999. *A Sociology of Food and Nutrition.The Social Appetite*. Oxford: Oxford University Press.

Gershuny, J., M. Godwin et S. Jones. 1994. « The Domestic Labour Revolution: A Process of Lagged Adaptation? ». In *The Social and Political Economy of the Household,* sous la dir. de F. Bechhofer et J. Gershuny M. Anderson, p. 151-197. Oxford: Oxford University Press.

Gibbs, Anita. 1997. « Focus Groups ». *Social Research Update*, no 19, Department of Sociology, University of Surrey, Guildford. En ligne. <http://sru.soc.surrey.ac.uk/SRU19.html>. Consulté le 24 septembre 2010.

Giddens, Anthony. 1991. *Modernity and Self-Identity*. Standford: Stantford University Press.

Gilligan, Carol. 2008. *Une voix différente. Pour une éthique du care*. Traduit par Annick Kwiatek. Paris: Flammarion. Édition originale 1982.

Girard, Alain, et Pierre Sercia. 2009a. « Alimentation et signification. Quand la sociologie est invitée à manger ». *Revue de l'Institut de sociologie*, vol. 1, no 4, Université libre de Bruxelles.

Girard, Alain, et Pierre Sercia. 2009b. « Du tajine à la poutine. Le cas de l'alimentation de jeunes Maghrébins nés au Québec et de leurs parents ». *Diversité urbaine*, vol. 9, no 2, p. 73-98.

Glenday, Kathleen, Bernadette N. Kumar, Aage Tverdal et Haakon E. Meyer. 2006. « Cardiovascular disease risk factors among five major ethnic groups in Oslo, Norway: the Oslo Immigrant Health Study ». *European Journal of Cardiovascular Prevention & Rehabilitation*, vol. Juin 2006, no 13, p. 348-355.

Godfray, Charles J. H., Ian R. Crute, Lawrence Haddad, David Lawrence, James F. Muir, Nicholas Nisbett, Jules Pretty, Sherman Robinson, Camilla Toulmin et Rosalind Whiteley. 2010. « The future of the global food system ». *Philosophical Transactions of The Royal Society B*, no 365, p. 2769-2777 Royal Society Publishing.

Goffman, Erwin. 1971. *The presentation of Self in Everydaylife.* Londres: Allan Lane/The Penguin Press.

Gofton, Leslie. 1995a. « Convenience and the moral status of consumer practices ». In *Food Choice and the Consumer,* sous la dir. de D. Marshall, p. 152-181. Glasgow: Blackie.

Gofton, Leslie. 1995b. « Dollar rich and time poor? Some problems in interpreting changing food habits ». *British Food Journal*, vol. 97, no 10, p. 11-16.

Goode, Jackie, Alan Beardsworth, Cheryl Haslam, Teresa Keil et Emma Sherratt. 1995. « Dietary dilemmas: nutritional concerns of the 1990s ». *British Food Journal*, vol. 97, no 11, p. 3-12.

Goode, Judith G., Karen Curtis et Janet Theophano. 1984. « Meal Formats, Meal Cycles and Menu Negociations in the Maintenance of an Italian-American Community ». In *Food in the Social Order: Studies of Food and Festivities in Three American Communities,* sous la dir. de Mary Douglas, p. 143-217. New York: Russell Sage Fondation.

Goss, J.D., et T.R. Leinbach. 1996. « Focus groups as alternative research practice ». *Area*, vol. 28, no 2, p. 115-123.

Gouez, Aziliz. 2007. « Les dimensions profondément culturelles du manger ». *Économie & Humanisme*, no 380, p. 14-18.

Grappe, Jean-Paul. 2003. « Cuisine, formation culinaire et multiculturalisme au Québec ». In *Voulez-vous manger avec moi? Pratiques interculturelles en France et au Québec,* sous la dir. de Daniel Latouche, p. 255-261. Montréal: Éditions Fides.

Gravel, Sylvie, et Alex Battaglini. 2000. *Culture, santé et ethnicité : vers une santé publique pluraliste.* Montréal: Régie régionale de la santé et des services sociaux de Montréal-Centre. Unité écologie humaine et sociale.

Grieshaber, Susan. 1997. « Mealtime Rituals: Power and Resistance in the Construction of Mealtime Rules ». *The British Journal of Sociology*, vol. 48, no 4, p. 649-666.

Grignon, Christiane. 1999. « Les évolutions de la consommation alimentaire en France ». *Économie et finances agricoles*, no 301, p. 40-45.

Grignon, Claude. 1988. « Les enquêtes sur la consommation et la sociologie des goûts ». *Revue économique*, vol. 39, no 1, p. 15-32.

Grignon, Claude. 1993. « La règle, la mode et le travail : la genèse sociale du modèle des repas français contemporain ». In *Le temps de manger,* sous la dir. de Claude Grignon et Françoise Sabban Maurice Aymard, p. 275-323. Paris: Éd. de la Maison des sciences de l'Homme.

Grignon, Claude. 1995. « L'alimentation populaire et la question du naturel ». In *Voyage en alimentation,* sous la dir. de N. Eizner. Paris: ARF Éd.

Grignon, Claude. 2001. « Commensality and Social Morphology: An Essay of Typology ». In *Food, Drink and Identity,* sous la dir. de P. Scholliers, p. 23-33. Oxford: Berg.

Grignon, Claude, et Christiane Grignon. 1980. « Styles d'alimentation et goûts populaires ». *Revue française de sociologie*, vol. 21, no 4, p. 531-569.

Grignon, Claude, et Jean-Claude Passeron. 1989. *Le Savant et le populaire. Misérabilisme et populisme en sociologie et en littérature*. Paris: Éditions Gallimard-Le Seuil.

Gunawardena, C. A. 2005. *Encyclopedia of Sri Lanka. Revised Edition*. Elgin Il: New Dawn Press.

Halbwachs, Maurice. 1912. *La classe ouvrière et les niveaux de vie. Recherche sur la hiérarchie des besoins dans les sociétés industrielles contemporaines*. Paris: Gordon & Breach édition de 1970.

Hamelin, A.-M., J.-P. Habicht et M. Beaudry. 1999. « Food insecurity: Consequences for the household and broader social implications ». *Journal of Nutrition*, no 1129, p. 525S-528S.

Hamelin, Anne-Marie, Micheline Beaudry et Jean-Pierre Habicht. 2002. « Characterization of household food insecurity in Québec: food and feelings ». *Social science & medicine*, vol. 54, no 1, p. 119-132.

Hannerz, Ulf. 1987. « The World in Creolisation ». *Africa: Journal of the International African Institute*, vol. 57, no 4.

Hannerz, Ulf. 1990. « Cosmopolitans and Locals in World Culture ». *Theory Culture Society*, vol. 7, no 2, p. 237-251.

Harbottle, Lynn. 1996. « "Bastard" chicken or "gormeh-sabsi": Iranian women guarding the health of the migrant family ». *The Editorial Board of The Sociological Review*, no December, p. 204-226.

Harbottle, Lynn. 1997a. « Fast food/spoiled identitiy: Iranian migrants in the British cetaring trade ». In *Food, Helth and Identity,* sous la dir. de Pat caplan. Londres: Routledge.

Harbottle, Lynn. 1997b. « Taste and Embodiment: The food and Preferences of Iranians in Britain ». In *Food Preferences and Taste,* sous la dir. de Helen MacBeth, p. 175-185. Oxford: Berghahn Books.

Harbottle, Lynn. 2000. *Food for Health, Food for Wealth. The Performance of Ethnic and Gender Identities by Iranian Settlers in Britain*. New York: Bergham Books.

Hassoun, Jean-Pierre. 1996. « Pratiques alimentaires des Hmong du Laos en France : Manger moderne dans une structure ancienne ». *Ethnologie française*, vol. 26, no 1, p. 151-167.

Hassoun, Jean-Pierre. 1997a. *Hmong du Laos en France*. Paris: P.U.F.

Hassoun, Jean-Pierre. 1997b. « Pratiques alimentaires chez les Vietnamiens et les Cambodgiens en France ». *Ethnologie française*, vol. XXVII, no 1, p. 113-117.

Hassoun, Jean-Pierre, et Anne Raulin. 1995. « Homo exoticus ». In *Mille et une bouches. Cuisines et identités culturelles,* sous la dir. de Sophie Bessis, p. 119-129. Paris: Autrement Coll. Mutations/Mangeurs no 154.

Hébel, Pascale. 2007. *Comportements et consommations alimentaires en France*. Paris: Éditions Tec & Doc.

Helstosky, Carol 2008. *Pizza. A Global History*. Coll. « Reaktion Books – Edible ». Chicago: The Chicago University Press.

Hernandez Lopez, Ernesto. 2008 « Law, Food, and Culture: Mexican Corn's National Identity Cooked in 'Tortilla Discourses' ». *St. Thomas Law Review*, vol. 18.

Herpin, Nicolas. 1988. « Le repas comme institution: Compte rendu d'une enquête exploratoire ». *Revue française de sociologie*, vol. 29, no 3, p. 503-521.

Himmelgreen, D., A. Bretnall, R. Perez-Escamilla, Y. Peng et A. Bermudez. 2005. « Birthplace, length of time in the U.S., and language are associated with diet among inner-city Puerto Rican women ». *Ecology of Food and Nutrition*, vol. 44, no 2, p. 105-122.

