

# 24<sup>e</sup> saison de rencontres interculturelles

du 8 septembre au 15 octobre 2019



## Derrière l'assiette...

[contact@ensemble10.fr](mailto:contact@ensemble10.fr)

[@ensemble10](https://www.instagram.com/ensemble10)

[mairie10paris](https://www.twitter.com/mairie10paris)

[mairie10paris](https://www.facebook.com/mairie10paris)

[ensemble.noussommesledixieme](https://www.facebook.com/ensemble.noussommesledixieme)



La mixité, l'innovation, la solidarité et la convivialité sont les composantes essentielles de cet alliage si particulier dont est fait le 10<sup>e</sup>. Et depuis plus de deux décennies, *Ensemble, nous sommes le 10<sup>e</sup>* représente toutes ces facettes, toutes ces richesses de notre arrondissement.

*Ensemble*, c'est un collectif tout à fait singulier, qui a su tirer sa force de la pluralité de celles et ceux qu'il réunit, soit une cinquantaine d'associations. Des militants, des bénévoles, des citoyens, des femmes et des hommes d'engagement, qui s'investissent au quotidien pour que le 10<sup>e</sup> rayonne au plan culturel, porte fièrement ses valeurs d'accueil et de fraternité, préserve les liens qui nous unissent par-delà nos âges, nos parcours, nos différences, et tienne son rôle face aux enjeux de demain.

Ce sont précisément ces enjeux d'avenir qui sont au cœur de la thématique de cette 24<sup>e</sup> saison d'*Ensemble*. Parce que s'alimenter est aujourd'hui un enjeu aux résonnances multiples : sociale, sanitaire, environnementale, éthique. De la production de masse aux circuits de distribution, de l'accès pour tous à des produits de qualité à l'impact pour la santé, de la rémunération des producteurs au bien-être animal, en passant par la préservation de notre planète, l'alimentation soulève des questionnements profonds et implique une prise de conscience collective.

Pour ma part, je suis convaincue que, grâce à *Ensemble, nous sommes le 10<sup>e</sup>*, grâce à ce travail commun et à ce partage, nous trouverons, une fois de plus, au cours de cette saison 2019-2020, des nourritures intellectuelles en abondance dans les débats et les réflexions qui s'annoncent. Et je voudrais remercier chaleureusement chacune et chacun pour son engagement et sa détermination à faire de la ville et de la vie de demain un environnement plus juste et plus sain.

---

**Alexandra Cordebar**

Maire du 10<sup>e</sup>

Pour la 24<sup>e</sup> fois nous vous proposons de nous retrouver autour d'un thème dans une diversité d'approches. C'est autour d'un travail collectif que cette programmation a été construite pour tenter de décrypter ce qui passe avant qu'un produit alimentaire arrive sur notre table. « Derrière l'assiette... » nous invite à nous interroger sur les modes de production, de transformation et de cheminement des denrées. Venez participer à l'exposition, aux conférences, aux projections-débats et à la balade urbaine qui s'étalent entre le 9 septembre et le 15 octobre.

Cette année, en partenariat avec l'ACORT et le CRL10 nous avons créé un bal conté né des livrets précédents. « Voyageur immobile » vous convie à un tour du monde en texte et en musique « live » dans lequel vous pourrez ne pas être que spectateur.

Lors du Forum des associations et de la vie locale du 8 septembre le village interculturel le long du canal Saint-Martin, et les spectacles présentés dans le jardin Villemin, vous donneront l'occasion de rencontrer la cinquantaine d'associations participantes et impliquées dans l'élaboration de ce programme.

Comme chaque année je remercie les associations qui, par leur investissement, nous permettent de réaliser les rencontres interculturelles du 10<sup>e</sup> et je voudrais que nous ayons cette année une pensée toute particulière pour l'association les Quatre Horizons. Sa présidente Kheira Deffane nous a brutalement quittés au printemps. Kheira était depuis sa création un des piliers d'*Ensemble, nous sommes le 10<sup>e</sup>* et, comme chaque année, elle a écrit pour ce livret une page de son enfance en Algérie. Elle savait partager avec les autres l'engagement qui l'animait pour son quartier et au-delà. Kheira, nous garderons de toi l'image d'une belle personne qui va nous manquer.

---

**Sylvie Scherer**

Présidente d'*Ensemble, nous sommes le 10<sup>e</sup>*



# SOMMAIRE

Attac Paris-Centre	
<b>TOUS PAYSANS</b> .....	4-5
Centre culturel Européen Saint Martin de Tours	
<b>LA BANDE VERTE ET CITOYENNE, LE JARDIN NOURRICIER DU CHEMIN DE SAINT MARTIN</b> .....	6-7
Conseil des Seniors du 10 <sup>e</sup>	
<b>LE CONSEIL DES SENIORS PRÉSENTE :</b> <b>LES VIEILLES PUBLICITÉS, LA RÉCLAME COMME ON DISAIT ALORS...</b> .....	8-9
Cyberdanse	
<b>LE CHOIX DE NOTRE ALIMENTATION</b> .....	10-11
Ensemble, nous sommes le 10 <sup>e</sup>	
<b>LE MARCHÉ DE LA VILLETTE AU XX<sup>e</sup> SIÈCLE :</b> <b>FOURNIR DE LA VIANDE AUX PARISIENS</b> .....	12-14
Histoire & Vies du 10 <sup>e</sup>	
<b>LE LAIT DE VILLE ET LE LAIT DES CHAMPS</b> .....	15-16
L'Aire à Mots	
<b>DU JARDIN À L'ASSIETTE</b> .....	17-22
Les Quatre Horizons	
<b>L'ALIMENTATION DANS L'OUEST DE L'ALGÉRIE DANS LES ANNÉES 40</b> .....	23-25
Ligue des droits de l'Homme (LDH) Paris 10-11	
<b>DROITS HUMAINS ET TRAITÉS MONDIAUX DE LIBRE-ÉCHANGE :</b> <b>NOTRE ALIMENTATION EST AUSSI CONCERNÉE</b> .....	26-27
Mouvement d'Entraide pour le Tiers Monde et la coopération (ETM)	
<b>UN CIRCUIT COURT ORIGINAL</b> <b>OU LE FABULEUX DESTIN DE LA « BELLE DE NEUILLY-PLAISANCE »</b> .....	28-29
Mouvement contre le racisme et pour l'amitié entre les peuples (MRAP)	
<b>UN AMOUR DE CAFÉ</b> .....	30
Union culturelle française des Arméniens de France (UCFAF)	
<b>EN ARMÉNIE, HISTOIRE DE LA VIGNE, DE LA GRENADE ET DU BLÉ</b> .....	31-33
Ville mains jardins	
<b>CIRCUITS COURTS ALIMENTAIRES ET PRODUITS BIO</b> .....	34-37
Médiathèque Française Sagan	
<b>BIBLIOGRAPHIES et FILMOGRAPHIE</b> .....	38-48

*Depuis la seconde guerre mondiale, les franciliens ont disposé d'une offre alimentaire de plus en plus abondante et variée, en provenance de contrées de plus en plus éloignées. Cette situation est-elle durable ? La question se pose quand on sait que l'offre alimentaire actuelle dépend de ressources non renouvelables et que le dérèglement climatique va engendrer une diminution de la production agricole. En fait l'abondance et la sécurité alimentaires ne sont pas assurées une fois pour toutes ; une agriculture durable dépend de tous et non seulement des producteurs agricoles, tels sont les constats présentés ci-dessous.*

---

### La profusion de l'offre alimentaire

Force est de constater qu'aujourd'hui **la profusion de l'offre alimentaire est due à des ressources non renouvelables**. La fertilité des terres est assurée par l'apport d'azote de synthèse, produit grâce à du gaz naturel, et par des éléments minéraux d'origine minière comme pour le phosphore et la potasse. Plus de 5% de la production mondiale agricole proviennent d'aquifères non renouvelables. La pratique de monocultures, l'utilisation de pesticides, d'herbicides, d'hormones, etc. rompent des équilibres biologiques fragiles et participent à l'effondrement des pollinisateurs et à l'érosion de la biodiversité. Dans sa globalité, l'agriculture actuelle n'est pas durable. Pour une agriculture durable, le maintien de la fertilité de la terre devra reposer sur le recyclage de la matière organique notamment pour le phosphore et la potasse. Le principe de base : la matière organique emportée par les récoltes des parcelles doit y revenir. Les associations culture-élevage sont mises en avant parce que les excréments des animaux sont utilisés pour fertiliser les parcelles. L'homme étant aussi une espèce animale, ces excréments devront à terme revenir sur les parcelles agricoles. Nous avons quelques décennies pour organiser ce recyclage mais il convient de s'y préparer dès maintenant. **Toute personne devra participer au maintien de la fertilité des terres pour permettre la croissance des végétaux**. En ce sens, nous sommes toutes et tous des paysans. Des chaînes de traitement de tous les déchets organiques devront être mises en place progressivement avec des implications dans l'habitat et l'urbanisme.

### Point le plus important : le dérèglement climatique

Nous savons depuis plusieurs décennies que le dérèglement climatique, directement lié aux émissions de gaz à effet de serre, se traduit par des inondations plus marquées, des sécheresses prolongées, des canicules plus fortes, des tempêtes plus violentes, sans parler de la montée des eaux qui vont recouvrir une partie des terres émergées. Nous le savons. **Conséquence de ces phénomènes** : la diminution des rendements agricoles ; à partir des années 2020, à travers la planète, les endroits où les rendements vont diminuer sont plus nombreux que ceux où ils vont augmenter (cf. rapport GIEC 2014) ; plus le réchauffement sera important, plus le nombre d'endroits où les rendements diminueront sera élevé. **Ce dérèglement climatique étant dû à nos émissions de carbone lié au chauffage, à nos transports, à nos modes de consommation et de production**, nous pouvons affirmer que, collectivement et personnellement, chacun, **chacune d'entre nous sommes responsables de la production alimentaire future ; en ce sens nous sommes tous des paysans.**

Aujourd'hui, l'urgence des urgences est de stabiliser les gaz à effet de serre dans l'atmosphère le plus rapidement possible et à un niveau le plus faible possible. La planète « brûle », à petit feu, nous le savons mais nous ne voulons pas le croire. Toutes, tous, nous devons nous mobiliser pour gagner la « bataille » du climat. Nous sommes en état d'urgence absolue. La mobilisation pour éteindre l'incendie doit être générale. L'affaire est globale et locale.

## **Dans ce contexte, le CPTG (le Collectif Pour le Triangle de Gonesse) lutte pour éviter la destruction de terres fertiles**

Étaient en effet prévus l'implantation d'une gare en plein champ, sans habitation alentour et une ZAC (zone d'aménagement commercial), avec notamment le projet d'Europacity. Ce projet, comprenant une piste de ski, voudrait accueillir plus de 30 millions de visiteurs, soit le double de Disneyland ; il aurait un impact très négatif sur le climat, en détruisant des terres et en étant lié aux transports des visiteurs très émetteurs de gaz à effet de serre. Non seulement le projet serait inutile mais il serait nuisible !



## **Sur ces terres, CARMA propose la mise en place progressive d'une économie circulaire**

Le projet vise à rapprocher urbains et ruraux, à reconnecter la banlieue avec ses espaces agricoles et forestiers, à mettre en place progressivement un cycle alimentaire durable en recyclant les matières organiques, avec le développement d'un centre de recherche et de formation.

CARMA : <http://carmapaysdefrance.com/>

---

**Robert Levesque, AGTER, ingénieur agronome, invité par Attac Paris-Centre**  
parisctr@attac.org  
<http://local.attac.org/parisctr>

## LA BANDE VERTE ET CITOYENNE,

*Le Réseau européen des Centres culturels Saint-Martin a été fondé autour de la figure de saint Martin de Tours connu principalement pour un geste de partage : en plein hiver le soldat romain Martin partage son manteau avec un mendiant nu. Depuis une dizaine d'années ce réseau développe des chemins culturels Saint-Martin à l'échelle de l'Europe avec comme ambition de faire de ces parcours l'occasion d'une prise de conscience de la nécessité de partager pour assurer le « vivre ensemble » et même tout simplement l'avenir de l'humanité dans un contexte de grave crise écologique. C'est la raison pour laquelle le Réseau européen des Centres culturels Saint-Martin est engagé dans le projet d'une « bande verte et citoyenne », c'est à dire un espace de 20 km de large de part et d'autre du principal chemin de saint Martin qui mène, sur plus de 2500 km, de la Hongrie (lieu de naissance de saint Martin au I<sup>er</sup> siècle de notre ère) jusqu'en France. Sur cet espace, la valeur du partage a une forte dimension environnementale et sociale.*

---

### **La bande verte et citoyenne**

Ce projet qui se développe le long de la Via sancti Martini (le Chemin de saint Martin) associe en particulier le développement durable et s'appuie sur la mise en valeur de toutes les actions concrètes en faveur du partage comme par exemple l'agroécologie, l'agriculture AB etc. Il met en œuvre un concept novateur responsable et équitable, où chacun peut trouver sa place dans un esprit de coopération. Les initiatives locales sont inventoriées et intégrées au fur et à mesure dans une plateforme numérique. L'objectif est de développer et de valoriser des actions exemplaires situées sur les chemins et qui s'inscrivent dans les thématiques par exemple de la biodiversité, de l'agriculture durable ou encore des produits locaux.

### **Le jardin nourricier du chemin de saint Martin**

Ainsi le Réseau a identifié des actions environnementales (produits bio, circuits courts...) exemplaires comme celle du prince jardinier et de son Conservatoire de la tomate, à Montlouis-sur-Loire près d'Amboise, qui rassemble une collection unique au monde de 650 variétés de tomates et offre ainsi un panorama inédit sur ce fruit aux richesses insoupçonnées. L'objectif de ce conservatoire est de permettre à un très large public de regarder, de comprendre et d'apprendre les enjeux de la préservation de cette biodiversité afin de transmettre aux générations futures les fondements essentiels à la survie des espèces. Ce merveilleux jardin potager intègre depuis peu une ferme pédagogique et une basse-cour avec des volailles de toutes sortes. Le souhait est de créer un jardin vivrier et sa ferme nourricière.

Autre exemple : celui de Tony et Sylvain qui ont fondé leur propre ferme écologique le long de la Via sancti Martini, à Bossay-sur-Claise (aux confins de la Touraine, du Poitou et du Berry). Pour eux l'objectif de départ était d'être aussi autosuffisants que possible, au niveau de la nourriture notamment. L'exploitation était principalement constituée de pommiers. Ils ont défriché quelques terrains pour planter leurs légumes, principalement de saison : tomates, aubergines sous les serres, salsifis, asperges en extérieur. Le tout en bio ! Abricots, framboises, patates, poulets, entre autres, et bientôt miel, avec leurs 4 ha, ils sont aujourd'hui largement autosuffisants. Ils fournissent plusieurs associations pour le maintien d'une agriculture paysanne.

