LE CHAMP SÉMANTIQUE DE L'ALIMENTATION, LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE EN ARABE

Synthèse des interviews de profils biculturels

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

SOMMAIRE

DISPOSITIF MÉTHODOLOGIQUE 03

DÉTAIL DES RÉSULTATS 21

1) L’ALIMENTATION EN TUNISIE ET AU LIBAN 22

2) LE CHAMP SÉMANTIQUE DE L’ALIMENTATION EN ARABE 31

3) LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE 43

DISPOSITIF MÉTHODOLOGIQUE

MÉTHODOLOGIE : 2 ENTRETIENS EN FACE-À-FACE

Entretien de 4h00 à Paris
Le 14.08.2013

Nizar :

Âge : 31 ans

Origines : Tunisien de ses deux parents, natif de la région de Sfax, ville côtière. Est parti à Tunis faire ses études avant de venir en France il y a 8 ans.

Parle l'arabe littéraire ainsi que le dialecte tunisien.

Profession : informaticien à Paris.

Entretien de 2h00 à Paris
Le 20.08.2013

Charles :

Âge : 24 ans

Origines : né en France de deux parents libanais. Est parti vivre au Liban à l'âge de 6 ans puis est revenu faire ses études en France pour fuir la guerre au Liban de 2006.

Profession : étudiant en dernière année de l'ESSEC. Professeur particulier d'arabe.

Point méthodologique : l'étude a été menée en arabe littéral. Il est important de noter que, de manière générale, toutes les personnes parlant un dialecte arabe (libanais, égyptien, tunisien, marocain,…) privilégient en arabe littéral le terme le plus proche de celui de leur dialecte, pouvant amener des différences de perception entre les pays.

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

DÉTAIL DES RÉSULTATS

1

L’ALIMENTATION EN TUNISIE ET AU LIBAN

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

LA NOURRITURE AU CŒUR DE LA SOCIÉTÉ

En Tunisie et au Liban, **la nourriture s'entend spontanément comme un plat, un met, quelque chose de cuisiné,** parfois pendant plusieurs jours pour que les saveurs se diffusent.

La cuisine est l'apanage des femmes, encore au foyer pour la grande majorité, qui ont pour principale fonction de préparer le repas pour toute la famille.

L'alimentation reste ainsi relativement structurée, en 3 repas par jour et comprend nécessairement **la notion de partage** : **le repas est l'occasion de se retrouver en famille**, entre voisins, pour un moment de **convivialité**.

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

LA NOURRITURE ABONDANTE

Le rapport à l'alimentation en Tunisie et au Liban est **un rapport de plaisir, de gourmandise et d'amour**. On nourrit celui qu'on aime, on lui offre à manger.

Ainsi, au quotidien et encore plus en cas d'invitation, **le repas prend la forme d'un buffet généreux, abondant, riche.**

La démesure fait partie de la culture : les plats se cuisinent en grande quantité, les pâtisseries se préparent par plusieurs kilos,…

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

2

LE CHAMP SÉMANTIQUE DE L’ALIMENTATION EN ARABE

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

UN CHAMP SÉMANTIQUE QUI REPOSE SUR TROIS GRANDES RACINES

Le champ sémantique de l'alimentation est foisonnant en arabe : les termes et expressions sont nombreux mais peuvent se regrouper en trois grandes familles, basées sur 3 racines différentes :

أكل	غذى	طعم
- Cette racine donne des **termes assez neutres, factuels, descriptifs.** - Elle décrit la nourriture sous son **aspect vital et fonctionnel**, sans notion de plaisir ou de qualité. - C'est, comme en français, une **notion assez personnelle**. Manger est un acte qui consiste simplement à apporter de la nourriture à sa bouche et à l'ingérer.	- Cette racine donne des **termes connotés positivement,** comme quelque chose qui sera **nutritif, sain, bon.** - Il y a l'idée d'un **apport qualitatif**, qui sera **bénéfique à l'organisme.** - C'est un champ sémantique **assez proche de celui de nutrition** mais avec une extension plus large qu'en français.	- Il exprime **le partage et la convivialité**, dépassant le simple acte de manger pour inclure la notion de **plaisir gustatif** et de **repas préparé** - Elle englobe également l'idée de **saveur et d'expérience sensorielle**, impliquant **au moins deux individus**. - - Il fait référence à un plat **cuisiné et élaboré**, destiné à être **apprécié collectivement**.