Himmelgreen, David A., Rafael Pérez-Escamilla, Dinorah Martinez, Ann Bretnall, Brian Eells, Yukuei Peng et Angela Bermúdez. 2004. « The longer you stay, the bigger you get: length of time and language use in the U.S. are associated with obesity in Puerto Rican women ». *American journal of physical anthropology*, vol. 125, no 1, p. 90-96.

Himmelgreen, David, Nancy Romero Daza, Elizabeth Cooper et Dinorah Martinez. 2007. « "I Don't Make the Soups Anymore": Pre- to Post-Migration Dietary and Lifestyle Changes Among Latinos Living in West-Central Florida ». *Ecology of Food and Nutrition*, vol. 46, no 5, p. 427-444.

Hochschild, Arlie Russell. 1998. « Ideas of Care: Families in the U.S.: Traditional, Postmodern, Cold-Modern, and Warm-Modern ». In *Kinship and Domestic Politics,* sous la dir. de Karen V. Hansen et Anita Ilta Garey, p. 527-538. Philadelphia: Temple University Press.

Hoppe, M.J., E.A. Wells, D.M. Morrison, M.R. Gilmore et A. Wilsdon. 1995. « Using focus groups to discuss sensitive topics with children ». *Evaluation Review*, vol. 19, no 1, p. 102-114.

Hubert, Annie. 1991. « L'anthropologie nutritionnelle : aspects socio-culturels de l'alimentation ». *Cahiers Santé*, no 1, p. 165-168.

Hubert, Annie. 1995. « Destins transculturels ». In *Mille et une bouches,* sous la dir. de Annie Hubert. Paris: Autrement.

Hubert, Annie. 2000. « Cuisine et Politique le plat national existe-t-il ? ». *Revue des Sciences Sociales*, no 27 Révolution dans les cuisines.

Hubert, Annie. 2001. « Alimentation et Santé : la Science et l'imaginaire ». *Anthropology of Food*, no S1 Regards croisés sur quelques pratiques alimentaires en Europe.

Hubert, Annie. 2006. *Nourritures du corps, nourritures de l'âme.* En ligne. <http://www.lemangeur-ocha.com/fileadmin/images/sciences_humaines/_ANNIE_HUBERT_Nourriture_et_motions_0106.pdf>. Consulté le 13 mars 2009.

Institut de la statistique du Québec. 2001. *Enquête sociale et de santé 1998*. Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec. Québec, Gouvernement du Québec.

Instituts de recherche en santé du Canada, Conseil de recherches en sciences naturelles et en génie du Canada, Conseil de recherches en sciences humaines du Canada. 2005. *Énoncé de politique des trois Conseils : Éthique de la recherche avec des êtres humains*. Secrétariat interagences en éthique de la recherche. Ottawa, Gouvernement du Canada. Travaux publics et Services gouvernementaux Canada. En ligne. <http://www.pre.ethics.gc.ca/francais/policystatement/policystatement.cfm>. Consulté le 20 mars 2008.

ISQ. 2012. *Immigrants selon la catégorie d'immigrants, Québec, 1980-2010.* Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. Québec, Institut de la statistique du Québec En ligne. <http://www.stat.gouv.qc.ca/donstat/societe/demographie/migrt_poplt_imigr/605.htm>. Consulté le 20 mars 2012.

James, A., et A. Prout (dir.). 1990. *Constructing and Reconstructing Childhood: Contemporary Issues in the Sociological Study of Children.* Basingstoke: Falmer Press.

James, Allison. 1994. « Cuisiner les livres. Identités globales ou locales dans les cultures alimentaires ? ». *Anthropologie et sociétés*, vol. 18, no 3, p. 39-56.

Janer, Zilkia. 2008. *Latino food culture*. Westport CT: Greenwood Press.

Jansson, Sören. 1995. « Food practices and division of domestic labour. A comparison between British and Swedish households ». *Sociological Review*, vol. 43, no 3, p. 462-477.

Jerome, Norge W. 1980. « Diet and acculturation ». In *Nutritional Anthropology: Contemporary Approches to Diet and Culture,* sous la dir. de R.F. Kandel et G.H. Pelto N.W. Jerome, p. 275-325. Pleasantville: Redgrave Pub.

Johnson, Burke R., et Anthony J. Onwuegbuzie. 2004. « Mixed Methods Research: A Research Paradigm Whose Time Has Come ». *Educational Researcher*, vol. 33, no 7, p. 14-26.

Johnson, R. Burke, Anthony J. Onwuegbuzie et Lisa A. Turner. 2007 «Toward a Definition of Mixed Methods Research ». *Journal of Mixed Methods Research*, vol. 1, no 2, p. 112-133.

Jonsson, Inger M., Hallberg R.-M. Lillemor et Inga-Britt Gustafsson. 2002a. « Cultural foodways in Sweden: repeated focus group interviews with Somalian women ». *International Journal of Consumer Studies*, vol. 26, no 4, p. 328-339.

Jonsson, Inger M., Anne-Marie Wallin, Lillemeor R.-M. Hallberg et Inga-Britt Gustaffsson. 2002b. « Choice of Food and Food Traditions in Pre-war Bosnia-Herzegovina: Focus Group Interviews with Immigrant Women in Sweden ». *Ethnicity & Health*, vol. 7, no 3, p. 149-161.

Kalčik, Susan. 1984. « Ethnic food ways in America: symbol and the performance of identity ». In *Ethnic and Regional Foodways in the US. The Performance of Group Identity,* sous la dir. de L.K. Brown et K. Mussell. Knoxville, Tenn: University of Tennessee Press.

Kalka, Iris. 2008. « The changing food habits of Gujaratis in Britain ». *Journal of human nutrition and dietetics*, vol. 1, no 5, p. 329-335.

Kaufmann, Carol J. 1990. « Usage versus ownership: suggestions for refining studies of time-saving and wifes' employment ». *Journal of Consumer Marketing*, vol. 7, no 1, p. 23-30.

Kaufmann, Jean-Claude. 2005. *Casseroles, amour et crises. Ce que cuisiner veut dire*. Paris: Armand Colin.

Kaufmann, Jean-Claude. 2007. *Familles à table*. Paris: Armand Colin.

Kehily, Mary Jane. 2010. « Self-narration, Autobiography and Identity Construction ». *Gender and Education*, vol. 7, no 1, p. 23-32.

Kemmer, Debbie. 1999. « Food preparation and the division of domestic labour among newly married and cohabiting couples ». *British Food Journal*, vol. 101, no 8, p. 570-579.

Kemmer, Debbie. 2000. « Tradition and Change in Domestic Roles and Food Preparation ». *Sociology*, vol. 34, no 2, p. 323-333.

Kemmer, Debbie, A. S. Anderson et D. W. Marshall. 2002. « Living together and eating together: changes in food choice and eating habits during the transition from single to married/cohabiting ». *The Sociological Review*, vol. 46, no 1, p. 48-72.

Kerr, Marion, et Nicola Charles. 1986. « Servers and Providers: The Distribution of Food within the Family ». *Sociological Review*, vol. 34, no 1, p. 115-157.

Kershen, Anne J. (dir.). 2002. *Food in the Migrant Experience*. Aldershot, UK: Ashgate.

Khan, L. K., J. J. Sobal et R. R. Martorell. 1997. « Acculturation, socioeconomic status, and obesity in Mexican Americans, Cuban Americans, and Puerto Ricans ». *International journal of obesity*, vol. 21, no 2, p. 91-96.

Khare, Ravindra. 1976. *The Hindu hearth and home*. Durham, NC: Carolina Press.

Kilani, Mondher. 1992. *Introduction à l'anthropologie*. Lausanne: Payot.

Kim, C. 1989. « Working Wives' Time-saving Tendencies: Durable Ownership, Convenience Food Consumption and Meal Purchases ». *Journal of Economic Psychology*, vol. 10, no 3, p. 391-409.

Kitzinger, Jenny. 1994. « The methodology of focus groups: the importance of interaction between research participants ». *Sociology of Health*, vol. 16, no 1, p. 103-121.

Kitzinger, Jenny. 1995. « Qualitative Research. Introducing focus groups ». *British Medical Journal*, no 311, p. 299-302.

Koç, Mustafa, et Kenneth A. Dahlberg. 1999. « The restructuring of food systems: Trends, research, and policy issues ». *Agriculture and Human Values*, no 16, p. 109-116.

Koç, Mustafa, et Jennifer Welsh. 2001. « Food, Foodways and Immigrant Experience ». *Canadian Ethnic Studies Association Conference. Halifax, november 2001*, Center for Studies in Food Security, Toronto: Ryerson University.

Koçtürk, Tahire O. 2004. « Food Habit Changes in a Group of Immigrant Iranian Women in Uppsala ». *Women's Health & Urban Life: An International and Interdisciplinary Journal*, vol. 3, no 2, p. 48-61.

Krueger, R. A. 1988. *Focus Groups-A Practical Guide for Applied Research*. Beverly Hills, California: Sage Publications.

Kumar, B. N., H. E. Meyer, M. Wandel, I. Dalen et G. Holmboe-Ottesen. 2006. « International Journal of Obesity ». no 30, p. 684–690.

L'Orange Fürst, Elisabeth. 1997. « Cooking and Feminity 1 ». *Women's Studies International Forum*, vol. 20, no 3, p. 441-449.

Labelle, Micheline. 1988. « La gestion fédérale de l'immigration internationale au Canada : 1964-1984 ». In *L'ère des libéraux. Le pouvoir fédéral de 1963 à 1984,* sous la dir. de D. Brunelle et Y. Bélanger. Sillery: PUQ.