### La ferme de Roucheux

Dernier exemple : les paniers bio de la ferme de Roucheux qui se trouve à une cinquantaine de kilomètres de Tours. Cette exploitation totalise 80 hectares : 30 ha sont boisés, 9 servent aux cultures de plein champ et 2 ha sont sous serre. Cette ferme existe depuis 20 ans, Frank y est chef de culture depuis 10 ans. La ferme ne produit que des légumes bio, qui sont vendus à 80 % en paniers sur abonnement (10,50 €) par semaine : 750 paniers de 3 kg en moyenne distribués dans un rayon de 20 km. Pas de vente directe sur place, seulement la possibilité de venir y récupérer chaque semaine son panier. Des paniers étudiants à 5,50 € par semaine sont vendus dans un but éducatif, contenant quatre à cinq légumes. La ferme cultive 45 espèces de légumes, pour environ 150 variétés. Rien que pour les tomates, ce sont dix variétés qui sont proposées. Chaque semaine, deux à trois tonnes sont produites et expédiées. Toute la production est certifiée bio par un organisme de contrôle. Quatre chevaux permettent transport et binage sur le site. L'originalité de cette ferme, où travaillent une soixantaine de personnes, c'est son statut de chantier d'insertion, qui la place dans le champ de l'économie solidaire, en associant l'environnement et sa préservation, l'insertion et l'activité économique. Quelque 45 personnes y trouvent des contrats d'insertion, encadrées par quinze permanents, l'objectif final étant un retour à l'emploi.

### Marcher dans les pas de saint Martin à la découverte des terroirs

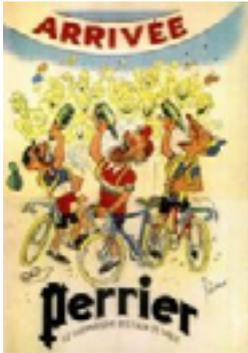
Le Réseau européen des Centres culturels Saint-Martin organise régulièrement des randonnées citoyennes sur la Bande verte et citoyenne autour de la mise en avant des dynamiques de terroirs et des savoirs faire des territoires dans l'agriculture durable, les produits locaux... Ces randonnées ont un réel succès et permettent aux participants de découvrir, par exemple, un artisan d'une huilerie traditionnelle au feu de bois, un producteur de champignons biologiques; de déguster des produits de saison, bio et en circuit court; de rencontrer des responsables d'associations de la nature, de l'agriculture paysanne ou de l'artisanat, mais également de découvrir des projets exemplaires, comme la vigne pédagogique d'un Clos ou bien un jardin partagé comme le jardin Saint-Laurent à quelques pas du Canal Saint-Martin dans le 10<sup>e</sup>. Une bonne occasion pour découvrir et déguster des produits locaux, de saison et bio.

---

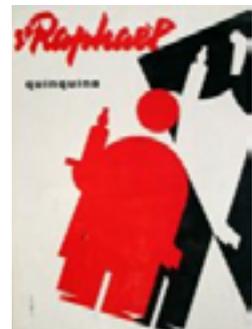
**Centres culturels Saint-Martin**

149, rue de Rennes 75006 Paris  
contact@saintmartindetours.eu  
www.saintmartindetours.eu

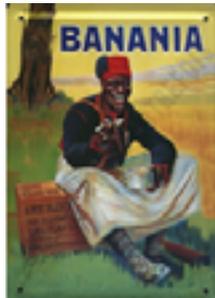
## LE CONSEIL DES SENIORS PRÉSENTE : LES VIEILLES PUBLICITÉS,



Parmi les publicités anciennes pour l'alimentation, une large part revient aux publicités pour les boissons. La loi Évin qui limite les incitations à boire de l'alcool n'existait pas : sur tous les pans de mur libre et le long des tunnels du métro, on pouvait lire « DUBO, DUBON, DUBONNET » »



## LA RÉCLAME COMME ON DISAIT ALORS ...



Bien sûr, beaucoup de publicités pour les biscuits et autres friandises ... sans l'injonction : « manger.bouger.fr » ! Le gentil tirailleur sénégalais amateur de chocolat et balbutiant avec un large sourire « Y'a bon banania » devient l'alibi d'une racialisation implicite de la société française, qui s'habitue à compter sur le renfort des soldats ou des travailleurs coloniaux comme son dû.



Régulièrement un concours du « plus beau bébé » était organisé par les aliments et boissons Nestlé. Des prix étaient donnés et l'image du bébé gagnant largement utilisée tout au long de l'année par la marque...



La « Réclame » était très souvent chantée dans les postes de TSF (puis les transistors). Nous nous souvenons tous de : « Bien l'bonjour M'sieur Léviton / Vous avez des meubles, vous avez des meubles / Bien l'bonjour M'sieur Léviton / Vous avez des meubles qui durent longtemps ». Les slogans étaient simples !

**Conseil des Seniors**

Mairie du 10<sup>e</sup> – 72 rue du Faubourg-Saint-Martin 75010 Paris

Tel : 01.53.72.10.00

## LE CHOIX DE NOTRE ALIMENTATION

*Le choix de notre alimentation est, comme on va le voir, un mélange de souvenirs, de volonté et d'offre commerciale.*

### Les années 65-70

Enfant je me rends souvent chez Mémère Jeanne (ma grand-mère paternelle). Un poêle à charbon chauffe la maison, sert de four, de cuisinière et permet de chauffer ses fers à repasser. Dans la cuisine trône un beau meuble en bois où toute sa vaisselle est rangée. En haut d'une grande armoire, elle entrepose les confitures de l'année. Il y a toujours un peu de moisissure sur le dessus des pots. Pas de problème... elle la retire avec un couteau et on déguste ce délice pendant l'hiver. Elle élève aussi des lapins qu'elle nourrit avec du genêt. Parfois je l'accompagne avec la « youyoute » (la carriole) dans les champs et les bois alentours pour collecter ce précieux mets doré. Bien entendu les lapins finissent « à la casserole »... un délice !

Pour ce qui est de l'eau elle va la chercher au puits dans la cour. D'ailleurs, Claude (voisin et ami depuis...) m'a expliqué l'autre jour que le puits servait aussi de réfrigérateur pendant l'été.

Il y a aussi Mémère Calène (ma grand-mère maternelle). Elle a été cuisinière à Paris dans une « grande maison », rue de la Boétie. Elle exprime son art au travers des fromages blancs qu'elle concocte pour ses petits-enfants. D'où vient ce goût incomparable ? Des vaches de la ferme voisine, de l'herbe, de son savoir-faire... certainement de tout cela en même temps.

Dans les années 60, mes grands-mères sont quelque part une survivance de la vie d'avant la guerre. En effet à la même époque, chez mes parents nous avons déjà réfrigérateur, gazinière et même la télévision.

Ce qui je crois a surtout changé notre mode d'alimentation, c'est l'arrivée des grandes surfaces à la périphérie d'Orléans. La profusion (et pas seulement en alimentation) séduit mes parents. Une fois par semaine, on se rend en voiture à « Escale » à Olivet et on remplit le coffre de la deux-chevaux. Maman, mère de 3 enfants, travaille toute sa semaine en ville et trouve cela très pratique. Elle peut acheter l'alimentation, les cahiers pour la rentrée, des vêtements... Tout dans un seul lieu. Moi, j'adore l'accompagner, pousser le chariot, remplir le coffre de l'auto... Il y a de la lumière, de la vie, des soldes... beaucoup de gens aussi à la caisse... c'est la fête que d'aller faire les courses comme ça.

Mes parents ayant connu les privations de la guerre sont enchantés de cette profusion... Leurs enfants ne manquent de rien et ne souffrent pas de la faim.

C'était les 30 Glorieuses.

### Moi et la nourriture... pas si simple.

Vers 1967 je dis à maman que j'aimerais bien faire du patin à glace... À l'époque il n'y a pas de patinoire à Orléans. Qu'à cela ne tienne... maman m'inscrit à un cours de danse. Rapidement je m'aperçois que cela me plaît. La musique, l'effort, l'expression... C'est vraiment ce que j'aime. Quand je suis à barre, les murs de la classe se dissipent... c'est un peu comme dans « L'Oiseau lyre » de Prévert. Je suis du genre rêveuse et mon professeur ne manque pas de me ramener sur terre.

Dans la classe de danse les élèves grandissent et peu à peu les corps évoluent... Quand la puberté arrive, c'est la déconvenue. Comment peut-on accepter cela : poitrine, cuisses, règles, poids, boutons, cheveux gras... Petites nous avons bien vu que les grandes changeaient... mais cela ne pouvait pas nous arriver. Et pourtant si... nous étions trahies par notre propre corps.

Passionnée, j'entre au conservatoire d'Orléans et tout me confirme que « la ligne » est primordiale. Il faut à tout prix être fine pour réussir. En effet, certaines sont « virées » ou renvoyées lors des examens de fin d'année car jugées trop rondes. Donc même si je n'ai pas de problème de poids, je fais un régime comme les autres. L'adhésion aux valeurs et aux comportements du groupe favorise l'intégration. Mes parents sont atterrés. Ils n'y peuvent rien. Je fonds à vue d'œil... Moi, je suis ravie. L'adolescence est une période assez délicate à gérer. Finalement le temps et les aléas de la vie font leur travail... et je m'en sors tant bien que mal. Et comme me disait maman (citant Nietzsche)... ce qui ne te tue pas, te rend plus fort.

## **Un regard personnel sur l'alimentation actuelle**

Au départ, il est vraisemblable que nous sommes programmés pour manger un peu au-delà du nécessaire afin de stocker pour les périodes creuses : une sorte de souvenir génétique des périodes de faim subies par nos lointains ancêtres. Dépendants des saisons et des aléas climatiques, c'est au Seigneur que nos aïeux demandaient leur pain quotidien : si cette prière correspondait à une quête spirituelle, elle était également terrestre.

Il n'y a en effet pas très longtemps que nous ne vivons plus dans la crainte de la pénurie : après la 2<sup>de</sup> guerre mondiale, les tickets de rationnement ont encore existé quelque temps. Ce n'est qu'après le baby-boom que la France a produit plus pour nourrir sa population... et exporter. Y a-t-il eu une saturation du marché ? En tout cas, dans les années 60, je me souviens du lait qu'on nous donnait à boire à la cantine le midi... pour le calcium oui... mais peut-être aussi pour écouler la production. Dans le même ordre d'idées, la viande est devenue une nécessité de chaque jour grâce à la publicité.

Le commerce a aussi développé la notion de plaisir. Ainsi du petit plaisir réservé aux fêtes on est passé au petit plaisir de chaque jour... On ne mange plus parce qu'on a faim, on mange pour se faire plaisir. Alors, on importe, on varie les produits, les formes, les présentations. On sait que le nouveau attire.

Et puis le modernisme favorise une mise à disposition de l'alimentation sans effort : le réfrigérateur, les conserves, le congélateur, et, un peu plus tard, les doses individuelles... Les exhausteurs de goût, sucres et sel ajoutés flattent nos papilles qui en redemandent toujours plus.

La sédentarité, le chauffage des habitations, le cocooning réduisent nos besoins énergétiques. Bref le surpoids et ses maladies associées (cholestérol, diabète, hypertension...) nous guettent à chaque bouchée... Finalement maintenant on paie pour manger moins... Le monde médical et pharmaceutique surfe là-dessus en exploitant l'innocence du grand public. Cures et régimes n'ont jamais si bien marché... Knock et les médecins de Molière ne sont pas loin !

De fait, depuis quelques années, on recherche le juste milieu, l'équilibre et la qualité. On aspire à jouer plus collectif avec la terre et les autres nations moins favorisées.

## LE MARCHÉ DE LA VILLETTE AU XX<sup>e</sup> SIÈCLE

*Le marché parisien a toujours été un débouché majeur pour les normands producteurs de viande, qu'ils soient « marchands de bestiaux » ou « herbagers ». Le marché de La Villette était, jusqu'au milieu du XX<sup>e</sup> siècle, la porte d'entrée obligatoire pour fournir les boucheries de la capitale mais aussi d'une bonne moitié de la France.*

### Quelques définitions/précisions préalables

Le marchand de bestiaux est un commerçant, il achète chez ses clients éleveurs en campagne pour revendre rapidement. L'herbager achète, lui aussi en campagne, des animaux plus jeunes qui nécessitent d'être engraisés dans ses herbages de bonne qualité ; l'alimentation est composée exclusivement d'herbe. D'autres professionnels, nommés engraisseurs, « finissent » leurs bovins « à l'auge », c'est-à-dire attachés dans une étable avec foin, céréales et tourteaux pendant un ou deux mois. Les animaux concernés sont des bœufs (taureaux castrés, âgés de trois ans), des vaches de réforme, des génisses (femelles n'ayant jamais donné naissance à un veau) et quelques taureaux.

### Comment acheminait-on ces animaux à La Villette ?

Le marché se déroule tous les lundis matin (un marché moins important a lieu le jeudi). Le rassemblement des animaux commence le vendredi précédent : l'herbager a choisi les animaux qui partiront, il commence à les regrouper en allant les chercher dans divers herbages avec son camion. Cette opération se poursuit le samedi matin, l'après-midi est consacré au transport vers la gare (« la petite vitesse ») où un wagon qui a été réservé est à quai. Les animaux passent directement du camion au wagon avec beaucoup de précautions : un animal qui s'échappe est difficile à récupérer, il peut troubler sérieusement le trafic de la gare. Une bonne vingtaine de bovins peuvent voyager dans le même wagon sur une litière de paille. Au moment du rassemblement chaque animal a été marqué sur le haut de la cuisse droite (signe distinctif personnel, simple, taillé dans les poils avec des « forces », grosse paire de ciseaux).

L'opération doit être terminée pour 17h, heure à laquelle le train va être composé (manœuvre). On voit arriver d'autres wagons des gares voisines. Le transport a lieu dans la nuit, les animaux sont accueillis à leur arrivée par des « débarqueurs » puis des « bouviers » qui les conduisent vers des étables (ou « bouvieries ») où ils sont abreuvés et nourris. Ils seront conduits sur le marché le lundi matin de bonne heure, tout doit être prêt une heure avant « la cloche ».

Historiquement les animaux étaient acheminés à pied sur des périodes très longues, puis le développement du chemin de fer a accompagné celui du marché de La Villette créé en 1859. Cependant, à partir de 1961 une série de longues grèves ont paralysé le trafic, les professionnels ont été contraints de se tourner vers le transport routier. La confiance perdue, les contraintes horaires moins lourdes, ont provoqué l'abandon de la SNCF.

### Le déroulement du marché : les vendeurs...

Les professionnels se rendent à Paris par le train ou en voiture. Boulevard Jean-Jaurès ils se rendent dans un établissement (café ou restaurant) où un vestiaire est organisé à leur intention ; ils y retrouvent leur « commissionnaire » qui indique la ou les travées où ils vont retrouver leurs animaux. Ce lieu a été attribué par tirage au sort effectué par le « maître placier ». C'est un élément important pour le commerce : plus l'allée contigüe est passagère, plus ils verront passer d'acheteurs potentiels. Le marché est très important, voire impressionnant, il rassemble entre 7 000 et 10 000 bovins : on peut dire que, sous la halle, ils sont là à perte de

## FOURNIR DE LA VIANDE AUX PARISIENS

vue ! À son arrivée devant la halle le vendeur est informé, par une ardoise écrite à la craie, de la quantité d'animaux présents pour chaque catégorie. Il imagine aussitôt l'ambiance du marché : animaux très nombreux signifie prix en baisse.

Revenons sur le « commissionnaire » : il est l'intermédiaire entre l'herbager et les acheteurs avec lesquels les commerces seront conclus. Il note les transactions qui lui sont transmises par les deux parties et transmet à son « caissier » qui, en fin de journée, règlera le montant dû ; il recevra le même montant de la part de l'acheteur.

