

# Démocratie alimentaire,



VERONIQUE GUILLEN



VERONIQUE GUILLEN



VERONIQUE GUILLEN



VERONIQUE GUILLEN

1 - La Ville défend les projets d'agriculture urbaine, comme ici avec l'association On sème tous, à La Noue. 2 et 3 - Les nouveaux acteurs d'une alimentation saine et juste se multiplient dans notre ville, tels ici Pribon (vendeur de bio en vrac) et Label gamelle, coopérative d'insertion. 4 - À la cantine scolaire, les produits bio dominent !

Dossier préparé par J.-F. Monthel

**Peut-on mettre fin aux inégalités devant l'alimentation ? Peut-on éradiquer précarité alimentaire et malbouffe ? Peut-on promouvoir une alimentation basée sur une agriculture saine et durable, et ainsi mieux protéger la santé ? Sous le slogan « Mangeons mieux à Montreuil », le projet de démocratie alimentaire de territoire est lancé. Explications.**

La « démocratie alimentaire » est lancée ! Jusqu'à juillet prochain, la Ville propose à tous les Montreuillois de participer à une grande enquête sur leurs habitudes alimentaires, intitulée « Enquête dans ton assiette ». En parallèle, six groupes de travail rassemblant des élus, des habitants et des experts, commencent à plancher sur diverses thématiques portant sur l'alimentation (voir page 8). Le jour de la parution de ce numéro du *Montreuillois*, jeudi 15 avril, l'alimentation était également au cœur de la deuxième visioconférence publique du maire, Patrice Bessac. Cette première étape de consultation, d'études et de diagnostic prépare les états généraux de l'alimentation, prévus pour l'automne prochain.

La « démocratie alimentaire » est l'un des projets phares de ce nouveau mandat, défendu et exposé dans l'ouvrage de Patrice Bessac, paru en février 2020, *Manifeste pour une démocratie alimentaire à Montreuil*. Ses ambitions ? Promouvoir une alimentation plus saine, plus juste socialement et plus respectueuse pour l'environnement, ainsi que lutter contre la précarité alimentaire. Les moyens d'action sont multiples. Avec une priorité pour les plus jeunes.

À Montreuil, la cantine scolaire propose désormais des menus composés à 70 % de produits biologiques, ainsi qu'un repas végétarien par semaine, pour un prix démarrant à 0,54 € par repas, en fonction du quotient familial. Dans les douze crèches municipales (dont huit sont équipées de cuisines), la part de produits biologiques augmente depuis le début de

**1 Français sur 5 n'arrive pas à se procurer une alimentation saine et équilibrée**

l'année, avec l'objectif d'atteindre plus de 70 % d'ici à fin 2021. Et pour les plus grands ? La Ville rassemble peu à peu les ingrédients. En décembre dernier, Montreuil a adhéré au pacte de Milan, qui regroupe 200 villes à travers le monde et prône une alimentation plus juste et plus saine. En plus de son soutien officiel au projet d'agriculture urbaine Carma, né sur les terres fertiles de Gonesse (libérées du projet commercial Europacity), la municipalité a également adhéré, fin mars, à la Coopérative bio d'Île-de-France. Le projet d'une cuisine municipale est en effet à l'étude, en privilégiant l'agriculture locale, durable et écologique. En Île-de-France, celle-ci

ne cesse d'ailleurs de progresser, avec plus de 500 exploitations, contre une cinquantaine en 1998 (selon le GAB, groupement des agriculteurs bio). Pour chapeauter ces actions, la Ville se dote d'un conseil communal de l'alimentation et a créé une nouvelle délégation « démocratie alimentaire », confiée à Mireille Alphonse (voir page 8).

