
Du
beurre dans
les épi

Édito

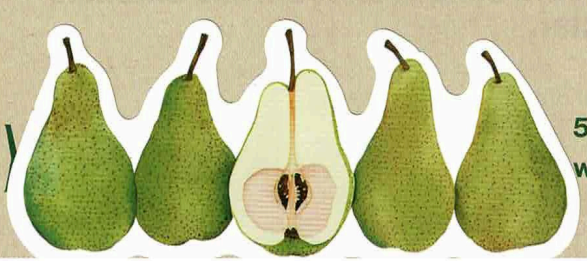
Les Fleurs

Franchement, si quelqu'un·e nous avait demandé il y a un an ce que voulait dire "démocratie alimentaire", on aurait probablement répondu un peu à côté. Enfin, sauf Alix.
Puis on a passé neuf mois à creuser la question. À rencontrer des gens. À écouter leurs envies. Leurs colères. Leurs idées. Leurs solutions. À se demander pourquoi bien manger est parfois si compliqué alors que ça devrait être simple.

On a lu des articles, des livres et des études avec des mots parfois un peu compliqués mais souvent inspirants. On a essayé de les traduire en discussions autour d'une table.
On a animé des ateliers. Planté des graines. Accroché des affiches de travers. Distribué des feutres. Fait parler des personnes entre elles, puisque tout le monde mange.
On a rencontré des jeunes, des habitant·es, des bénévoles, des professionnel·les du monde agricole et alimentaire. Des personnes qui n'étaient pas toujours d'accord entre elles, mais qui avaient toutes quelque chose à dire sur notre façon de produire, de vendre, de cuisiner ou de manger.
Petit à petit, la démocratie alimentaire est sortie des livres pour devenir des visages, des histoires et des questions très concrètes.

Et puis on est parti·es autour de la Bretagne.
On a découvert des projets trop chouettes. Des gens qui essaient, qui bricolent, qui inventent, qui résistent parfois. Qui prouvent qu'une autre façon de produire, distribuer et partager l'alimentation existe déjà.
On est revenus avec des carnets gribouillés. Des enregistrements. Des questions.
Et des envies, nous aussi.

Ce fanzine est né de tout ça. C'est un peu le voyage vu depuis nos têtes.
Les moments qui nous ont marqué·es.
Les phrases enregistrées pour mieux les transmettre.
Les idées qu'on aimerait voir grandir.
Pour un peu de beurre dans les épis.



Musée
5 av. Marceau, Paris 75116
www
Louann, Alix, Honoré et Lanig

The New York Times
BeauxArts Magazine

ÉPI

Sommaire

1. Une histoire de services civiques

2. Démocratie alimentaire ?

« Véritables traits d'union
entre les hommes,

3. Sensibilisation, animation, explosion

et donnent du goût
à la Terre et à la Mer ».

4. Nos Futurs : récolter des idées

5. Tour de France de Bretagne en train
avec entrain

6. On s'en rappelera

7. Nos partenaires

Image : Isham Tankha

Une histoire de services civiques

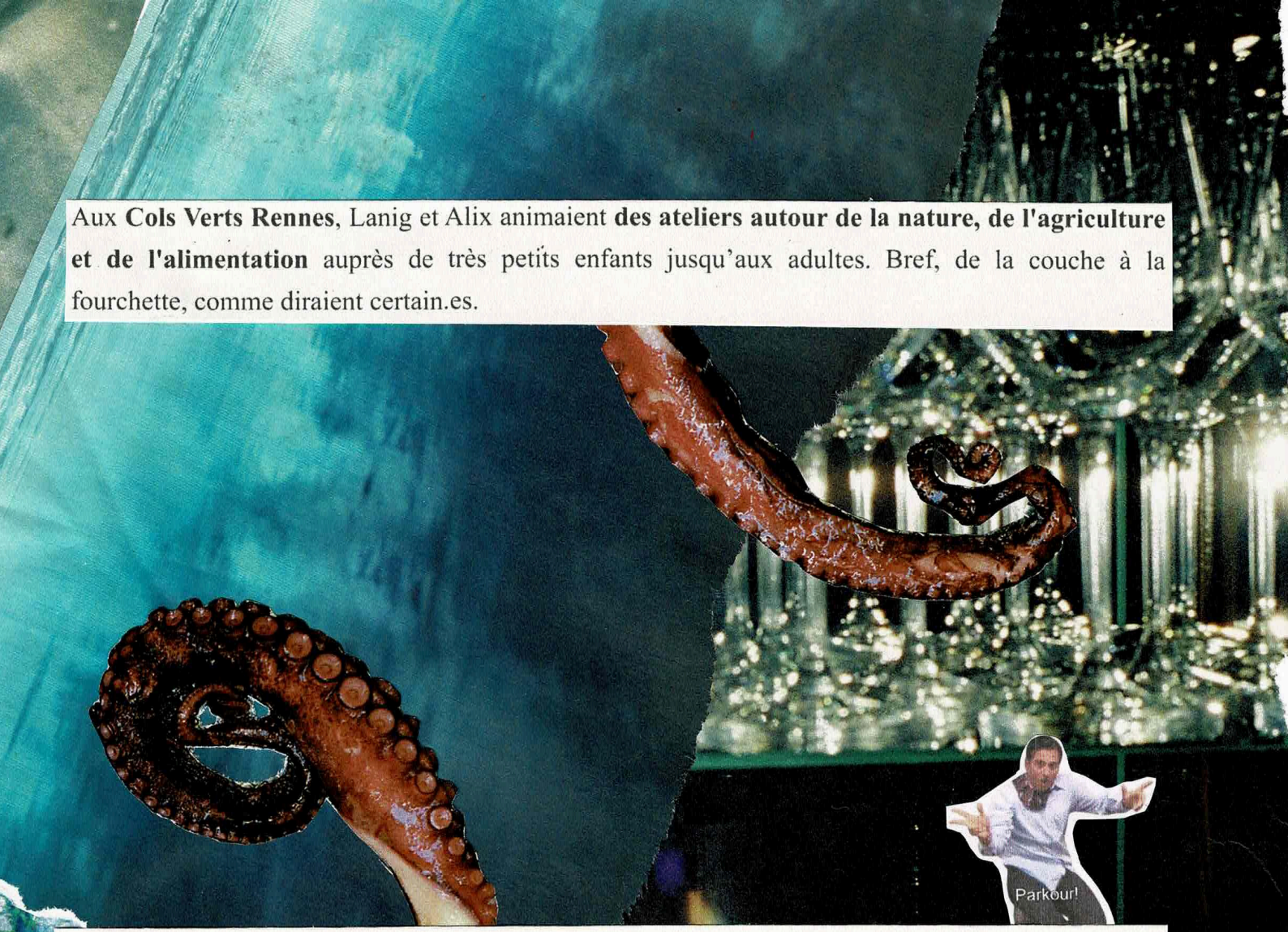
Nos services civiques, c'était surtout une histoire de terrain. Pendant plusieurs mois, on a parlé de transition écologique et alimentaire. Enfin... "parlé", c'est un grand mot. On a surtout animé. Bricolé. Jardiné. Cuisiné. Joué. Débattu. Envoyé des mails, beaucoup de mails.