Le vendeur retrouve ses animaux dans la travée désignée, attachés côte à côte par les cornes à l'inférieure de deux lices (la supérieure étant réservée aux animaux vendus), bien serrés, les meilleurs individus étant en bordure de l'allée. Souvent il fait déplacer quelques animaux, car le coup d'œil sur l'ensemble est toujours important. Le sol est fait de gros pavés agencés de telle manière qu'ils déterminent à chaque travée un petit caniveau qui évacue l'urine. Les taureaux sont à part, en bordure de la halle. Le marché s'ouvre avec eux à 9h30 afin qu'après le commerce, ils puissent être reconduits vers les bouveries avant les autres animaux. Le reste du marché ouvre à 10h30, à la cloche.

### ... et les acheteurs

Les acheteurs sont les « chevillards » dont le métier est d'acheter des bovins vivants, de les faire abattre et de revendre les carcasses aux bouchers en gros ou détaillants. Ils achètent donc en fonction de leur clientèle couvrant approximativement la moitié nord de la France (les bœufs normands partent souvent vers l'Est, les carcasses de très grande qualité se dirigent plutôt vers le Nord, Paris consomme un peu de tout...). Le chevillard passe dans les allées, examine les animaux, en estime (silencieusement) le poids, caresse, pince la peau, palpe la base de la queue, regarde l'animal par devant, par derrière, il se fait une idée de la qualité de l'animal, il finit par demander le prix, obligatoirement trop élevé, proteste, trouve à critiquer l'animal, pour lui la demande n'est pas dans les cours du jour, sollicité il finit par faire son offre de prix, régulièrement refusée, chacun argumente encore, on discute... quelquefois longtemps... sans accord l'acheteur potentiel finit par partir vers d'autres animaux, d'autres acheteurs s'arrêtent, même manège... Le premier peut revenir et rediscuter, on imagine qu'il est vraiment intéressé... les deux hommes finissent par s'accorder sur le prix, l'affaire est conclue pour cet animal (elle peut aussi concerner plusieurs animaux d'un lot homogène), et la vraie conclusion c'est le « tope dans la main » qui vaut contrat, engagement, signature... Il est irréversible, personne ne revient sur sa parole, il serait rapidement « grillé » sur l'ensemble du marché ! Tout le commerce des bestiaux est basé sur ce principe ancestral.

### Les transactions

Ce type de commerce est appelé « à la traverse » c'est-à-dire qu'on estime à l'œil l'ensemble des critères qui déterminent la valeur : lorsqu'ils se quittent, vendeur et acheteur ont déterminé le montant exact de la transaction. Cette méthode s'oppose à l'achat « au poids de carcasse », le prix discuté est celui du prix du kilo de carcasse, c'est-à-dire que la valeur exacte ne sera connue qu'à la pesée, après l'abattage et l'élimination des viscères, des pieds et du cuir.

En début de marché les affaires vont assez vite car il y a concurrence entre les acheteurs (il faut qu'ils puissent contenter leurs bouchers). Petit à petit le commerce se calme, l'herbager doit revoir ses exigences à la baisse... Il peut même arriver qu'il aille rechercher ailleurs sur le marché un acheteur qui lui avait fait une proposition à laquelle il va se plier (celui-ci refuse rarement de maintenir son prix). En fin de marché il peut arriver que des animaux ne soient pas vendus : ils sont alors « relevés », c'est-à-dire qu'ils vont partir en bouverie pour attendre le marché du jeudi qui ne sera pas forcément plus favorable et les frais de pension viendront grignoter le prix de vente.

L'animal qui est acheté est libéré de la lice inférieure et aussitôt attaché à la lice supérieure, il est marqué par le chevillard de sa marque personnelle sur la cuisse gauche avec ses forces, il pourra ainsi être reconnu par les bouviers qui viendront le chercher pour le conduire (souvent directement) vers l'abattoir.

Le marché est clos à 14h30 mais les transactions et les décisions de relève sont généralement prises plus tôt. Chacun retourne alors vers son vestiaire, se change et les petits groupes se retrouvent dans l'un des restaurants renommés du secteur. Ce marché est le lieu de fabrication des prix qui seront pratiqués toute la semaine entre les professionnels. Des journalistes spécialisés sont présents, on peut les voir interroger les acteurs avant de rendre compte des tendances du marché et publier les cours dans les journaux agricoles et la presse régionale.

## **La fin du marché**

Après le repas chaque vendeur passe voir le caissier, les comptes sont faits, le fruit de la journée est transmis à l'herbager. Jusqu'au début des années soixante le versement se faisait en espèces ! Les vendeurs repartaient ainsi, en voiture ou par le train, avec des portefeuilles très gonflés !

Les abattoirs, à proximité du marché aux bestiaux, ont été créés en 1859, mais dès 1949 ils ont été considérés comme vétustes, particulièrement pour leurs conditions d'hygiène. Un projet pharaonique a été validé, situé sur la rive droite du canal de l'Ourcq tout proche. Les nouveaux abattoirs ont été construits à partir de 1959, les bouveries ont suivi, mais la salle des ventes projetée n'a jamais été utilisée. Un scandale financier majeur a été révélé, les travaux ont été suspendus en 1966 et l'ensemble marché - abattoirs a été définitivement abandonné en 1974 (le marché avait perdu une grande partie de son activité entre 1968 et 1971).

Dans cette période les transports frigorifiques s'étant considérablement développés, il semble logique que les abattoirs se soient répartis dans l'ensemble de la France, à proximité des lieux de production et c'est la viande prête à la vente qui a alors été acheminée vers Paris et les grands centres de consommation.

---

**Ensemble, nous sommes le 10<sup>e</sup>**  
10, rue Martel 75010 Paris  
contact@ensemble10.fr  
<https://ensemble10.fr/>

## LE LAIT DE VILLE ET LE LAIT DES CHAMPS

*Les Parisiens se sont mis à consommer en quantité du lait au 18<sup>e</sup> siècle, l'ajoutant à leur café du matin. Jusqu'au début du 20<sup>e</sup> siècle, ils pouvaient acheter du lait de Paris dans une vacherie, ou s'approvisionner dans les crémeries vendant les produits des fermes d'Île-de-France.*

### Le petit commerce du lait au 18<sup>e</sup> siècle : nourrisseurs et laitières

À la fin du 18<sup>e</sup> siècle, Louis-Sébastien Mercier, chroniqueur de la vie parisienne, ne voit « plus personne à Paris déjeuner avec un verre de vin<sup>1</sup> ». Le café au lait est devenu le petit déjeuner de la marchande des Halles et de la marquise. La demande en lait de vache s'envole.

Des professionnels spécialisés fournissent une denrée qui se vend à bon prix, sans transformation ni transport de longue distance. À Paris ou en banlieue, c'est-à-dire dans les villages distants d'environ deux lieues, les nourrisseurs élèvent leur troupeau en étable ou vacherie et écoulent le produit de la traite, éventuellement via une revendeuse. Les laitières en cote rouge attirent chaque matin les acheteurs autour de leurs pots de fer-blanc en criant *La laitière, allons, vite*.

Si les nourrisseurs et les laitières font leur beurre, les clients ne s'y retrouvent pas car « on falsifie le lait comme le vin : on y met de l'eau<sup>2</sup> » puis on y jette de la farine ou de l'amidon pour l'épaissir. Les vacheries de Paris, souvent insalubres, sont frappées par la fièvre bilieuse au tournant du siècle.

### Delanos : précurseur de la grande distribution laitière

En 1844, un article de l'Illustration témoigne des mutations de la filière du lait à Paris. Le préfet de police ne veut plus des laitières sur la voie publique<sup>3</sup>, encombrant les trottoirs nouvellement créés. Le commerce du lait devient « une véritable industrie, exercée en grand, appuyée de capitaux considérables », avec « dans les rues une quantité de petites boutiques portant haut pour enseigne le nom de leurs propriétaires<sup>4</sup>, qui était presque toujours celui des sieurs Delanos et Delacour ». Les deux compères s'entendent : aucune des 100 **laiteries ou crémeries Delanos** n'est à côté des 80 boutiques Delacour. Dans ces nouveaux magasins à succursales, on trouve du lait chaud ou froid, de la crème, du beurre, du fromage mais aussi des oranges et de la glace. Le lait vient de Seine-et-Oise, d'abord amené en poste par des voitures à claire-voie, puis par le chemin de fer.

Selon l'Almanach du commerce de 1838, le dépôt principal parisien du crémier Delanos est situé au 66, rue du Faubourg-Saint-Martin pour 44 succursales. En doublant ses crémeries dans la capitale entre 1838 et 1844, Matthieu-Félix Delanos est-il allé trop vite ? Après son installation en association sous l'enseigne Delanos & Petit au 148, rue du Faubourg-Saint-Denis, sa chance tourne comme le lait. Il décède en 1850 et Auguste Petit devient seul propriétaire. En 1857 ce dernier se regroupe avec des confrères<sup>5</sup>, créant la Laiterie Centrale, englobée dès 1863 dans le groupe Bachimont. La Laiterie se maintient jusqu'au début du 20<sup>e</sup> siècle dans le faubourg Saint-Denis, quittant le 148 pour le 132 en 1882.

<sup>1</sup> Louis-Sébastien Mercier - Tableau de Paris, 1782-83

<sup>2</sup> op cit.

<sup>3</sup> Circulaire du 27 janvier 1837

<sup>4</sup> Gazette des Tribunaux du 13 novembre 1850

<sup>5</sup> Laiteries au 180, rue du Faubourg-Saint-Denis, à la Chapelle-Saint-Denis et à Montmartre selon la Gazette des Tribunaux du 9 mars 1857

## Les vacheries du 10<sup>e</sup> arrondissement au 19<sup>e</sup> siècle

Après la fin de la fièvre bovine en 1817, les vacheries, plus contrôlées, ne peuvent s'établir que dans des rues larges et bien percées dans des faubourgs au-delà des boulevards intérieurs<sup>6</sup>. Ainsi la vacherie Poinot au 28, rue de Chabrol se pose en établissement modèle avec ses 20 vaches flamandes dans l'Almanach du commerce de Paris de 1838. Elle dispose même au-dessus de l'étable de « cabinets avec des trappes pour se procurer graduellement la vapeur employée contre les affections de poitrine » ! Mais ce n'est pas gai d'être vache à lait, même dans une vacherie modèle. Pour accroître la productivité, les **laitiers-nourrisseurs** « achètent des vaches dites parisiennes âgées de 5 à 7 ans, venant de vêler ; au bout de 6 à 7 mois, lorsque le rendement faiblit, la vache est grasse et vendue pour la boucherie<sup>7</sup> ».

Après 1870, les vacheries se multiplient. À côté des crèmeries servant sur place café à la crème et riz au lait, vendant du lait mouillé d'eau, les vacheries délivrent un produit de meilleure qualité, plus traçable et donc plus cher. À leur apogée, en 1892, on en dénombre 14 dans le 10<sup>e</sup> arrondissement sur un total de 408 à Paris répertoriées dans *l'Annuaire-almanach du commerce*. La grande vacherie Tible au 223, rue Lafayette possède par exemple 53 laitières en 1888 au lieu de 6 à 19 pour la majorité des établissements.

Le déclin suit rapidement : en 1914, une seule vacherie dans le 10<sup>e</sup> rue Bichat pour 86 dans tout Paris. L'urbanisation et la hausse du foncier incitent les nourrisseurs à quitter leurs locaux parisiens, parfois reconvertis en cinémas ou en garages. De grandes sociétés laitières comme Maggi bousculent la donne, avec des laits pasteurisés ou stérilisés de qualité égale amenés par les chemins de fer.

## Et de nos jours

Aujourd'hui, les vacheries ont disparu de Paris depuis bien longtemps. Mais de nouveaux projets de laiteries artisanales voient le jour dans le 18<sup>e</sup>, produisant des fromages parisiens avec du lait francilien. À la laiterie de la Chapelle (72, rue Philippe-de-Girard) on peut acheter son litre de lait, venu directement d'une ferme du Val d'Oise, ou le Dormoy, une tomme de vache fabriquée sur place. À la laiterie de Paris (74, Rue des Poissonniers) sont transformés lait de vache, lait de brebis et lait de chèvre pour offrir des spécialités laitières très locales comme le Myrha, affiné à la bière de la Goutte d'Or, brassée tout près. En attendant le retour de laiteries produisant des fromages dans le 10<sup>e</sup> ? Pour l'instant seule la porte cochère du 148, rue du Faubourg-Saint-Denis, où le nom de Delanos reste inscrit, flanqué d'une tête de bovidé, préserve la mémoire du dépôt de lait d'antan.

---

### Histoire et Vies du 10<sup>e</sup>

Mairie du 10<sup>e</sup>- 72 rue du Faubourg-Saint-Martin 75010 Paris

Tél : 01.53.72.12.96

hv10@hv10.org

<http://hv10.org>

<sup>6</sup> Ordonnance du 25 juillet 1822 concernant les établissements de vacheries dans l'intérieur de la ville de Paris

<sup>7</sup> Michel Philipponneau, *La vie rurale de la banlieue parisienne*, 1956

## DU JARDIN À L'ASSIETTE

Ces textes sont issus du travail mené en atelier dans le cadre des activités de L'Aire à Mots : ateliers jeunes, ASL (Ateliers Socio Linguistiques) et FLE (Français Langue Étrangère), ateliers d'écriture adulte.

---

### Vivant jardin

Peau flétrie, percée  
Par le germe sous la terre  
Invisible naissance  
©Johanna

L'abeille suçote la rosée  
Le jardin s'éveille  
©Camille

Une brise acide et siffiante  
décoiffe la jaune fleur  
de l'humble pissenlit  
©Jean-Claude

Derrière la maison  
Des rires de femmes et d'enfants  
Petits pois sauteurs  
©Johanna

La souris rose prend la tomate et la lance à la sorcière.  
©Chenthila

L'odeur transpire  
La chaleur prend couleur  
Les tempes agitées de la mangue rebondissent au sol  
©Viole

Chair chaude et sucrée  
Confite par le soleil  
Baiser de framboise  
©Johanna

Atteindre les jolies baies rouges  
accepter que le sang coule  
sur les mains gourmandes  
©Jean-Claude

Lourde dans ma main  
La tomate cueillie, chaude encore  
Au soleil couchant  
©Johanna

De la terre noire et légère  
à l'odeur de champignon  
S'échappent syrphes, mouches, asticots  
©Jean-Claude

Le cri s'envole  
Fragmente le sol  
Le vent appelle  
Et les marrons tombent  
©Viole

Je fais rouler la pomme de terre entre mes mains, pour en détacher les petits amas de terre. L'odeur des champs de mon grand-père. L'odeur de la terre venue des temps les plus anciens. J'entends les remarques de ma grand-mère sur l'épaisseur de mes épluchures. La chair ferme et glissante dans ma main, sous le jet d'eau froide. Les mains de ma mère découpant les frites un dimanche de fin d'été.