Labelle, Micheline. 2000. *Immigration, politique du Québec*. Encyclopédie du Canada. Montréal, Éditions internationales Alain Stanké: p. 1238-1239. En ligne. <http://www.thecanadianencyclopedia.com/index.cfm?PgNm=TCE&Params=F1SEC860918>. Consulté le 2 février 2010.

Lacaille, Émilie. 2009. « Cacophonie alimentaire et femmes québécoises : des modèles alimentaires en mutation ». Mémoire de maîtrise, Montréal, Département de communication, Université du Québec à Montréal, 170 p.

Laferrière, Dany. 1991. *L'odeur du café.* Montréal: Éditions VLB.

Lahire, Bernard. 2001. *L'homme pluriel. Les ressorts de l'action.* Paris: Hachette.

Lahire, Bernard. 2004. *La Culture des individus. Dissonances culturelles et distinction de soi.* Paris: La Découverte.

Lahlou, Saadi. 1994. « Ce que m'a dit le "Grand Robert" ». In *Manger magique. Aliments sorciers, croyances comestibles,* sous la dir. de Claude Fischler. Paris: Autrement, Coll.

Lahlou, Saadi. 1996. « Cuisinons la représentation sociale ». In *Pensée magique et alimentation aujourd'hui,* sous la dir. de Claude Fischler. Paris: Les Cahiers de l'OCHA no 5.

Lahlou, Saadi. 1998. *Penser, manger. Alimentation et représentations sociales.* Paris: Presses Universitaires de France.

Lake, A.A, R.M. Hyland, J.C. Mathers, A.J. Rugg-Gunn, C.E. Wood et A.J. Adamson. 2006. « Food Shopping and Preparation among the 30-Somethings: Whose Job is it? (The ASH30 study) ». *British Food Journal,* vol. 108, no 6, p. 475-486.

Lalonde, Marc P. 1992. « Deciphering a meal again, or the anthropology of taste ». *Social science information,* vol. 31, no 69, p. 69-86.

Lam, Lawrence, et Tony Haddad. 1992. « Men's Participation in Family Work: A Case Study ». *International Journal of Sociology of the Family,* vol. 22, no 1, p. 67-104.

Larson, Reed W., Kathryn R. Branscomb et Angela R. Wiley 2006. « Forms and functions of family mealtimes: Multidisciplinary perspectives ». *New Directions for Child and Adolescent Development,* no 111 Printemps, p. 1-15.

Latreille, Martin, et Françoise-Romaine Ouellette. 2008. « Le repas familial. Recension d'écrits ». Centre - Urbanisation Culture Société. Montréal: Institut national de la recherche scientifique.

Laurence, Jean-Christophe, et Laura-Julie Perreault. 2010. *Guide du Montréal multiple.* Montréal: Les Éditions du Boréal.

Leclerc, Jean-François, et Joaquina Pires. 2003. « La mémoire et l'identité de Montréal : des repères territoriaux pour une mémoire sans frontières ». *Montréal CULTURES,* no 3 Culture et Quartiers. En ligne. <http://www.culturemontreal.ca/mtl_cultures/030612 mc_index.htm>. Consulté le 9 avril 2011.

Ledrou, Ingrid, et Jean Gervais. 2005. « Insécurité alimentaire ». *Rapports sur la santé,* vol. 16, no 3, p. 55-59 Statistique Canada, no 82-003 au catalogue.

Lee, Soo-Kyung, Jeffery Sobal et Edward A. Frongillo. 1999. « Acculturation and Dietary Practices Among Korean Americans ». *Journal of the American Dietetic Association,* vol. 99, no 9, p. 1084-1089.

Lefebvre, Henri. 1974. *La production de l'espace.* Paris: Anthropos.

Legerski , Elizabeth Miklya, et Marie Cornwall. 2010. « Working-class job loss, gender, and the negociation of household labor ». *Gender & Society,* vol. 24, no 4, p. 447-474.

Leininger, Madeleine. 1984. « Transcultural nursing: an essential knowledge and practice field for today ». *The Canadian nurse*, vol. 80, no 11, p. 41-45.

Lemangeur-ocha.com. 1996. *Dossier d'information. Tous à table – Eloge du repas. Un ensemble de documents sur le thème du repas*. En ligne. <http://www.lemangeur-ocha.com/fileadmin/user_upload/tous_a_table_di.pdf>. Consulté le 26 août 2009.

Levenson, Claude B. 2010. *Le bhouddhisme*. Paris: PUF, coll. « Que sais-je? ».

Levenstein, H. A., et Conlin J. 1990. « The Food Habits of Italian Immigrants in America: an Examination of the Persistence of a Food Culture and the Rise of Fast Food in America ». In *Dominant Symbols in Popular Culture,* sous la dir. de M. W. Fishwick et K. R. B. Browne, O. Browne: Bowling Green Popular Culture Press.

Levenstein, Harvey. 1980. « The New England Kitchen and the Origins of Modern American Eating Habits ». *American Quarterly*, vol. 32, no 4, p. 369-386.

Levenstein, Harvey. 1988. *Revolution at the table : the transformation of the American diet*. Berkeley and Los Angeles: Oxford University Press.

Levenstein, Harvey. 2003. *Paradox of Plenty. A Social History of Eating in Modern America*. Berkeley: University of California Press.

Lévi-Strauss, Claude. 1965. « Le triangle culinaire ». *L'Arc*, no 26, p. 19-29.

Lewin, Kurt. 1943. « Forces Behind Food Habits and Methods of Change ». *Bulletin of the national Research Council*, no October 1943, p. 35-65.

Lhuissier, Anne. 2006a. « Éducation alimentaire en milieu populaire: des normes en concurrence ». *Journal des anthropologues*, no 106-107. En ligne. <http://jda.revues.org/1258>. Consulté le 25 février 2010.

Lhuissier, Anne. 2006b. « Pauvreté, monoparentalité et alimentation : Une étude de cas dans le nord de la France ». *Cahiers de nutrition et de diététique*, vol. 41, no 2, p. 104-110.

Lhuissier, Anne. 2007. *Alimentation populaire et réforme sociale. Les consommations ouvrières dans le second XIX^e siècle*. Paris: Maison des sciences de l'Homme.

Liberelle, Bernard. 2008. « L'équilibre alimentaire, ou tous les chemins mènent-ils à Rome ? ». In *La boulimie, une indication pour se perdre,* sous la dir. de Thierry Vincent, p. 179-190. Toulouse: Érès.

Loisel, Jean-Pierre, Agathe Couvreur, Anne-Delphine Brousseau, Catherine Gaignier et Franck Lehuédé. 2004. « De la transmission à l'apprentissage des savoir-faire culinaires : Regards croisés de filles et de mères ». Cahiers de recherche, Paris: Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie (CRÉDOC).

Longhurst, Robyn, Lynda Johnston et Elsie Ho. 2009. « A visceral approach: cooking 'at home' with migrant women in Hamilton, New Zealand ». *Transactions of the Institute of British Geographers*, vol. 34, no 3, p. 333-345.

Lopez-Caballero, Paula. 2011. « Altérités intimes, altérités éloignées. La greffe du multiculturalisme au Mexique ». *Critique Internationale*, vol. 50, no 1, p. 129-149.

Lupton, Deborah. 1996. *Food, body and the self*. Londres: Sage.

Ma Mung, Emmanuel. 1992. « L'expansion du commerce ethnique : Asiatiques et Maghrébins dans la région parisienne ». *Revue européenne de migrations internationales*, vol. 8, no 1, p. 39-59.

MacBeth, Helen (dir.). 1997. *Food Preferences and Taste.* Oxford: Berghahn Books.

Maire, Bernard, et Caroline Méjean. 2008. « Que savons-nous de l'alimentation des migrants ? ». *Lettre Scientifique de l'Institut Français pour la nutrition*, no 129, octobre 2008, p. 1-12.

Mäkelä, J. 2000. « Cultural Definitions of the Meal ». In *Dimensions of the Meal. The Science, Culture, Business and Art of Eating,* sous la dir. de H. L. Meiselman, p. 7-18. Gaithersburg: MD: Aspen.

Malenfant, Chantal. 2004. « Les comportements sociaux et alimentaires chez les Tamouls ». *Revue médicale de Pédiatrie*, vol. 5, no 4, p. 225-230.

Malinowski, Bronislaw. 1968. *Une théorie scientifique de la culture et autres essais*. Paris: François Maspero, édition originale 1944.

Marenco, Claudine. 1992. *Manières de table, modèles de moeurs. XVII^e^-XX^e^ siècle*. Cachan: Éditions de l'ENS.

Marquis, Marie, et Bryna Shatenstein. 2005. « Food Choice Motives and the Importance of Family Meals: Among Immigrant Mothers ». *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, vol. 66, no 2, p. 77-82.

Marris, Paul , et Sue Thornham. 2000. *Media studies: a reader*. New York: NYU Press.

Marshall, C., et G.B. Rossman. 1999. *Designing Qualitative Research. Third Edition.* London: Sage Publications.

Martin, Jacques. 1989. *Introduction au Bouddhisme*. Paris: Les Éditions du Cerf.

Martuccelli, Danilo. 1992. « Lectures théoriques de la postmodernité ». *Sociologie et sociétés*, vol. 24, no 1, p. 157-169.

Martuccelli, Danilo. 1999. *Sociologies de la modernité*. Paris: Gallimard.