Parfois essayé d'expliquer des sujets compliqués à des personnes qui n'avaient rien demandé. Expliquer les monopoles de l'agro-industrie, la saisonnalité ou la perte de fertilité des sols à quelqu'un·e qui mange encore de la pâte à modeler, c'est un défi.

Chez **Xylm**, Louann animait des ateliers et participait à la communication de l'association. L'idée : **rendre les enjeux écologiques plus compréhensibles, moins intimidants et surtout donner envie d'agir.**

Honoré partageait aussi son temps entre les animations et des projets de coopération avec l'**ONG STADD**, au Togo. **Accès à l'eau potable, assainissement, gestion des déchets** : des sujets qui rappellent que les défis écologiques existent partout, mais ne se vivent pas partout de la même façon.

Aux **Cols Verts Rennes**, Lanig et Alix animaient **des ateliers autour de la nature, de l'agriculture et de l'alimentation** auprès de très petits enfants jusqu'aux adultes. Bref, de la couche à la fourchette, comme diraient certain.es.



Au fil de l'année, on s'est aussi retrouvé.es autour d'**un projet commun** : la mission parcours. Un nom un peu bizarre pour vous, qui nous a un peu couru sur le bourricot mais qu'on a fini par faire nôtre.

On a imaginé ensemble des actions autour des transitions écologiques et solidaires. On est allé·es rencontrer **des jeunes de 13 à 30 ans** pour discuter, débattre et rêver un peu.

L'objectif était simple : se demander collectivement quel monde on veut habiter ? Et surtout **comment produire, partager et manger en respectant davantage le vivant**.

Face aux défis d'aujourd'hui, ça peut paraître minuscule mais on a essayé de faire notre part, de **se retrouver**, d'**expérimenter**, de **faire ensemble** et d'**apprendre les un·es des autres**.

Démocratie alimentaire ?

Voilà le moment périlleux pour nous, croustillant pour vous, où on tente de proposer la définition de ce que nous croyons avoir compris de ce que pourrait peut-être vouloir dire la "démocratie alimentaire". Oui, on prend des pincettes, même en écrivant ces lignes on est un peu fébriles. On a lu et entendu plein de belles choses à ce sujet, alors on veut pas faire tâche. Aller, on y va. Parce que c'est notre projeeeet.



En premier lieu, un·e lecteur·ice avisé·e nous demanderait : "Mais pourquoi donc on aurait besoin de démocratie, on vit déjà en démocratie non ? Faut juste aller voter non ? Et puis ça va pas si mal que ça l'agriculture non ? On produit en quantité pour nourrir le monde non ? Et puis y'a les Restos du cœur pour les gens qui ont faim non ?"

Sans questionner la pertinence de ces interrogations, on aimerait y répondre rapidement mais faut pas vendre la peau de l'ours avant l'œuf.



millions de personnes en
tuation de précarité alimentaire
n France.

LE MAGAZINE

+160 % de diabétiques en 20 ans

18 % des ménages agricoles sous le seuil de pauvreté

des champs en 15 ans.