©Johanna

Souf flus une feuille  
Souf flus chu deux feuilles  
Trois feuilles  
Souf souf flus chu souf chu souf souf  
Quatre feuilles, cinq feuilles, six feuilles  
Souf flus souf chu chu chu flus souf souf souf  
Envolées les feuilles  
Nu le cœur  
Refroidi l'ar-chi-chaud  
**©Camille**

De la nuit glaciale  
S'échappe un fumet âcre  
L'hiver sent le chou  
**©Camille**

Sa couleur est verte  
Il ressemble à un arbre en miniature  
A un goût salé et splendide  
Il n'a pas d'odeur mais plutôt un cœur  
Le brocolis  
**©Krishni (12ans)**

Ananas, tu as des cheveux verts, tu es jaune orangé ; ton corps massif est recouvert d'écailles de crocodile. On t'arrache du sol pour accomplir ton destin (être mangé).  
**©Alexandre (11ans)**

Je suis la myrtille au soleil.  
Je grandis près de la terre, je sens la fraîcheur, j'ai un goût unique, j'ai un jus sucré. Le vent me pousse.  
J'adore qu'on me mange, j'adore l'été, je me cache sur la terre.  
**©Chenthila (10ans)**

Abricot, super fruit à votre service pour les vitamines !  
**©Alexandre**

Elles prennent leur temps. Mûrissent tranquillement à l'été.  
Et quand du vert, elles tournent au violet pourpre rugueux.  
Et quand sous les doigts elles n'opposent plus de résistance.  
Et quand elles menacent de se laisser tomber de leur branche.  
Il faut une main, même toute petite, pour les cueillir.  
Sous la pression de quatre doigts, elles se fendent en deux, écartelées.  
Et découvrent une intimité de chair rouge et granuleuse.  
Dense comme un tapis d'algues dans un lac de montagne.  
De la figue, on mange tout. La peau. La pulpe.  
De la figue, il ne reste rien.  
**©Camille**

L'abeille a des amis  
Elle peut prendre le pollen des fleurs  
Elle doit faire attention aux plantes cannibales  
Les abeilles n'aiment pas quand une reine abeille est morte, mais il y a des remplaçantes  
L'abeille aime quand il y a beaucoup de plantes

Une abeille grande comme un humain, ça n'existe pas  
Une abeille qui tient une arme, ça n'existe pas

### ©Chenthan (9ans)

Papillon  
Au début, tu n'étais rien, juste une larve sans beauté.  
Puis tu t'es enfermé dans ton cocon, tout seul, sans lumière, dans l'obscurité.  
Au fil du temps, tu as eu des ailes, de très belles ailes, aux mille couleurs de l'univers.  
Tu t'es envolé, montrant ta beauté en volant dans les airs.  
Tu t'es posé sur une fleur  
Avec prudence tu la caresses  
Tu la rends plus belle, plus sensible,  
Puis tu t'envoles et tu joues dans ce jardin, entouré d'insectes et de plantes.

### ©Krishni

Le papillon en papa, ça n'existe pas  
Le papillon en papy, ça n'existe pas  
Un papillon qui fait du violon, ça n'existe pas  
Le papillon qui n'a pas de papa, ça n'existe pas  
Un papillon qui peut manger de la barbe à papa, ça n'existe pas  
Un papillon qui chante, ça n'existe pas  
La lune, le papillon ne la voit pas, il ne vient pas quand c'est le soir

### ©Chenthila

Lune montante, lune descendante  
Dans l'obscurité de la nuit,  
lumière éclate sur les herbes mouillées,  
dans le silence de l'espace  
on peut entendre nos rires invisibles  
dans le vent.  
L'air emporte nos odeurs, mélangées, fruitées, acides, douces, fortes, amères.  
Quand le soleil se lèvera,  
nous toucherons des mains inconnues  
et nous dirons adieu à toi qui nous a fait grandir.

### ©Krishni

## Nos assiettes : des paysages, des plaisirs

Sur un tapis croquant de jeune salade, une ribambelle de tomates cerises joue à cache-cache. Le basilic, séducteur, flatte toutes les narines qui passent. Dans un coin, de fines tranches d'aubergine se reposent dans leurs robes croustillantes. Juste à côté, la mayonnaise se fait mousser pour impressionner la délicate asperge fraîchement coupée. Les brocolis, à peine sortis du bain de vapeur, se dressent au milieu de l'assiette, comme une minuscule forêt de livre pour enfants.

©Johanna

Fendu l'abricot  
Saillante l'aubergine  
Rebondie la pêche  
Potelée la framboise  
Pointue la fraise  
Juteuse la poire  
Poilu le kiwi  
Glabre le concombre  
Tendre la mangue  
Croquant le chou-fleur

Piquant le radis  
Offerte la salade  
Frustrées les myrtilles  
Pulpeuse la tomate  
Charnu le potiron  
Proéminente la courgette  
Vantard le butternut  
Fidèle la cerise  
Partouzeur le raisin

©Camille

Une belle salade dans une assiette ressemble vraiment à un jardin à la française :

Le sol couvert d'un mélange de persil, de mâche et de roquette.

Les longues feuilles jaunes de la laitue entourant la cour.

Les champignons sont accoudés sur l'herbe compactée comme les petites pierres dans le couloir.

Nous pouvons voir les tomates, le poivre et les citrons décorer cette cour comme des fleurs de jolies couleurs vives.

Mais les courgettes sont debout pour protéger la place en collaboration avec les concombres et les aubergines.

La beauté de cette assiette nous donne l'envie d'écrire un poème.

©Nibal

Les pêches se font tuer, leurs os sont des noyaux, leur sang est le jus.

La bataille est terminée, l'équipe des légumes a gagné grâce au piment.

©Chenthan

Fffrrrou Fffrrrou  
Chchchou Chchchou  
Déplie-toi  
Déplie-moi  
Mon chou  
Mon frisé  
Fffrrrou Fffrrrou

Défrise-moi  
En secret  
Chchchou Chchchou  
Déchouplie  
Mes replis  
Enfrise-moi  
À l'envi

©Johanna

Il pressutte  
Elle zesticule  
Il dépulpe  
Elle décitronne  
Il citrojute  
Elle pulpexplose

©Johanna

## Nous, fruits et légumes

Je suis une tomate. J'aime vivre et parler avec d'autres légumes.

Attention ! ne me tue pas, ne me mange pas quand je suis un bébé. Tu pourras quand je me sentirai vieille.

S'il y a une mouche sur moi, je la tuerais !

À l'intérieur de mon corps, il y a des pépins et de l'eau (jus).

Ooh ! j'aime bien le soleil et l'eau.

J'aime bien les plantes carnivores.

Mais qu'elles ne mangent pas les libellules et les coccinelles !

### ©Chenthan

Avocat prématuré. On l'a cueilli avant terme. Tout ça pour qu'il attende de mûrir des jours durant, seul dans une corbeille de fruits, sous une vieille feuille de journal en guise de couveuse. L'encre commence à s'imprimer sur sa peau. Il n'en peut plus de porter tous les mots du monde ! Il suffoque sous ce papier épais qui sent l'imprimerie et les rues de Paris.

Alors il court.

Il court.

Il court.

Il court.

Il court tant qu'il a le noyau qui bat la chamade, menaçant de se fendre en deux.

Il court pour retrouver le jardin de son enfance. Pour se raccrocher aux branches de son existence. Pour finir de grandir là où il avait à peine éclo.

Il court vers l'arbre nourricier qui fera de lui une chair de velours, tendre et moelleuse.

Alors il court.

Son noyau bat la chamade.

Il court.

Il court.

Il court.

### ©Camille

Mon billet à la main, dans l'autre mon sac.

Je pars dans le rayon banane, je pars en Guyane.

Je suis née d'un arbre.

Au rayon du soleil, je grandis et gagne en croissance.

Je deviens jaune, suis-je malade ?

Non mon enfant, tu es une grande adolescente

Je fugue de ma branche, me détache.

Je noircis, vais-je mourir ?

Je me décompose.....

Et deviens un arbre !

J'ai réussi ma vie.

©Christopher (13ans)

Je suis une mangue, je veux un jardin, où ?

Je veux être libre, sentir les gouttes qui tombent, entendre les bourdonnements des insectes, voir le soleil et la lune m'éclairer.

Je veux être entourée de manguiers. Je ne veux pas être arrachée quand je ne suis pas mûre.

Je veux vivre, comme un être vivant. J'ai eu des parents. Je veux me voir grandir, enveloppée de ma peau, je veux faire de mon jus quelque chose de splendide.

### ©Krishni

« Nous, syndicat des légumes de potagers, à savoir section des carottes, des radis, des oignons, protestons énergiquement contre le sort que l'on nous fait subir !

L'un d'entre nous, en l'occurrence ce faiseur de larmes, monsieur l'oignon, pour ne pas le nommer, a commencé à protester ; les carottes ajoutèrent qu'elles avaient été très indéemment serrées les unes contre les autres, quant aux radis, ils se souvenaient qu'ils se sentaient bien plus à l'aise, leurs petites racines bien plantées en terre fraîche, leurs fanes bien étalées autour de leurs corps rebondis.

En finale, la résolution de la section fut :

« Nous ne voulons pas de cette vie artificielle, nous demandons à retourner dans notre lieu d'origine, là où nous étions bien tous ensemble, à l'aise et à l'abri dans notre enclos douillet, chouchoutés et dorlotés par notre cher vieux jardinier.

Cessons cette mascarade ! Debout, marchons et rentrons chez nous en bon ordre : une-deux, préférant mourir dans notre terre natale plutôt que dans des assiettes prétentieuses, pour gaver des humains avides et insensibles à nos qualités intrinsèques ».

©Jean-Claude

La rébellion des citrons

Les citrons, un beau jour, se sont tous réunis  
Pour crier d'une seule voix : Allons, ça suffit !  
Cageots, paniers, cartons, ont été renversés  
Les clients effarés de stupeur sont tombés  
Les citrons ont crevé les pneus des gros camions  
La route ils ont tracée jusqu'à Rungis, à fond  
Rameutant tous leurs frères et cousins exotiques  
Qui avaient trop longtemps souffert de ces trafics  
Ensemble ils sont allés bloquer l'aéroport  
Ont jeté passagers et pilotes dehors  
Envahi les avions, fouillé toutes les cales  
Pour trouver leurs semblables, enfermés dans des malles  
La plupart encore verts, hélas trop tôt cueillis  
Entassés, étouffés, secoués et meurtris  
Une fois libérés, ont craché leur colère  
Puis ils ont enflammé tous les avions à terre  
Devant tous les témoins, ont juré haut et fort  
Qu'un jour si un citron est maltraité encore  
Une marée jaune plus que déterminée  
D'un zeste écraserait l'entière humanité

©Johanna

La terre s'assèche  
Comment faire pousser  
Les humains de demain ?

©Camille

---

**L'Aire à Mots**

99, boulevard de Magenta 75010 Paris

Tél : 01.47.70.78.18.

laireamots@club-internet.fr

<http://www.aireamots.com> / [www.aireamots.org](http://www.aireamots.org)

*L'alimentation a toujours été pour l'être humain, quelle que soit son origine, sa culture, et à toutes les époques, une préoccupation primordiale, car il faut manger pour vivre. Mais que va proposer à manger ce jour la ménagère à sa marmaille ? Et les tourments du cultivateur : la météo sera-t-elle clémente cette année ? La pluviométrie et le soleil seront-ils propices à ses cultures de céréales, de fruits et de légumes, à ses vignobles et, pour son bétail, qui partage son terrain ? Les insectes, l'invasion des sauterelles vont-ils ravager ses champs ? Telles sont les inquiétudes que l'on pressent depuis la nuit des temps.*

---

### **En mémoire d'un temps**

Nous sommes à Tighennif, à l'ouest de l'Algérie durant les années 40, je me souviens d'une courte période de suffisance alimentaire suivie malheureusement de longues années de disettes. C'est la guerre de 39/45. Nous avons des cartes de ravitaillement alimentaire précisant le nombre de personnes concernées, parents et enfants : le rationnement prévu est appliqué selon la composition de la famille. Nous avons donc droit à 250 grammes de pain par jour et par personne, parfois des pois cassés que ma mère réduit en purée pour nous nourrir. Ce rationnement s'arrête brusquement à la fin de la guerre sans aucune explication.

### **Le menu des disettes**

Cependant, notre base de nourriture ce sont les céréales, notamment l'orge, très peu de blé et de maïs. Notre menu du jour : au déjeuner c'est une petite galette de semoule d'orge pour chacun de nous quatre que ma mère fait cuire dans un plat rond en terre au feu de bois sur le « kanoun » dans la cheminée. Elle fait un trou au centre de la galette, le remplit d'huile, nous y trempions alors des petits morceaux pour nous restaurer ou bien elle y frotte une olive noire par-dessus pour lui donner plus de goût. Le soir, sous l'éclairage de la lampe à pétrole, notre diner est donc composé de couscous évaporé de semoule d'orge arrosé de lait de chèvre additionné d'eau. Le matin au petit déjeuner, nous prenons du café noir avec une « tobaa » (petite motte de couscous) restant de la veille avant de partir à l'école. Ce sont nos repas quotidiens, repas de la misère adaptés selon les conditions de vie du moment.

### **Traitement de la mouture des céréales**

Les proches de ma mère sont des petits cultivateurs, ils ne nagent pas dans l'opulence et l'argent ne circule pas beaucoup, mais ils lui donnent de temps en temps quelques victuailles dont deux quintaux de grains d'orge et un demi quintal de blé pour toute l'année après les moissons parce qu'elle leur a prêté main forte. Après avoir lavé, séché au soleil et purifié cette quantité de grains, elle l'envoie moudre au moulin du village. Suite à la mouture, elle crée un abri dans la cour pour se protéger des intempéries et éviter l'envolée de la poussière dans la maison. Elle procède à la séparation et au calibrage du son, de la semoule et de la farine qu'elle obtient avec l'aide de plusieurs tamis. Puis elle les conserve séparément dans des « mezweds » (outres en peau de mouton).

### **Conserves pour la saison froide**

Ma mère réalise des conserves d'aliments pour l'hiver parce qu'en ce temps là, nous consommons des produits de la terre de saison. Elle tranche les tomates en deux, les saupoudre de sel et les

expose à sécher au soleil de l'été sur des planches au dessus du toit de la maison. Même méthode pour les poivrons grillés au charbon et nettoyés au préalable qu'elle conserve aussi dans des « mezweds ». Ma grand-mère, Bent Chalabi, procède au séchage des figues ouvertes en deux et du raisin en grappes. Le figuier, l'olivier et la vigne sont cultivés partout où la nature du sol leur est favorable. Le raisin est plutôt convoyé vers les caves coopératives pour la fabrication du vin. L'ail, les oignons et les piments sont enfilés en chapelets et suspendus à l'intérieur de la maison pour la consommation. Ma grand-mère fabrique elle-même manuellement son huile d'olive. Le lait de vache aigri et caillé est versé et baratté dans une « chekoua » (outre) non séchée et bien aseptisée pour récupérer le beurre à conserver un peu salé dans un « kaste » (petite jarre) et le petit lait écrémé, « lben » (boisson rafraichissante et très prisée).

## **Maniement alimentaire des céréales**

Le couscous est roulé et évaporé quotidiennement en différentes catégories ou grosseurs : le fin, « sfouf », est préparé avec du beurre et des raisins secs saupoudré de sucre ou de miel souvent consommé en dessert avec du thé à la menthe. Le moyen, « taam », est préparé avec du bouillon, des légumes et de la viande si possible. La viande n'intervient que rarement dans les menus, qu'à l'occasion de l'Aid El Kébir et des mariages... Le gros, « berkouks », est préparé avec un peu de viande salée, séchée et déshydratée, des légumes et des épices pilées « ras el hanout ». Les épices et les condiments ont un grand rôle, ils compensent la fadeur de l'alimentation. Le pétrissage du pain de semoule de blé au levain fait partie du quotidien, ce n'est pas de la galette « kesra », le levain est une petite pâte fermentée durant 24 heures que l'on incorpore dans une masse de pâte aromatisée avec des graines de nigelle. Ce pain peut-être cuit en plusieurs portions dans un plat rond en terre sur le « kanoun » au feu de bois « matlôh » ou bien en un seul grand format rond au four du village. On fait cuire des crêpes épaisses à mille trous, « baghrir », dans un plat en terre au feu de bois, parfois pour le diner arrosées de beurre et de miel, d'autres crêpes plus fines de semoule, « errougués », sur une plaque en métal huilée au dessus d'un brasier de charbon. On pétrit aussi pour réaliser des petites pâtes à sécher au soleil pour la chorba du ramadan, des vermicelles et des nouilles avec l'aide d'un rouleau pâtissier.

