

# Libé

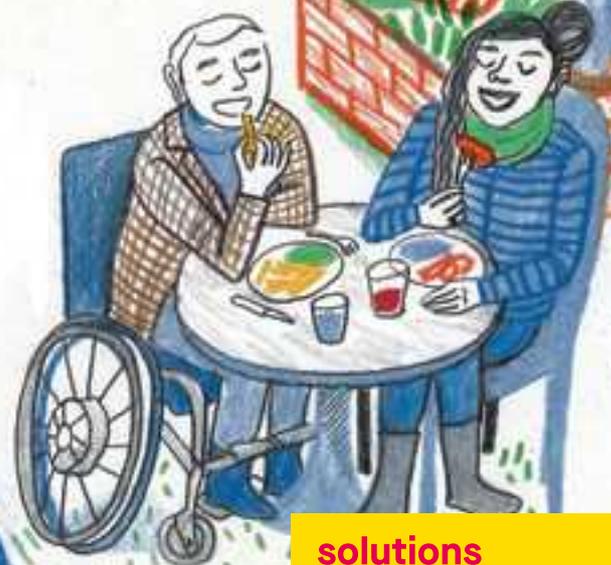
**SUPPLÉMENT**

SAMEDI 11 ET DIMANCHE 12  
DÉCEMBRE 2021



# ALIMENTATION SOLIDAIRE

Restaurant d'insertion, exploitation agricole, association d'achat en commun... Alors que 80% des Français se disent intéressés par les questions liées à la nourriture, «Libé» est allé à la rencontre de ceux qui œuvrent pour plus de générosité dans les assiettes.



**solutions  
solidaires**

ORGANISÉ EN PARTENARIAT  
AVEC LE DÉPARTEMENT  
DE LA GIRONDE,  
POUR SOLUTIONS SOLIDAIRES

## ALIMENTATION SOLIDAIRE

# AU RECHO DE L'ASSIETTE DANS LES IDÉES

Après avoir parcouru les camps de migrants du nord de la France à bord d'un food truck, l'association de la cuisinière Vanessa Krycève a pris ses quartiers avec l'association Aurore dans une ancienne caserne parisienne. Son restaurant, dans lequel sont formés des réfugiés, allie solidarité et gastronomie.

Par  
**JACKY DURAND**  
Dessin  
**SANDRINE MARTIN**

La bouffe est un fil d'Ariane. De la première tétée jusqu'au dernier souffle de l'être humain. On le déroule pour raconter des vies, des peuples, des cultures, de l'intime, de l'universel. Parfois, la vie tient à ce fil devenu si tenu qu'il menace de se rompre dans la disette, la famine, la mort. Comme en Afghanistan, où l'Organisation mondiale de la santé estime que plus d'un million d'enfants risquent de mourir à cause de l'hiver, de la faim et de tous les maux du joug taliban. Il faut lire et relire l'édifiant reportage de Solène Chalvon-Fioriti dans une famille de Kaboul (lire Libération du 5 décembre) : « Dans la pénombre de sa mesure en terre, une mère envoie ses deux filles se coucher. Depuis quelques semaines, la trentenaire Khal Bibi a mis en œuvre un terrible rituel pour duper la faim de Layle, 10 ans, et Salma, 7 ans : elle fait bouillir de l'eau à la tombée du jour, car « lorsqu'elles entendent le bruit du réchaud, elles pensent qu'elles vont manger, et elles s'endorment tranquillement ».

## DESTINS TORTUEUX

Retour à Paris dans un matin de novembre pluvieux et froid sur le boulevard Exelmans sans âme et passant dans ce XVI<sup>e</sup> arrondisse-

ment que l'on suppose plus prompt à accueillir un cosmopolitisme doré avec ses sacs Vuitton et Hermès que des femmes et des hommes exilés dont les seuls biens tiennent dans un sac en plastique Franprix.