« Mangeons mieux à Montreuil », tel est le slogan de cette grande cuisine à venir. C'est une urgence écologique et sanitaire. La crise du Covid-19 le rappelle tristement. La surmortalité enregistrée en Seine-Saint-Denis en 2020 s'explique entre autres par la comorbidité du diabète ou de l'obésité, souvent liés à une mauvaise alimentation. « Mangeons mieux à Montreuil », c'est aussi une invitation à partager. Dès que les conditions sanitaires le permettront, la Ville prévoit de nombreux événements festifs autour de la cuisine. À vos fourchettes ! ■

## À SAVOIR



Dans son *Manifeste*, Patrice Bessac propose notamment sept chantiers pour l'élaboration d'une « stratégie alimentaire de territoire ». Éditions des Fédérés, 44 pages, 5 €.

# top départ !

## REPORTAGE. Comment la crise sanitaire a changé certaines habitudes alimentaires

La tendance au « manger sain » est désormais bien ancrée. Elle s'est même accentuée avec la crise. Avec un seul frein : le prix. Reportage en cuisine.

J'ai pris 6 kg au début du premier confinement. Seul chez moi, je grignotais toute la journée et je buvais plus de soda que d'habitude », témoigne Jérémy, 31 ans informaticien, habitant du centre-ville. Plutôt sportif, « en manque de piscine », Jérémy a changé radicalement de régime avant l'été 2020 : « Je me suis mis à cuisiner des légumes secs, lentilles, pois chiches, accompagnés de légumes frais, tout en bio. » Par chance, Jérémy gagne bien sa vie et bénéficie des conseils de sa mère, « une excellente cuisinière ». Dans un récent sondage Ipsos, 47 % des Français déclarent cuisiner davantage aujourd'hui qu'avant la crise sanitaire, et ce taux grimpe à 60 % chez les 18-34 ans. « On s'est mis à faire notre pain, des brioches, des plats nouveaux », détaille Alice, jeune trentenaire, habitante de la Boissière. Ce retour aux fourneaux s'explique aussi par l'envie d'une nourriture saine et équilibrée.

### JEU DE PISTE

La tendance au « manger sain » est désormais bien ancrée, comme en témoigne le développement des rayons bio dans tous les supermarchés. Elle s'est accentuée avec la crise. Elle est même devenue une priorité pour



Les circuits courts séduisent de plus en plus de Montreuillois. À l'instar de Kelbongoo, qui commercialise des produits fermiers de Picardie.

70 % des familles, selon une enquête Ipsos de décembre 2020. « Le premier confinement nous a poussés à acheter les fruits et légumes en direct du producteur, via une Amap (association pour le maintien d'une agriculture paysanne) », raconte Clément, jeune papa, qui privilégie « essentiellement le bio ». Pour lui, comme pour Alice, les courses sont devenues une espèce de jeu de piste à travers Montreuil, où les petites enseignes « bio » se sont multipliées ces dernières années. « On ne va quasiment jamais au supermarché », souligne Clément. « On se fournit à l'épicerie coopérative La Caravane, auprès du site de vente

directe Kelbongoo et à la Biocoop », raconte Alice. Reste que « manger sain » a un coût. Selon le sondage Ipsos de décembre 2020, 47 % des Français estiment que « manger équilibré est trop cher ». Clément, lui, a trouvé une parade : « On a diminué les produits chers, comme la viande et le fromage. » Pour d'autres, le choix est vite fait, selon une habitante de la Boissière : « Ici, dans ce quartier, tu trouves des cartons de 10 kg de cuisses de poulet, en provenance de Pologne par exemple, à 15 € le kilo. Alors, pour les familles nombreuses, spécialement celles qui sont touchées par la crise, la quantité prime forcément sur la qualité. » ■

### Ce qu'ils en disent...



**Anaïs Duluc, 23 ans, étudiante en master 1 de géopolitique**  
Je vis en colocation avec une amie, à Croix-de-Chavaux. Avec la crise, mes repas se sont progressivement

décalés. Je passe plus de temps à la maison. J'ai tendance à me réveiller plus tard. Il m'arrive de déjeuner vers 15 h et de dîner à 23 h. Je n'ai donc plus un bon rythme. Et je manque d'activités physiques. C'est pourquoi je recherche une alimentation plus saine, en évitant la viande et les produits transformés.