## **La transmission**

Le travail des céréales est une obligation féminine. C'est un devoir pour la femme de l'enseigner à sa fille. Celle-ci se familiarise dès l'enfance afin qu'elle soit « bonne à marier ». C'est la principale notion qu'elle doit posséder ; sans cela ce serait un manquement grave et elle pourrait être renvoyée chez ses parents en tant que mauvaise ménagère.

## **Autres produits alimentaires**

Certains fruits ne nous sont pas accessibles même durant les années 50. Nous nous contentons des quelques cadeaux de cultivateurs généreux et solidaires : le raisin, les figues, les figues de barbarie, fruits très communs, et aussi les pastèques, les melons, les grenades, les dattes, les oranges, les mandarines. On confectionne quelques pâtisseries pour les mariages ou les « aïds » (fêtes) : des couronnes à l'anis « kaahcs », des makrouts parfumés à la cannelle, des tournos, des montécaos, et des « msemenes » parfumés à la fleur d'oranger et imbibés de miel. On a accès par des marchands ambulants seulement aux sardines, poisson

peu cher aux multiples recettes. Certains montagnards nous apportent des glands qu'ils ramassent dans les forêts. Nous les faisons bouillir ou griller aux braises du charbon fabriqué par ces montagnards. C'est l'alimentation des années d'antan sans pesticides et sans engrais.

## **Aujourd'hui l'Algérie**

Actuellement, comme dans d'autres pays, en Algérie, le mode de l'alimentation a radicalement changé : il s'est bien élargi, diversifié et est allé vers une alimentation plus riche. Le poisson, les fruits et les légumes sont plus accessibles. La production des fruits est très abondante et variée, les marchés en regorgent. On y trouve plusieurs variétés de fromage. Mais les céréales sont toujours la base alimentaire traditionnelle. C'est l'aspect culturel du pays. Les pâtisseries très diverses sont commercialisées. Le couscous, dans toute sa splendeur, est empaqueté et assujéti aux règles du commerce. La grande distribution européenne est d'actualité avec l'import-export. De nombreux supermarchés s'implantent dans les villes et des supérettes s'improvisent dans les quartiers. Plusieurs marques d'eau minérale sont vendues dans tous commerces alimentaires. Dans certaines villes situées au bord de mer, l'eau courante est l'eau de mer dessalée. Il y a de la restauration rapide mais qui reste locale, les pizzas sont élaborées localement, le pain « matlôh » avec du beurre maison accompagné de « lben ». Le sandwich de pain baguette, avec « karentica » fidèle vieille recette espagnole à base d'houmous parfumé au cumin est entré dans les mœurs. La malnutrition s'installe ainsi que l'obésité. Les nutritionnistes sont alertés.

## **Évolution et tradition**

En régions urbaines, dans certaines familles, les filles n'éprouvent plus l'obligation d'apprendre à rouler le couscous et à exécuter bien d'autres besognes alimentaires. Elles se consacrent à leur degré de citoyenneté et à poursuivre leurs études. En communautés rurales, la tradition alimentaire ancestrale déterminée est conservée et encore pratiquée dans certaines populations par les femmes et leurs filles afin de paraître des ménagères accomplies.

---

Kheira Deffane  
**Les Quatre Horizons**  
9, rue Sainte-Marthe 75010 Paris

*La multiplication des accords commerciaux de libre-échange entre pays et groupes de pays (TAFTA, CETA) a, depuis le milieu des années 2000, mobilisé de nombreuses organisations et par là même ce que l'on appelle « la société civile »<sup>1</sup>. Le respect des droits humains et de l'environnement<sup>2</sup> est devenu une préoccupation largement partagée et les citoyens se sont emparés de ce qui était auparavant de la seule responsabilité des États, au Nord comme au Sud. La lutte pour les droits économiques (ainsi que sociaux et culturels) étant partie intégrante des combats de la LDH, c'est donc naturellement qu'elle s'y est investie aux côtés de nombreuses autres organisations en France. Ces accords conditionnent en effet nos modes de vie et d'alimentation.*

### **Au commencement étaient les accords entre l'UE et les États-Unis...**

Les négociations entre les États-Unis d'Amérique et les chefs d'État et de gouvernement de l'Union européenne en vue de l'ouverture du plus vaste marché du monde ont débuté en 2013. Ce traité en cours d'élaboration, le TAFTA (Transatlantic Free Trade Agreement, traité de libre-échange transatlantique en français) vise à libéraliser échanges commerciaux et investissements, dont la pêche fait partie et dont l'agriculture n'est pas exclue, par le biais du démantèlement des droits de douane dans le secteur agricole, en particulier. En outre, les multinationales obtiendraient les pleins pouvoirs en cas de litige avec les États ; et d'autre part, la sécurité sanitaire des aliments est en jeu (pas d'interdiction des produits chimiques ni des OGM).

### **... suivis des accords avec le Canada**

L'accord, le CETA (Comprehensive Economic Trade Agreement, accord économique et commercial global (AECG) en français) a, lui, été signé le 30 octobre 2016. Les dangers de ce traité sont multiples et concernent de nombreux domaines : économie, droit, mais aussi santé publique, sécurité industrielle, droits sociaux, environnement, etc.

L'impunité des multinationales

En matière d'échanges et d'accords de commerce, le CETA met en place un système de justice « parallèle » qui permet aux multinationales d'attaquer les États et de remettre en cause des politiques publiques d'intérêt général.

### **Les dangers pour les consommateurs : les OGM et la menace sur le monde agricole**

Pour ce qui concerne directement les produits alimentaires deux points sont particulièrement inquiétants : d'une part, **le nivellement par le bas des normes qui protègent la qualité de notre alimentation**. En particulier, le Canada étant le 5<sup>e</sup> plus gros producteur d'OGM au monde, son industrie agro-alimentaire pourrait contester les réglementations européennes protectrices en la matière. D'autre part, **le sacrifice programmé de notre agriculture, de par la fin des droits de douane** en matière agricole, causant ainsi une aggravation de la crise que vivent déjà des centaines de milliers de paysans.

1. Campagne européenne pour le respect des droits humains et de l'environnement qui réunit plus de 150 organisations de la société civile dans plus de 16 pays. <https://stopimpunite.fr/Signez-maintenant>

2. « Ne sacrifions pas les droits humains aux intérêts commerciaux », 15/12/2016, avis de la CNCDH.

### La réaction des organisations et des partis dans notre arrondissement

Dans le 10<sup>e</sup> arrondissement s'est formé un Collectif local « Stop TAFTA & CETA »<sup>3</sup>. Réuni dès octobre 2016, le Collectif a mené une campagne d'information soutenue tant auprès des habitants de l'arrondissement que des commerçants qui ont participé à la campagne par voie d'affichage de nos actions dans leur magasin.

En plus de l'information dispensée, le collectif a déposé une question au pré-conseil d'arrondissement (instance — consultative et décisionnelle — qui permet aux associations d'interpeller nos élus avant le conseil d'arrondissement qui se réunit périodiquement) le lundi 28 novembre 2016.

Notre question, reprise par les élus EELV et PCF, a donné lieu (après un vote) à ce que l'arrondissement se déclare symboliquement comme « zone hors-CETA ».

### Qu'en est-il aujourd'hui ?

Depuis, le CETA a été adopté par le Parlement européen le 21 septembre 2017 et les aliments nuisibles à notre santé se retrouvent dans nos magasins d'alimentation, dans l'opacité la plus totale. Ainsi sommes-nous exposés aux céréales canadiennes produites avec de l'atrazine (herbicide interdit en Europe), au colza OGM (la mention « contient des OGM » n'étant pas obligatoire au Canada), au saumon transgénique etc. Et ce n'est pas la signature récente de l'accord sur le Mercosur qui va tendre vers une amélioration de la qualité des produits dans nos assiettes (pas de traçabilité en élevage et utilisation de produits phytosanitaires interdits en France).

À l'occasion des élections européennes, les 200 organisations issues de 16 pays européens membres de la campagne « Stop Impunité1 » ont interpellé les candidat-e-s au Parlement européen. Après les élections, 56 eurodéputés (LREM, EELV, LR, LFI et PS/PP) ont pris l'engagement de renforcer les législations contraignantes, au niveau de l'Union européenne et des Nations unies, afin de protéger les droits humains et l'environnement face aux dommages causés par les entreprises. En France, le 2 juillet, ce sont 72 organisations qui demandent aux députés de ne pas ratifier le CETA au nom « des luttes contre le dérèglement climatique et pour la préservation de la diversité biologique, pour l'emploi, la préservation de la démocratie, la protection de la santé des citoyens et de notre agriculture [...] »<sup>4</sup>.

Près de trois ans après sa conclusion, l'accord de libre échange a été soumis à l'Assemblée nationale le 17 juillet 2019 et ratifié par les députés. Il sera soumis aux sénateurs ultérieurement. Sans doute serait-il temps pour les citoyens que nous sommes de se remobiliser et d'exiger une information claire et complète sur ce que nos organismes vont encore être obligés de subir.<sup>5</sup>

---

#### Ligue des droits de l'Homme (LDH)

Paris 10-11- MVAC 11<sup>e</sup>. BAL 20  
8, rue du Général-Renault 75011 Paris  
Paris.10.11@ldh-france.org  
<https://site.ldh-france.org/paris-10-11/>

3. Organisations signataires en 2016 : ATTAC, UL CGT 10e, LDH 10/11, EE-LV, Ensemble ! , NPA, PCF, PG, rejoints en 2019 par Génération.s 10, PS 10<sup>e</sup>

4. Courrier-parlementaires-CETA-AN-020719.pdf

5. Pour davantage d'informations : <https://www.collectifstoptafta.org> ; pour l'arrondissement, contacter les militants de l'organisation de votre choix.

*Le jardin potager de Neuilly-Plaisance est situé sur la prairie du parc des Coteaux d'Avron, l'endroit le plus élevé et le plus ensoleillé de la ville. Primé au niveau départemental pour la qualité du travail produit par ses bénévoles, il est un bon exemple de circuit court local de l'alimentation, et l'aventure en 2018 de sa pomme de terre, baptisée la « Belle de Neuilly-Plaisance », mérite d'être contée.*

---

### **La création du potager**

Le plateau d'Avron est un quartier paisible sur les hauteurs de la ville de Neuilly-Plaisance. « J'apprécie sa tranquillité, son côté village dans la ville » confie l'initiateur du « Potager à partager » de la ville. Le parc des Coteaux d'Avron a été installé sur ce plateau, offrant une vision panoramique sur la région, et le potager a été créé sur sa prairie avec le soutien de M. le Maire.

Le « Potager à partager » est confié par la ville de Neuilly-Plaisance à des jardiniers bénévoles. Depuis sa création ont été semés et récoltés une grande variété de légumes (courgettes, betteraves, houblon...) et la ville a organisé plusieurs opérations qui reposent sur les activités du potager (le blé pour faire du pain en 2019).

La naissance de la « Belle de Neuilly-Plaisance » et l'opération de 2018

L'un de ces événements s'est déroulé en 2014, année de la naissance de la « Belle de Neuilly-Plaisance », la pomme de terre labellisée nocéenne. Des médias nationaux avaient relayé l'heureux événement.

Suivons à présent l'opération de 2018.<sup>1</sup>

Samedi 14 avril 2018. Une parcelle de 500 m<sup>2</sup> est labourée sur la partie sud du « Potager à partager ». Elle est prête pour accueillir une deuxième fois la pomme de terre nocéenne la « Belle de Neuilly-Plaisance ».

Samedi 26 mai 2018, 11h, les bénévoles du Potager assistent les « petits planteurs » accompagnés de leurs parents mobilisés pour la plantation. De nombreux Nocéens sont présents. À 14h, l'ensemble des 1 600 pieds de pomme de terre ont été mis en terre.

Samedi 1<sup>er</sup> septembre 2018, la « Belle de Neuilly-Plaisance » est récoltée, un peu plus de 90 jours plus tard.

Samedi 8 septembre 2018, elle est vendue par la ville aux Nocéens lors de la Fête de la rentrée des associations de Neuilly-Plaisance sur le plateau d'Avron.

### **Un destin présidentiel et un circuit court original**

Jeudi 20 septembre 2018, le Chef des cuisines du palais de l'Élysée, M. Guillaume Gomez, ancien Nocéen, reçoit plusieurs kilos de la pomme de terre « made in Neuilly-Plaisance ». Elle peut poursuivre son épopée sur la première table de la République. Le Chef décide en effet de la mettre au menu pour le Président de la République et ses convives.

Dimanche 30 septembre 2018, elle est à nouveau vendue dans la rue principale de la ville à l'occasion de la brocante annuelle.

Samedi 10 novembre 2018, la « Belle de Neuilly-Plaisance » est servie « façon paille » par le Chef à l'occasion du repas entre les couples présidentiels français et américains, lors de la commémoration des cérémonies du centenaire de l'armistice de la Grande Guerre.

Un destin fabuleux en quatre ans seulement et un circuit court original !

## OU LE FABULEUX DESTIN DE LA « BELLE DE NEUILLY-PLAISANCE »

Les bénévoles du Potager ont partagé cette pomme de terre. Tous résident à Neuilly-Plaisance, au plateau d'Avron même pour beaucoup d'entre eux. Les habitants de la ville en ont bénéficié également : un circuit court de distribution de quelques centaines de mètres !

### La force du « Potager à partager »

Un bénévole explique : « Le but de ces projets est de familiariser les Nocéens au travail de la terre en zone urbaine tout en respectant l'environnement. Le parc des Coteaux d'Avron où est implanté le Potager à partager est un endroit exceptionnel et constitue un atout indéniable pour ce projet tant par son cadre que par sa fréquentation. C'est un lieu pédagogique intergénérationnel de convivialité qui fonctionne uniquement avec des bénévoles ». <sup>1</sup>

Le potager possède effectivement beaucoup d'atouts, rendus possibles par une organisation à la fois efficace et humaine du travail de chaque bénévole.

Son rôle social et personnel est évident. Des relations et des amitiés se sont créées parmi les retraités du quartier du plateau d'Avron et plus largement de Neuilly-Plaisance, évitant des situations d'isolement pour certains.

Il met en pratique des valeurs essentielles dans notre société moderne ultra concurrentielle comme le bénévolat, le sens du partage, la répartition du travail selon les capacités de chacun. La plupart des bénévoles du Potager sont originaires du plateau d'Avron et y résident, les autres habitent à proximité. En fonction de ce qu'il peut apporter, chaque bénévole peut développer des aptitudes comportementales. Il lui faut être précis, concentré, suivre le rythme du travail. Il doit montrer des aptitudes en organisation : gérer le temps, l'espace, travailler en équipe, préparer et évaluer son travail. Des aptitudes relationnelles sont indispensables pour écouter les autres, appliquer les directives du chef, comprendre l'utilité de son travail. En fait, au potager chacun peut apprendre à se connaître, à améliorer ses qualités personnelles et même préprofessionnelles.