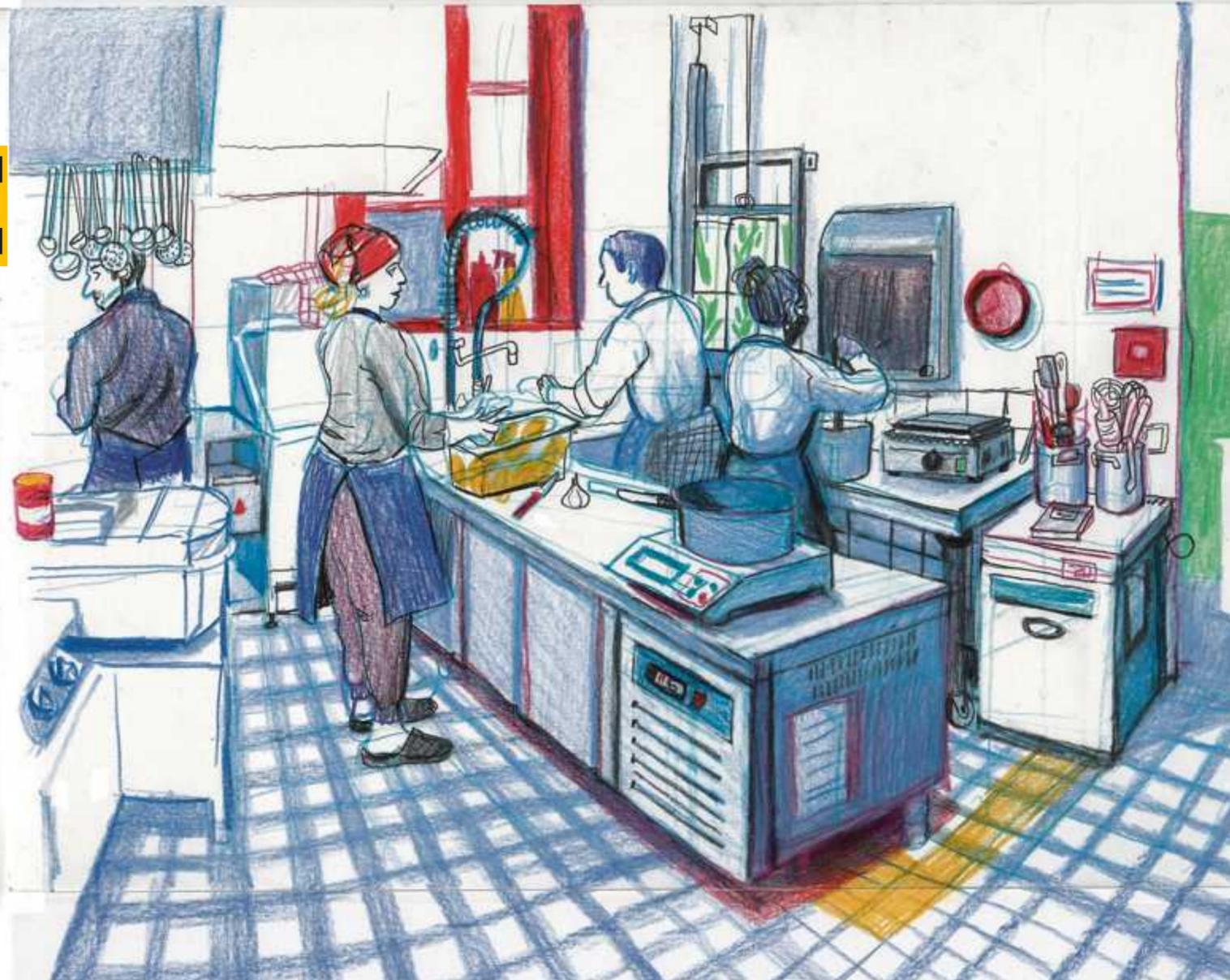
« La bonne cuisine, c'est le souvenir », écrivait l'écrivain Georges Simenon, créateur du commissaire Maigret. Pour celles et ceux qui ont fui la misère, la mémoire d'un goût, d'une recette du pays natal, c'est souvent tout ce qui reste quand elles et ils ont laissé derrière eux leur enfance, leur famille, leurs repères pour découvrir des horizons inconnus, parfois fantasmés, et se confronter à des réalités nouvelles. Stéphanie Schwartzbrod, autrice et comédienne des nouritures, l'avait si subtilement raconté dans sa *Cuisine de l'exil* publiée chez Actes Sud : « J'ai eu envie d'écrire un livre de témoignages d'hommes et de femmes venus d'ailleurs, avec dans leurs bagages les recettes de leur pays, de leur enfance, de leur famille. Parler de leur cuisine, pour eux, c'est livrer des petits bouts de leur histoire et du chemin qui les a menés de là-bas à ici... Un chemin de vie pour nous faire réfléchir sur l'ici et l'ailleurs, les liens qui se tissent de l'un à l'autre, leur entente possible ou impossible, ce qui forme peu à peu cette drôle d'identité... Celle d'exilés. »

Des destins biffés, tortueux, mais avec toujours ce fil d'Ariane qu'est la bouffe et qui nous conduit ce matin au 51, boulevard Exelmans. L'endroit a gardé sa solennité patrimon-

niale d'ancienne caserne de gendarmerie mais il est devenu une sorte de caravansérail, de refuge, de lieu de vie où 350 personnes de toutes origines se rencontrent, se côtoient, partagent une chambre à deux, un appartement en famille sous l'égide de l'association Aurore qui, depuis cent cinquante ans, a hébergé, soigné et accompagné plus de 41300 personnes en situation de précarité ou d'exclusion vers une insertion sociale et professionnelle. A la caserne Exelmans, elle accueille des réfugiés statutaires et demandeurs d'asile, mais aussi des familles en situation d'urgence. Une équipe de travailleurs sociaux accompagne les résidents au quotidien dans leur insertion sociale et professionnelle, dans leurs démarches administratives, juridiques et médico-sociales.

## MAKROUT ET COURGE RÔTIE

Dans cette dynamique, la caserne met à disposition environ 1000 m<sup>2</sup> de bureaux et d'ateliers à des porteurs de projets (artisans, entrepreneurs, artistes, associations) désireux de tisser des liens entre les mondes, d'accueillir et d'intégrer les plus fragiles. Alexandre Zida, géographe et urbaniste de formation, a ainsi fondé les Pleurotes de Paris, qui cultivent des champignons pour des restaurateurs de la capitale sur des biodéchets, comme du marc de café dans les anciennes geôles de garde à vue de la gendarmerie. Sous le porche de la caserne, il y a des



boissons chaudes et des gâteaux pour ceux qui passent. La cour est déjà un lieu de vie avec son arbre de Noël que l'on est en train de confectionner avec des matériaux de récup, des poules qui se sont échappées de la basse-cour, un baby-foot et une table de ping-pong, un atelier de réparation de vélos et des plantes cultivées dans des « big bags ». Et quand on pousse la porte de l'ancienne salle de bal de la caserne, on découvre la table du Recho, dont la devise est « Restaurer le monde en restaurant les hommes ».

L'aventure a démarré en 2016, quand Vanessa Krycève, cuisinière et actrice, rameute ses ami(e)s après avoir été chamboulée par l'histoire que lui avait contée sa sœur qui vivait en Allemagne : « Un soir, elle envoie un message à la famille pour nous raconter qu'elle a croisé la route d'un couple de réfugiés syriens et de leurs deux enfants. Ils faisaient la manche, bien qu'accueillis dans un centre. Ils avaient

faim. On leur a servi de la soupe au porc pour le dîner. Etant de confession musulmane, ils n'avaient pas pu en manger. Ils échangeaient longuement tous les trois. En français car ils étaient bilingues. L'homme était médecin et sa femme ingénieure. Ma sœur a été pendant plusieurs jours extrêmement meurtrie de n'avoir pas pu les aider. Je me suis dit qu'il fallait restaurer ces gens au sens étymologique du mot. »

Ainsi naît le Recho, pour « refuge, chaleur, optimisme ». Un financement participatif permet de récolter 30 000 euros (aujourd'hui le budget de l'association est de 500 000 euros) pour l'achat d'un food truck. Première destination, le camp de Grande-Synthe, près de Dunkerque (Nord) qui accueillit plus de 5000 exilés lors de son année d'ouverture en 2016. Le Recho y anime des ateliers cuisine, propose des repas. L'aventure se poursuit dans des centres d'accueil en Belgique

avant le grand raout d'octobre 2018 à Arras (Pas-de-Calais). Pendant une semaine, l'association organise le Grand Recho, un restaurant éphémère solidaire où des demandeurs d'asile, des riverains et des chefs partagent leurs produits et leurs recettes pour proposer des repas à prix libre (Libération du 19 octobre 2018). Tout cela est aussi raconté dans un beau livre, *le Grand Recho, histoire(s) d'une cuisine fraternelle* (éditions de l'Épure) où Leila, originaire de Libye, prépare des makrouts tandis que le chef Olivier Roellinger cuisine une courge rôtie marinade « retour des Indes ».