L'accès universel à une alimentation suffisante, saine, culturellement appropriée et durable constitue **un droit fondamental reconnu au niveau international**. Pourtant, dans les pays européens et en particulier en France, ce droit n'est aujourd'hui pas garanti. On peut le voir en observant le niveau élevé et en hausse de **précarité alimentaire dans la population**, l'augmentation des **inégalités sociales de santé liées à l'alimentation** et les **impacts environnementaux majeurs des systèmes alimentaires dominants**. On peut également constater l'échec de notre système de production, basé sur des logiques industrielles et capitalistes, dans son **incapacité à rémunérer correctement ses travailleur·euses**. On ne nous convaincra pas du fait que notre système alimentaire actuel ne provoque pas des injustices sociales béantes et des impacts écologiques dramatiques, tout en coûtant des **sommes astronomiques à la société**.

D'autre part, des journalistes d'investigation et des ONG démontrent comment **les politiques publiques sont à la botte des intérêts capitalistes**, en particulier dans le système agricole et alimentaire. Comment faire alors si l'ultime rempart de notre démocratie, notre cher droit de vote, ne nous permet pas d'infléchir cette dynamique destructrice ? Un·e lecteur·ice avisé·e nous répondrait alors qu'il existe de nombreuses initiatives qui construisent des alternatives et qu'il faudrait développer encore plus : en montant des groupements d'achats qui favorisent l'agriculture paysanne en circuits courts, en animant des ateliers cuisine et de sensibilisation à l'alimentation durable !

Notre avis : ces initiatives ne sont pas nouvelles, et que malgré toute l'importance qu'elles revêtent - on en fait partie donc c'est bien qu'on y croit aussi un peu -, elles s'attachent plutôt à lutter contre les conséquences d'un système néfaste et remplissent le besoin d'alternative d'une petite partie de la population. Notre avis : notre approche doit être **systémique, économique, politisante et "encapacitante"** pour toustes. Autrement dit, il faut que l'on reprenne le pouvoir collectivement sur la façon dont on produit et accède à l'alimentation.

19 milliards/an pour compenser les impacts négatifs de notre système alimentaire. 48 milliards d'argent public pour le soutenir.

La beauté à gober.

Précaires et branchés



ntation nous concerne toutes et tous. Lutter pour une autre alimentation, pour un stème alimentaire, est donc une belle entrée en matière pour façonner un autre

Petersell et Kévin Certenais, "Régime général, pour une sécurité sociale de ation", 2022)



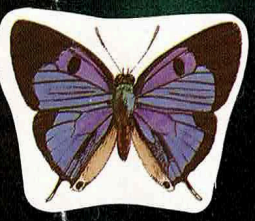
« LA SSA NOUS INSPIRE, ELLE NOUS FAIT RÊVER. MAIS CE QU'ON VIT, C'EST AVANT TOUT UNE EXPÉRIENCE DE DÉMOCRATIE ALIMENTAIRE. »

On espère qu'à ce point de la lecture on aura commencé à vous convaincre de la nécessité d'agir collectivement et de retrouver de la démocratie, réelle, dans notre assiette. Comment alors unir nos forces et renverser la table ? Askip l'oignon fait la force.

Une proposition politique portée depuis quelques années par le collectif national pour une **Sécurité Sociale de l'Alimentation** (SSA) serait d'intégrer l'alimentation dans le régime général de la Sécurité sociale, tel qu'il a été initié en 1946 : **universalité de l'accès**, **conventionnement des professionnels** réalisé par des caisses gérées **démocratiquement**, financement par la création d'une **cotisation sociale** à taux unique sur la production réelle de valeur ajoutée. Parce qu'une image vomit le mot, et qu'on vous parlera d'exemples concrets d'expérimentations de SSA plus tard, on vous met un super schéma tiré du livre cité plus haut pour illustrer comment on pourrait socialiser la bouffe :