Martuccelli, Danilo. 2002. *Grammaires de l'individu*. Paris: Gallimard.

Martuccelli, Danilo. 2006a. « Michel Foucault et les impasses de l'ordre social ». *Sociologie et sociétés*, vol. 38, no 2, p. 17-34.

Martuccelli, Danilo. 2006b. « Penser l'intermonde, ou comment oublier le problème de l'ordre social ». *Revue du MAUSS*, vol. 27, no 1, p. 431-443.

Masson, Estelle, et Serge Moscovici. 1997. « Les mutations dans la pratique alimentaire : Processus symboliques et représentations sociales. ». Paris: Laboratoire de psychologie sociale EHESS.

Masuoka, Jitsuichi. 1945. « Changing Food Habits: The Japanese in Hawaii ». *American Sociological Review*, vol. 10, no 6, p. 759-765.

Mauss, Marcel. 1980. *Sociologie et anthropologie*. Paris: PUF, édition originale 1950.

Mavreas, Venos, Paul Bebbington et Geoff Der. 1989. « The structure and validity of acculturation. Analysis of an Acculturation Scale ». *Social Psychiatry Psychiatric Epidemiology (,989)24:233-240*, no 24, p. 233-240.

Mc Andrew, Marie. 2006. « Projet national, immigration et intégration dans un Québec souverain. Dix ans plus tard, l'analyse proposée tient-elle toujours la route ? ». *Sociologie et sociétés*, vol. 38, no 1, p. 213-233.

McIntosh, Alex, et Mary Zey. 1988. « Women as gatekeepers of food consumption: A sociological critique ». *Food and Foodways*, vol. 3, no 4, p. 317-332.

McIntyre, L., N.T. Glanville, Raine K.D., J.B. Dayle, B. Anderson et Battaglia N. 2003. « Do low-income lone mothers compromise their nutrition to feed their children? ». *Canadian Medical Association Journal*, vol. 168, no 3, p. 686-691.

McIntyre, L., N.T. Glanville, S. Officer, B. Anderson, K.D. Raine et J.B. Dayle. 2002. « Food insecurity of low-income lone mothers and their children in Atlantic Canada ». *Canadian journal of public health*, vol. 93, no 6, p. 411-415.

Medina, Xavier F. 2001. « Alimentation et identité chez les immigrants basques en Catalogne ». *Anthropology of Food*, no S1, Octobre 2001. Regards croisés sur quelques pratiques alimentaires en Europe. En ligne. <http://aof.revues.org/document1541.html>. Consulté le 6 avril 2008.

Meissonnier, Joël. 2002. « Stratégies d'optimisation des temps quotidiens. Le temps du repas ». In *Alimentations contemporaines,* sous la dir. de Isabelle Garabuau-Moussaoui Élise Palomares et Dominique Desjeux, p. 213-237. Paris: L'Harmattan.

Melhuus, Marit, et Borchgrevink Tordis. 1984. « Housework: Taking up women's time ». In *Easy take-of-hard landing,* sous la dir. de Ingrid Rudie. Oslo: Universitetsfolaget.

Mellin-Olsen, Tonje, et Margareta Wandel 2005. « Changes in Food Habits among Pakistani Immigrant Women in Oslo, Norway ». *Ethnicity & Health*, vol. 10, no 4, p. 311-339.

Memmi, Dominique, Gilles Raveneau et Emmanuel Taïeb. 2011. « La fabrication du dégoût. Introduction ». *Ethnologie française*, vol. 1, no 41, p. 5-16, P.U.F.

Mennell, Stephen. 1985a. *All Manners of Food: Eating and Taste in England and France from Middle Age to the Present*. Oxford: Basil Blackwell.

Mennell, Stephen. 1985b. *Français et anglais à table, du moyen âge à nos jours*. Paris: Flammarion.

Mennell, Stephen. 1987. « On the Civilising of Appetite ». *Theory Culture Society*, vol. 4, no 2, p. 373-403.

Mennell, Stephen, Anne Murcott et Anneke H. van Otterloo. 1992. *The Sociology of Food. Eating, Diet and Culture*. Londres: Sage Publications.

Menzel, Peter, et Faith D'Aluisio. 2005. *Hungry Planet. What the World Eats*. Napa CA: Material World Books.

Menzel, Peter, et Faith D'Aluisio. 2010. *What I Eat. Around the World in 80 Diets*. Berkeley: Ten Speed Press.

Mestdag, Inge. 2005a. « Disappearance of the traditional meal: Temporal, social and spatial destructuration ». *Appetite*, vol. 45, no 1, p. 62-74.

Mestdag, Inge. 2005b. « Where Has Family Time Gone? In Search of Joint Family Activities and the Role of the Family Meal in 1966 and 1999 ». *Journal of Family History*, vol. 30, no 3, p. 304-323.

MICC. 1991. *Au Québec pour bâtir ensemble. Énoncé de politique en matière d'immigration et d'intégration.* Direction générale des politiques et des programmes. Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. Québec. Gouvernement du Québec.

MICC. 2003. *Caractéristiques de l'immigration au Québec. Statistiques*. Direction de la population et de la recherche. Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. Québec, Gouvernement du Québec.

MICC. 2007a. *Caractéristiques de l'Immigration au Québec. Statistiques*. Direction de la population et de la recherche. Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. Québec, Gouvernement du Québec.

MICC. 2007b. *La planification de l'Immigration au Québec pour la période 2008-2010*. Direction de la recherche et de l'analyse prospective. Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. Québec, Gouvernement du Québec.

MICC. 2008. *Bulletin statistique trimestriel sur l'immigration permanente au Québec 4e trimestre 2007*. Direction de la recherche et de l'analyse prospective. Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. Québec, Gouvernement du Québec.

MICC. 2009a. *Bulletin statistique sur l'immigration permanente au Québec. 4e trimestre et année 2008*. Direction de la recherche et de l'analyse prospective. Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. Québec, Gouvernement du Québec.

MICC. 2009b. *Plan d'immigration du Québec pour l'année 2009*. Direction de la recherche et de l'analyse prospective. Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. Québec, Gouvernement du Québec.

MICC. 2009c. *Tableaux sur l'immigration permanente au Québec 2004-2008*. Direction de la recherche et de l'analyse prospective. Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. Québec, Gouvernement du Québec.

MICC. 2010. *Bulletin statistique sur l'immigration permanente au Québec 4e trimestre et année 2009*. Direction de la recherche et de l'analyse prospective. Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. Québec, Gouvernement du Québec.

MICC. 2011a. *Bulletin statistique sur l'immigration au Québec. 4e trimestre et année 2010*. Direction de la recherche te de l'analyse prospective. Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. Québec, Gouvernement du Québec.

MICC. 2011b. *Fiche synthèse sur l'immigration et la diversité ethnoculturelle au Québec.* Direction de la recherche et de l'analyse prospective. Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. Québec, Gouvernement du Québec.

MICC. 2012. *Bulletin statistique sur l'immigration au Québec. 4e trimestre et année 2011.* Direction de la recherche te de l'analyse prospective. Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. Québec, Gouvernement du Québec.

Miller, Daniel. 1995. *Acknowledging consumption: a review of new studies*. London: Routledge.

Miller, Daniel. 1998. *A Theory of Shopping.* Cambridge: Polity Press/Cornell University Press.

Miller, Daniel. 2010. *Stuff.* Cambridge: Polity.

Miller, Daniel. 2012. *Consumption and its Consequences*. Cambridge: Polity.

Min, Pyong Gap. 1987. « Factors Contributing to Ethnic Business ». *International Journal of Comparative Sociology*, vol. 28, no 3-4, p. 173-193.

Mintz, Sidney W. 1996. *Tasting Food, Tasting Freedom. Excursion into Eating, Culture, and the Past*. Boston: Beacon Press.

Mintz, Sidney W., et Christine M Du Bois. 2002. « The Anthropology of Food and Eating ». *Annual Review of Anthropology*, vol. 32, p. 99-119.

Mohanty, C.T. 2004. *Feminism without borders: decolonizing theory, practicing solidarity*. Durham NC: Duke University Press.

Moisio, Risto, Eric J Arnould et Linda L Price. 2004. « Between Mothers and Markets. Constructing family identity through homemade food ». *Journal of Consumer Culture*, vol. 4, no 3, p. 361-384.

Monceau, Christine, Élyane Blanche-Barbat et Jacqueline Échampe. 2002. « La consommation alimentaire depuis quarante ans. De plus en plus de produits élaborés ». *Bulletin de l'INSEE*, no 846.

Montanari, Massimo, et Silvano Serventi. 1989. « Note sur l'histoire des pâtes en Italie ». *Médiévales*, no 16-17. Plantes, mets et mots. Dialogues avec André-Georges Haudricourt, p. 61-64.

Montulet, Bertrand. 1998. *Les enjeux spatios-temporels du social*. Paris: L'Harmattan.

Moulin, Léo. 1975. *L'Europe à table. Introduction à une psychologie des pratiques alimentaires*. Bruxelles: Elsevier Séquoia.

Munzele, Munzimi J M. 2004. « Comprendre les pratiques de sociabilité alimentaire dans une société africaine. Les Mbuun au Congo ». In *Sociologie et anthropologie de l'alimentation XVII^e congrès de l'AISLF*. Tours. En ligne. < http://www lemangeur-ocha.com> .

Murcott, Anne. 1982. « On the social significance of the "cooked dinner" in South Wales ». *Social science information*, vol. 21, no 4/5, p. 677-696.