## MOTS EN ÉVENTAIL

Aujourd'hui, le food truck du Recho stationne dans la cour de l'ex-caserne en attendant de prochaines aventures pour essayer des projets concrets dans d'autres villes de France. Ouverte depuis juin 2019, la Table du Recho

forme et accompagne des personnes réfugiées aux métiers de la restauration en concoctant des menus à déguster sur place, à emporter, et une activité traiteur qui convainc aussi bien des banques qu'Yves Saint Laurent ou encore des amateurs de soirée techno.

Au menu du jour à 19 euros (entrée végétarienne + plat végétarien + dessert) et à la carte, on s'est régalé de « coques sauvages d'Étel, salade de choux, coco, sésame et coriandre » (7 euros) et d'un « poulet fermier rôti de l'Aveyron, purée de carottes, pommes paille et sauce vierge » (15 euros) tandis que d'autres convives dégustaient un « bortsch, mijoté de betterave et pommes de terre, pickles de choux, crème crue et croûtons » (12 euros) et un « Fontainebleau au kaki et meringue » (6 euros). Tout est bio, en circuits plus courts et directs possibles, et la lutte contre le gaspillage alimentaire est une préoccupation quotidienne.

« Notre action sociale est intrinsèquement liée

à notre engagement écologique », revendique le Recho. En cuisine, tous ces mets sont cuisinés par Hamaira, 27 ans, originaire de Kaboul, Moussa, 30 ans, qui cuisinait autrefois dans le restaurant de sa mère au Darfour, et Hashmat, 26 ans, natif du Laghman, une province de l'est de l'Afghanistan. L'équipe est emmenée par Juliette, cheffe formée à l'école Ferrandi et passée par les fourneaux d'Adeline Grattard, la lumineuse cheffe étoilée du Yam'Tcha à Paris.

Juliette explique à Moussa comment préparer les pickles de chou-fleur : « Tu pèses un kilo de sucre, 500 grammes de vinaigre blanc, un litre d'eau. Je rajoute des aromates, tu peux mettre un peu d'épices, de l'ail. Tu vas goûter, tu peux faire ça avec tous les légumes. Et tu notes tout ça dans ton cahier. » La cuisine a beau être un langage universel, parfois les mots ne suffisent pas, il faut les déployer comme un éventail pour en faire comprendre le sens. Juliette : « Aromatiser, c'est ce qui va donner du goût comme la sarriette, le thym, le laurier. » Hamaira la coupe, complice : « Juliette, ton café va refroidir. » « Oh, tu sais, j'aime bien le café froid », répond la cuisinière.

Aux murs, des dessins de plantes aromatiques sont accrochés. Parfois, les gestes prolongent les mots. Juliette explique à Moussa comment préparer le poulet sur un lit de pommes de terre : « Tu sales à l'intérieur, du poivre, de l'ail, du laurier et de l'huile d'olive. » La cheffe ne cesse de répéter à ses commis de prendre des notes sur leurs carnets. L'écriture oscille entre le français et la langue natale. Avec des complications qui disent les racines communes : Hamaira fait goûter à Hashmat le fromage à raclette du sandwich à emporter au porc de l'Aveyron confit et réchauffé dans son jus, pousses d'épinards et cornichons (7,50 euros). « Hamaira, tu dis comment jus en afghan ? »

## « PIEDS SUR TERRE »

Le 16 décembre, les stagiaires feront un menu entier avec des recettes de leur pays d'origine. En préparant un pesto d'oseille pour accompagner les poireaux, œufs mimosa et fromage de Rodez, Juliette raconte sa forte et singulière première expérience de cheffe : « Les valeurs de la Table du Recho devraient être normales dans tous les restaurants, c'est dommage que ce ne soit pas le cas. Ici, on travaille sans stress, sans crier. Quand j'étais apprentie, j'avais un chef qui gueulait tout le temps, je ne comprends pas pourquoi il était aussi énervé. Moi, j'adore transmettre, être dans la pédagogie. Gérer cette cuisine, c'est un super entraînement sur soi-même. J'apprends autant de l'équipe qu'elle apprend de moi. Travailler avec eux me remet les pieds sur terre, tu ne comprends pas pourquoi tout le monde se plaint, ça l'ouvre les yeux. »

« Ce restaurant est aussi une façon de casser les codes en alliant la solidarité avec la gastronomie », explique Vanessa Krycève. Nous avons des publics qui ne sont pas forcément militants, qui étaient méfiants, inquiets au départ. » Aujourd'hui, la Table du Recho a ses habitué(e)s du quartier, comme ces seniors qui se restaurent et apprennent à jouer aux échecs aux réfugiés. L'idée futée et généreuse du « ticket suspendu » permet aussi de laisser un peu d'argent pour offrir un café ou un repas à un résident du lieu. Quand on vous parle de fil d'Ariane... ◆

La Table du Recho, 51 boulevard d'Exelmans, 75016. Renseignements sur <https://www.lerecho.org>

## ALIMENTATION SOLIDAIRE

## SONDAGE LES FRANÇAIS DANS LA FOURCHETTE

L'étude Ifop réalisée pour l'Association des territoires pour des solutions solidaires montre que l'alimentation reste un sujet majeur, avec des priorités différentes selon les classes sociales.