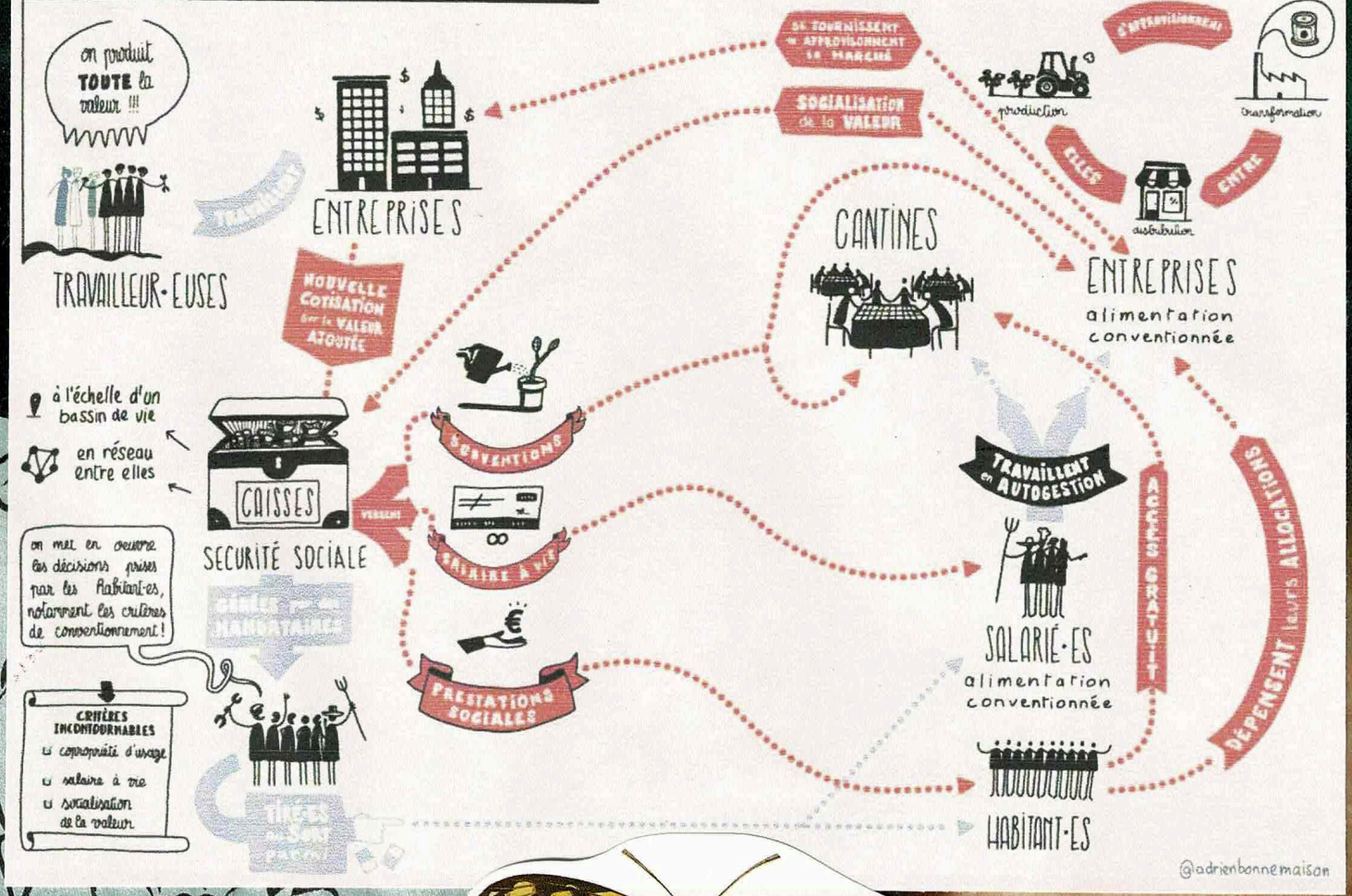
Pour vous offrir une expérience sensorielle complète, on a pensé à vos oreilles et réalisé quelques capsules audio en enregistrant les personnes qu'on a rencontré·es. Au fil de ce fanzine, quand vous apercevrez ces petits numéros, ça voudra dire qu'il y a une capsule en lien avec la structure, accessible en scannant ce petit QR code. Et ça commence ici !

CARNET PRATIQUE

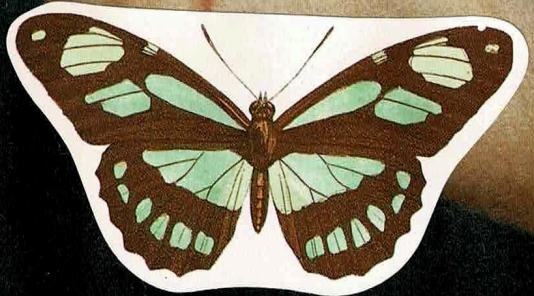




L'HORIZON d'un SYSTÈME ALIMENTAIRE DÉSIRABLE











Sensibilisation, animation, explosion

Tout au long de l'année, on a essayé de rendre la démocratie alimentaire plus concrète, pour nous et pour les autres. À chaque fois, il a fallu **adapter les formats**, trouver les bonnes portes d'entrée mais garder la même question en fond : **comment reprendre le pouvoir sur notre alimentation** ?

Au lycée Théophile Briant de Tinténiac, à la MFR de Saint-Grégoire, Au Pré des Cols Verts Rennes, au CFA de la Lande de la Rencontre, à l'Hôtel de Rennes Métropole, au Collège Rosa Parks de Villejean, à l'école Guillevic, c'est **près de 1000 personnes**, dont environ **400 jeunes de 13 à 30 ans**, sensibilisées sur la transition écologique.





Des discussions parfois très simples, parfois très denses. On n'a pas cherché à tout expliquer. Plutôt à **ouvrir des espaces où chacun·e pouvait dire ce qu'il ou elle en pensait**. La démocratie alimentaire, ce n'est pas seulement réfléchir, ni seulement agir. C'est faire les deux en même temps. **Parler, débattre, expérimenter et faire**. Et peut-être, à partir de là, commencer à se sentir un peu plus légitime pour imaginer la suite.



Nos Futurs : récolter des idées

L'un des temps forts de notre année a été notre participation au **festival Nos Futurs** à Rennes. Pendant deux jours, nous avons tenu un kiosque consacré à la démocratie alimentaire. L'objectif était simple : discuter. Écouter les expériences de chacun·e.

Pour lancer les échanges, nous avons créé une **fresque participative** où chacun·e pouvait laisser une idée, une question ou une réaction.

Beaucoup associaient l'alimentation à des choix individuels : manger bio, local ou de saison. Mais peu avaient conscience de l'ensemble des enjeux qui se cachent derrière notre système alimentaire. On a aussi entendu beaucoup de **critiques du système actuel**, mais peu connaissaient des alternatives permettant de transformer les choses à plus grande échelle.
Et surtout, presque personne n'avait déjà entendu parler de démocratie alimentaire.