Murcott, Anne. 1983. « "It's a pleasure to cook for him": food, mealtimes and gender in some South Wales households ». In *The Public and the Private,* sous la dir. de Garmarnikow et al. Londres: Heinemann.

Murcott, Anne. 1988. « Sociological and social anthropological approaches to food and eating ». *World Review of Nutrition and Diet*, no 55, p. 1-40.

Murcott, Anne. 1997. « Family meal - a thing of the past? ». In *Food, Health and Identity,* sous la dir. de Pat Caplan. Londres: Routledge.

Murcott, Anne. 1998. *The Nation's Diet. The Social Science of Food Choice*. London: Addison Wesley Longman.

Murcott, Anne. 2000. « Invited presentation: Is it still a pleasure to cook for him? Social changes in the household and the family ». *Journal of Consumer Studies & Home Economics*, vol. 24, no 2, p. 78-84.

Narayan, Uma. 1997. *Dislocating cultures: identities, traditions, and third world feminisms*. New York: Routledge.

Nedelcu, Mihaela. 2009. « Nouveaux moyens de communication, nouveaux espaces sociaux. Le transnationalisme à l'ère du migrant online ». *Terra Cognita*, no 15, p. 68-70.

Nedelcu, Mihaela. 2010. « (Re)penser le transnationalisme et l'intégration à l'ère du numérique. Vers un tournant cosmopolitique dans l'étude des migrations internationales ? ». *Revue européenne des migrations internationales*, vol. 2, no 26, p. 33-55.

Nemeroff, Carol, et Paul Rozin. 1989. « "You are What You Eat": Applying the Demand-Free "Impressions" Technique to an Unacknowledged Belief ». *Ethos*, vol. 17, no 1, p. 50-69.

Nestle, Marion. 1994. « Traditional Models of Healthy Eating: Alternatives to "Techno-Food" ». *Journal of Nutrition Education*, vol. 25, no 5, p. 241-245.

Nestle, Marion. 2002. *Food Politics*. Berkeley: University of California Press.

Nestle, Marion. 2006. *What to Eat*. New York: North Point Press.

Newman, J.M. 1999. « Cultural aspects of Asian dietary habits ». In *Asian Foods: Science & Technology,* sous la dir. de C.Y.W. Ang K.L. Liu et Y.W. Huang, p. 453-485. Lancaster, PA: Technomoic Publishing Co.

Ng, Edward, Russell Wilkins, François Gendron et Jean-Marie Berthelot. 2005. *L'évolution de l'état de santé des immigrants : constats tirés de l'Enquête nationale sur la santé de la population.* Statistique Canada. Ottawa, Gouvernement du Canada.

Norman, Sonya, Cynthia Castro, Cheryl Albright et Abby King. 2004. « Comparing Acculturation Models in Evaluating Dietary Habits Among Low-Income Hispanic Women ». *Ethnicity & Disease*, vol. 14, no 3.

Ocha/Sofres. 2002. *Les repas de famille.* Enquête Ocha/Sofres. Lemangeur-ocha.com. En ligne. <http://www.lemangeur-ocha.com/enfants-ados/textes-exclusifs/detail/auteur-texte/0/repas-en-famille-enquete-ochasofres-aupres-des-parents/disp/>. Consulté le 8 avril 2010.

Ochs, Elino, Ruth Smith et Carolyne Taylor. 1989. « Detective Stories at Dinnertime Problem Solving Through Co-Narration ». *Cultural Dynamics*, no 2, p. 238-257.

Ochs, Elinor, et Lisa Capps. 1996. « Narrating the Self ». *Annual Review of Anthropology*, vol. 25, no 1, p. 19-43.

Ochs, Elinor, et Shohet, Merav. 2006. « The cultural structuring of mealtime socialization ». *New Directions for Child and Adolescent Development*, vol. 2006, no 111, p. 35-49.

Ochs, Elinor, et Caroline Taylor. 1992. « Family narrative as polical activity ». *Discourse & Society*, vol. 3, no 3, p. 301-340.

Opare-Obisaw, Clara, Docea A. G Fianu et Kezia Awadzi. 2008. « Changes in family food habits: the role of migration ». *Journal of Consumer Studies & Home Economics*, vol. 24, no 3, p. 145-149.

Oyangen, Knut. 2009. « The Gastrodynamics of Displacement: Place-Making and Gustatory Identity in the Immigrants' Midwest ». *Journal of Interdisciplinary History*, vol. XXXIX, no 3, p. 323-348.

Pagé, Michel, Mathieu Jodoin et Marie McAndrew. 1998. « Pluralisme et style d'acculturation d'adolescents néo-québécois ». *Revue québécoise de psychologie*, vol. 19, no 3.

Pagezy, Hélène, Emma Rabino-Massa, Anna Valesano et Nilde Greco. 1997. « Stratégies alimentaires et régime de migrants marocains de première génération à Turin ». *Bulletins et Mémoires de la Société d'anthropologie de Paris*, vol. 9, no 3, p. 209-237.

Parasecoli, Fabio. 2008. *Bite Me. Food in Popular Culture*. New York: Berg.

Passeron, Jean-Claude. 1991. *Le Raisonnement sociologique. L'espace non-poppérien du raisonnement naturel*. Paris: Nathan.

Patel-Campillo, Anouk. 2010. « Agro-export specialization and food security in a sub-national context: the case of Colombian cut flowers ». *Cambridge Journal of Regions, Economy and Society*, vol. 3, no 2, p. 279-294.

Pérez, Claudio E. 2002. *État de santé et comportements influants sur la santé des immigrants*. Statistique Canada. Ottawa, Gouvernement du Canada. p. 1-13.

Peterson, Richard A. 2004. « Le passage à des goûts omnivores : notions, faits et perspectives ». *Sociologie et sociétés*, vol. 36, no 1, p. 145-164.

Peterson, Richard A., et Roger M. Kern. 1996. « Changing highbrow taste: From snob to omnivore ». *American Sociological Review*, vol. 61, no 5, p. 900-907.

Peyrouse, Sébastien. 2009. « La colonisation russe en Asie centrale à l'époque soviétique ». In *L'enjeu mondial. Les migrations,* sous la dir. de Christophe Jaffrelot et Christian Lequesne. Paris: Les presses de Sciences Po.

Pilcher, Jeffrey. 1998. *Que vivan los tamales!: Food and the making of Mexican identity*. Alburquerque: University of New Mexico Press.

Pilcher, Jeffrey. 2001. « Tex-Mex, Cal-Mex, New Mex, or Whose Mex? Notes on the Historical Geography of Southwestern Cuisine ». *Journal of the Southwest*, vol. 43, no 4 Border Cities and Culture, p. 659-679.

Pilcher, Jeffrey. 2004. « Fajitas and the Failure of Refrigerated Meatpacking in Mexico: Consumer Culture and Porfirian Capitalism ». *The Americas*, vol. 60, no 3 Special Issue on Material Culture, p. 411-429.

Pluye, Pierre, Lucie Nadeau, Marie-Pierre Gagnon, Roland Grad, Janique Johnson-Lafleur et Frances Griffiths. 2009. « Les méthodes mixtes ». In *Approches et pratiques en évaluation de programme,* sous la dir. de Christian Dagenais et Valery Ridde, p. 123-141. Montréal: Les Presses de l'Université de Montréal.

Poisson, Dominique. 2003. « L'alimentation des populations migrantes : une adaptation délicate ». *Alimentation et précarité*, vol. 22, no Juillet, p. 2-6.

Poisson, Dominique. 2008. *L'alimentation des populations modestes et défavorisées. Etat des lieux dans un contexte de pouvoir d'achat difficile*. Mise en ligne : 19 novembre 2008, <http://www.lemangeur-ocha.com>.

Pollan, Michael. 2008. *In Defense of Food*. New York: Penguin Books.

Popkin, Barry M. 1999. « Urbanization, Lifestyle Changes and the Nutrition Transition ». *World Development*, vol. 27, no 11, p. 1905-1916.

Popkin, Barry M. 2006. « Global nutrition dynamics: the world is shifting rapidly toward a diet linked with noncommunicable diseases ». *American Journal of Clinical Nutrition*, vol. 84, no 2, p. 289-298.

Popkin, Barry M. 2008a. « Nutrition in transition: The changing global nutrition challenge ». *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, vol. 10, no S1, p. S13-S18.

Popkin, Barry M. 2008b. « The Nutrition Transition: An Overview of World Patterns of Change ». *Nutrition Reviews*, vol. 62, no S2, p. S140-S143.

Poulain, Jean-Pierre. 1998. « La modernité alimentaire, pathologie ou mutation sociale ». *Cahiers de nutrition et de diététique*, vol. 33, no 6, p. 351-358.

Poulain, Jean-Pierre. 2000. « Les ambivalences de l'alimentation contemporaine ». In *Café des Sciences et de la Société du Sicoval. Un hors série du cycle alimentation*, Mission Agrobiosciences. En ligne. <http://www.agrobiosciences.org/IMG/pdf/mpcahierspoulain .pdf>. Consulté le 18 juin 2010.

Poulain, Jean-Pierre. 2001a. *La structure des repas se simplifie*. Les mutations des pratiques alimentaires. En ligne. <http://www.lemangeur-ocha.com>. Consulté le 18 juin 2010.