QUALIQUANTI CREATIVE INTELLIGENCE

CHAMP LEXICAL DE L'ALIMENTATION

أكل		غذى		طعم	
Manger (v.)	يأكل	Nourrir (v.)	يغذي	Nourrir (v.)	يطعم
Le manger (n.)	المأكول	Se nourrir (v.)	يتغذى	La nourriture (n.)	الطعام
La nourriture (n.)	المأكولات	La nourriture (n.)	الغذاء	Nourrir un bébé	إطعام الرضيع
		La nutrition (n.)	التغذية	Repas nutritif	طعام مغذي
		La malnutrition (n.)	سوء التغذية		
		Nourrissant (adj.)	مغذي		
		Nutriment	مكون غذائي		
		Mœurs alimentaires	العادات الغذائية		
		Traditions alimentaires	التقاليد الغذائية		

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

LES TERMES ISSUS DE LA RACINE أكل

Des termes neutres, descriptifs, communs.

Les termes issus de cette racine sont **des termes qui décrivent de manière neutre et factuelle une réalité :**

- يأكل signifie **manger dans sa fonction organique** : c'est porter quelque chose à sa bouche et l'avaler.
  - Il n'y a, comme en français, aucune notion affective ou qualitative dans ce terme.
- المأكول est **le substantif** du verbe manger : c'est le manger comme un tout indéterminé, d'éléments solides qui peuvent être ingérés.
- المأكولات est le nom issu de la même racine : c'est la nourriture au sens d'un **tout indistinct englobant tout ce qui se mange,** que ce soit cru, cuit, bon ou mauvais, sain ou mauvais pour la santé.
  - C'est la nourriture qui n'a pas de propriétés particulières (bonne, cuisinée, nutritive,…)

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

LES TERMES ISSUS DE LA RACINE غذى

Des termes à valeur plus qualitative.

La racine غذى donne principalement des mots aux évocations très positives en disant :

Une assimilation immédiate et intégrée de la matière dans l'organisme, que ce soit par ingestion, par contact cutané, par le cordon ombilical,…

- يتغذى : se nourrir
- الشمس تغذي الجسم بالفيتامينات : le soleil nourrit le corps en vitamines

Des éléments nutritifs qui vont avoir un **apport bénéfique** pour le corps, lui apporter une croissance qualitative.

- التغذية : la nutrition
- مكون غذائي : les nutriments (littéralement les substances nutritives)
- مغذي : nourrissant, sens proche de nutritionnel

غذى fait appel à la science, à un **processus interne**. Toutefois, c'est une racine utilisée fréquemment en arabe, par tous, pour qualifier, par extension, **quelque chose de bon pour la santé**. الغذاء sera donc une nourriture nutritive, nourrissante, qui peut aussi être sous forme de compléments, de gélules. Ce n'est pas la nourriture comme un tout générique mais au contraire, une conception restreinte et exigeante qui inclut la valeur qu'aura l'aliment.

C'est une racine qui peut **s'employer au sens figuré,** pour retranscrire cette idée d'incorporation par l'organisme et de qualité : par exemple, يتغذى من نظرية se nourrir d'une théorie.

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

OUVRAGES AUTOUR DE LA NUTRITION

Nutrition pour les cardiaques

La nutrition

Nutrition et maladies modernes

La nutrition contre les maladies

La nutrition et la planification des repas

L'alimentation du bébé

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

LES ADJECTIFS ISSUS DE LA RACINE غذى

غذى a donné deux adjectifs à la signification distincte :

مغذي

Au sens de nourrissant, nutritif (vu précédemment)

غذائي

Au sens d'alimentaire dans sa conception plus large, avoisinant celle du français. La dimension nutritionnelle est amoindrie dans cette déclinaison de la racine. C'est un adjectif relatif à la nourriture qui s'applique dans des expressions telles que mœurs alimentaires (العادات الغذائية) ou traditions alimentaires (التقاليد الغذائية).

QUALIQUANTI CREATIVE INTELLIGENCE

LES TERMES ISSUS DE LA RACINE طعم

Des termes plus culturels, gourmands, émotionnels.

Cette racine dit implicitement trois choses :