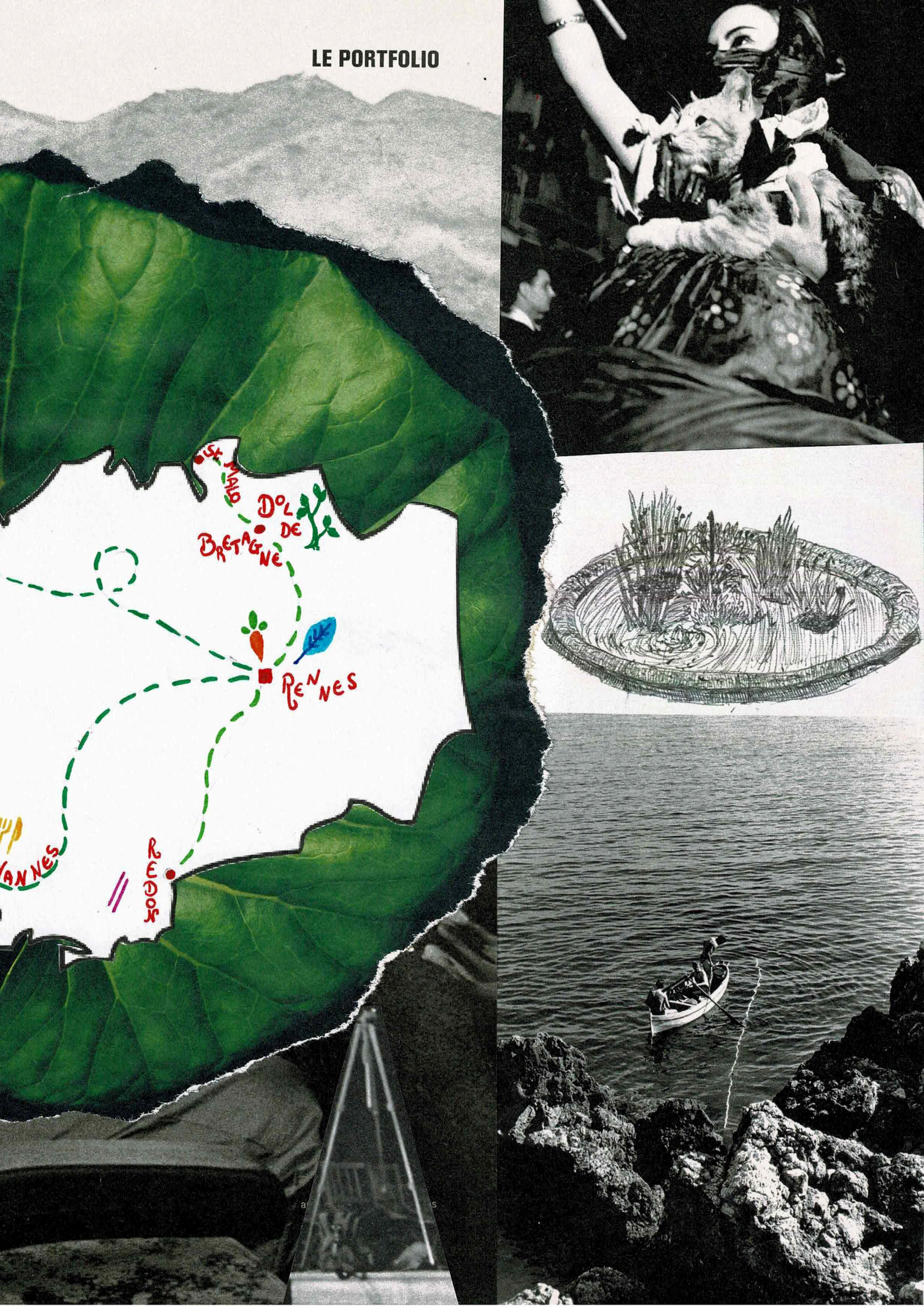
Mais après tous ces échanges on s'est dit qu'on tenait le bambou : si ce concept était aussi peu connu alors qu'il concerne tout le monde, c'était sans doute une bonne raison de continuer à l'explorer.

festival
nos
futurs

PAR LES JEUNES, POUR TOUT LE MONDE

Kiosques
Tout est dans le hall, à partir de 14h
Alimentation locale et démocratie alimentaire
Cap ou pas cap vers 2050 ?
Sténopé par les jeunes du GR
Le plastique peut-il d
fantastiq


BREST
LORIENT


ST MALO
DOL DE BRETAGNE
RENNES
REDON

Tour de France de Bretagne en train avec entrain

JARDINS DE VILLE

Dans le cadre de la Mission Parcours, on devait réaliser une mobilité d'une semaine en Bretagne a décidé d'aller rencontrer celles et ceux qui, un peu partout dans cette belle région, essaient de f vivre des formes de démocratie alimentaire. On a donc pris un micro, nos carnets et quelques tr pour aller à la rencontre de structures qui travaillent à leur façon ces enjeux.

À Saint-Malo, Brest, Lorient, Dol-de-Bretagne, Vannes ou Redon, on a découvert des projets bien différents mais qui partagent un même principe : créer des espaces où les gens se rencontrent, agissent ensemble et reprennent confiance dans leur capacité d'agir en collectif.