Poulain, Jean-Pierre. 2001b. *Le décalage entre normes et pratiques*. Les mutations des pratiques alimentaires. En ligne. <http://www.lemangeur-ocha.com/uploads/tx_smilecontenus ocha/01_mutation_ pratiques.pdf>. Consulté le 18 juin 2010.

Poulain, Jean-Pierre. 2001c. *Les outils de la collecte*. Méthodologies d'étude des pratiques alimentaires. En ligne. <http://www.lemangeur-ocha.com>. Consulté le 18 juin 2010.

Poulain, Jean-Pierre. 2002a. *Manger aujourd'hui. Attitudes, normes et pratiques*. Paris: Éditions Privat.

Poulain, Jean-Pierre. 2002b. *Sociologies de l'alimentation. Les mangeurs et l'espace social alimentaire*. Paris: Presses Universitaires de France.

Poulain, Jean Pierre. 2002c. *Manger aujourd'hui. Attitudes, normes et pratiques*. Paris: Éditions Privat.

Poulain, Jean-Pierre, et Laurence Tibère. 2000. « Mondialisation, métissage et créolisation alimentaire. De l'intérêt du "laboratoire" réunionnais ». In *Revue Bastidiana no 31-32. Cuisine, alimentation métissage,* sous la dir. de Jean-Pierre Corbeau, p. 225-241.

Powell, R. A., et H. M. Single. 1996. « Focus groups ». *International Journal of Quality in Health Care*, vol. 8, no 5, p. 499-504.

Power, Elaine M. 2005. « Les déterminants de la saine alimentation chez les Canadiens à faible revenu ». *Revue canadienne de santé publique*, vol. 95, no 3, p. S42-S48.

Pratt, Géraldine. 1982. « Class analysis and urban domestic property: a critical reexamination ». *International Journal of Urban and Regional Research*, vol. 6, no 4, p. 481-502.

Proust, Marcel. 1992. *À la recherche du temps perdu 1. Du côté de chez Swann*. Paris: Gallimard. Édition originale 1913.

Pynson, Pascal. 1993. « Mangeurs fin de siècle ». In *Le mangeur. Menus, maux et mots,* sous la dir. de Fabrice Piault. Paris: Autrement.

Qiao, Rong, ChengYu Huang, HuiZhang Du, Guo Zeng, Ling Li et Sheng Ye. 2011. « Milk Consumption and Lactose Intolerance in Adults ». *Biomedical and Environmental Sciences*, vol. 24, no 5, p. 512-517.

Radimer, K. L., C. M. Olson, J. C. Greene, C. C. Campbell et J. P. Habicht. 1992. « Understanding hunger and developing indicators to assess it in women and children ». *Journal of Nutritional Education*, vol. 24, no 1, p. 36s-45s.

Rapoport, Amos. 1972. *Pour une anthropologie de la maison.* Traduit par Anne M. Meistersheim et Maurice Schlumberger. Paris: Dunod.

Raulin, Anne. 1990. « Consommation et adaptation urbaine. Des minorités en région parisienne ». *Sociétés contemporaines*, no 4, p. 19-36.

Raulin, Anne. 2000. *L'ethnique est quotidien.* Paris: L'Harmattan.

Ray, Krishnendu. 2004. *The Migrant's Table: Meals and Memories in Bengali-American Households*. Philadelphie: Temple University Press.

Raymond, Henri. 2001. *L'habitat pavillionnaire*. Paris: L'Harmattan. Édition originale 1966.

Recours, Fanette, et Pascale Hebel. 2007. « Évolution des comportements alimentaires : le rôle des générations ». *Cahiers d'économie et sociologie rurales*, no 82-83, p. 81-108.

Recours, Fanette, et Pascale Hébel. 2006. « Les nouvelles générations fuient la régularité ». *Consommation et mode de vie*, no 196 Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie (CRÉDOC).

Recours, Fanette., Hebel, Pascale et Chamaret, Cécile. 2006. « Les populations modestes ont-elles une alimentation déséquilibrée ? ». Cahier de recherche no 232, Centre de Recherche pour l'Etude et l'Observation des Conditions de Vie (CRÉDOC).

Redstone Akresh, Ilana. 2006. *Dietary Assimilation and Immigrant Health*, University of Illinois at Urbana-Champaign Department of Sociology.

Redstone Akresh, Ilana. 2007. « Dietary Assimilation and Health among Hispanic Immigrants to the United States ». *Journal of Health and Social Behavior*, vol. 48, no 4, p. 404-417.

Régnier, Faustine. 2006. « Manger hors norme, respecter les normes ». *Journal des anthropologues*, no 106-107. En ligne. <http://jda.revues.org/1315>. Consulté le 28 mai 2010.

Régnier, Faustine. 2009. « Obésité, goûts et consommation. Intégration des normes d'alimentation et appartenance sociale ». *Revue française de sociologie*, vol. 50, no 4, p. 747-773.

Régnier, Faustine, Anne Lhuissier et Séverine Gojard. 2006. *Sociologie de l'alimentation.* Paris: La Découverte.

Reilly, M. 1982. « Working wives and convenience consumption ». *Journal of Consumer Research*, vol. 8, p. 407-418.

Renard, F., E. Martin et A. Deccache. 2006. « La vulnérabilité des enfants et des adolescents de familles migrantes ». *Education Santé*, no 209. En ligne. <http://www.educationsante.be/es/article.php?id=724>.

Renaud, Jean, et Christian Cayn. 2006. *Un emploi correspondant à ses compétences ? Les travailleurs sélectionnés et l'accès à un emploi qualifié au Québec.* MICC. Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles. Québec, Direction des affaires publiques et des communications du MICC.

Renaud, Lise (dir.). 2007. *Les médias et le façonnment des normes en matière de santé.* Québec: Les Presses de l'Université du Québec. Coll. « Santé et Société ».

Renaud, Lise (dir.). 2010. *Les médias et la santé. De l'emergence à l'appropriation des normes sociales*. Québec: Les Presses de l'Université du Québec. Coll. « Santé et Société ».

Renzaho, André M. N., et Cate Burns. 2006. « Post-migration food habits of sub-Saharan African migrants in Victoria: A cross-sectional study ». *Nutrition & Dietetics*, no 63, p. 91-102.

Richards, Audrey. 1932. *Hunger and Work in a Savage Tribe: A Functionnal Study of Nutrition among the Southern Bantu.* Londres: Routledge.

Richards, Audrey. 1939. *Land, Labour and Diet in Northern Rhodesia. An Economic Study of the Bemba Tribe.* Londres: Oxford University Press.

Ristovski-Slijepcevic, Svetlana, Gwen E. Chapman et Brenda L. Beagan. 2008. « Engaging with healthy eating discourse(s): Ways of knowing about food and health in three ethnocultural groups in Canada ». *Appetite*, vol. 50, no 1, p. 167-178.

Robinson, J., et G. Godbey. 1997. *Time for Life: The Surprizing Ways that Americans Use their Time.* Harrisburg, PA: Pennsylvania State Press.

Robinson, J. P. 1990. « The Time Squeeze ». *American Demographics*, vol. 12, no 2, p. 30-33.

Roland, Alan. 1988. *In search of self in India and Japan: Towards a cross-cultural psychology.* Princeton, NJ: Princeton University Press.

Rovillé-Sausse, Françoise. 1999. « Évolution en 20 ans de la corpulence des enfants de 0 à 4 ans issus de l'immigration maghrébine ». *Revue épidémiologie et santé publique*, vol. 47, no 1, p. 37-44.

Rovillé-Sausse, Françoise. 2003. « Les risques de l'occidentalisation des comportements ». *Alimentation et précarité*, vol. 22, no juillet, p. 10.

Roy, Parama. 2002. « Reading Communities and Culinary Communities: The Gastropoetics of the South Asian Diaspora ». *Positions: east asia cultures critique*, vol: 10, no 2, p. 471-502.

Rozin, P., et C. Nemeroff. 1990. « The laws of sympathetic magic : A psychological analysis of similarity and contagion ». In *Cultural psychology : Essays on Comparative Human Development,* sous la dir. de G. Herdt J. Stigler, R.A. Shweder, p. 205-232. Cambridge: Cambridge University Press.

Rozin, P., C. Nemeroff, M. Wane et A. Sherrod. 1989. « Operation of the sympathetic magical law of contagion in interpersonal attitudes among Americans ». *Bulletin of the Psychonomic Society*, no 27, p. 367-370.

Rozin, Paul. 1976. « The selection of food by rats, humans and other animals ». In *Advances in Study of Behaviour,* sous la dir. de J. Rossenblat R. A. Hide C. Beer et E. Shaw. New York: Academic Press, p. 21-76.

Rozin, Paul. 1978. « The use of Characteristic Flavoring in Human Culinary Practice ». In *Flavor: Its Chemical, Behavioral and Commerciel Aspects,* sous la dir. de Charles M. Apt. Boulder: Westview Press.

Rozin, Paul. 1989. « The Role of Learning in the Acquisition of Food Preferences by Humans' ». In *Handbook of the Psychophysiology of Human Eating,* sous la dir. de R. Shepperd. Chichester: Wiley, p. 205-227.

Rozin, Paul. 1994. « La magie sympathique ». In *Manger magique. Aliments sorciers, croyances comestibles,* sous la dir. de Claude Fischler. Paris: Autrement.

Rozin, Paul. 1995. « Des goûts et dégoûts ». In *Mille et une bouches. Cuisines et identités culturelles,* sous la dir. de Sophie Bessis, Paris: Autrement.