### Un « modèle » positif !

Plusieurs projets ont vu le jour à Neuilly-Plaisance dans les écoles et les centre de loisirs depuis des années. Et d'autres communes de Seine-Saint-Denis ont suivi l'exemple nocéen en créant des jardins !<sup>1</sup>

---

#### Mouvement d'Entraide pour le Tiers Monde et la Coopération (ETM)

25, rue Bichat 75010 Paris

Tél : 01.42.39.40.59

etm.entraide@live.fr

www.etm-entraide.com

---

<sup>1</sup> « Les Échos, Ville de Neuilly-Plaisance » spécial fév. 2019 et n° 217, 218.

*Depuis l'antiquité les philosophes les poètes et les écrivains n'ont eu de cesse que de louer le plaisir d'un bon café. Ce café tombe dans votre estomac... « dès lors tout s'agite, les idées s'ébranlent » écrira Balzac. Chacun a son propre café... « je peux juger d'un homme, pressentir son élégance intérieure, à l'aune du café qu'il m'offre » écrira le poète palestinien Mahmoud Darwich.*

---

### Un peu d'histoire

L'exploitation du café porte dans son l'histoire la douleur de l'esclavage dont les populations burundaises n'ont pas été épargnées. Le café, or noir du Burundi fait vivre quatre à huit millions de burundais grâce aux différentes étapes de la production, de la cueillette à la commercialisation ce qui représente plus de 60 % de l'économie burundaise. C'est dans les années 1920 et avec la colonisation que se développera la production du café burundais destinée pour 90 % à l'exportation. Malgré la guerre civile de 1993 qui a fortement entravé la production, c'est la volonté et la passion des burundais pour leur café, qui malgré les avatars politiques, poussent à la hausse la production d'un des meilleurs cafés du monde. Les retombées financières de cet or noir sur le peuple restent faibles et la contestation restera vive tant que la production sera liée au pouvoir et aux fluctuations des cours internationaux des matières premières.

### Quelques vertus du café

Que dit-on des effets du café sur la santé ? En 1713 Antoine de Jussieu fait une description du café et de ses effets contre les fièvres. Le café pourrait bien avoir des vertus cachées, si bien que quatre à cinq cafés par jour serait tout bénéfique pour préserver notre santé. De nos jours les avis sont davantage partagés mais le corps médical s'accorde à dire que, consommé de manière raisonnable, c'est un bon stimulant voire un antidépresseur (de par la présence de sérotonine et de dopamine) et qu'il réduirait le risque d'infarctus.

En cuisine, en fonction de son origine, on aura une gamme de café très diverse qui se cuisinera de façon différente. De plus, la torréfaction influe sur son goût : claire c'est l'acidité qui prédomine, moyenne elle en renforcera le caractère sucré et c'est l'amer qui prédominera suite à une torréfaction foncée. Les différents goûts des cafés (notes fumées, fruitées, biscuitées, gourmandes, etc.) offrent de grandes possibilités culinaires et agrémentent agréablement nombre de nos plats. Les cuisiniers utilisent la palette aromatique du café pour le marier tant à des produits de la mer qu'à des champignons, de la betterave, du bœuf, du canard etc. Sans parler des desserts : le tiramisu, ou son cousin plus rare l'affogato, en est un excellent exemple.

Si le cœur vous en dit vous pouvez savourer une pause-café gustative et littéraire au café Procope à l'Odéon où l'on vous servira un café des collines KAYANZEKIBINGO, désigné meilleur café du monde par l'alliance « for coffee Excellence » à Boston en 2014 et à nouveau en 2017.

Et pour alimenter vos quiz sachez que le mot « café » vient de Kaffa, ville des hauts plateaux éthiopiens. C'est là qu'une célèbre légende raconte l'histoire des chèvres du berger Khaldi qui consommaient les fruits du caféier et qui ont été les inspiratrices de la boisson. Le mot « moka » vient de la ville portuaire de Moka, sur la mer rouge, d'où le café était embarqué sur les navires marchands vénitiens qui se dirigeaient vers l'Europe. Le familier « kawa » vient du XV<sup>e</sup> siècle porté par les pèlerins musulmans se rendant à la Mecque. On appelle alors cette boisson aux effets stimulants « K'hawah ».

---

**Mouvement contre le racisme et pour l'amitié entre les peuples (MRAP)**

Fédération de Paris

43, boulevard de Magenta 75010 Paris

*Pays de montagne, très ensoleillé, mais aux hivers rigoureux, l'Arménie est propice à la culture de la vigne, des fruits, des légumes et des céréales. Le raisin, la grenade et le blé y sont présents depuis des millénaires mais ils sont bien plus que de simples fruits de la terre. De nombreuses légendes, d'innombrables représentations artistiques leur sont consacrées ; les traditions et la forte charge symbolique qui leur est attribuée leur donnent une place particulière dans l'imaginaire populaire et dans la culture.*

### La vigne

**D'après la Genèse (8,4)**, « dans le septième mois, au dix-septième jour du mois, l'Arche s'arrêta sur les monts d'Ararat » après le Déluge et Noé aurait planté une vigne au pied du mont. À quelques dizaines de kilomètres de la montagne biblique se trouve le village d'Areni, situé dans la région du Vayots Tzor, au sud-est d'Érévan ; il est célèbre pour ses grottes préhistoriques et le vin qu'on y produit.

Des archéologues arméniens et britanniques ont découvert en 2007, une grotte accessible par de longs tunnels où étaient entreposées des jarres contenant des pépins de raisin datant de 6000 ans. Lors d'une seconde campagne de fouilles en 2010, ont été mis au jour un fouloir, une cuve de fermentation en argile, des sarments de vigne desséchés ainsi que des tessons de poterie, une tasse creusée dans une corne et un bol.

D'après ces découvertes, les historiens affirment que **le premier vin de l'humanité proviendrait de cette région**. Les Hourrites de Transcaucasie auraient été les premiers vigneron. Le site étant entouré de dizaines de tombes, on peut penser que le vin servait aux cérémonies funéraires. Les plus anciens vestiges d'installations similaires ont été trouvés en Égypte et datent de 5100 ans. Les méthodes de vinification restent identiques jusqu'au XIX<sup>e</sup> siècle tout autour du bassin méditerranéen et dans le Caucase.

Depuis la préhistoire, la présence de la vigne est attestée en Arménie. En 717 avant J.-C., lorsque les Assyriens mettent à sac la ville de Van sous le règne de Sargon II, ils découvrent de vastes caves à vin. L'historien grec Hérodote décrit dans ses Histoires le transport régulier du vin d'Arménie jusqu'à Babylone par l'Euphrate, sur des bateaux circulaires en peau. Les disciples de Jésus ont perpétué cette tradition pour produire « le sang du Christ ». L'endroit était bien choisi, puisque l'Arménie fut le premier État à adopter le christianisme au début du IV<sup>e</sup> siècle. Pendant les siècles obscurs d'invasions et de dominations successives, les témoignages sont rares ; cependant, un édit royal de l'Arménie perse du XVII<sup>e</sup> siècle, mentionne l'interdiction du vin et les destructions des vignobles.

**Sous l'ère soviétique**, les vins d'Arménie subirent la concurrence des vins de Géorgie, autre foyer ancien de la viticulture : la production de vin revenait en priorité à la Géorgie tandis que l'Arménie se consacrait à produire le brandy. L'essentiel des vins du Caucase était acheminé vers la Russie puis mis en bouteilles à Moscou, Kiev et Leningrad. Dans les années 1990, le conflit du Haut-Karabagh avec l'Azerbaïdjan entraîna de nouvelles destructions de vignobles.

**Depuis l'indépendance**, l'exportation des vins d'Arménie a repris vers de nouvelles destinations comme l'Europe de l'Ouest ou les États-Unis, plaçant l'Arménie parmi les premiers exportateurs de vin du monde. Différentes initiatives sont mises en place pour développer et moderniser la

culture de la vigne en Arménie : fêtes annuelles de fin de vendanges, plantations récentes de vignes, échanges d'expériences avec des œnologues de l'institut Richemont, près de Cognac, encouragement d'un tourisme œnologique...

Quant aux vignes d'Areni, plantées en altitude, elles produisent un vin au goût fruité. Les feuilles sont utilisées dans la cuisine pour les farcir au riz et aux oignons ou à la viande. Un délice !

**La bénédiction du raisin : une tradition qui perdure :** en Arménie et partout dans le monde, les Arméniens ne mangent pas de raisin avant le 15 août, jour de l'Assomption. Cette résurgence païenne, qui voulait que les premières récoltes soient toujours offertes aux dieux, n'est pratiquée que pour le raisin ; l'Église elle-même en a établi les codes et la date (le dimanche entre le 12 et le 18 août) À la fin de la messe, le prêtre bénit le raisin et la foule des fidèles et demande à Dieu de bénir les vignobles qui l'ont produit afin d'éloigner les intempéries et les causes de dévastation. Il demande également que les croyants qui goûteront le raisin soient promis au paradis. Les grappes sont alors distribuées aux fidèles. Autrefois, cette cérémonie avait lieu dans les vignobles, et pour que les oiseaux aient aussi leur part de la fête comme le voulait la coutume, on accrochait des grappes aux fontaines.

## La grenade

Présente partout dans les motifs architecturaux, au tympan des églises et sur des tombes anciennes, **la grenade est l'un des emblèmes d'Arménie**. Certains la font ressembler à l'Arménie elle-même, « austère à l'extérieur, riche à l'intérieur ». En préambule de son film Sayat Nova, couleur de grenade, le cinéaste Sergueï Paradjanov montre une grenade éclatée qui prend peu à peu la forme de l'Arménie. D'après la légende, elle contient 365 grains, un pour chaque jour. Ce fruit à la pulpe écarlate, au goût plus ou moins acidulé et vivifiant n'est pas apprécié seulement pour ses valeurs nutritives ; c'est aussi un symbole de prospérité, de longévité et de fertilité : traditionnellement, lors d'un mariage, les jeunes mariés jettent une grenade contre un mur pour que le fruit éclaté assure leur descendance. De même, elle figure dans les menus de Noël pour que l'année entière apporte santé et vitalité.

**Cultivée depuis 3 millénaires**, on attribue encore une fois à Noé l'introduction de la grenade en Arménie, car en plus de sauver deux représentants de chaque espèce animale sur l'Arche, il aurait également emporté quelques fruits, dont la grenade. Et le fruit interdit croqué par Ève au jardin d'Éden ne serait-il pas une grenade ? Certains le pensent. ...

La grenade est surtout cultivée sur les pentes montagneuses du sud de l'Arménie. Un village porte le nom de Nrnatzor (« vallée des grenades »). Là, les grenadiers sont des arbustes pouvant vivre jusqu'à deux siècles, ils s'étendent à perte de vue. Les fruits sont récoltés en automne, à la main, mais auparavant, les coteaux se parent d'une belle couleur rouge vif. La grenade est consommée comme un fruit ou utilisée dans la cuisine ; les plus petites servent à la fabrication d'un vin doux. Les humains ne sont pas les seuls à en apprécier la saveur, les ours en sont également très friands !

**En France et en Europe**, le sirop de grenadine dont les petits raffolent ne contient guère de jus de grenade, mais c'est un mélange de plusieurs fruits rouges dans des proportions variées et d'extrait de vanille. Seuls les pays méditerranéens continuent à utiliser les grenades pour en faire du sirop. Mais le nom est tellement joli !

## **Le boulghour**

Son nom est d'origine persane, arabe et turque. Il est utilisé à travers tout le Moyen-Orient, notamment dans la cuisine libanaise et syrienne, pour le taboulé, ou les kebbeh, dans la cuisine arménienne et turque en pilaf, à la tomate, dans les soupes ou les plats de viande hachée cuits au four.

Traditionnellement, on obtient le boulghour en mélangeant dans un grand récipient, de l'eau à du blé dur dont le son a été ôté. On le fait cuire, puis on le fait sécher au soleil, le plus souvent sur le toit des maisons. Après une semaine ou deux de séchage, il est concassé en différentes grosseurs.

Nous connaissons les bienfaits diététiques du boulghour, le petit récit qui suit en est une illustration. Bagnoux est l'une des villes de la région parisienne à forte communauté arménienne. Dans les années 30, les Arméniens vivaient regroupés dans un même quartier ; autour d'eux se trouvaient encore des champs de blé, des potagers et même des vignes ! Pendant la guerre, une arménienne âgée, pleine de sagesse et d'expérience, apprit à ses voisines, arméniennes ou pas, à glaner le blé pour en faire du boulghour. Le résultat fut probant : dans ce quartier misérable, les enfants ne semblaient pas souffrir de malnutrition, contrairement à la majeure partie de la population qui subissait toutes sortes de privations.

---

**Union Culturelle Française des Arméniens de France (UCFAF)**

6, cité du Vauxhall 75010 Paris  
ucfaf@orange.fr  
armenie-ucfaf.fr

*Les circuits courts sont des modes de commercialisation qui permettent aux agriculteurs de vendre leur production, transformée ou non, directement aux consommateurs. Ils concernent presque toutes les filières agricoles, des fruits aux légumes et à la viande. La définition a été élargie : « au plus, un seul intermédiaire entre le producteur et le consommateur ».*

## Caractéristiques des circuits courts

Ils comprennent des « circuits ultra-courts », sans intermédiaire, comme les AMAP<sup>1</sup>, les points de vente collectifs ou paniers, la vente directe sur les marchés (le producteur se déplace sur le lieu de consommation) ainsi que la cueillette et/ou la vente directe « à la ferme » (c'est l'acheteur qui se déplace) ou encore la vente directe par internet. Ces circuits sont en même temps « locaux », les distances étant rarement importantes.

Il existe également des formes alternatives non marchandes comme l'autoproduction, les jardins collectifs ou le troc ...

Pour certains produits, ou certains « paniers », un intermédiaire est nécessaire. Ce peut être une structure de collecte, d'expédition et de distribution, de l'ESS<sup>2</sup>, ou une coopérative. Dans ce cas, ce n'est pas forcément « local », les producteurs peuvent même être à l'étranger (cas de certains produits tropicaux). Ce regroupement permet de proposer une offre alimentaire plus diversifiée. Néanmoins, **les circuits courts locaux sont à privilégier comme un outil important de structuration des territoires.**

Les circuits courts sont souvent « bio », mais existent aussi avec des producteurs « conventionnels ». Par exception à la définition, on y inclut les dispositifs locaux de vente à la restauration collective, qui comportent toujours, en pratique, au moins 2 intermédiaires. En 2016-17, les circuits courts représentaient 7 à 8% du marché des fruits et légumes en France, dont moins de 4 % en vente directe locale. Paris (et d'autres grandes villes) est à cet égard une exception positive. Le modèle est récent et la tendance est à une croissance marquée. Aujourd'hui, plus de 16% des exploitations agricoles font appel à ces circuits courts.

Ceux-ci s'opposent donc aux circuits de la grande et moyenne distribution (GMS), qui comportent toujours au moins, en plus de l'expéditeur, une centrale d'achats. En ce sens, la Ville de Paris, par exemple, entretient la confusion sous le terme « alimentation durable ». Elle y inclut les chaînes de GMS Bio, qui ne sont en rien des « circuits courts ». Selon l'APUR<sup>3</sup>, Paris est couvert par plus de 120 réseaux de circuits courts.