Par  
PATRICK CAPPELLI

En France, manger n'est pas un acte anodin. Lors des confinements, la fermeture des restaurants a été la mesure la plus mal vécue. Dans ce pays phare de la gastronomie où les chefs sont des stars, 8 Français sur 10 se disent beaucoup (32%) ou assez (51%) intéressés par les questions liées à l'alimentation. C'est le premier enseignement d'une étude Ifop commandée par l'Association des territoires pour des solutions solidaires. Un score très élevé qui cache des disparités : «Le sujet n'est pas perçu de la même manière en fonction de l'âge, des revenus ou de la sensibilité politique», explique Louise Jussian, chargée d'étude au département opinion et stratégies d'entreprise.

## «Manger à sa faim»

Avec 10 points de moins que la moyenne (72%), les 18-24 ans se sentent moins concernés par cette problématique. A l'autre bout de la table, les seniors (plus de 65 ans) sont 96% à penser en revanche que les repas sont «un moment essentiel des échanges familiaux», et même 98% à estimer qu'ils «constituent des occasions précieuses de rencontre et des moments de convivialité».

Mais le vrai clivage se fait en fonction des revenus. «Les classes populaires n'ont pas du tout les mêmes besoins ni les mêmes attentes vis-à-vis de la nourriture que les plus riches», analyse Louise Jussian. A la question «quel aspect vous préoccupe le plus aujourd'hui?»,

la catégorie pauvre (moins de 900 euros par mois) répond majoritairement (47%) : avoir les moyens de me nourrir suffisamment, ainsi que ma famille. Une préoccupation partagée par seulement 16% de la catégorie aisée (plus de 2500 euros par mois).

Cette fraction de la population qui a les moyens d'acheter bio et haut de gamme est davantage sensible à l'accès à une nourriture de qualité (35% contre 19% pour les plus modestes). Malgré la COP 26 et Greta Thunberg, la préservation de l'environnement grâce à des pratiques alimentaires vertueuses fait un flop. Elle ne séduit que 8% de la catégorie modeste (900 à 1300 euros); 11% de la tranche pauvre; et 15% des segments moyen inférieur (1300 à 1900 euros), moyen supérieur (1900 à 2500 euros) et aisé. Un faible score que relativise Louise Jussian : «Cet item arrive quand même quatrième dans la liste des préoccupations. Et les jeunes y sont plus sensibles.»

Autre enseignement : les résultats en fonction des proximités politiques. En les lisant, on se dit que le célèbre adage du gastronome Brillat-Savarin («dis-moi ce que tu manges et je te dirai qui tu es») n'est plus vraiment adapté au paysage politique actuel. Exemple : la qualité de ce qu'on mange en fonction du revenu, et donc l'accès à une nourriture saine pour les plus modestes, préoccupe nettement plus les sympathisants du Rassemblement national (41%) que ceux de La France insoumise (16%), du PS (23%) ou d'EE-LV (24%). Idem pour «permettre à chacun de manger suffisamment à sa faim» : on s'attendait à voir LFI ou EE-LV en tête. Raté : c'est le PS et le RN qui affichent leur crainte (39% chacun), alors que les Insoumis ne sont que 12%. Même constat sur le fait que trop de personnes en France n'ont pas accès à une alimentation

suffisante et de qualité, marqueur de justice sociale, qui tracas davantage La République en marche et le PS (37% chacun) que LFI (32%) ou EE-LV (30%). Enfin, le fait que les pratiques alimentaires modernes dégradent la santé angoisse plus les partisans de La République en marche (32%) et de LR (31%) que ceux de la gauche (15 à 21%). Pour la chargée d'étude de l'Ifop, le chiffre de LREM est lié à la crise sanitaire et à l'omniprésence des sujets de santé dans la communication du gouvernement. Plus logiquement, les atteintes à l'environnement du fait des méthodes d'élevage et de culture troublent plus La France insoumise (31%) et EE-LV (30%) que LREM (16%), LR (15%) ou le RN (11%).

## Souffrance animale

Pour résoudre les problèmes liés à l'alimentation, quel est le top 3 des solutions privilégiées par les Français? D'abord, «redonner à la France les moyens de son autonomie alimentaire» (36%). Là encore, la pandémie, qui a mis en lumière notre fragilité en matière d'approvisionnement, s'invite dans les réponses. Viennent ensuite «garantir un revenu suffisant aux agriculteurs» (32%) et «retrouver des modes de production et de distribution plus humains et plus proches» (coopératives, marchés locaux, circuits courts 30%). En bas de tableau, «développer des épiceries solidaires» (9%) et «imposer de nouveaux labels de qualité environnementale» (6%) laissent les Français de marbre. Le sujet de la souffrance animale, popularisé par les vidéos chocs de l'association L214, commence à émerger : «lutter contre les violences faites aux animaux d'élevage» arrive en quatrième position, avec 23% des suffrages. Pour Louise Jussian, «ce thème pourrait bien s'inviter dans la campagne présidentielle». ◆

Ruches, chèvres, mais aussi concerts et bibliothèque : le domaine de Nodris, en Gironde, mêle activités culturelles et agricoles.

**Action Dans agriculture, il y a culture**

Se cultiver en cultivant. Et discuter de ses activités autour d'une bonne table. Le domaine départemental de Nodris, en Gironde, est né de la volonté du département de créer

un projet innovant, que pourrait s'approprier habitants et visiteurs. Il s'agit d'un espace de plusieurs hectares dans la campagne du Médoc au sud de Lesparre. En son centre, un petit hameau entouré d'une immense prairie bordée de forêts. «On a posé un programme en deux axes, culturel et agricole», explique Charlotte Hüni, ancienne directrice artistique du festival Panoramas à Bordeaux, nommée responsable du domaine en février. Qui détaille : «On travaille sur les pratiques artistiques, en accueillant des acteurs de



SANDRINE MARTIN

## Réflexion De la cave aux Greniers

L'association les Greniers d'abondance tente, avec l'aide de chercheurs, de citoyens et d'acteurs de terrain, d'imaginer un autre type d'alimentation et de consommation.

L'origine des Greniers d'abondance, deux hommes (Félix Lallemand et Arthur Grimonpont, respectivement ingénieur et docteur en écologie à Lyon). Un constat : les limites du système agroalimentaire. Et une volonté : réunir citoyens, chercheurs et acteurs de terrain pour imaginer un autre type d'alimentation et de consommation. «Une partie de l'économie sous sa forme actuelle n'existera plus dans les années à venir», soutient Arthur Grimonpont. «La seule manière de changer de trajectoire serait d'avoir une action à l'échelle nationale et internationale», complète Félix Lallemand. Bref, il est urgent d'agir.