**Alia Abdemeziem, animatrice à l'association LEA (Lieu écoute accueil)**

L'alimentation et la cuisine occupent une place importante à LEA. La cuisine invite au partage des recettes, et des cultures. Ici, à LEA, nous partageons toutes sortes de cuisines du monde ! Parler de cuisine, c'est aussi parler de santé, de diététique. Dernièrement, des élèves infirmières sont venues animer un atelier sur le sucre. Avec le café associatif Le Fait-tout, nous participons aussi à une expérience de théâtre forum sur l'alimentation. Nous attendons le spectacle !



**Ludovic Verniaud, co-initiateur de l'Amap\* Boissière - Acacia**

Nous avons lancé le projet en novembre et comptons trente adhérents fin janvier, soit trente paniers de légumes par semaine. Il y avait une demande. C'est la première Amap de la Boissière. La crise a peut-être influé. Pour moi, c'est un acte politique, un engagement. Ma première motivation est de soutenir les producteurs. Le nôtre (installé près de Provins) et nous espérons proposer plus de paniers d'ici à l'été. Nous aimerions aussi mettre en place un système de paniers occasionnels. \* Association pour le maintien d'une agriculture paysanne, vente directe du producteur.

### L'AVIS DE... Nataliya Berthe, diététicienne nutritionniste

## « Les gens ont de plus en plus conscience de l'importance de la qualité de l'alimentation pour la santé »

Nataliya Berthe reçoit toute l'année au centre municipal de santé Léo-Lagrange. Elle souligne le besoin grandissant d'une alimentation de qualité, mais aussi ses freins dans un quartier populaire comme la Boissière.

J'ai constaté un surcroît d'inquiétude et de stress chez mes patients depuis le début de la crise sanitaire. Pour compenser, certains grignotent ou consomment davantage d'aliments gras et sucrés. C'est le cas de nombreux enfants, qui passent plus de temps à la maison, bougent moins et se retrouvent isolés de leurs camarades. Pourtant, les gens ont de plus en plus conscience de l'importance de la qualité de l'alimentation pour la santé. Au centre de



700 grammes de fruits et légumes par jour, cela représente un coût.

santé, je suis souvent confrontée à des problèmes de surpoids, d'obésité, de diabète, d'hypertension artérielle et de dyslipidémie [concentration trop importante de lipides dans le

sang, ndlr]. Autant de pathologies qui pourraient être évitées grâce à une alimentation équilibrée, doublée d'une activité physique régulière. Les personnes que je reçois consomment

régulièrement des légumes, mais surtout pour les plats en sauce... Les quantités recommandées sont rarement atteintes. Cinq fruits et légumes par jour, cela représente environ 700 à 800 grammes. Pour les familles nombreuses, c'est un coût trop important. Sans parler de la viande ou du poisson. Nombre de mes patients privilégient ainsi les produits les moins chers : riz, pâtes, pain, carottes, oignons, poulet... J'entends aussi régulièrement les gens me dire qu'ils ne consomment pas de fruits ni de légumes parce qu'ils les trouvent sans saveur. C'est un fait : les fruits et légumes cultivés sous serre, cueillis avant maturité et qui ont fait le tour de la planète avant d'arriver chez nous ont souvent perdu tout leur attrait. » ■