Entre les boutiques d'enseigne et les circuits courts, les chaînes de valeurs ne sont pas les mêmes : la gamme de prix va être assez élevée dans les premiers, tandis que les réseaux, à Paris, profitent à tous, surtout dans les quartiers de niveau social élevé).

## Avantages au niveau économique

En supprimant les intermédiaires, les circuits courts sont extrêmement intéressants pour les producteurs. En théorie, ils devraient également bénéficier à tous les consommateurs, ce qui n'est pas encore toujours le cas.

<sup>1</sup>Association pour le maintien de l'agriculture paysanne

<sup>2</sup>Économie sociale et solidaire

<sup>3</sup>Atelier parisien d'urbanisme

La décomposition des prix et la répartition des marges en circuit GMS

Prenons le cas des fruits et légumes : dans le circuit « classique » (ou « moderne ») de distribution par les GMS, le « prix d'achat aux producteurs » fluctue bien sûr beaucoup suivant les saisons. Il oscillerait en moyenne pondérée entre 50 cts et 1,20 euro/kg, avec une tendance à la stagnation depuis des années (autour de 80 cts).

Les prix de vente au détail en GMS montrent des fluctuations plus fortes : le prix moyen du « panier » sur l'année s'établit entre 1,75 et 2,5 euros/kg. La tendance est à la hausse. Les GMS affichent une « marge obligatoire » en rayon de 70 à 73%, et de l'ordre de 80 à 100%, voire plus, en incluant la centrale d'achats. C'est dire que lorsque vous achetez un kilo de tomates 2,50€ en GMS, il a été payé 80 cts au plus à l'expéditeur.

De plus, en France, **5 centrales d'achats se partagent le secteur de la GMS** et imposent des critères très contraignants à leurs fournisseurs. Ceux-ci sont difficiles à satisfaire pour les producteurs.

Si, dans les observatoires des prix comme celui de France Agri Mer<sup>4</sup> les marges des GMS sont bien documentées, le « prix d'achat aux producteurs » est volontairement trompeur : **il s'agit ici du prix payé par la centrale d'achats à « l'expéditeur »**, intermédiaire obligatoire qui regroupe et conditionne les lots des producteurs. Et souvent, pour les petites enseignes, on trouve un « grossiste » en plus.

Calculs : l'expéditeur paie le producteur en déduisant ses « frais », qui se montent à 20-25 cts/kg pour des produits peu fragiles, et jusqu'à 50 cts/kg pour les fruits délicats. Le producteur touche donc au mieux 50 à 60 cts/kg en moyenne, le plus souvent moins. Selon les comptabilités des exploitations en France, **le prix de vente réel des fruits et légumes courants s'établit en moyenne entre 43 et 50 cts/kg**, soit au mieux 20 à 25% du prix de vente au détail final. Et cela dégage une marge très faible, toujours inférieure à 5 cts/kg.

Les marges en circuit court

À l'inverse, les circuits courts en vente directe sont très rémunérateurs pour les producteurs, et encore plus pour ceux qui ont de petites surfaces et de faibles volumes de production, et encore plus en bio. On estime que la vente directe avec déplacement du producteur entraîne des frais supplémentaires de 10 à 15 cts/kg (immobilisation du temps, transport ...), inférieurs au coût de l'expéditeur.

Concernant les AMAP, il est difficile d'estimer le « prix au kg », puisque les paniers sont très variables. Les prix étant établis d'un commun accord collectif, on peut penser qu'ils sont satisfaisants pour tous les acteurs. En revanche, il est clair que, sur les marchés, la concurrence entre vendeurs joue à plein et tout le monde s'observe ; en général, le producteur qui fait de la vente directe s'aligne sur les prix de ses voisins (qui, eux, ont plus de charges), et réalise donc une marge très confortable (!)

On pourrait souhaiter qu'une négociation arrive à un partage plus équilibré des marges.

Les situations spécifiques

La situation est bien pire pour les producteurs de viande et de lait. Et elle est insupportable pour les produits tropicaux, qui sont encore soumis à un système de marché de traite.

<sup>4</sup>Établissement national des produits de l'agriculture et de la mer

Pour le café et le cacao par exemple, le grand nombre d'intermédiaires (entre 30 et 40 selon les origines) fait que les producteurs ne touchent que 5 à moins de 10% du cours ou prix des fèves ou des grains (avant torréfaction), et ce n'est que très partiellement corrigé par le commerce équitable.

## Les circuits courts et le bio

L'alimentation et l'agriculture bio sont en pleine croissance : le marché est encore petit, mais croît de 20% par an. En bio, la vente directe ne représente encore que 13% du marché. Le prix du bio victime de sa commercialisation...

Selon les consommateurs, le bio « serait trop cher ». Pour Familles Rurales (2017), les prix des fruits et légumes bio seraient 70% plus chers. Une enquête UFC Que choisir détaillait (2017) le prix des produits bio dans les rayons des supermarchés. Une différence du simple au double que le mode de production ne peut expliquer à lui seul. Certes, il y a souvent un surcoût à la production en bio, de l'ordre de 20 à 25%. Mais l'étude a démontré que 46% du surcoût des fruits et légumes bio proviendrait des marges appliquées par les enseignes, et non des coûts de productions.

...en grande distribution...

**La marge brute de la grande distribution serait de 96% sur les fruits et légumes bio** (égale ou supérieure à celle des rayons conventionnels).

Exemples : en moyenne pondérée, les fruits et légumes bio seraient achetés aux expéditeurs autour de 1,20 à 1,40 euro/kg, soit 50 à 60% au-dessus du prix en conventionnel ; mais c'est très variable. Evidemment, appliquer des marges en % sur des prix plus élevés donne un effet « boule de neige ». Rien ne le justifie, et **l'application d'une marge fixe permettrait de faire baisser l'écart au moins de moitié.**

... mais aussi dans les autres circuits

Les chaînes de GMS spécialisées « bio » appliquent la même stratégie, avec des marges encore plus élevées. De même, les expéditeurs bio appliquent des frais plus élevés, au motif que les volumes sont faibles.

En conséquence, le prix d'achat réel aux producteurs est très serré, et leurs marges sont souvent nulles, voire négatives. La commercialisation est donc un véritable obstacle pour le bio. Les centrales d'achats exercent une forte pression sur les agriculteurs et les éleveurs bio, dont la plupart ne parviennent pas à se rémunérer correctement.

Les circuits courts et la vente directe sont encore plus intéressants pour les producteurs bio et sont presque nécessaires et obligés dans les filières bio. À tel point que de très nombreux producteurs sont également « cuisiniers » et transformateurs, pour vendre en direct leurs produits préparés.

Pour les consommateurs, pousser la logique du bio jusqu'au bout, c'est acheter directement au producteur, ou en passant par des Amap, **bref consommer bio ET local ET de saison.**

## Les avantages des circuits courts : pour une agriculture locale, responsable et écologique !

Chacun souhaite savoir d'où vient ce qu'il mange. La quête de sens des consommateurs à la recherche de liens avec les producteurs locaux et d'une agriculture raisonnée, plus respectueuse de l'environnement, est une nouvelle évolution dans l'agroalimentaire.

Les circuits courts s'inscrivent pleinement dans **une démarche de développement durable**. Ils présentent des bénéfices d'un point de vue social, recréant une relation directe entre le producteur et le consommateur, une forme de lien social important sur les territoires, mais aussi aux niveaux économique et environnemental.

Les circuits courts valorisent **une relation qui se noue entre consommateur et producteur** autour du produit et de l'aliment. Ce système est vertueux : une fois le lien tissé, les structures s'organisent de mieux en mieux, ce qui profite au cultivateur comme au consommateur.

De plus, les circuits courts font émerger **des dynamiques relationnelles facilitant l'intégration d'exclus**.

Enfin les circuits courts directs contribuent **au développement économique local**. Ils contribuent également à mieux faire connaître les produits régionaux et de saison auprès des consommateurs.

### En guise de conclusion

Les circuits courts s'imposent comme une solution pour réaliser des économies sur l'ensemble de la chaîne de distribution et permettent une augmentation des marges grâce à une rémunération directe du producteur. Les circuits courts alimentaires de proximité contribuent à une alimentation plus durable c'est à dire une alimentation viable sur le plan économique et social, qui préserve l'environnement, la santé et la diversité culturelle.

Ils présentent de nombreux bénéfices économiques et sociaux, que ce soit :

- pour le producteur (sécurisation de son modèle économique, meilleures marges, reconnaissance du métier),
- pour le consommateur (« juste prix », qualité, quête de sens),
- pour le territoire concerné (création d'emplois locaux, économie sociale et solidaire, impact environnemental très positif des transports, lien social).

Le consommateur qui achète dans les circuits courts, et surtout en vente directe, fait avant tout une très bonne action en faveur du revenu des petits producteurs. Il permet à de tout petits producteurs de vivre dignement de leur travail, et même d'en vivre très bien, surtout en bio local.

---

**Ville mains jardins**

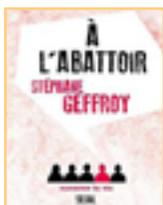
206, quai de Valmy 75010 Paris  
ville\_mains\_jardins@yahoo.fr

## BIBLIOGRAPHIE ET FILMOGRAPHIE

*Œuvres pour les adultes et pour la jeunesse : romans, documentaires, témoignages, BD, films sur l'alimentation, à retrouver à la médiathèque Françoise Sagan. Du 13 septembre au 8 novembre 2019 la salle d'actualités dressera la table pour aborder la thématique de l'alimentation et du goût, soit tout ce qui arrive dans notre assiette ou jusqu'à notre palais. Production, consommation, mais aussi inspiration, plaisir, spécialités seront au menu. Des documents comme autant de nourritures pour le corps, l'esprit ou le débat.*

---

### Sélection adultes



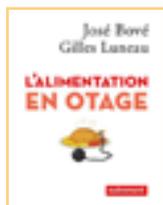
Geffroy, Stéphane

#### **À l'abattoir**

Raconter la vie - Seuil, 2016

L'auteur raconte son quotidien d'employé sur la chaîne d'abattage d'un grand groupe agro-alimentaire français, la difficulté de ce métier et comment sa vie a pris un nouveau départ grâce à son engagement syndical, dans un milieu qui y est pourtant hostile.

---



Bové, José - Luneau, Gilles

#### **L'alimentation en otage**

Autrement, 2016

Selon les auteurs, les multinationales, avec la complicité des politiques, imposent un modèle agricole industriel aux conséquences sanitaires, environnementales et socio-économiques dramatiques. Dans cet essai, ils analysent les rouages, les enjeux et les acteurs de ce scandale.

---



Denhez, Frédéric

#### **L'assiette est dans le pré : mieux manger fait mieux vivre les paysans**

Delachaux et Niestlé, 2017

Un panorama du monde paysan et des modes d'alimentation actuels alliant caricatures et explications. Sous la forme d'un livre graphique, fait le point sur les origines de l'agriculture, sur ses modèles et ses dérives, sur les questions alimentaires et les revendications du monde agricole.

---



Montmollin, Françoise de

#### **L'authentique cuisine du Moyen Âge**

Ouest-France, 2018

La cuisinière du chantier médiéval de Guédelon présente l'art culinaire du Moyen Âge, les ingrédients et produits utilisés, les modes de cuisson connus et les préférences des différentes classes sociales. Elle propose plus de 80 recettes pour préparer des pains, des plats de viande, des tourtes, des soupes, des rissoles, etc.



Loisy, Anne de

**Bon appétit ! :  
quand l'industrie de la viande nous mène en barquette**

Presses de la Cité, 2015

Une enquête sur la sécurité alimentaire au sein de l'industrie de la viande en France au début du XXI<sup>e</sup> siècle. La journaliste tente de démontrer le décalage entre une communication publique rassurante et un avis alarmant de la part des inspecteurs européens et des experts ministériels : non conformité des abattoirs, contamination des carcasses, insalubrité des locaux, etc.

---



Malet, Jean-Baptiste

**L'empire de l'or rouge :  
enquête mondiale sur la tomate d'industrie**

Fayard, 2018

Enquête du journaliste sur la production et le commerce du concentré de tomates, ingrédient majeur dans les plats cuisinés et produit emblématique de l'économie mondialisée. Il décrit le recours au travail forcé pour la récolte en Chine, l'ajout d'additifs chez des producteurs et la taylorisation des chaînes de production. Prix Mange, Livre ! 2017, prix Albert Londres du livre 2018.

---



Charrié, Jean-Christophe - Clermont-Tonnerre, Marie-Laure de

**En bonne santé toute l'année :  
20 cures alimentaires naturelles et efficaces**

Prat, 2015

Un guide de vingt cures (mono-diètes, oligo-éléments, luminothérapie, etc.) pour prendre soin de sa santé grâce à des ingrédients d'origine naturelle comme l'huile d'onagre, les fruits rouges, le raisin ou les flocons d'avoine. L'ouvrage est complété de recettes pour une alimentation saine.

---



Philipon, Patrick

**Et si on mangeait local ? :  
ce que les circuits courts vont changer dans mon quotidien**

Quae, 2017

Suite aux différentes crises alimentaires survenues en France, des circuits courts de commercialisation des produits ont fait leur réapparition dans le pays. Cet ouvrage répond à un certain nombre de questions concernant le prix ou la qualité de ces aliments, les différences entre les Amap et la vente à la ferme, l'impact sur l'environnement, etc.

## BIBLIOGRAPHIE



Drouard, Alain

### **Les Français et la table : alimentation, cuisine, gastronomie du Moyen Âge à nos jours**

Ellipses, 2005

Présente les grandes étapes de l'histoire de l'alimentation en France dans les différentes couches de la société. Étudie l'évolution du régime alimentaire, des techniques de préparation et de conservation des aliments, du statut des cuisiniers, du goût, etc.

---



### **Guide de la santé dans votre assiette : dictionnaire pratique pour une alimentation saine**

SASU Que choisir, 2018

Guide pour adopter une alimentation saine et équilibrée : les vertus et dangers de plus de 200 aliments, leurs interactions avec l'organisme, des conseils d'achat, de conservation et de préparation. 60 entrées présentent les pathologies et les solutions alimentaires pour les prévenir ou les soulager, et des dossiers thématiques sur des sujets d'actualité.

---



Duval, Sylvain

### **Le guide des aliments : contre les idées reçues**

le Cherche Midi, 2015

Un guide diététique sous forme d'abécédaire, fondé sur des connaissances scientifiques, pour rétablir de nombreuses idées reçues véhiculées par les stratégies marketing des industries agroalimentaires. L'auteur propose de retrouver des aliments vrais, inspirés de la tradition méditerranéenne et des terroirs, afin de concilier une alimentation durable avec une panoplie de saveurs.

---



Bahuchet, Serge

### **Les jardiniers de la nature**

Odile Jacob, 2017

L'éthnoécologue retrace l'évolution des interactions entre la nature et l'homme depuis les origines en étudiant les pratiques agricoles et culinaires qui, depuis des millénaires, lui ont permis d'assurer sa survie sans nuire à la biodiversité.



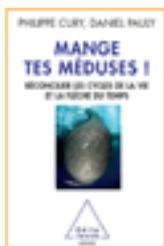
Del Amo, Jean-Baptiste

### **L214 : une voix pour les animaux**

Arthaud, 2019

Avec la large diffusion de vidéos dénonçant ce que subissent les animaux dans les élevages et les abattoirs, L214 a incité la société à s'interroger sur la souffrance animale et la responsabilité humaine envers les animaux. L'ouvrage retrace l'histoire de l'association, les motivations des militants qui l'ont créée comme les objectifs qui les guident.

