

LE POINT D'INTERROGATION

L'Algérien sait-il manger ?

Il faut manger pour vivre, le proverbe est clair mais certains l'ont inversé. Ils vivent pour manger et ils mangent mal. Le syndrome de la malbouffe n'a pas épargné l'Algérie. La restauration rapide fait des émules et c'est à croire que plus c'est gras, sale et dégoulinant plus l'affaire marche.

La gastronomie a été sacrifiée sur l'autel de la rapidité, du bon prix et du mauvais goût. Par commodité, par habitude, l'Algérien mange de plus en plus mal : pseudo-pizza noyée sous une tonne de mayonnaise, chawarma parfumée au gaz carbonique et frites constituent l'essentiel des repas pris à l'extérieur. Le chiffre d'affaires des «restaurateurs» augmente en même temps que les chiffres sur l'obésité et les affections digestives.

De la karantita à la chawarma business

Incontestablement, les habitudes alimentaires ont subi un véritable chamboulement. Après la karantita qui a eu ses heures de gloire, les Algériens n'ont pu résister à l'appel des sandwichs aux différentes appellations.

Du complet au spécial en passant par le tunisien, les appellations s'appliquent à un contenu quasi identique : des frites préparées dans une huile noirâtre, de la laitue flétrie, de la tomate à la limite du pourri, le tout fourré dans du pain par une main à la propreté douteuse. Après avoir goûté aux «délices» du spécial acheté chez le Tunisien du coin, les Algériens ont tout récemment découvert la chawarma, une spécialité typiquement libanaise très en vogue en ce moment. Les escalopes de dinde embrochées font des ravages. Ni le fait que le tourne-broches soit installé sur le trottoir, ni le fait que la recette ressemble vaguement à l'originale ne repoussent le client affamé qui salive à la vue des escalopes embrochées très tôt le matin pour être consommées plusieurs heures plus tard.

Le business de la chawarma semble avoir de beaux jours devant lui. A voir les échoppes qui

proposent pousser comme des champignons, on pourrait penser que bientôt un Lebanon Town va voir le jour en Algérie. Eh bien, non. As de l'imitation, les Algériens observent et apprennent vite. Ils se permettent même d'«algérianisier» la recette. Lorsqu'on sait qu'en Italie, la pizza a été labellisée par décret, il y a de quoi avoir une urticaire.

L'irrésistible appel du ventre

Comment en est-on arrivé là ? Probablement que les changements qui ont ébranlé la société n'ont pas épargné l'alimentation. Pressé, stressé, l'Algérien mange n'importe quoi, pour peu que ça ne soit pas trop cher, pas trop loin de son lieu de travail. Les lieux sont sales, une odeur d'égout se dégage, le serveur a un panaris ? Rien ne l'arrête. L'appel du ventre est plus fort que celui de la raison. En quittant son lieu de travail, l'université, le collège ou le lycée, des hordes de personnes affamées prennent d'assaut les fast-foods. On joue des coudes pour commander qui son frites-omelette, qui son complet. Derrière le comptoir, les vendeurs suent, s'essuient le front et continuent de servir. La scène ne choque plus personne. C'est rentré dans l'ordre des choses de voir les vendeurs transpirer, se curer le nez tout en répondant avec le sourire à leurs clients résignés mais surtout affamés

Mayonnaise, h'rissa ?

A peine la commande passée, le vendeur pose la question qui tue : «H'rissa, mayonnaise ?» Si par malheur, un client ose répondre «rien», il est tout de suite classé dans la catégorie des personnes hautement suspectes.

Un frites-omelette viande hachée sans h'rissa ? Une tranche de pizza sans mayonnaise ? Non, franchement, ce n'est pas considéré comme «vraiment algérien» celui qui ne met pas des litres de mayonnaise dans son sandwich... c'est devenu si «normal» de faire des mélanges aussi détonants que refuser une pareille proposition est considéré comme une offense par

le vendeur. Ce qu'il est loin de deviner, c'est que la nourriture servie est si insipide que les clients sont obligés de relever le goût en usant d'artifices. Après avoir «dégusté» ce «festin», ils repartent enfin repus, faisant semblant de n'avoir pas vu le vendeur se curer le nez, de n'avoir pas vu les cafards se promener librement sur le comptoir.

Pour 100 DA, il ne faut pas faire la fine bouche

Pourquoi alors tout le monde cautionne cet état de fait ? Probablement par commodité et par habitude. Après une demi-journée de travail, un petit déjeuner pas du tout exemplaire, l'Algérien moyen se dirige directement, comme hypnotisé, vers le fast-food d'en face. C'est exactement sur ce genre de réflexes que les barons de la malbouffe ont assis leur règne. Ils comptent sur l'habitude, la flemme et le manque de moyen. Pour 100 DA, les restaurateurs estiment que le service ne peut être que minimum. Au mépris des règles élémentaires de propreté, ils narguent aussi bien les clients que les services chargés du contrôle de la qualité qui s'avouent impuissants face au règne de la saleté. Pourtant, ce n'est pas les contrôles qui manquent. Les intoxications également. 3 000 à 5 000 cas d'intoxication sont recensés chaque année en Algérie. Les urgences des hôpitaux pullulent de personnes se tenant le ventre, vomissant et victimes de diarrhées. Les médecins reconnaissent tout de suite les symptômes de l'intoxication. La victime qui, après avoir avalé un sandwich, se retrouve à l'hôpital mais oublie vite cet épisode. La preuve ? Le lendemain, elle se redirige presque machinalement vers un autre lieu de restauration. Le pire, c'est que le lieu choisi ressemble étrangement à celui de la veille, mais l'Algérien aime vivre dangereusement.

