



ANALYSE

2018/23

En route vers la transition

En route vers la transition.

Depuis quelques années, nous nous interrogeons sur notre consommation, le surplus d'emballage, l'origine de nos produits, la soi-disant « gratuité » de certains de ceux-ci¹.

Mais pourquoi se passer des supermarchés alors qu'on y trouve tout ce dont on a besoin ? Mieux, tout ce dont on pourrait avoir envie ! Les grandes enseignes ont siphonné les petits commerces et imposé leur loi aux producteurs, tout en se faisant la guerre des prix. Mais surtout, sans se soucier de la planète qui souffre...

Plus personne n'ignore que la surexploitation des terres et l'industrialisation de toutes les ressources détruisent les humains et la planète. Chacun de nous produit quotidiennement environ 1 kg de déchets ménagers. Mais ce n'est pas tout. Chaque année, s'ajoutent à cela 3 500 kg de déchets industriels par personne qui proviennent de la fabrication de nos biens de consommation. Ces "déchets cachés" alourdissent fortement notre consommation quotidienne. On estime qu'un Européen consommerait ainsi environ 50 tonnes de ressources, dont une petite fraction seulement termine entre les mains du consommateur sous forme de produit.² Sans compter que certaines grandes surfaces sont également devenues un lieu d'incitation au surendettement, problème dans lequel de nombreuses personnes (et notamment parmi les plus démunis) sombrent et sortent très difficilement.³

Nombreux sont celles et ceux qui se lancent pour ces raisons dans l'expérience de vivre sans supermarchés, de retourner s'approvisionner chez les producteurs. Pas simple, mais possible. Mathilde Golla, journaliste au *Figaro*, s'interroge : peut-on vivre aujourd'hui sans supermarché ? Une rencontre décisive avec un producteur et la découverte des dommages planétaires causés par la grande distribution la décident à tenter de consommer exclusivement en circuits courts. Elle commence par se lancer le défi pour un mois. Le top départ est donné à Marseille où Mathilde est en vacances avec son compagnon. Pas trop difficile de trouver où s'approvisionner : un vaste marché est ouvert tous les jours. Mathilde s'en va à la rencontre des producteurs et productrices dans les filières et boutiques paysannes de la région. De retour dans sa banlieue parisienne, elle entame une sorte de rallye de la consommation locale d'un bout à l'autre de la France. Elle visite des fermes, repère les marchés locaux, rencontre les paysan-ne-s, lesquel-le-s aiment transmettre leur savoir-faire lors de ventes en direct. Mathilde Golla n'est pas isolée dans sa démarche. Au fur et à mesure de ses investigations, elle produit des articles de presse. Sur les réseaux sociaux, ses appels à conseils sont largement entendus par les internautes qui l'encouragent. Ce qui n'empêche quelques autres de faire des commentaires persifleurs.

La jeune journaliste poursuit sa quête sans ménager ses efforts. Voilà qu'elle peine à trouver des croquettes pour le chat. Les gazouillis du réseau social apportent la solution : internet ! Lequel tombe à pic pour parer le manque de temps avec la reprise du boulot. Le « Comptoir local » promet des produits locaux extra-frais livrés à domicile. Idem pour l'épicerie, les boissons, etc. La journaliste, qui ne veut pas se laisser avoir par des revendeurs, demande à connaître l'envers du décor. Sa tournée des producteurs avec le responsable de la société est un plaisir car tous sont ravis du système.

Bénédicte a repensé toute sa consommation

« *Je pars faire les courses* », crie Bénédicte dans l'escalier alors que son compagnon lamente leur bébé à l'étage. Et elle ajoute : « *Je prends Line avec moi* ». La maman et sa petite fille montent sur le vélo électrique équipé d'un siège pour enfant. Bénédicte n'a pas oublié de prendre dans son sac à dos toutes sortes d'emballages en papier, en tissu ou en verre pour les achats de produits en vrac.

Elle vit (et l'a choisi) dans un quartier plein de petits magasins. Elle ne va quasiment jamais au supermarché. Bénédicte sait que l'avenir passe par le respect de la planète. « *Je tends vers le zéro déchet. Enceinte, je me suis dit qu'il fallait arrêter de s'encombrer d'inutile (souvent à prix discount) et d'empoisonner nos enfants. Au début, je me suis concentrée sur l'alimentation et je suis vite passée au bio. La démarche a pris du temps et ne se pratique pas sur une seule décision mais par des choix au jour le jour et accepter de sortir de ses habitudes. Beaucoup de gens sont paralysés par la peur du changement sans se rendre compte qu'ils y gagnent vraiment.* »

Tout cela ne lui facilite pas la vie ! « *Il faut pouvoir regarder les choses avec réalisme, dit-elle. Quand nous avons eu notre deuxième enfant, nous avons acheté une auto d'occasion. Mais c'est vrai que j'ai repensé toute ma consommation. J'ai utilisé les langes lavables, j'ai allaité mes enfants pour passer ensuite au lait végétal, au lait de chèvre ou de jument. Je fais moi-même les produits pour les fesses de bébé et j'utilise des serviettes hygiéniques lavables. Tout cela, je l'ai appris lors d'ateliers de confection par soi-même. J'ai une fontaine filtrante à eau et jamais de bouteille en plastique ni de plat préparé ou de fromage emballé. Ma fille de six ans emporte une gourde à l'école, son repas chaud est dans un thermos et ses fruits dans une boîte en plastique lavable. Elle apprécie les légumes secs. Comme elle, son petit frère en grignotera bientôt, mais ni bonbon ni soda pour la collation de 10h. Un jour de la semaine, elle peut manger les bonbons reçus ! Pas de dessert en fin de repas. Pour la nourriture quotidienne, j'évite les superettes et je vais dans les marchés.* »⁴

Yvette va au supermarché deux fois par an... Qui dit mieux ?