«Rupture». Lucile Giquel, ingénieure agronome et membre de l'association, détaille le projet (1) : «Notre mission est de développer la recherche sur les voies de résilience et d'évaluer la capacité du système à se maintenir malgré des dégradations de fond.» Mauvaise qualité du sol, changement climatique, anéantissement de la biodiversité, disparition des pollinisateurs... tous ces éléments ont été intégrés à la réflexion. Ainsi que les problèmes liés à la dépendance aux énergies fossiles. «Durant la crise sanitaire, le système actuel a tenu. Mais si cela avait duré plus longtemps, on aurait risqué une rupture sur les emballages, l'approvisionnement en engrais...» Les pistes d'action tourneront donc autour des changements permettant au système alimentaire de nourrir saine-ment et en quantité suffisante la popu-

lation, tout en économisant les ressources et en rémunérant correctement les producteurs. Principale piste des Greniers, la reterritorialisation. Les citoyens peuvent être partie prenante via les systèmes comme les Amap (associations pour le maintien d'une agriculture paysanne), favorisant les relations directes entre agriculteurs et consommateurs. Lucile Giquel : «La collectivité doit se ré-approprier son système alimentaire. Et les initiatives citoyennes être soutenues par des politiques ambitieuses. On peut aussi faire émerger des initiatives. Mettre en lien les agriculteurs avec les circuits de distribution, notamment via la restauration collective. La préservation des terres agricoles est aussi un objectif.» «Modifier les traités commerciaux, agir sur la fixation des prix, cela va prendre du temps, analyse Félix Lallemand. Il faut donc que localement, il y ait des initiatives qui montrent la faisabilité des projets.»

«Machinisme». Le cœur du système alimentaire reste le transport. «A Paris, la distance moyenne en approvisionnement fruits et légumes est passée de moins de 100 kilomètres il y a deux siècles à 800 kilomètres aujourd'hui. Un yaourt à la fraise fait intervenir une dizaine d'industries et 9000 kilomètres de transport routier», s'insurge Arthur Grimonpont. «Les directives de l'Union européenne portent toujours sur la partie production et rendement. Les fermes tendent vers l'agrandissement. Pourtant, il existerait des solutions en agroécologie pour être moins dépendant du machinisme agricole et réduire les distances», confirme Lucile Giquel. D'où la publication d'un guide des Greniers d'abondance pour promouvoir les circuits courts de distribution. «afin de se ré-approprier les marchés d'intérêt locaux, en réorganisant le travail de leurs acteurs.»

DIDIER ARNAUD

(1) Rens. : resiliencealimentaire.org

la culture dans le Médoc, comme les équipes du Sun Ska Festival, festival de reggae et musiques du monde, présent sur le domaine depuis 2018. En janvier, nous devrions abriter un stock de matériel de l'Id-dac [l'agence culturelle du département], c'est-à-dire des scènes, un système de son et de lumières, ainsi qu'une bibliothèque de prêt de livres. On recevra aussi d'autres manifestations, tels que des concerts en petite et moyenne jauge. Notre équipement culturel vient combler des manques, avec notamment une programmation en extérieur». A terme, des travaux de rénovation seront effectués pour aménager un espace de résidence pour les artis-



tes, avec hébergement et lieu de travail, un centre de ressources pour les opérateurs de la culture, «bref, un bel outil pour accueillir des festivals de 5000 à 15000 personnes». Le second volet du projet est agricole. Les organisateurs ont commencé par installer trente ruches sur le domaine. Puis un appel à projet, à l'été 2019, a permis de recruter deux agriculteurs en maraîchage et transformation fromagère. Ainsi pourra-t-on voir paître une trentaine de chèvres et deux bœufs. La production proprement dite est atten-

due au printemps. L'objectif est à terme de développer les circuits courts, et en particulier de satisfaire les demandes des cantines des cinq collèges du Médoc. «C'est un gage d'attention particulière au processus complet de la certification bio. Cela servira également d'outil pédagogique, avec l'accueil de classes, qui constitue un autre prétexte de visite», complète Charlotte Hüni. Il y aura un point de vente hebdomadaire, car, selon la responsable, il faut «multiplier les portes d'entrée et faire venir des gens sur le domaine

qui iront ensuite au concert... Bref, effectuer des croisements». La question des repas est essentielle : elle permet aux usagers de se rencontrer. La pleine exploitation du domaine est prévue pour 2024. «On a déjà accueilli un tas de groupes. Une action a été menée sur la collecte poétique des souvenirs de recettes de cuisine. Depuis la période de confinement, c'est un sujet qui lie, et qui met autour de la table des gens de métiers différents. L'alimentation reste un geste universel.»

D.A.

## ALIMENTATION SOLIDAIRE

# Le nutriscore, triste code de la croûte

**Arnaud Daguin** ancien chef étoilé, expert en stratégie alimentaire

**A**, B, C, D, E : cinq lettres bêtes et méchantes pour sanctionner un produit alimentaire. Cinq lettres seulement pour rendre compte de l'infinie littérature qu'est l'alimentation. Notre culture alimentaire, ce long poème venu du fond des âges, cette littérature immense, ce colossal patrimoine réduit à cinq panneaux de signalisation : bon, moins bon, pas très bon, mauvais, très mauvais. Des milliers d'années de civilisation, d'apprivoisement, d'acclimatation, de science, d'art, de goût, d'audace, de curiosité... réduites à cinq couleurs pour résumer l'arc-en-ciel aux infinies nuances de notre patrimoine agricole et alimentaire. Le nutriscore serait en quelque sorte le code de la croûte. Pourtant personne ne peut dire à quiconque ce qu'il doit manger ou pas, ce qui est bon ou mauvais pour lui. Eduquer, ce n'est pas di-