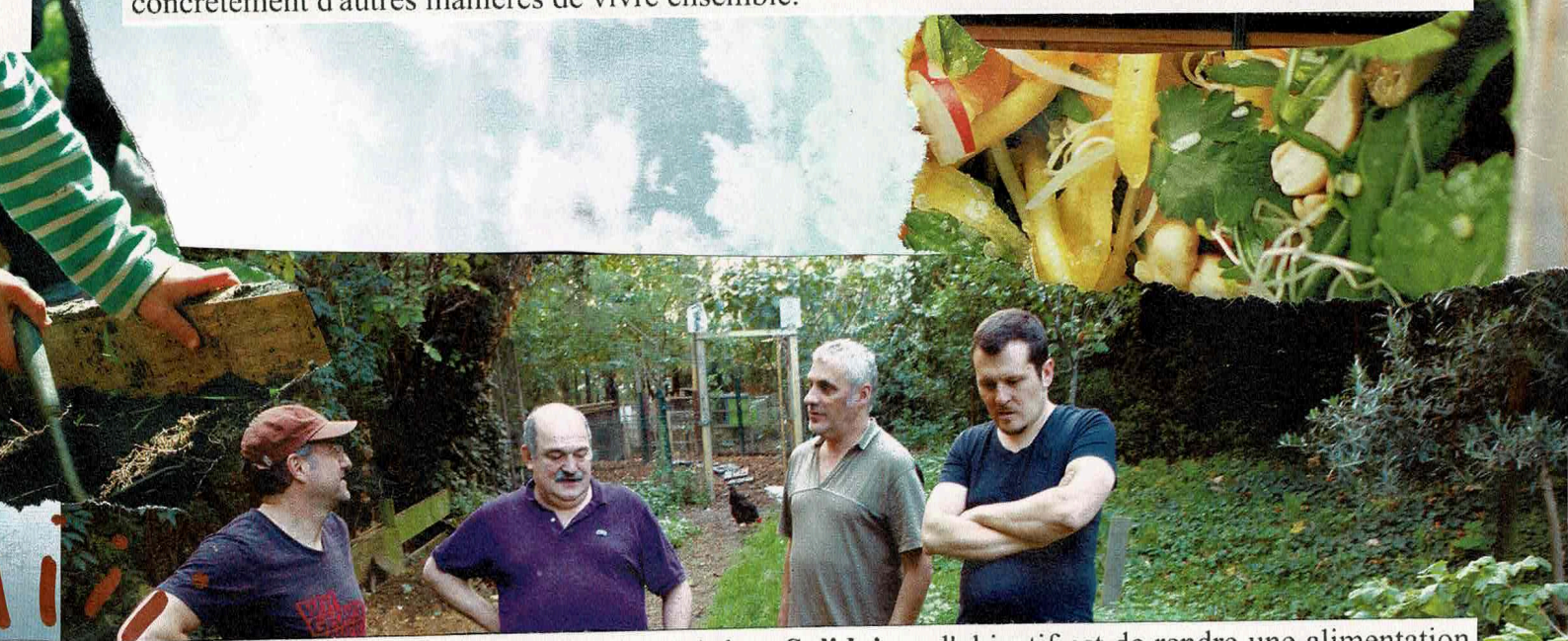
Le jardin ou la cuisine deviennent le point de départ. Une façon de faire vivre un quartier.

À LA VIE, À LA MORT



Aux **Marteaux du Jardin** ou à **Vert le Jardin**, on vient parfois pour planter des tomates et faire deux pierres d'un coup : on reste souvent pour discuter avec ses voisin·es, partager un repas ou apprendre quelque chose de nouveau. Avec les **Cuisiniers Solidaires**, on apprend à valoriser les invendus bio en cuisinant à plusieurs.

À **Des Idées Plein La Terre**, cette logique prend la forme d'un tiers-lieu où se croisent jardinage, ateliers, réemploi, couture, courses collectives et projets citoyens. Un endroit où l'on expérimente concrètement d'autres manières de vivre ensemble.



À **Des Idées Plein La Terre** ou aux **Cuisiniers Solidaires**, l'objectif est de rendre une alimentation de qualité plus accessible tout en recréant du collectif autour de la nourriture.