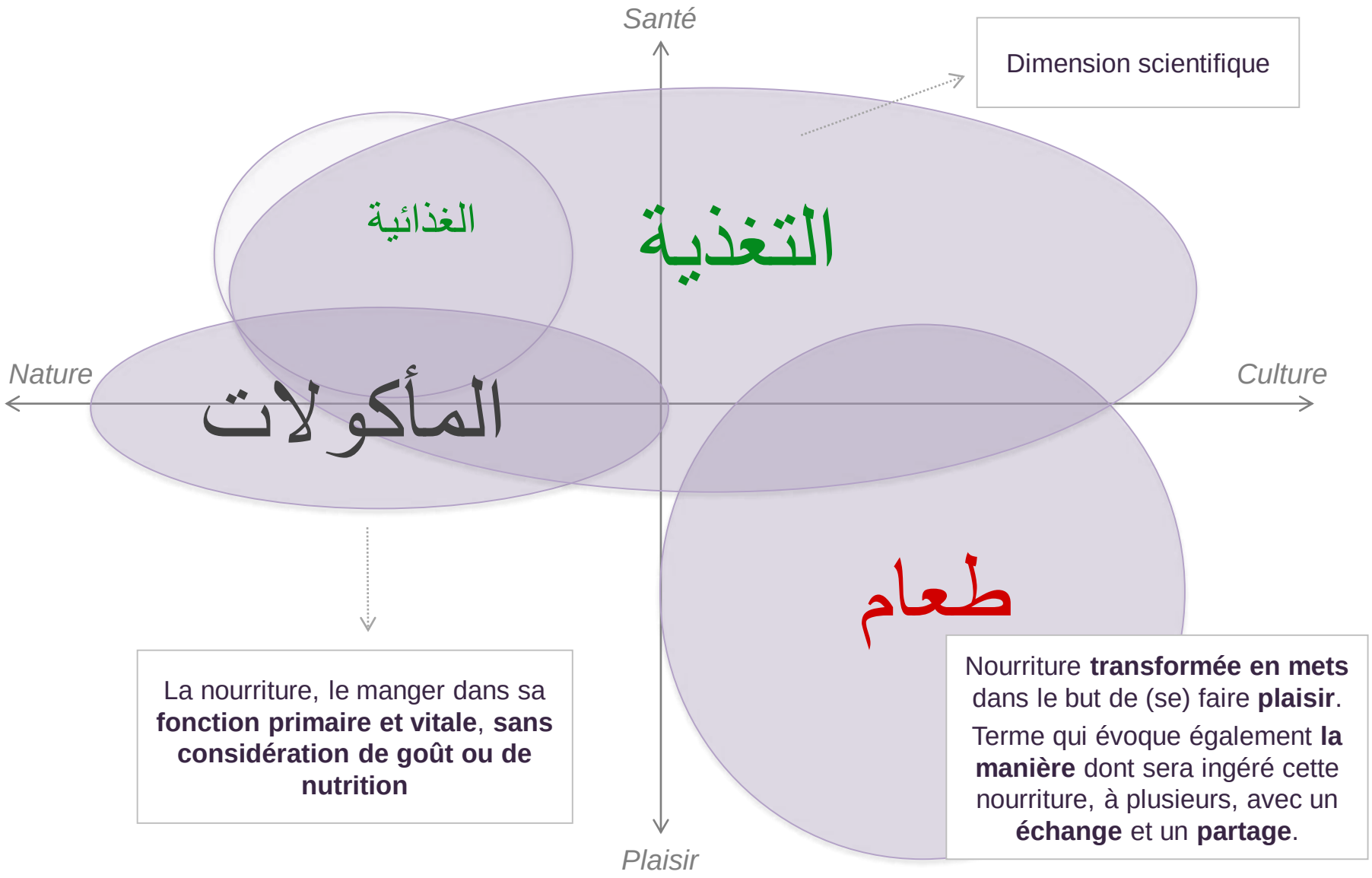
- **La préparation culinaire** : الطعام c'est la nourriture qui a été préparée. C'est celle qui est disposée sur la table, prête à être dégustée. C'est une nourriture qui s'approche d'un plat, d'un met, qui suppose une recette, un temps passé en cuisine.

- **La gourmandise :** c'est l'idée d'une nourriture qui est bonne, savoureuse, qui va procurer du **plaisir, de l'émotion**. La racine du mot طعم est éloquente puisqu'elle peut aussi vouloir dire :
  - **Le goût,** disant ainsi que ce sera une nourriture qui sera bonne.
  - **L'appât** (de pêche) faisant le parallèle avec le côté appétissant, attirant de la nourriture.

- **Le partage** : dans يطعم (nourrir) ou الطعام (la nourriture), il y a la notion de commensalité. Manger seul ne pourra pas se dire يطعم mais ,يأكل acte de porter la nourriture à sa bouche. On parle ainsi de إطعام الرضيع pour nourrir un bébé. Il y a de l'affectif, de la sensibilité dans ce terme, une attention portée à l'autre, l'envie de lui faire plaisir.