riger sans nuance comme un agent de la circulation à siffler et képi ! Eduquer, ce n'est pas réprimander comme un prof d'auto-école moustachu et borné ! Eduquer, c'est guider l'autre, l'orienter vers les moyens culturels qui lui feront prendre des décisions libres et éclairées. Il y a déjà longtemps que nous avons choisi de déléguer le soin de nous nourrir tous à seulement quelques-uns, et ce depuis le sol jusqu'à nos bouches. Nous ne connaissons plus la nature de ce que nous mangeons. Les choix paraissent immenses au vu des rayons de supermarchés, mais nous nous nourrissons avec un nombre infiniment restreint de variétés et d'espèces. Ce sont les transformations techniques, bien souvent néfastes, qui font la diversité de l'offre, pas la nature des produits. Le supermarché ne serait-il pas l'ascenseur pour les choix faux ? Il faut que nous apprenions à nos gamins le plus tôt possible pourquoi le roquefort est meilleur que le Coca zéro, même si le nutriscore affirme le contraire. Alors comment faire si nous ne pouvons plus compter sur

mère-grand ? Comment retrouver cet instinct, cette proprioception, véritable sens de l'orientation nutritionnelle dont disposent encore les animaux sauvages ? Comment être suffisamment attentif à soi-même pour comprendre en une bouchée si cet aliment-là nous convient à ce moment-là ? Oui, parce qu'en plus, notre état et nos besoins changent en permanence, d'où l'inanité de la notion même de régime au long cours. Il est dangereux de suivre aveuglément une réglementation universelle. Autant le domaine routier est à tout le monde, autant la santé et l'alimentation appartiennent à chacun. La culture, vous dis-je ! Seule la transmission permanente (et goûteuse) de nos savoirs et savoir-faire peut nous sortir de cette ornière. Le plaisir allié à la compréhension du vivant, là est la voie et elle n'est pas facile. C'est en baguenaudant sur nos chemins personnels, en transmettant, en échangeant, en apprenant que nous y arriverons. Si nous nous contentons de suivre le code, nous irons droit dans le mur. ▶



SANDRINE MARTIN

# Une éducation nutritionnelle dès l'école et la crèche

**Thierry Lang** professeur émérite de santé publique à l'université de Toulouse

**L**es politiques de santé sont indifférentes aux inégalités sociales de santé, comme si des écarts d'espérance de vie de treize ans selon son niveau de revenu étaient un phénomène naturel. Dans le domaine de l'alimentation, les luttes d'influence entre l'industrie agroalimentaire, le ministère de l'Agriculture et celui de la Santé n'ont rien d'inéluctable. Leur résultat est pourtant de creuser encore un peu plus les inégalités de santé. Elles sont en France parmi les plus élevées d'Europe de l'Ouest et l'alimentation y participe largement. Par leur répartition sociale, le diabète et l'obésité contribuent aux inégalités face aux cancers et aux maladies cardiovasculaires. Mais leur impact est plus large. En favorisant les formes graves et la surmortalité du Covid-19, elles ont par exemple participé aux fortes inégalités qui

ont caractérisé cette crise. Les enfants ne sont pas épargnés, puisque dès leurs premières années, l'obésité et les surpoids atteignent les moins favorisés d'entre eux. Pour les politiques de santé, deux conclusions s'imposent : 1) les inégalités dans l'alimentation préparent de sérieuses inégalités de santé dans les décennies à venir ; 2) à propos d'enfants, il est difficile de soutenir que les choix alimentaires ne relèvent que de la responsabilité individuelle. Alors, l'éducation nutritionnelle à l'école et à la crèche pour tous et pour toutes ? De multiples initiatives, de l'Education nationale, des associations ou des collectivités territoriales, la mettent en œuvre et il faut poursuivre ces efforts. Un débat qui émerge sur le nutriscore, vigoureusement attaqué actuellement, montre l'actualité et les enjeux des luttes entre intérêts économiques et résultats de santé. Il ne s'agit pourtant pour cet indicateur que de donner une meilleure information pour de meilleurs choix, sans changer les causes structurelles qui influencent l'alimentation d'une population.

Mais les politiques publiques ne peuvent pas tout miser sur les seuls changements de comportement dans un environnement qui ne change pas. Ce serait demander à un nageur de lutter contre le courant. Modifier l'environnement, c'est changer les éléments structurels de l'alimentation, restauration collective, cantines scolaires, accessibilité financière et géographique des aliments «sains». C'est lutter contre l'insécurité alimentaire, qui rend difficile l'accès à une nourriture saine (le maximum de calories au gramme se trouve dans les aliments les plus gras). Enfin, il faut réguler la publicité pour les aliments. En 2020, une étude de Santé publique France montrait que plus de la moitié des publicités vues par les enfants et les adolescents concernaient des produits gras, salés ou sucrés. La santé n'est pas seulement l'espace politique et bienveillant du soin et du *care*. Ce sont aussi des enjeux politiques qui exigent un débat public sur ce qu'il implique pour la santé et ses inégalités de demain : les choix économiques d'aujourd'hui en matière d'alimentation. ▶

# Nourrir la ville

**Frédérique Basset** journaliste et autrice

**L**es paysans nous ont nourris pendant des siècles. Ils représentaient encore 75 % des actifs dans les années 1900, il n'en reste plus que 1,5 %, qui portent désormais le triste nom d'exploitants agricoles. Depuis la fin de la Première Guerre mondiale, et surtout la Seconde, la chimie s'est invitée dans les champs, polluant les sols, l'air, l'eau et les humains à coups d'engrais chimiques et de pesticides. Quant aux terres agricoles, elles sont de plus en plus victimes de l'artificialisation des sols : en dix ans, ce sont près de 600 000 hectares qui ont disparu en France (70 % de terres riches, souvent en zones périurbaines). Quand on sait qu'une région comme l'Île-de-France dis-

pose de seulement trois jours d'autonomie, sur qui devront compter les urbains pour se nourrir si, faute de pétrole, les denrées alimentaires ne peuvent plus être acheminées ? Dans un rapport de 1996, le Programme des Nations unies pour le développement (Pnud) affirmait déjà : «L'agriculture urbaine garantit un développement humain durable.» Cette agriculture a aujourd'hui le vent en poupe avec ses 800 millions «d'urbainculteurs» dans le monde, et s'inspire d'expériences qui ont marqué l'histoire, comme, entre autres, à Cuba. En 1989, le pays subissait à la fois les conséquences de l'effondrement du bloc soviétique et du durcissement du bloc américain. Dès 1991, une véritable révolution verte était en marche avec la création de jardins de haut rendement bio (*organopónicos*). Vingt ans plus tard, Cuba compte, sur 2 mil-

