



Les Carottes libérées

CONSUM'SOLIBAIRE



Publication aléatoire des Amaps du Moulinet et Albert - mai 2009 - n° 8

Union en mai, force en juin.

Édito

Du miel pour soigner un développement aigre-doux.

Comment concevoir notre engagement écologique de consomm'acteurs ? Posture individuelle ou investissement du terrain associatif et politique ? Force est de reconnaître que la prise de conscience a évolué depuis le rapport Brundtland de 1987, le sommet de Rio de 1992, puis « la maison brûle » en 2002, qui ont fait avancer la cause environnementale.

Pourtant, la lutte mondiale contre les changements climatiques, pour la protection de la diversité biologique et l'élimination des produits toxiques dangereux avance à petits pas. Combien de « discours rangés, d'évacuation des enjeux sociaux liés à la crise écologique, de promotion de l'industrie nucléaire ? » dit à ce

sujet Hervé Kempf*. Le Grenelle, avec des cantines scolaires qui vont devoir proposer 20 % d'aliments biologiques, pourra-t-il tenir ses engagements ?

Changer notre mode de consommation, c'est retrouver le rythme des saisons, promouvoir une agriculture écolo (de proximité) et préparer des jours meilleurs (et ceux des salariés).

Aujourd'hui, les abeilles, sentinelles de notre environnement, nous interpellent sur la nécessité de sauvegarder la biodiversité végétale. Elles contribuent à la pollinisation de 80 % d'espèces de plantes à fleurs et à fruits de notre planète. Pourvu que ça dure. 🎵 William Elie@

* Hervé Kempf, *Pour sauver la planète, sortez du capitalisme*, Seuil, 2009. En prêt à la bibliamap.



Nos amies les abeilles

Des apiculteurs ont pu montrer la présence d'un ingrédient de désinsectisation des bovins (perméthrine) dans les corps d'abeilles retrouvées mortes à des taux inhabituels. Nos cultures au niveau mondial dépendent des insectes pollinisateurs. Autrement dit, si ceux-ci disparaissent, c'est nous qui serons directement menacés... (LaDépêche.fr).

OGM

L'Allemagne a interdit la culture du maïs MON810, rejoignant la France, la Grèce, l'Autriche, la Hongrie et le Luxembourg (AFP).

La pétition **Je dis non aux OGM** demande leur interdiction dans l'agriculture et l'alimentation et a déjà recueilli 74 000 signatures.

CREAMAP France

Voici les objectifs de l'association créée en 2008 par Daniel Vuillon :

Poursuivre l'aide à la création d'associations pour le maintien de l'agriculture paysanne, sur le territoire national, par la transmission du concept selon la méthode de ses initiateurs en France.

Pérenniser l'alternative économique Amap pour les agriculteurs, sauvegarder et favoriser une agriculture nourricière, saine et de proximité.

Organiser la convergence, la synergie et la coordination nationale des acteurs de l'essaimage travaillant en binôme producteur/consommateur.

Pour en savoir plus : www.amap-france.fr.

de main le jour où chacun vient chercher ses légumes à la ferme. Nos excédents de production sont confiés à des associations comme les Restos du Cœur. Enfin, les services sociaux pourraient payer une partie du panier de ceux qui veulent entrer en Amap, mais manquent de moyens financiers pour cela. »

Daniel Vuillon insiste sur ses motivations personnelles à fonctionner en Amap avec des consommateurs-partenaires : « Je veux absolument sortir de l'économie de marché alimentaire, car ce système amène aux émeutes de la faim. » 🎵 Robin Assous@

Interview

Rencontre avec Daniel Vuillon.

Daniel et Denise Vuillon ont importé le système des Amap à partir de modèles proches, qui préexistaient depuis les années 1960 aux États-Unis et au Japon. Ils gèrent une ferme de 14 hectares à Olioules, dans le Var. Leurs récoltes de fruits et légumes bio sont réparties en trois groupes de soixante-dix « amapiens ».

Ce n'est certainement pas un hasard si la région Provence-Alpes-Côte d'Azur a vu se former la première Amap de France, en 2001, entre des consommateurs d'Aubagne et Daniel Vuillon, un maraîcher exerçant près de Toulon. Ce dernier constate : « Dans le Midi, les agriculteurs conventionnels utilisent beaucoup de pesticides car la grande distribution exige des fruits et légumes qui semblent parfaits à l'œil. En ne se concentrant que sur l'aspect,

on oublie le reste, notamment la qualité gustative des produits premiers. » Les Olivades, sa ferme varoise, produit de quoi fournir au moins 210 paniers de légumes à des consommateurs voisins et à ses premiers partenaires d'Aubagne. L'idée de solidarité est par principe au cœur du fonctionnement des Amap. Il n'est donc pas étonnant qu'en huit ans d'existence Daniel Vuillon et les autres membres de l'association aient réfléchi aux moyens de permettre à tous d'accéder à une alimentation saine à un prix équitable. « On peut déjà éviter beaucoup d'achats inutiles en s'éduquant pour ne pas tomber dans les pièges tendus par la grande distribution », affirme l'agriculteur engagé. Il ajoute : « Notre Amap agit en donnant des paniers solidaires à nos membres sans le sou, en échange d'un coup

Alimentation et naturopathie

Ou l'art d'être responsable de sa santé.