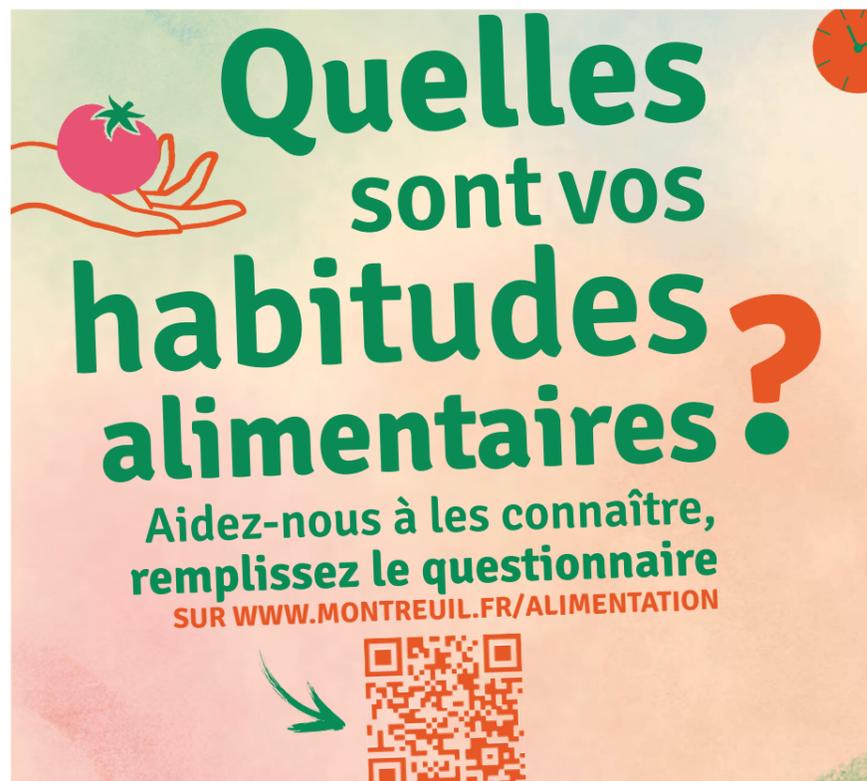
► Suite de la page 7

## Et vous, comment vous nourrissez-vous ? Où faites-vous vos courses ?

La Ville lance une vaste enquête pour connaître les habitudes alimentaires des Montreuillois. Une consultation essentielle pour l'élaboration de la « stratégie alimentaire de territoire ». Elle est disponible sur [Montreuil.fr](http://Montreuil.fr), et sera également diffusée dans les quartiers, auprès des personnes sans connexion Internet.

Où faites-vous vos courses ? Dans quel supermarché ou quelle épicerie ? Quels sont vos critères d'achat ? Quelle est la part de l'alimentation dans votre budget ? Quelles nouveautés attendez-vous dans votre quartier ? Dès le 15 avril, la Ville propose à tous les Montreuillois un questionnaire sur leurs habitudes alimentaires, intitulé « Enquête dans ton assiette ». Il est accessible sur le site Internet de la Ville, [montreuil.fr](http://montreuil.fr), ou simplement avec un smartphone, via le QR code visible par exemple dans ce numéro du *Montreuillois*, page 2. Il sera également diffusé dans les quartiers, auprès des habitants qui ne disposent pas de connexion Internet. « L'idée, c'est d'obtenir une photographie de la situation actuelle, mieux connaître les attentes et les difficultés des citoyens en matière d'alimentation », explique Mireille Alphonse, adjointe déléguée à la transition écologique et à la démocratie alimentaire (voir ci-dessous). Le questionnaire ne demande que quelques minutes d'attention. Il contribue cependant aux fondations de la « stratégie alimentaire de territoire » voulue par la Ville. Une stratégie qui

**La restitution du questionnaire est prévue lors des états généraux de l'alimentation**



Le questionnaire « Enquête dans ton assiette » est disponible sur le site de la Ville, ou accessible directement via le QR code (voir page 2).

poursuit deux objectifs, essentiels au bien-être de chacun et de la collectivité : le développement d'une alimentation de qualité accessible à tous et la lutte contre la précarité alimentaire. En parallèle au questionnaire, six groupes de travail plus « resserrés », rassemblant chacun deux élus, des habitants et des professionnels de l'alimentation, plancheront sur divers thèmes. Par exemple : soutenir les filières économiques et promouvoir l'emploi local ; l'agriculture locale et durable ; l'alimentation comme levier de la santé et de la cohésion sociale, etc.

La restitution du questionnaire et des groupes de travail est prévue lors des « états généraux de l'alimentation ». Ceux-ci demeurent inscrits au calendrier et se tiendront, en espérant que les conditions sanitaires le permettent, à l'automne prochain. Et ils promettent d'être un grand événement, populaire, festif et... gastronomique. ■

### À SAVOIR

Le questionnaire sera diffusé dans les quartiers, à partir de début mai. Un agent assurera des permanences dans les antennes de quartier et les centres sociaux afin d'accompagner les participants. Les dates des rendez-vous seront diffusées dans les structures et dans *Le Montreuillois*.