lions d'hectares, 500 000 *organopónicos* qui jouent un rôle primordial pour la sécurité alimentaire, l'économie locale et la préservation de l'environnement. En ces temps de dérèglement climatique, les potagers urbains ne manquent pas d'atouts : ils améliorent le climat, permettent le recyclage des déchets organiques, favorisent les circuits courts – ce qui réduit les coûts de transport, et donc les gaz à effet de serre (un kilo de cerises importé par avion du Chili émet 10 kilos de CO<sub>2</sub>) – et embellissent le paysage. En cultivant un potager, on consomme en outre plus de légumes et peut-être moins de viande, dont les Français sont les plus gros consommateurs d'Europe. Une bonne nouvelle pour la planète, sachant que l'élevage intensif est responsable de 14,5 % des émissions de gaz à effet de serre. «Gardiens et jardin» partagent la même racine étymologique, alors n'est-il pas temps d'être des jardiniers gardiens de la Terre ? En ville, des jardiniers gardiens se sont donné rendez-vous dans les jardins partagés. Sortis de terre dans les an-

nées 1970 à New York, ces jardins ont franchi l'Atlantique en 1997 et essaimé partout dans l'Hexagone. Ilots de verdure collectifs gérés par des associations, ils poussent au milieu des tours, dans les cours des HLM, sur les toits ou dans des friches urbaines, et pratiquent une culture respectueuse de l'environnement tout en favorisant le lien social. Parfois pas plus grands qu'un mouchoir de poche, leur impact dépasse celui du jardinage. Ce sont des «espaces autres», pour reprendre l'expression du philosophe Michel Foucault, des espaces d'utopie où l'on invente une autre façon de s'approprier la ville et de vivre ensemble. Certes, ces jardins ne prétendent pas nourrir les villes, mais ils y contribuent et sont à l'origine de nombreuses initiatives, comme ces fermes urbaines qui émergent aux périphéries des villes. Verra-t-on bientôt renaître des ceintures vertes autour des métropoles ? ▶

Frédérique Basset est l'autrice de *Vers l'autonomie alimentaire*, édition Rue de l'échiquier, 2012, (nouvelle édition poche 2021).

# Pandémie : la société du proche

**Jean Viard** sociologue

**L**a grande pandémie que traverse l'humanité crée une immense vague de transformations individuelles, économiques, culturelles et politiques. Chacun devant ce tsunami d'incertitudes et de risques s'interroge sur lui-même, le sens de sa vie, de ses choix, de ses amours... Chacun s'interroge sur sa vie d'après : après que 5 milliards d'humains se sont enfermés chez eux pour protéger les plus vieux, les plus gros, les plus fragiles. Acte inouï d'humanisme en faveur des plus improductifs dans un monde que l'on disait

purement matérialiste, assoiffé de profits et de plaisirs faciles. D'après les premières projections, nous avons sauvé, déjà, de 150 à 200 millions de vies grâce à nos changements de comportements et aux vaccins. Et nous en avons perdu de 10 à 20 millions. Nous sommes en train d'écrire la plus belle page de l'histoire humaine, une guerre commune et planétaire pour la vie avec des actions dans chaque nation, des recherches dans chaque laboratoire, des contraintes dans chaque vie. Se construit là un commun de luttes partagées qui va générer une génération mondiale d'anciens combattants qui seront les fantassins de la bataille contre le réchauffement climatique. Car

chacun voit bien que l'homme a dérangé la nature et que ce virus est au fond le lanceur d'alerte dont nous avons besoin pour engager la lutte pour une humanité se repensant nature dans la nature et coupable des blessures infligées au monde vivant. Alors chacun médite, discute, change ? Couple qui explose (1 million), déménage (3 à 5 millions) change d'emploi (3 millions), innove, crée. Et, au-delà des mobilités visibles, la hiérarchie des valeurs est bousculée. Les 70 % de Français qui vivent dans une maison avec jardin se trouvent confortés dans leur choix. Les apôtres de l'habitat urbain dense, de la fin de vie en institution, du travail forcément

présentiel alors même que ce travail se fait sur la Toile, du voyage lointain... sont réduits au silence. Partout se cherche une vie locale, autour du logis, de la proximité, de la famille. Le proche est devenu la valeur forte, le proche / les proches. Mais un proche inscrit sur la Toile, dans la nature, les livraisons. On retrouve l'amour du sol et du jardin, la force de la famille proche, le rôle de l'école comme maison des enfants et des valeurs. On redécouvre que les 16 millions de familles qui habitent dans des maisons individuelles – pour 12 millions d'appartements – voisinent avec les fermes et les bois de l'immense France arable (52 % du sol) et forestière (30 %).

Alors le rêve urbain de nourriture bio est battu en brèche par ce rêve-là, celui des «voisins» qui veulent des produits locaux, d'ici ! Le bio va devoir devenir local ou régresser. Car manger local réenracine symboliquement le corps dans la terre de là où l'on vit, produit par des gens que l'on connaît. Plutôt que d'aller du champ à l'assiette, l'agriculture doit aujourd'hui entendre ces désirs qui montent des assiettes. Bio pourquoi pas, mais local certainement. La révolution écologique ne part pas d'abord des urnes, mais de nos choix intimes. ▶

Jean Viard a récemment publié *La révolution que l'on attendait est arrivée*, l'Aube, 2021.

## ALIMENTATION SOLIDAIRE



SANDRINE MARTIN

# BORIS TAVERNIER

## LE CŒUR ET LA PATATE

Le délégué général de l'association Vrac œuvre depuis huit ans pour que les plus précaires aient accès à des produits de qualité.