Rozin, Paul. 2004. « Once in Contact, Always in Contact: Contagious Essence and Conceptions of Purification in American and Hindu Indian Children ». *Developmental Psychology*, vol. 40, no 4, p. 467–476.

Rozin, Paul, Jonathan Haidt, Clarck MacCauley et Sumio Imada. 1997. « Disgust: The Cultural Evolution of a Food-based Emotion ». In *Food Preferences and Taste,* sous la dir. de Helen MacBeth, p. 65-82. Oxford: Berghan Books.

Rozin, Paul, Linda Millman et Carol Nemeroff. 1986. « Operation of the Laws of Sympathetic Magic in Disgust and Other Domains ». *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. SO, no 4, p. 703-712.

Rubin, R. M., B. J. Reney et D. J. Molina. 1990. « Expenditure pattern differencials between one earner and dual earner households: 1972-3 and 1984 ». *Journal of Consumer Research*, vol. 17, no 1, p. 43-52.

Rumbaut, Rubén. 1997. « Paradoxes (And Orthodoxies) of Assimilation ». *Sociological Perspectives*, vol. 40, no 3, p. 483-511.

Sanchez, Sylvie. 2000. « Carnet de voyage d'une pizza aux Etats-Unis ». In *Revue Bastidiana no 31-32. Cuisine, alimentation métissage,* sous la dir. de Jean-Pierre Corbeau, p. 159-192.

Sanchez, Sylvie. 2008. « Frontières alimentaires et mets transfrontaliers : la pizza, questionnement d'un paradoxe ». *Anthropologie et sociétés*, vol. 32, no 3, p. 197-212.

Satia-Abouta, Jessie, Ruth E. Patterson, Alan R. Kristal, Chong Teh et Shin-Ping Tu. 2002a. « Psychosocial Predictors of Diet and Acculturation in Chinese American and Chinese Canadian Women ». *Ethnicity & Health*, vol. 7, no 1, p. 21-39.

Satia-Abouta, Jessie, Ruth Patterson, Marian Neuhouser et John Elder. 2002b. « Dietary acculturation. Applications to nutrition research and dietetics ». *Journal of the American Dietetic Association*, vol. 102, no 8, p. 1105-1118.

Satia, Jessie A., Ruth Patterson, Alan R. Kristal, Gregory Hislop, Yutaka Yasui et Vickie M. Taylor. 2001. « Development of scales to measure dietary acculturation among Chinese-Americans and Chinese-Canadians ». *Journal of the American Dietetic Association*, vol. 101, no 5, p. 548-553.

Satia, Jessie A., Ruth Patterson, Vicky M. Taylor, Carrie L. Cheney, Sharyne Shiu-Thornton, Kamolthip Chitnarong et Alan R Kristal. 2000. « Use of Qualitative Methods to Study Diet, Acculturation, and Health in Chinese-American Women ». *Journal of the American Dietetic Association*, vol. 100, no 8, p. 934-940.

Schenone, Laura. 2003. *A Thousand Years Over a Hot Stove: A History of American Women Told Through Food, Recepies, and Remenbrances.* New York: W.W. Norton & Company.

Schnapper, Dominique. 1994. *La communauté des citoyens*. Paris: Gallimard.

Scholliers, Peter (dir). 2001. *Food, Drink and Identity. Cooking, Eating and Drinking in Europe Since the Middle Ages*. Oxford New York: Berg.

Schultze, Sydney. 2000. *Culture and customs of Russia*. Westport CT: Grennwood Press.

Searles, Edmund. 2002. « Food and the Making of Modern Inuit Identities ». *Food & Foodways*, no 10, p. 55-78.

Segalen, Martine, et Atrouver Le Wita. 1993. « Chez soi - Objets et décor : des créations familiales? ». *Autrement. Série mutations*, no 137.

Sercia, Pierre. 2004. « L'intégration sociale des élèves fréquentant des écoles ethnoreligieuses au Québec ». Montréal, Thèse de doctorat, Université de Montréal.

Sercia, Pierre, et Alain Girard. 2010a. « La transformation des pratiques et les représentations alimentaires chez les enfants maghrébins issus de l'immigration récente ». In *Les médias et la santé. De l'emergence à l'appropriation des normes sociales,* sous la dir. de Lise Renaud, p. 281-306. Montréal: Les Presses de l'Université du Québec. Coll. « Santé et Société ».

Sercia, Pierre, et Alain Girard. 2010b. « Migrer et manger dans un espace social alimentaire transculturel ». *Cuizine/Cuizine*, vol. 2, no 1.

Serfaty-Garzon, Perla. 1999. *Psychologie de la maison. Une archéologie de l'intimité.* Montréal: Éditions du Méridien.

Serfaty-Garzon, Perla. 2003a. « L'appropriation ». In *Dictionnaire critique de l'habitation et du logement,* sous la dir. de Jacques Brun Marion Segaud, Jean-Claude Driant, p. 27-30. Paris: Armand Colin.

Serfaty-Garzon, Perla. 2003b. « Le Chez-soi : habitat et intimité ». In *Dictionnaire critique de l'habitat et du logement,* sous la dir. de Jacques Brun Marion Segaud, Jean-Claude Driant, p. 65-69. Paris: Armand-Colin.

Shapiro, Laura. 1995. *Perfection Salad:Women and Cooking at the Turn of the Century.* Boston: North Point Press.

Shu-Li Cheng, Wendy Olsen, Dale Southerton and Alan Warde. 2007. « The changing practice of eating: evidence from UK time diaries, 1975 and 2000 ». *The British Journal of Sociology*, vol. 58, no 1, p. 39-61.

Shuman, Amy, Robert Browning et L. Eugene Arnold. 1985. « Nutrition, Nurture and Changing Family Rituals ». In *Parents, Children, and Change,* sous la dir. de L. Eugene Arnold, p. 95-113. Lexington MA: Lexington Books.

Sibley, David , et Sarah James. 1991. « Children's Geographies: Some Problems of Representation ». *Area*, vol. 23, no 3, p. 269-271.

Sidenvall, Birgitta, Margaretha Nydahl et Christina Fjellström. 2000. « The Meal as a Gift—The Meaning of Cooking Among Retired Women ». *Journal of Applied Gerontology*, vol. 19, no 4, p. 405-423.

Simmel, Georg. 1997. « The Sociology of the Meal ». Traduit pas Kurt Wolff. In *Simmel on Culture: Selected Writings,* sous la dir. de Mike Featherstone et David Frisby, Londres: Sage. Édition originale 1910.

Simmons , D. 2009. « Questionning my dietician identity ». *Practice*, no 46, p. 3.

Singly, François de. 1992. *L'enquête est ses méthodes : Le questionnaire*. Paris Armand-Colin.

Singly, François de. 2001. « La naissance de l'individu individualisé et ses effets sur la vie conjugale et familiale ». In *Etre soi parmi les autres, Famille et individualisation, tome 1,* sous la dir. de François de Singly, p. 4-14. Paris: L'Harmattan.

Singly, François de. 2005. *Libres ensemble. L'individualisme dans la vie commune*. Paris: Armand Colin.

Singly, François de (dir.). 2004. *Enfants-adultes. Vers une égalité des statuts?* Paris: Universalis.

Sobal, Jeffery. 2000. « Sociability and meals: facilitation, commensality and interaction ». In *Dimension of the meal, the Science, Culture, Business, and Art of Eating,* sous la dir. de H.L. Meiselman, Gaithersburg: Aspen.

Sobal, Jeffery, et Nelson, Mary K. 2003. « Commensal eating patterns: a community study ». *Appetite*, vol. 41, no 2, p. 181-190.

Somers, Margaret. 1994. « The narrative constitution of identity: A relational and network approach ». *Theory and Society*, no 23, p. 605-649.

Statistique, Canada. 2007. *Recensement de l'agriculture de 2006. La population agricole de la province de Québec : évolution au fil du temps*. Ottawa, Gouvernement du Canada. En ligne. <http://www.statcan.gc.ca/ca-ra2006/agpop/qc-fra.htm>. Consulté le 23 octobre 2011.

Statistique Canada. 2010. *Insécurité alimentaire des ménages au Canada en 2007-2008. Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes*. Direction générale des produits de santé et des aliments. Bureau de la politique et de la promotion de la nutrition. Santé Canada. Ottawa, Gouvernement du Canada.

Steel, Carolyn. 2009. *Hungry City. How Food Shapes Our Lives*. Londres: Vintage Books.

Stewart, D. W., et P. N. Shamdasani. 1992. *Focus groups: theory and practice*. Londres: Sage.

Stewart, Susan. 1993. *On Longing. Narratives of the Miniature, the Gigantic, the Souvenir, the Collection*. Durham et Londres: Duke University Press.

Strauss, Anselm. 1987. *Qualitative Analysis for Social Scientists*. Cambridge: Cambridge University Press.

Strauss, Anselm, et Juliet Corbin. 2004. *Les fondements de la recherche qualitative. Techniques et procédures de développement de la théorie enracinée*. Traduit de l'anglais par Marc-Henry Soulet, Stéphanie Émery, Kerralie Oeuvray et Chloé Saas. Fribourg: Academic Press Fribourg/ Éditions St-Paul.

Strigler, Florence. 2006. *Tradition, invention, intégration : La transmission n'est jamais figée. Compte-rendu du colloque* Faire de la cuisine. Analyses pluridisciplinaires d'un nouvel espace de modernité. En ligne. <http://www.lemangeur-ocha.com/fileadmin/images/sciences_humaines/FLorence_STRIGLER_COLLOQUE_faire_la_cuisine_05.pdf>. Consulté le 13 avril 2010.