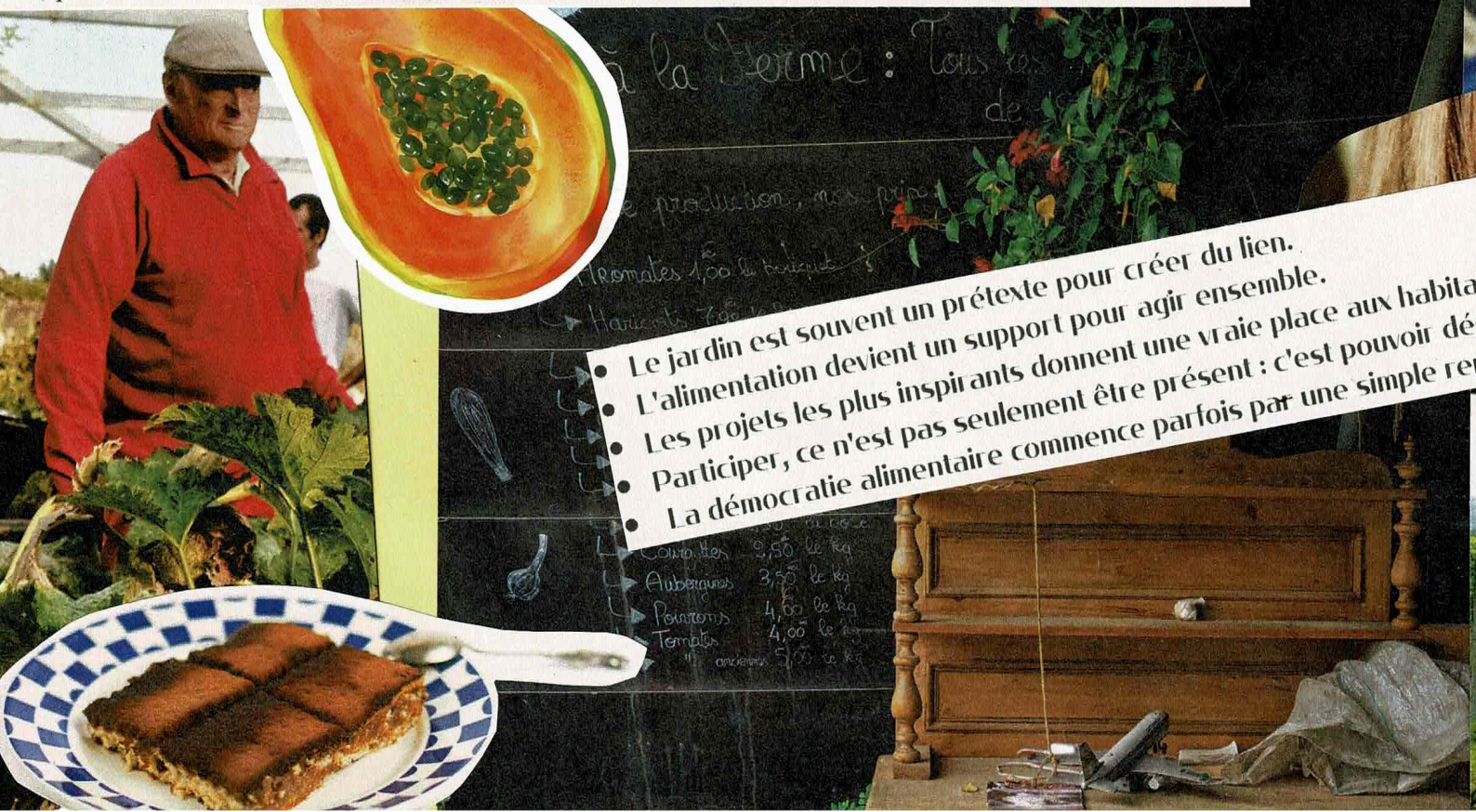


3

À Redon, **Le Parallèle** pousse encore plus loin cette idée avec son "Hôtel à projets". Ici, les jeunes sont invité·es à imaginer et construire leurs propres initiatives. L'objectif n'est pas de faire à leur place, mais de leur donner l'espace, les outils et la confiance nécessaires pour agir.

Ce qui nous a marqué dans toutes ces rencontres, c'est que la démocratie alimentaire ne passe pas seulement par ce qu'il y a dans l'assiette mais qu'elle vit aussi dans les repas collectifs, dans les discussions autour d'un café, dans les décisions prises collectivement.

Bref, partout où vit le collectif et le faire ensemble.



- Le jardin est souvent un prétexte pour créer du lien.
- L'alimentation devient un support pour agir ensemble.
- Les projets les plus inspirants donnent une vraie place aux habita
- Participer, ce n'est pas seulement être présent : c'est pouvoir dé
- La démocratie alimentaire commence parfois par une simple re

Certaines structures utilisent le jardin, la cuisine ou le repas partagé pour créer du lien.

D'autres prennent le problème à l'envers. Elles partent directement de l'alimentation, sans y aller pour quatre parchemins.

Comment faire pour que tout le monde puisse accéder à une alimentation de qualité ?

Pas seulement celles et ceux qui ont le temps.
Pas seulement celles et ceux qui ont les moyens.
TOUT LE MONDE

No Culture

Nous avons rencontré des associations qui expérimentent des réponses concrètes.

À Lorient, **Cohérence** accompagne des habitant·es qui expérimentent une Caisse de Sécurité Sociale de l'Alimentation tandis qu'**Optim'ism** travaille à transformer l'économie autour de l'alimentation par des réseaux de solidarité, d'insertion et des lieux de convivialité.





Dans cette vision, les consommateur·ices, les producteur·ices et les transformateur·ices partic
ensemble aux décisions. **L'alimentation n'est plus une affaire de marché**. Elle devient un
démocratique.



À **Brest**, douze structures aux intérêts différents se sont regroupées autour de l'**À Table**, pour permettre à une
centaine de personnes de se former et de construire leur système alimentaire dans une autre expérimentation
inspirée de la SSA.