Par  
**MAÏTÉ DARNAULT**  
Correspondante à Lyon

« Je confesse une « passion » pour « la patate sous toutes ses formes ». « Depuis peu, j'ai compris que ce n'est pas un légume », plaisante Boris Tavernier, délégué général de Vers un réseau d'achat en commun (Vrac). Yeux clairs et fossettes, le quadragénaire est l'un des fondateurs de cette association qui rend accessible des produits durables et de qualité aux habitants des quartiers populaires, en leur proposant des commandes grou-

pées à prix coûtant auprès de petits producteurs. A la maison, ce père de deux jeunes filles cuisine en fonction du marché du jour et de « ce qu'il y a dans le frigo ». Quand il a le temps de l'ouvrir : depuis la création de Vrac fin 2013, Boris Tavernier ne compte plus les kilomètres avalés en train. Le gamin du Nord-Pas-de-Calais nourri aux frites paternelles n'a pas le permis et n'aime rien tant qu'être à hauteur d'homme – de femmes surtout, car ce sont les mères de famille qui ont permis à son réseau de s'enraciner dans les cités.

### « À L'ÉCOUTE, SANS JUGEMENT »

Aujourd'hui présente dans treize villes de France, l'association a été imaginée par Marc Uhry lorsqu'il était délégué de la Fondation Abbé-Pierre en Rhône-Alpes et Cédric Van Styvendael, ancien directeur général du bailleur Est-Métropole-Habitat devenu maire de Villeurbanne en 2020. C'est à Boris Tavernier que les deux hommes ont confié les clés du projet, mûri dans les banlieues de Lyon : « J'ai fait le tour des quartiers, du centre social à la sortie de l'école, de la mosquée aux associations d'éducation populaire, aux clubs sportifs », retrace-t-il. Pas question

d'« arriver avec une posture, genre « bonjour, j'ai des produits bio, c'est fait pour vous ». Les personnes précaires qu'il rencontre – travailleurs pauvres, mères solos, retraités, bénéficiaires de minima sociaux – doivent composer avec un budget dans le rouge et une autocensure à revendiquer de bons produits quand leurs fins de mois dépendent de l'aide alimentaire.

« C'est insupportable que cette aide reste en France liée aux invendus de la grande distribution », martèle Boris Tavernier. Pour gommer cette « double peine » infligée aux foyers pauvres, le fondateur de Vrac a décidé de « les convaincre par le goût » : « Je fais goûter les produits, je ne parle pas de circuits courts, de local, de bio, la question, c'est « vous ne voulez pas qu'on fasse nos courses ensemble » ? » Les commandes se font à la carte, sans obligation de volume ou de durée, ni justificatif de revenus. « Les gens doivent avoir le choix, pouvoir se réapproprier leur consommation, que ce soit le moins stigmatisant possible », explique Boris Tavernier.

A Lyon, et plus tard ailleurs, le pari prend, à la fois économique, social, environnemental, sanitaire et citoyen : « On rend des aliments

accessibles à des gens qui ont peu de moyens, on crée des circuits de distribution pour des paysans, les habitants viennent autant pour le lien généré que pour la nourriture, on réduit les emballages, on lutte contre la prévalence du diabète et de l'obésité dans les quartiers, et en étant consommateurs, les gens deviennent ambassadeurs du projet sur leur territoire », déroule Tavernier.

Zaïneb Ben Fraj peut témoigner de ce basculement. Fin 2013, cette habitante de Vaulx-en-Velin, alors mère célibataire régulièrement « en galère », s'est rendue « sans conviction » à une dégustation de Vrac : du café, du beurre, de l'huile d'olive, du fromage et du chocolat. « Ça a été une révélation, une redécouverte des goûts d'enfance que j'avais perdus », raconte celle qui a grandi dans la campagne iséroise et passait ses étés en Tunisie. Cette infirmière évoque aussi « un coup de cœur amical » pour Boris Tavernier : il s'occupe de tout jusqu'à la livraison des denrées « avec bonté, à l'écoute, sans jugement ».

### « ENVIE DE DÉFI »

Le Ch'ti, issu d'une famille ouvrière où la diversité alimentaire n'était « pas dingue », mais dont le potager était bichonné, est à l'aise au pied des tours. Bac en poche, il a rejoint des potes à Lyon en 2001. Premier souvenir : encore une histoire de patates, « à 8 euros les 10 kg, alors que c'était 5 euros pour 25 kg dans le Nord », se marre-t-il. Il a enchaîné les petits boulots puis, employé dans la grande distribution de jouets, s'est fait virer pour insubordination au terme d'une grève inédite. Est venue l'époque De l'autre côté du pont, un bar-cantine-lieu culturel, lancé avec deux acolytes dans le quartier populaire de la Guillotière. Dix ans plus tard, il a obtenu un master en économie sociale et solidaire et s'est lancé dans Vrac. Avec l'envie de faire infuser cette insoumission et cet appétit pour l'expérimentation au-delà des cercles d'initiés. Simple adhérente puis membre du conseil d'administration de l'antenne lyonnaise de Vrac, Zaïneb Ben Fraj en est la vice-présidente depuis 2017. « Il a fallu un long chemin pour que des adhérents entrent dans les instances, assument d'avoir leur mot à dire, on ne s'est pas dit tout de suite qu'on voulait faire de la politique », souligne-t-elle. Vrac est devenu sa manière de s'engager.

Pour garantir un juste prix aux producteurs comme aux consommateurs (« au niveau des marques repères », précise Tavernier), l'association, liée à un fonds de dotation, dépend du soutien financier des bailleurs sociaux, des collectivités, des structures publiques et de mécènes privés. Partenaire des débuts, la Fondation Daniel et Nina Carasso, créée par la fille du patron historique de Danone, reste l'un des plus gros contributeurs avec une dotation autour de 80 000 euros par an, pour un budget global annuel de 400 000 euros. Vrac compte près de 10 000 adhérents, dont 500 bénévoles animant les antennes locales, et une soixantaine de groupements d'achat. L'objectif pour 2023 : atteindre la centaine. « C'est un projet rare, on en aide peu à grandir aussi longtemps. Peu de porteurs ont cette capacité à s'adapter aux territoires avec un modèle qui puisse essayer », souligne Mathilde Douillet, responsable de programme alimentation durable à la Fondation Carasso. Cela tient aussi à la personnalité de Boris, à son envie de défi. Et à cette fringale de patates maison, qui doit rester une question de goût plutôt que le sceau de la pauvreté. ♦