L'habitude qui tue

Pourtant, il doit certainement aspirer à mieux. Il préférerait cer-

tainement un bon petit plat mitonné au sandwich dégoulinant. Une bonne chekhchoukha vaut tout de même mieux qu'un frites-omelette ? Eh bien, apparemment, les habitudes ont la peau dure. C'est Tarek qui le confirme. Habitué à manger tout et n'importe quoi, il a eu les pires douleurs après avoir dégusté la chekhchoukha amoureusement préparée par sa mère. Incroyable ? Eh bien non ! «J'ai mangé tellement de choses dégelées, que les choses trop propres me font mal», dit-il. C'est probablement le cas de beaucoup d'autres personnes victimes de la malbouffe mais qui justifient cela non pas par «mauvais goût» mais par nécessité. Beaucoup certifient que s'ils avaient les moyens de se payer



Ph. : Samir S.

tous les jours un restaurant non pas chic mais tout juste acceptable, ils le feraient. Les promoteurs de la restauration rapide ont trouvé le talon d'Achille du consommateur : son porte-monnaie et ils abusent allègrement de cette situation. C'est ce qui explique certainement qu'ils ne font aucun effort pour offrir un cadre plus agréable, des menus plus adaptés.

Pourquoi ce donner tant de peine, lorsque le «petit peuple» est accro ?

qu'on peut manger sainement en ne dépensant moins. Comment ? En trimbalant tous les matins une boîte contenant les restes du dîner de la veille. C'est certes contraignant mais beaucoup moins risqué. Au Japon, c'est même une tradition séculaire. Les patrons des grandes boîtes ne mangent que ce que leurs épouses préparent et envoyé avec des porteurs attirés. Ils font du porte-à-porte, et à midi, la petite gamelle est entre les mains de son destinataire. Avis aux amateurs. N. I.

LES CLINICIENS TIRENT LA SONNETTE D'ALARME

Le stress au travail touche un Algérien sur trois

«La prise en charge du stress doit être une priorité de la santé en Algérie», selon les médecins qui constatent que le nombre de personnes en prise au stress est en nette progression. Le stress concerne près d'un tiers des travailleurs et touche 80 % de jeunes qui consultent les thérapeutes. Ces chiffres ont été annoncés à l'occasion du deuxième séminaire sur le phénomène organisé par le laboratoire LAD Pharma pour la promotion de son produit anti-stress et anti-asthénique Le Toni C 1000.

Ilhem B. Tir - Alger (Le Soir)

- Le stress est souvent décrit comme l'une des grandes maladies de notre époque, surtout dans le travail. Engendré par l'ensemble des contraintes que nous subissons chaque jour, il serait à l'origine de la plupart des maladies coronariennes, des ulcères de l'estomac ou encore de

dépressions et de l'absentéisme.

«Le grand défi que nous aurons à soulever en matière de santé concerne les maladies dites de civilisation comme le stress», a souligné le Pr. Tedjiza, psychiatre à l'hôpital Drid-Hocine qui a développé lors de sa conférence toutes les causes du stress et qu'il résume dans les frustrations rela-

tives au contexte social. Le chômage, l'instabilité, l'insécurité, le pouvoir d'achat bas sont tous des facteurs qui favorisent le stress. Cependant, le stress au travail a été retenu comme le phénomène qui marque le plus l'ensemble des personnes. La directrice de l'Institut national de protection des risques professionnels, le Dr Iles, a précisé lors de son intervention qu'un salarié sur trois déclare souffrir de troubles liés au stress au travail. «Ce phénomène est en constante progression et touche tous les secteurs surtout l'interprofessionnel comme l'enseignement et la médecine», a-t-elle confié et d'ajouter que la personne est stressée quand elle ressent

un déséquilibre entre ce qu'on lui demande de faire et les ressources dont elle dispose.

Les contraintes liées au travail telles que la charge de travail, les objectifs à atteindre, la pression du temps et les changements dans l'environnement professionnel, puis le manque d'autonomie et le manque de reconnaissance, constituent les principaux facteurs dont les conséquences sur la santé sont considérables.

Elles sont d'ordre psychologique comme la dépression qui peut mener au suicide, et physique comme les douleurs musculaires et les maladies cardio-vasculaires. Par ailleurs, le stress professionnel apparaît depuis une

dizaine d'années comme l'un des nouveaux risques majeurs auquel les organisations et entreprises vont devoir ou doivent déjà faire face, avertissent les spécialistes. Les études scientifiques ont mis en évidence des liens entre des situations de travail stressantes et l'apparition de problèmes de santé mineurs ou de maladies plus sérieuses. La directrice de l'INPRP a expliqué que si le stress s'installe dans la durée, il peut avoir de lourdes conséquences et causer des accidents du travail. Des recommandations ont été faites pour atténuer l'anxiété chez les personnes adultes et la prescription du Toni C a été vivement conseillée. I. T.