## « Nous souhaitons agir en faveur d'une alimentation de qualité pour tous »

Mireille Alphonse, adjointe déléguée à la transition écologique et à la démocratie alimentaire.

**La « démocratie alimentaire » fait partie des priorités de ce nouveau mandat, quelle est son ambition ?**

**Mireille Alphonse :** Nous souhaitons agir en faveur d'une alimentation de qualité pour tous. L'enjeu est à la fois sanitaire, social et écologique. Les fruits, les légumes et les plats tout préparés chargés de pesticides et d'additifs sont mauvais pour la santé, ce n'est plus à démontrer. Le bio reste hélas cher et inaccessible pour la majorité des gens. Et la crise sanitaire a encore aggravé les inégalités. Agir pour une meilleure alimentation, issue d'une agriculture durable, c'est aussi bon pour la planète, en limitant la production des gaz à effet de serre de l'agriculture industrielle.



Mireille Alphonse.

**Quels sont les leviers de la collectivité ?**

**M.A. :** Après des enfants et des tout-petits, nous développons le bio dans les cantines scolaires et dans les crèches. Les menus de la cantine sont composés à 70 % de bio, bien au-delà des 20 % prévus par la loi. Entre autres projets, nous étudions aussi la création d'une cuisine centrale, qui pourrait fournir toutes sortes de structures, des écoles aux résidences pour personnes âgées, en lien avec des producteurs locaux. Montreuil vient d'ailleurs d'adhérer à la Coopérative bio d'Île-de-France.

**Comment les Montreuillois seront-ils associés ?**

**M.A. :** Nous commençons la phase de diagnostic. Celui-ci se fonde sur le questionnaire soumis aux habitants et sur des groupes de travail qui rassemblent notamment des élus et des professionnels de l'alimentation. À l'automne, sont prévus des états généraux de l'alimentation. Autant de rencontres qui nous permettront d'affiner et de consolider nos actions. ■

### « Copalim », une enquête au long cours

Parallèlement à la « stratégie alimentaire » de la Ville, deux chercheuses spécialistes des questions d'alimentation, Hajar El Karmouni et Marion Maignan\*, entament ce printemps une recherche d'envergure sur les « initiatives pour une alimentation durable et accessible à Montreuil ». Le projet s'intitule « Copalim », pour « Construire un projet alimentaire citoyen en milieu urbain ». Il est financé entre autres par l'Ademe, Agence de la transition écologique. Et les deux chercheuses le conçoivent « participatif », avec le soutien d'associations « expertes » (Salut les copains, Le Sens de l'humus, etc.) et de la Ville, et, bien sûr, la participation des Montreuillois. L'objectif de ce projet, qui doit s'étendre jusqu'au printemps 2022, est de « faire émerger les principales problématiques en matière d'accès à une alimentation de qualité ». Les données recueillies et analysées renforceront les connaissances de la Ville sur la « démocratie alimentaire ».

\* Hajar El Karmouni et Marion Maignan sont maîtresses de conférences en sciences de gestion respectivement à Paris-Est Créteil et Picardie-Jules-Verne. La première a consacré sa thèse au supermarché coopératif La Louve. La seconde est également ingénieure agronome.

### NOTRE ALIMENTATION EN CHIFFRES

# 20

En Seine-Saint-Denis, l'obésité atteint 20 % de la population, selon l'APHP (Assistance publique – Hôpitaux de Paris) ; c'est la plus forte prévalence en France métropolitaine

# 47

47 % des Français estiment que manger équilibré est « trop cher », selon un sondage Ipsos de décembre 2020

# 17

Les achats de produits biologiques ont bondi de 17 % au premier semestre 2020, selon une étude de France AgriMer, établissement national des produits de l'agriculture et de la mer