Sullivan, Oriel. 2000. « The Division of Domestic Labour: Twenty Years of Change? ». *Sociology*, vol. 34, no 3, p. 437-456.

Sullivan, Oriel, et Tally Katz-Gerro. 2006. « The Omnivore Thesis Revisited: Voracious Cultural Consumers ». *European Sociological Review*, vol. 23, no 2, p. 123-137.

Tarasuk, Valerie. 2001a. « Discussion Paper on Household and Individual Food Insecurity ». Office of Nutrition Policy and Promotion. Health Canada. Ottawa.: Government of Canada.

Tarasuk, Valerie. 2001b. *Document de travail sur l'insécurité alimentaire individuelle et des ménages*. Santé Canada. Bureau de la politique et de la promotion de la nutrition. Ottawa.

Tarasuk, Valerie. 2001c. « Household food insecurity with hunger is associated with women's food intakes, health and household circumstances ». *Journal of Nutrition*, vol. 131, no 10, p. 2670-2676.

Tarasuk, Valerie. 2009. « Health implications of food insecurity ». In *Social Determinants of Health: Canadian Perspectives, 2nd ed.*, sous la dir. de Dennis Raphael. Toronto: Canadian Scholars' Press Inc. p. 205-220.

Tarasuk, Valerie, et G. Beaton. 1999. « Women's dietary intakes in the context of household food insecurity ». *Journal of Nutrition*, no 129, p. 672-679.

Tashakkori, Abbas, et Charles Teddlie. 2003. *Handbook of mixed methods in social and behavioral research*. Thousand Oaks: Sage Publications.

Taylor, Charles. 1997. *La liberté des modernes*. Traduit pas Philippe de Lara. Paris: Presses Universitaires de France.

Thiesse, A-M. 1999. *La création des identités nationales*. Paris: Seuil.

Thompson, Craig J. 1997. « Interpreting Consumers: A Hermeneutical Framework for Deriving Marketing Insights from the Texts of Consumers' Consumption Stories ». *Journal of Marketing Research*, vol. 34, no 4, p. 438-455.

Thúy, Kim. 2009. *Ru*. Montréal: Libre Expression.

Tibère, Laurence. 2005. « Manger créole. L'alimentation dans les constructions identitaires à La Réunion ». In *Sociologie et anthropologie de l'alimentation. XVII^e congrès de l'AISLF*, Tours, juillet 2004. En ligne. < http://www.lemangeur.ocha.com> .

Tomlinson, Mark, et Alan Warde. 1993. « Social class and change in eating habits ». *British Food Journal*, vol. 95, no 1, p. 3-8.

Tremblay, Mark S., Claudio E. Pérez, Chris I. Ardern, Shirley N. Bryan, Katzmarzyk et Peter T. 2005. « Obésité, embonpoint et origine ethnique ». In *Rapports sur la santé*, Statistique Canada, p. 25-37. Ottawa: Ministre de l'industrie.

Tronto, Joan C. 1993. *Moral Boundaries: A Political Argument for an Ethic of Care*. New York: Routledge.

Turgeon, Laurier. 2002. « Manger le monde. Rencontres postcoloniales dans les restaurants étrangers de la ville de Québec ». In *Regards croisés sur le métissage*, sous la dir. de Laurier Turgeon, p. 207-233. Québec: Les Presses de l'Université Laval, coll. « Intercultures ».

Tylor, E. B. 1974. *Primitive Culture : Researches into the Development of Mythology, Philosophy, Religion, Art and Custom*. New York: Gordon Press. Première édition 1871.

Unger, Jennifer B., Kim Reynolds, Sohaila Shakib, Donna Spruijt-Metz, Ping Sun et C. Anderson Johnson. 2004. « Acculturation, Physical Activity, and Fast-Food Consumption Among Asian-American and Hispanic Adolescents ». *Journal of community health*, vol. 29, no 6, p. 467-481.

Valentine, Gill. 2001. « Eating in: home, consumption and identity ». *Sociological Review*, vol. 47, no 3, p. 491-524.

Van Den Bos, Matthijs, et Liza Nell. 2006. « Territorial bounds to virtual space: transnational online and offline networks of Iranian and Turkish–Kurdish immigrants in the Netherlands ». *Global Networks*, vol. 6, no 2, p. 201-220.

Viard, Jean. 1994. *La société d'archipel ou les territoires du village global*. LaToue d'Aigues: L'aube.

Visser, Margaret. 1991. *The ritual of dinner*. Londres: Penguin Books.

Vuillemenot, Anne-Marie. 2004. « Dans la yourte kazakhe, l'itinéraire de la nourriture définit l'identité du mangeur ». In In *Sociologie et anthropologie de l'alimentation. XVII^e congrès de l'AISLF,* Tours, juillet 2004. En ligne <http://www.lemangeur.ocha.com> .

Waerness, K. 1996. « Caring: Both Labor and Feelings ». In *Caregiving: Readings in Knowledge, Practice, Ethics, and Politics,* sous la dir. de Patricia Benner Suzanne Gordon et Ned Noddings, p. 229-255. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

Wahlqvist, Mark L 2002. « Asian migration to Australia: food and health consequences ». *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, vol. 11, no S3, p. S562-S568.

Walsh, Judith. 1997. « What Women Learned When Men Give Them Advice: Rewriting Patriarchy in Late Nineteenth-Century Bengal ». *Journal of Asian Studies*, vol. 56, no 3, p. 641-677.

Wandel, Margareta, Marte Råberg, Bernadette Kumar et Gerd Holmboe-Ottesen. 2008. « Changes in food habits after migration among South Asians settled in Oslo: The effect of demographic, socio-economic and integration factors ». *Appetite*, vol. 50, no 2-3, p. 376-385.

Ward, Robin, et Richard Jenkins. 1984. *Ethnic Communities in Business: Strategies for Economic Survival*. Cambridge: Cambridge University Press.

Warde, Alan. 1994. « Consumption, Identity-Formation and Uncertainty ». *Sociology*, vol. 28, no 4, p. 87-898.

Warde, Alan. 1997. *Consumption, Food and Taste: Culinary Antinomies and Commodity Culture*. London: Sage.

Warde, Alan. 1999. « Convenience food: space and timing ». *British Food Journal*, vol. 101, no 7, p. 518-527.

Warde, Alan. 2005. « Consumption and Theories of Practice ». *Journal of Consumer Culture*, vol. 5, no 2, p. 131-153.

Warde, Alan, et Kevin Hetherington. 1994. « English households and routine food practices: a research note ». *The Sociological Review*, vol. 42, no 4, p. 758-778.

Warde, Alan, Lydia Martens et Wendy Olsen. 1999. « Consumption and the Problem of Variety: Cultural Omnivorousness, Social Distinction and Dining Out ». *Sociology*, vol. 33, no 1, p. 105-127.

Warren, Tracey. 2003. « Class and Gender-Based Working Time? Time Poverty and the Division of Domestic Labour ». *Sociology*, vol. 37, no 4, p. 733-752.

Wehler, C. A., R. I Scott et J. J. Anderson. 1992. « The Community Childhood Hunger Identification Project: A model of domestic hungerdemonstration project in Seattle, Washington ». *Journal of Nutritional Education*, vol. 24, no 1, p. S29-S35.

Welsh, Jennifer. 1999. « Food Security Health and the Immigrant Experience. Research report 1997-1998 ». CERIS-funded project, Toronto.

Welsh, Jennifer, Susan Anstice, Mustafa Koc, Alex Murray, Francoise Paris, Adriana Premat, Penny Van Esterik et Patty Wai Ling Won. 1998. « Food Security, Health and the Immigrant Experience. Final Report ». Research Report Centre of Excellence for Research on Immigration and Settlement, Toronto, En ligne. <http://www.ceris.metropolis.net/wp-content/uploads/virtual_library/Welsh_1999.pdf>. Consulté le 6 mars 2010.

Wilkins, Jennifer L. 2005. « Eating right here: Moving from consumer to food citizen ». *Agriculture and Human Values*, no 22, p. 269-273.

Wilkins, Jennifer L., Julia Lapp, Angie Tagtow et Susan Roberts. 2010. « Beyond Eating Right: The Emergence of Civic Dietetics to Foster Health and Sustainability Through Food System Change ». *Journal of Hunger & Environmental Nutrition*, vol. 5, no 1, p. 2-12.

Witt, Doris. 1999. *Black Hunger: Food and the Politics of U.S. Identity.* New York: Oxford University Press.

Xiao Min, Yang. 2002. « Ethnographie des itinéraires de la consommation alimentaire à Guanzhou (Canton, Chine) ». In *Alimentations contemporaines,* sous la dir. de Élise Palomares et Dominique Desjeux et Isabelle Garabuau-Moussaoui. Paris: L'Harmattan. p. 191-212.

Yan, Yunxiang. 2008. « Of Hamburger and Social Space: Consuming McDonald's in Beijing ». In *Food and Culture. A Reader. Second Edition,* sous la dir. de Carole Counihan, et Van Esterik, Penny. New York: Routledge. p. 500-522.

Zeller, Richard. 2002. « Combining Qualitative and Quantitative Techniques to Develop Culturally Sensitive Measures ». In *AIDS Prevention and Mental Health,* sous la dir. de David G. Ostrow et Ronald C. Kessler. New York: Springer. p. 95-116.