---



Cury, Philippe - Pauly, Daniel

### **Mange tes méduses ! : réconcilier les cycles de la vie et la flèche du temps**

O. Jacob, 2013

Les humains ont colonisé l'ensemble des ressources de la planète. Les auteurs, spécialistes des ressources marines proposent des moyens et des actions pour lutter contre la surexploitation de ces ressources et rétablir un écosystème durable.

---



Académie d'agriculture de France

### **Plantes génétiquement modifiées, menace ou espoir ? : points de vue de l'Académie d'agriculture de France**

Quae, 2015

Bilan des travaux du groupe de réflexion de l'Académie d'agriculture de France sur les plantes génétiquement modifiées, à travers dix questions-réponses et une synthèse sur la diffusion mondiale des PGM, leur impact sur la santé humaine et animale, les techniques de production des PGM, les raisons de leur refus par les citoyens en Europe, etc.

---



Beaucher, Stéphane

### **Plus un poisson d'ici trente ans ? : surpêche et désertification des océans**

Les petits matins, 2013

Ce panorama mondial de la surpêche, — complété par des rappels historiques et des exemples — telle que la traque du hareng en mer du Nord ou la disparition de la morue à Terre-Neuve, propose des solutions pour sauver la ressource et l'emploi. S. Beaucher prône l'inscription de l'activité dans des schémas de développement régionaux et locaux.

## BIBLIOGRAPHIE



Brokman, Isabelle - Barouki, Robert

### **Savez-vous vraiment ce qu'il y a dans votre assiette ? : enquête dans les coulisses de l'industrie agricole**

Solar, 2016

Ce panorama mondial de la surpêche, — complété par des rappels historiques et des exemples — telle que la traque du hareng en mer du Nord ou la disparition de la morue à Terre-Neuve, propose des solutions pour sauver la ressource et l'emploi. S. Beaucher prône l'inscription de l'activité dans des schémas de développement régionaux et locaux.



Roux, Jean-Victor

### **La table : une affaire d'État**

Cerf, 2017

Une histoire des liens entre la gastronomie et la politique qui montre comment les souverains et les chefs d'État français ont toujours utilisé l'art de la table comme une démonstration de leur puissance. Avec des anecdotes sur les coulisses des dîners officiels.



Hess-Halpern, Céline

### **Tout ce qu'on nous fait avaler : le guide pour mieux consommer**

Albin Michel, 2016

Guide pour choisir une alimentation exempte de polluants, de pesticides et d'additifs dont les effets peuvent être nocifs pour la santé. Avec des recettes antipollution et des menus types.



Lecerf, Jean-Michel

### **La viande : un peu, beaucoup, passionnément ou pas du tout ?**

Buchet Chastel, 2016

L'auteur, spécialiste en endocrinologie et en maladies métaboliques à l'Institut Pasteur de Lille, fait le point sur la consommation de viande des Français en s'interrogeant de façon objective sur ses impacts positifs (apport en protéines) et négatifs (obésité, diabète, hypertension artérielle, maladies cardio-vasculaires, etc.) sur la santé. Il prodigue également des conseils nutritionnels.

## Sélection enfants et parents



Domange, Charlotte - Domange, Benjamin

### **50 petits plats des 4 saisons : pour marmitons écoresponsables**

Belin jeunesse, 2018

Des recettes classées par saison et formulées pour minimiser le gaspillage alimentaire : sablés enneigés, tarte verte au fromage, ratatouille ou encore burger. Avec des ateliers, des astuces et des conseils pour choisir les fruits et légumes de saisons, éviter les emballages en plastique et organiser une cuisine respectueuse de l'environnement.

---



Louchard, Antonin - Couprie, Katy

### **À table!**

Thierry Magnier, 2002

Un imagier autour de la nourriture et du repas : ce qu'on aime, ce qu'on déteste, les couleurs des aliments, les légumes, le poulet et la dinde de Noël, les fruits, les desserts, le petit déjeuner, le dîner, le pique-nique, les fêtes et les anniversaires...

---



Hédelin, Pascale

### **L'alimentation**

Milan jeunesse, 2018

Des questions-réponses simples et informatives sur l'alimentation et les processus digestifs du corps humain.

---



Holford, Patrick - Colson, Deborah

### **Arrêtez de remplir vos enfants de cochonneries : l'alimentation saine pour les enfants et les ados**

Macro Editions, 2018

Les auteurs expliquent comment les enfants peuvent, en se nourrissant correctement, non seulement bien grandir en conservant la santé, mais aussi améliorer et guérir certaines maladies caractéristiques de l'enfance et de l'adolescence. L'ouvrage est illustré de conseils corroborés par des données scientifiques.

## BIBLIOGRAPHIE



Sérog, Patrick

### **Les enfants, à table ! : comment transmettre à vos enfants de bonnes habitudes alimentaires**

Flammarion, 2012

Sic'est aux parents de nourrir leurs enfants, ils doivent aussi leur transmettre de bonnes habitudes alimentaires. L'expérience du nutritionniste l'a éclairé en matière d'éducation alimentaire et lui a permis d'élaborer des méthodes vouées à améliorer la transmission alimentaire : faire du repas familial un rendez-vous, apprendre aux enfants à remplir les placards, cuisiner ensemble...

---



Gourounas, Jean

### **Grosse légume...**

Rouergue, 2007

De tomate en céleri, de poireau en radis, un petit ver grignote tout ce qu'il rencontre. Toujours plus affamé et plus gourmand, il se dirige vers une grosse citrouille. En sortant de celle-ci, une poule également affamée l'attend. Prix Sorcières 2005, catégorie tout-petits.

---



Saint-Mars, Dominique de - Bloch, Serge

### **Max et Lili décident de mieux manger**

Calligram, 2017

La grand-mère de Max et Lili fait découvrir aux deux enfants les bienfaits d'une alimentation saine et savoureuse.

---

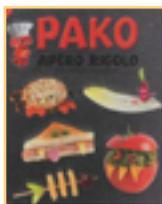


Yonezu, Yusuke

### **Miam... j'aime bien !**

Minedition, 2012

Le singe aime les bananes, le chat aime le poisson, le cochon aime les pommes, etc. Un album pour parler aux enfants d'équilibre alimentaire. Album avec des fenêtres.



Gallimard, Pauline

### **Pako : apéro rigolo : des explications étape par étape**

Calligram, 2014

Des recettes classées par saison et formulées pour minimiser le gaspillage alimentaire : sablés enneigés, tarte verte au fromage, ratatouille ou encore burger. Avec des ateliers, des astuces et des conseils pour choisir les fruits et légumes de saisons, éviter les emballages en plastique et organiser une cuisine respectueuse de l'environnement.

---



Leroy, Jean - Charbon, Ella

### **La soupe aux frites**

École des loisirs, 2017

Un imagier autour de la nourriture et du repas : ce qu'on aime, ce qu'on déteste, les couleurs des aliments, les légumes, le poulet et la dinde de Noël, les fruits, les desserts, le petit déjeuner, le diner, le pique-nique, les fêtes et les anniversaires...

---



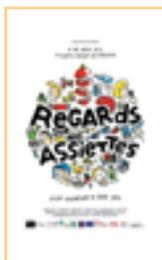
Rivoal, Marine

### **Trois petits pois**

Rouergue, 2012

Trois petits pois roulent, font la course et échappent à des êtres bizarres avant de s'enfuir pour continuer leur histoire et tout recommencer.

## FILMOGRAPHIE



Beccu, Pierre

### **Regards sur nos assiettes, 2017**

Six étudiants en géographie et ingénierie d'espace rural enquêtent sur l'alimentation. De leur assiette au sol, ils remontent la filière des aliments, étudient les impacts de nos choix de consommateurs et découvrent d'une façon spontanée l'envers de l'assiette. De la grande surface aux producteurs locaux, les réponses apportées varient sur le fond et sur la forme. Chemin faisant, c'est notre vie à tous qui se dessine dans les gestes et les mots des pionniers de l'agriculture de demain.



Lahiani, Mathias

### **Ça bouge pour l'alimentation !, 2017**

Face aux scandales alimentaires, aux prises de conscience des enjeux environnementaux et à la dégradation de la santé publique, des citoyens motivés s'organisent et, avec l'appui de décideurs engagés, ouvrent de nouvelles voies... Ce documentaire présente ainsi de joyeuses solutions, reproductibles partout, pour mieux produire, distribuer différemment, consommer autrement et au final mieux se nourrir.



Castaignède, Frédéric

### **OGM, mensonges et vérités, 2016**

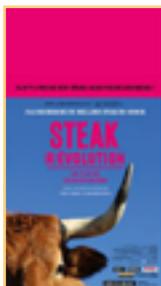
Tourné dans onze pays et sur quatre continents, ce film explore l'ensemble des enjeux liés aux OGM, tant pour la santé que pour l'environnement et la biodiversité. Ce thriller politico-scientifique part sur le terrain à la rencontre des acteurs et des témoins de l'avancée des cultures génétiquement modifiées, interroge ceux qui en étudient les effets dans les laboratoires et ouvre les portes des fabriques de plantes et d'animaux transgéniques.



Joulin, Maëlle

### **Manger plus pour se nourrir moins, 2015**

Aujourd'hui, dans les pays industrialisés, la majeure partie de la population mange à sa faim. Pourtant, de nombreuses personnes souffrent d'une carence en micronutriments comme le fer, le cuivre, le zinc, mais aussi en acides gras et en vitamines. Au cours de ces cinquante dernières années, les aliments tels que les fruits, les légumes, la viande, le lait frais, les œufs ou encore le pain, ont perdu jusqu'à 75% de leur valeur nutritive !



Rivière, Franck

### **Steak (R)évolution, 2015**

Un tour du monde à la découverte d'éleveurs, de bouchers et de chefs passionnés. Mais où se trouve le meilleur steak du monde ? Loin des élevages intensifs et des rendements industriels, une révolution est déjà en marche ; la bonne viande rouge devient un produit d'exception, voire de luxe. Franck Ribière et son boucher favori, Yves-Marie Le Bourdonnec, partent rencontrer les nouveaux protagonistes de la filière, généreux, attachants et écologistes, pour essayer de comprendre ce qu'est une bonne viande. Les nouveaux enjeux du marché ne sont pas toujours là où on les attend.

---



Crépu, Jean

### **Le dernier carré de chocolat, 2014**

Le chocolat est un marché de 80 milliards de dollars par an, un marché en pleine expansion. La Côte d'Ivoire produit à elle seule 40% de la récolte mondiale de cacao. Mais, depuis 1999, le pays est plongé dans une crise politique endémique que l'arrivée au pouvoir d'Alassane Ouattara n'a pas normalisée à ce jour. Un documentaire d'investigation sur la mécanique d'un commerce international opaque et violent, aux prises avec les réalités économiques et politiques du moment.

---

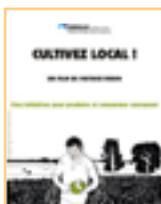


Limare, Béatrice

### **Adieu veau, vache, cochon, couvée, 2013**

Il n'y a pas si longtemps, la viande était un aliment rare et exceptionnel. Comme le sont encore aujourd'hui le caviar et la langouste, comme ne le sont déjà plus le saumon fumé ou les fraises en hiver ! Aujourd'hui, la viande s'est banalisée. Plus accessible, pré-conditionnée, surgelée, etc.

---

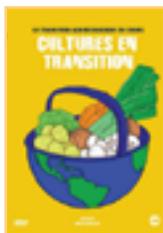


Viron, Patrick

### **Cultivez local !, 2013**

Que nous soyons consommateur ou paysan nous avons tous entendu parler de «circuits courts» ou de «consommer local». Quelles réalités et quelles perspectives se cachent derrière ces appellations ? À la rencontre de certains de ces acteurs afin que leurs expériences suscitent la réflexion, le dialogue et pourquoi pas, conduisent vers de nouvelles initiatives.

## FILMOGRAPHIE



Aguilar, Nils

### **Cultures en transition, 2013**

Comment se réorganiser pour préparer nos champs et nos villes au triple défi des changements climatiques, du pic pétrolier et de la crise économique et financière ? À Cuba, en Angleterre comme en France, des alternatives en marche témoignent avec force d'une transition culturelle en cours. Une transition qui serait la préfiguration d'un futur au delà de l'insécurité alimentaire et des désastres écologiques.

---



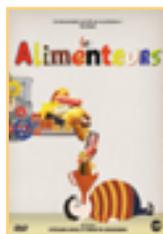
Robin, Marie-Monique

### **Les moissons du futur, 2012**

Rouergue, 2007

Marie-Monique Robin enquête sur les méthodes de l'agroécologie dans différents points du globe. La journaliste a notamment rencontré des paysans qui ont renoncé aux insecticides et pesticides dont les coûts indirects colossaux (pollution, énergie et santé publique) ne sont jamais pris en compte. Un film plein d'espoir sur les solutions possibles à la crise alimentaire.

---



Horel, Stéphane - Rossigneux, Brigitte

### **Les alimenteurs, 2012**

Calligram, 2017

8 aliments sur 10 sortent tout droit d'une chaîne de fabrication, annonce d'emblée la voix off. En clair, de la vache au beurre ou du poireau à la soupe, il y a des tonnes d'étapes – salage, graissage, retrait de nutriments, ajout d'additifs - qui finissent par former des produits trop salés, trop sucrés, trop gras qui nuisent à la santé. Et ce, sans même que le consommateur s'en aperçoive, tout perdu qu'il est dans les rayons débordants de son supermarché.

---

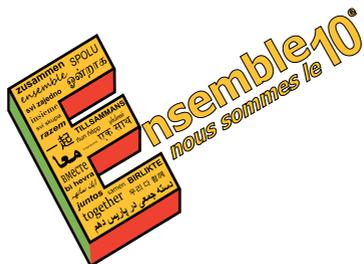
### **Médiathèque Françoise Sagan**

Carré historique de Clos Saint-Lazare  
8, rue Léon-Schwartzberg 75010 Paris

Tél : 01.53.24.69.70

mediatheque.francoise-sagan@paris.fr

www.mediathequefrancoisesagan.paris



## Livret « Derrère l'assiette ... »

C'est à la consommation alimentaire des humains, d'ailleurs ou d'ici, d'hier et d'aujourd'hui, que nous avons consacré ce livret. Textes poétiques, économiques ou historiques, récits ou témoignages, constats ou engagements, les membres d'*Ensemble, nous sommes le 10<sup>e</sup>* livrent une vision réelle et/ou souhaitable de ce qui se passe avant l'arrivée des produits dans nos assiettes. Avec une arrière-pensée explicite qui est d'œuvrer, chacun selon ses moyens, à mieux se nourrir : meilleure qualité, meilleure saveur et, autant que faire se peut, empreinte carbone réduite. Des éclairages multiples qui facilitent le renforcement de nos liens.

Au sein de ses activités, *Ensemble, nous sommes le 10<sup>e</sup>* ne favorise aucun prosélytisme, qu'il soit politique ou religieux. Dans la présente publication, l'association a donc accepté les textes dans leur diversité. Ces textes ne donnent lieu ni à approbation ni à improbation d'*Ensemble, nous sommes le 10<sup>e</sup>*.