QUALIQUANTI CREATIVE INTELLIGENCE

Extensions sémantiques comparées des racines



QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

TABLEAU RÉCAPITULATIF DES MOTS EN ARABE

	المأكولات	الطعام	التغذية
Degré d'expertise	Faible : langage courant	Faible : langage courant	Moyen : langage plus soutenu mais connu de tous(non scientifique)
Réalité concrète	Un tout indistinct et générique : ce qui se mange	Les plats préparés, cuisinés, la nourriture prête à être dégustée	Les choses qui nourrissent, qui apportent les bonnes choses à l'organisme
Rapport à l'ingestion	Froid et mécanique	Convivial et agréable	Fusionnel mais invisible
Mode de croissance	Quantitatif et normatif	Qualitatif (bon au goût) affectif (partage)	Qualitatif : les nutriments, les bonnes choses
Position sur l'axe nature / culture	Dimension innée forte : la matière dont hommes et animaux se sustentent pour se maintenir en vie	Dimension culturelle forte : la préparation, la cuisine, la recette, les manières de consommer la nourriture,…	Position intermédiaire : - Fondements instinctifs (الغذائية) - Construction scientifique
Degré d'implication subjective	Faible : Le degré de nécessité, combler un vide avec de la matière, indépendamment de ses propriétés	Forte : La nourriture procure des sensations et des émotions, elle est objet d'affect et véhicule de soin	Modéré : La nourriture procure les éléments dont manque l'organisme pour lui permettre de bien fonctionner

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

RÉCAPITULATIF DES TRADUCTIONS

Alimentation	Food(s)	التغذية
Aliment		-
Nourriture	Food / Nurturance	Tout ce qui se mange المأكولات Nourriture plutôt cuisinée الطعام
Nutrition	Nutrition	التغذية
Manger	To eat	يأكل

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

3

LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

LA SANTÉ

La santé fait partie des préoccupations des Tunisiens et Libanais, non pas en tant qu'objectif ou qu'optimisation de sa santé, mais comme la conscience et la volonté de ne pas tomber malade.

Tous savent que **l'alimentation influe sur la santé** même si elle reste avant tout un moyen de se faire plaisir. Cela est d'autant plus connu que l'arrivée des fast-food dans les grandes villes a fait prendre conscience que la nourriture pouvait être mauvaise pour la santé, nuisible alors que la nourriture traditionnelle était bonne (goût + nutrition).

Seule la population **la plus éduquée et la plus aisée est prête à modifier son alimentation** dans l'espoir d'avoir une meilleure santé.

Au Liban, la démarche peut aller jusqu'à avoir son propre nutritionniste, métier très en vogue, afin de mieux contrôler son alimentation, mais **souvent plus dans un objectif esthétique que de santé**, pour améliorer sa silhouette et se sentir mieux dans sa peau.

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

LE BIEN-ÊTRE, UN TERME INEXISTANT EN ARABE

La traduction de bien-être n'existe pas en arabe, il n'existe pas de mot consacré, ce n'est pas une notion aussi commune qu'en France.

Certaines expressions seraient plus courantes en arabe :

- **جودة الحياة** signifie *qualité de vie.* A date, ce concept recouvre :
  - La famille, le fait d'être ensemble, de partager et de préserver les traditions.
  - La sécurité, politique, financière, de l'emploi, et de la santé.
  - L'environnement avec une conscience accrue de la nécessité de préserver la nature.

- **هناء العيش** (bien-vivre) et **الهناء الشخصي** (bien-être / contentement personnel) sont deux expressions récentes qui commencent à devenir une finalité (Tunisie). Elle comporte une dimension spirituelle spécifique à la culture arabo-musulmane et peut difficilement s'appliquer à la nourriture / alimentation.

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

LE BIEN-ÊTRE, EN DÉCALAGE AVEC LA CULTURE

Le bien-être **pose plusieurs problèmes en arabe**, que ce soit au niveau de la langue ou de la culture. C'est une notion :

- Perçue comme **occidentale,** surtout en Tunisie, avec un intérêt porté à l'individu dans une société construite autour la famille, du groupe, de la communauté. Cela est un peu moins vrai au Liban où, même si la solidarité est une valeur essentielle, l'individualisme se développe rapidement.

- **Trop floue, trop ambiguë, qui manque de précision**. L'arabe est une langue rigoureuse qui recherche l'exactitude dans ce qui est dit pour retranscrire le plus fidèlement possible une réalité. Or le bien-être est un terme un peu vague, fourre-tout, dont on ne sait pas s'il parle du corps, de l'esprit, d'un état de satisfaction, de quiétude,…là où l'arabe s'attacherait à décrire les composantes du bien-être.

- Une notion trop **théorique,** en particulier au Liban où l'action est plus importante que la réflexion. Or la notion de bien-être apparaît comme une abstraction intellectualisée là où un Libanais prendrait des décisions (ex : quelqu'un se sentant mal dans sa peau pourra entamer un régime,…).

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

CONTACTS

Daniel BO
PDG fondateur
daniel.bo@qualiquanti.com

QUALIQUANTI
CREATIVE INTELLIGENCE

12 bis rue Desaix, 75015 PARIS

01.45.67.62.06

Site : www.qualiquanti.com