**Une caisse commune alimentée par des cotisations et des décisions prises collectivement po
garantir un accès à une alimentation choisie, durable et de qualité.**

NOUVELLES

Ce qui nous a marqué pendant ce voyage, c'est que ces projets ne parlent pas seulement de nourriture mais de



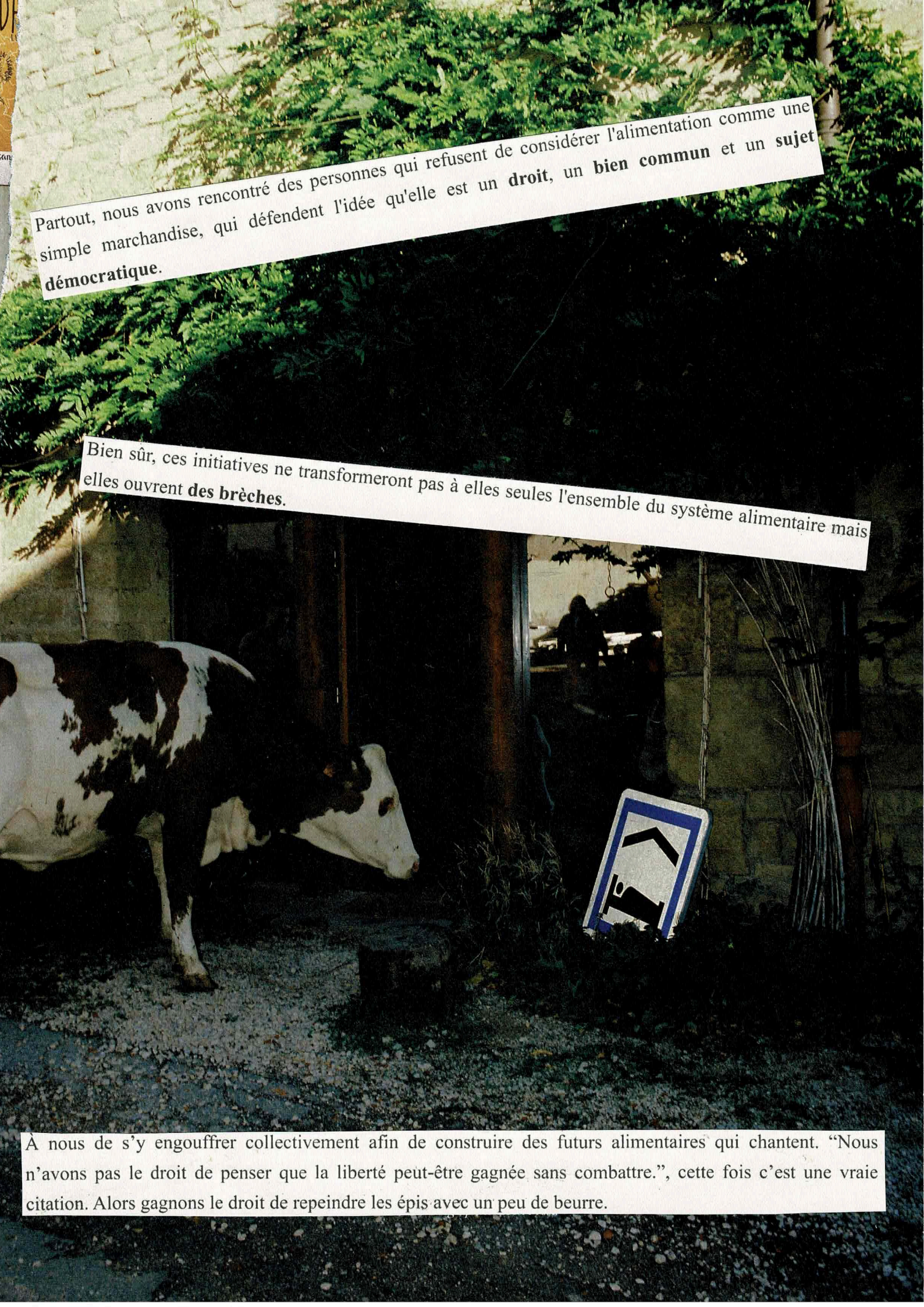
On s'en rappelera

Quand on est parti·es, on cherchait à comprendre, à découvrir et à partir à l'aventure. On est revenu·es avec plus de questions qu'au départ mais aussi avec quelques convictions.

D'abord, que **l'alimentation n'est pas un sujet individuel**.

Nos assiettes sont traversées par des choix économiques, sociaux et politiques.

Ensuite, on a vu qu'il existe déjà des personnes qui tentent de reprendre la main sur ces questions. Des Femmes et des Hommes inspirant·es, qui nous ont accueilli·es avec beaucoup d'humilité et de cœur.



Partout, nous avons rencontré des personnes qui refusent de considérer l'alimentation comme une simple marchandise, qui défendent l'idée qu'elle est un **droit**, un **bien commun** et un **sujet démocratique**.

Bien sûr, ces initiatives ne transformeront pas à elles seules l'ensemble du système alimentaire mais elles ouvrent **des brèches**.

À nous de s'y engouffrer collectivement afin de construire des futurs alimentaires qui chantent. "Nous n'avons pas le droit de penser que la liberté peut-être gagnée sans combattre.", cette fois c'est une vraie citation. Alors gagnons le droit de repeindre les épis avec un peu de beurre.



FONJEP Solidarité internationale

FONDATION GROUPE EDF

LE PARALLÈLE

Vert le Jardin

RENNES Ville et Métropole

A TABLE !

Collectif SSA Pays de Rennes

SERVICE CIVIQUE

xylm

LES COLS VERTS

festival nos futurs

miro Maison Internationale de Rennes

Optim'ism

CO

DPLT Des idées plein la Terre

Les Jardiniers du Jardin

les Cuisiniers solidaires

Ille & Vilaine LE DÉPARTEMENT