Yvette a une aversion pour les grandes surfaces. L'entrée dans un grand magasin où s'étalent des dizaines de produits dont elle ne connaît pas l'origine lui a toujours donné la nausée.

Au début des années 1970, quand elle rencontre de jeunes parents comme elle, la question de l'alimentation des enfants revient souvent sur le tapis. Ensemble, ils décident de former un groupe qui réfléchirait à la question. Le but est de trouver une alimentation saine, simple, en rapport avec le terroir, qui n'exploite ni les producteurs du Sud ni ceux de chez nous et qui évite le gaspillage.

Petit à petit, le groupe s'oriente vers l'organisation d'un marché mensuel fournissant la nourriture de base. Les produits se présentent souvent en vrac et, tant que faire se peut, proviennent de producteurs locaux, encore bien rares à cette époque. Chaque membre participe à la gestion du petit marché. Un sentiment d'émulation pousse le groupe à aller plus loin. Il achète du matériel pour l'extraction du jus, ramasse les fruits pour préparer du sirop, organise des ateliers pour préparer le pain au levain, des cours de jardinage, des conférences sur la santé... En 1999, le groupe a l'opportunité d'ouvrir un magasin à Herve avec Oxfam. Il s'appelle « Nos Racines »⁵ et fournit les Groupes d'achats communs (GAC) qui fleurissent dans la région. En 2018, « Nos racines » s'est agrandi, a engagé des travailleurs et est devenu un projet d'économie sociale. C'est aussi un lieu de formation permanente où sont organisés des ateliers ou on apprend à mieux consommer.⁶

Un état d'esprit porteur d'avenir

La vie sans supermarché demande de nombreux ajustements psychologiques. Un tel chamboulement suscite un approfondissement intérieur pour se motiver durablement car, au quotidien, il faut pas mal de débrouille. Mais quelle satisfaction de toucher et de cuisiner des aliments frais, retrouvés dans toute leur saveur à laquelle s'ajoute « une relation presque affective du fait qu'on en connaît la provenance », écrit Mathilde Golla⁷. Faire le choix de ne plus faire ses courses dans les grandes surfaces, c'est faire le choix de consommer plus équitable ou plus local. Ainsi, ce type de consommation irait vers la lutte contre les gaz

à effet de serre et le bouleversement climatique ou pour la préservation des emplois de sa région et de soutien aux petits producteurs. En effet, diminuer les intermédiaires assure un revenu plus élevé à ces producteurs locaux.

Acheter directement au producteur ou produire soi-même est aussi une garantie sur la production et sur la provenance de ce que nous consommons. Certes, les supermarchés nous proposent de plus en plus de produits issus de l'agriculture biologique, mais ils viennent souvent de loin et les termes de négociation avec les producteurs ne sont pas toujours à l'avantage des producteurs. L'intérêt pour la santé est présent, mais d'un point de vue environnemental, le bilan n'est ainsi pas toujours totalement au rendez-vous.

De plus en plus de groupements d'achats se mettent en place un peu partout en Belgique et dans le monde. Les magasins qui proposent « du vrac » sont de plus en plus nombreux, des initiatives pour sensibiliser aux problèmes d'empreinte écologique, de changement climatique, par exemple la Earth Hour⁸ nous sont proposés. Nous l'avons vu au travers des 3 expériences relatées ci-dessus, les changements de comportements ne sont pas simples. Il faut allier imagination et apprentissage de nouvelles façons de cuisiner ou de produire soi-même sa lessive... Cela demande du temps, « des sacrifices » de se passer de tout ce que nous proposent les grandes enseignes. Cela peut paraître assez austère ! Et nous l'avons entendu, lors de nos journées d'études de septembre dernier, faire partie de ces groupes de transition, c'est au début très motivant mais il faut tenir sur la durée, s'investir pour faire sa part bénévolement et à l'année longue ce n'est pas toujours simple. Mais c'est possible !

La transition écologique, c'est faire le choix d'opter pour un système de consommation - et d'alimentation - plus soutenable, ayant des bienfaits à la fois sur l'environnement, la santé et l'économie. Relevons, nous aussi le défi de changement de comportement. Pourquoi ne pas commencer par un jour, ensuite un mois, un an... C'est possible, souhaitable et tout au bénéfice de la planète et de notre portefeuille.

Daisy Herman avec Nicole Dumez et Godelieve Ugeux



Avec le soutien de



Cette analyse est disponible au format PDF sur notre site Internet www.acrf.be

L'ACRF-Femmes en milieu rural souhaite que les informations qu'elle publie soient diffusées et reproduites. Toutefois, n'oubliez pas, dans ce cas, de mentionner la source et de nous transmettre copie de la publication.

Merci !

¹ Voir nos études « Vous ne ferez plus vos courses comme avant » et « Juste ou gratuit, cette course folle au bon prix », sur www.acrf.be

² https://www.belgium.be/fr/environnement/consommation_durable/dechets (consulté le 30 octobre 2018)

³ Voir notre analyse « Surendettement, achetez votre misère à crédit » sur

<http://www.acrf.be/category/publications/analyses/page/12/> (consulté le 30 octobre 2018)

⁴ Extrait d'une interview menée par Godelieve Ugeux pour un article à paraître dans Plein Soleil en décembre 2018.

⁵ www.nosracines.be

⁶ Récit tiré d'un entretien mené par Nicole Dumez pour un article à paraître dans Plein Soleil en décembre 2018.

⁷ *100 jours sans supermarché. Le premier guide des circuits courts*, Mathilde Golla, Flammarion, 2018.

⁸ <https://www.earthhour.org>