Depuis la création de l'Amap du 13^e, en 2005, une question m'a souvent été posée : « Au fait, c'est quoi la naturopathie ? » M'étant lancé dans cette voie depuis une dizaine d'années, cela me paraît important de vous faire profiter de ma propre expérience, mes premiers pas dans la naturo ayant été un peu maladroits : en effet, je me suis rendu compte qu'il n'était pas si facile que ça d'équilibrer un régime végétarien, voire végétalien (ni viandes, ni œufs, ni laitages, ni miel), au risque de se carencer !

La naturopathie consiste à maintenir, retrouver, optimiser la santé par des moyens exclusivement naturels, permettant à l'organisme de se défendre contre les maladies par lui-même. On dit aussi que la naturopathie stimule la « force vitale » de l'organisme (terme qui, bien sûr, n'existe dans aucun livre de biologie !) pour favoriser son auto-guérison. En fait, l'organisme a ses propres ressources : les défenses immunitaires. Il peut se défendre tout seul. Ce qui est une façon de reprendre la phrase de Claude Bernard : « Le microbe n'est rien, le terrain est tout. »



Avant l'arrivée des colonisateurs, il semblerait que les peuples de l'Amazonie, les Inuits du Grand Nord, les Aborigènes d'Australie... n'étaient jamais malades, ou en tout cas n'avaient pas du tout les mêmes maladies que celles que nous leur avons transmises depuis. Dans notre société, nous souffrons de nombreux troubles chroniques, fonctionnels, souvent liés aux conditions de vie et à l'environnement (sédentarisation, stress, pollutions, surcharges, carences...). Pour revenir à l'état de santé, la naturopathie dispose de dix techniques (trois de base et sept secondaires) et de trois cures (désintoxication, revitalisation, stabilisation).

Les trois techniques de base sont :

- l'alimentation (« De ton alimentation tu feras ta première médecine », Hippocrate), dont l'Amap est une belle illustration ;
- l'exercice physique ;
- la relaxation, l'hygiène mentale et émotionnelle.

Les sept autres techniques comprennent les exercices respiratoires, l'hydrologie, la phytothérapie, les massages, la réflexologie...

Débat

Et si les abeilles disparaissaient ?

Les abeilles sont essentielles à la vie, et pourtant elles sont en train de disparaître de la planète. Les pertes atteignent parfois 90 % des colonies. La faute aux pesticides ?

C'est en tout cas l'avis de la réalisatrice du documentaire *Disparition des abeilles, la fin d'un mystère*, après trois ans d'enquête sur la surmortalité des abeilles.

Depuis vingt ans, on observe que les arbres donnent de moins en moins de fruits. Dans certains endroits, les ruches s'effondrent. Les abeilles meurent et ne peuvent plus assurer la pollinisation. Qui est responsable ? Des virus, des champignons ? Les OGM ? Les scientifiques pointent du doigt l'emploi de pesticides et surtout leur mélange. Mais les intérêts économiques de l'industrie chimique sont si puissants que les résultats des enquêtes tardent



Les trois cures de base, auxquelles on ajoute de plus en plus une quatrième cure anti-oxydante, visent à équilibrer, réduire les surcharges et les carences, pour relancer la vitalité de l'organisme.

Voilà les grandes lignes ! Ce que je vous propose, c'est d'animer prochainement avec vous un atelier autour de cette thématique, et plus particulièrement sur l'alimentation, puisque l'Amap nous fournit l'essentiel de nos légumes hebdomadaires. Cela se passera vraisemblablement à la Maison des associations, par exemple un samedi après-midi, ou une soirée hors distribution autour du film *Ayurveda*, pour faire le lien avec les médecines traditionnelles dont se réclame la naturopathie. 🎵

Thierry Folliard @

En attendant l'atelier organisé par Thierry, pour en savoir plus : www.naturopathe.net.



Mur à pêches, Montreuil (© MAP).

à venir. Les butineuses seraient-elles l'espèce de trop qui, en s'éteignant, sonnerait le glas de l'humanité ? Aurons-nous la sagesse de porter secours à ces millions d'abeilles ? 🎵

Les Amis de la Conf @

Agenda

5 mai, soirée abeilles : à 19 h 30, apéritif solidaire ; à 20 h 30, projection du film *Disparition des abeilles, la fin d'un mystère*, de Natacha Calestrémé et Gilles Luneau, à Paris-Atelier, 11, place Nationale, Paris (13^e) (M^o Olympiades)

7 au 17 mai : festival des résistances et des alternatives à Paris, **FRAP 2009**

9 mai : de 13 h à minuit, journée spéciale Alimentation et agriculture : les mots de la faim, aux **Murs à Pêches**, à Montreuil, 23, rue Saint-Just, impasse Gobétue (M^o Mairie de Montreuil, bus 102 ou 121)

16 mai : à partir de midi, pique-nique inter-associatif au **jardin de la Poterne**

16 mai et 13 juin : à partir de 10 h, journées coup de pouce, initiation à l'arboriculture aux **Vergers d'Ableiges**

23 mai : sortie à la ferme aux **Jardins de la Clairis** ; contactez **Céline** pour vous inscrire et covoiter

20 juin : sortie à la ferme chez Ronaldo (Soisy-sur-École)

13 au 16 août : journées d'été des Amis de la Confédération paysanne, **Produire et consommer responsable**, à Livernon (Lot)

Consom'Solidaire

📧 Maison des associations, boîte 81, 11 rue Caillaux, 75013 Paris

🌐 <http://www.consom-solidaire.over-blog.com>

✉ consomsolidaire@actionconsommation.org