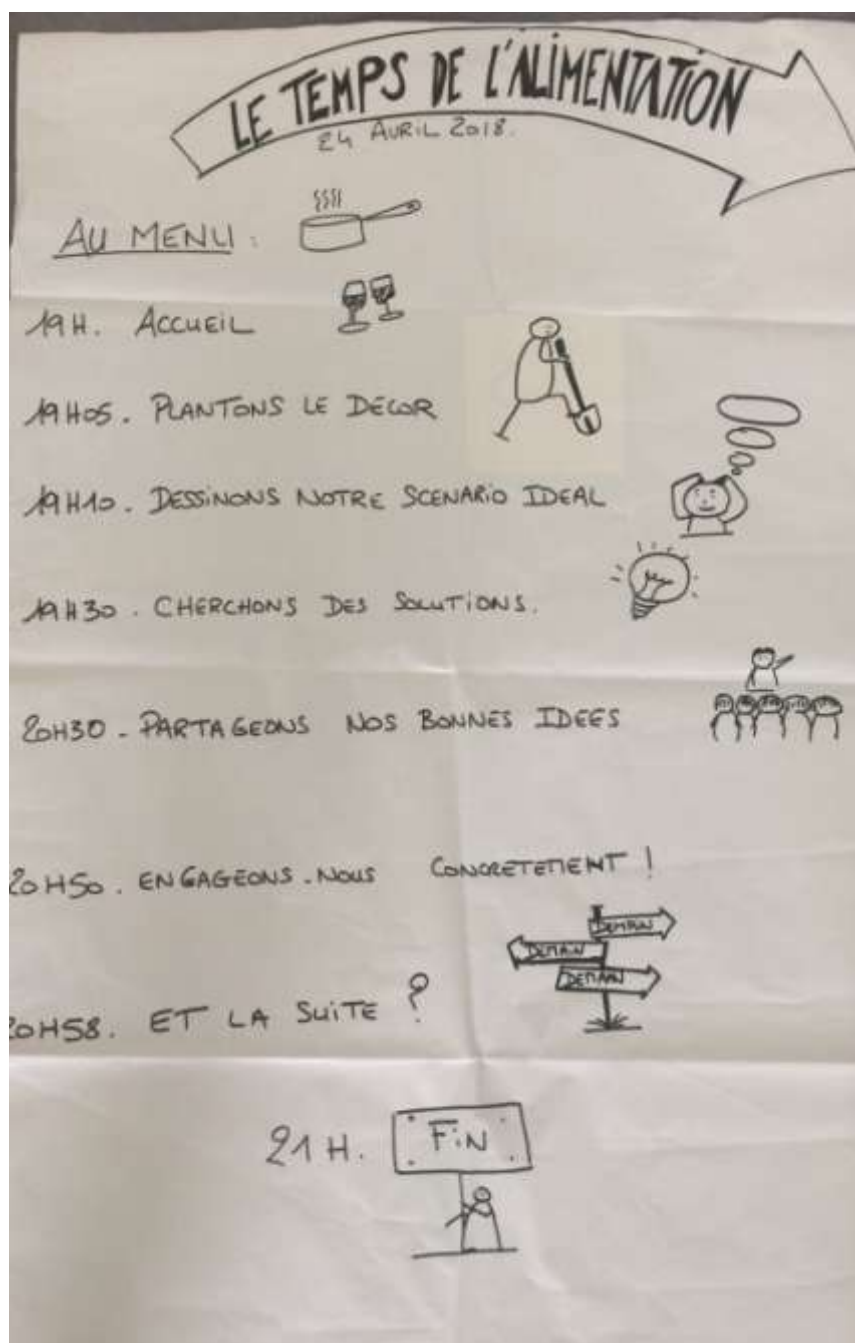


Atelier sur la question du temps dans l'alimentation

Présents : AUGER Mathieu (animateur du CDLA), AUGUIE Katell, BINET Véronique, BRAZEAU Marie (animatrice du CD), CARTRON Stéphanie, COMBES Renaud, EMPROU Julien, GASCOIN Adrien, GAUTIER Jacques, GUIBERT Laurence, GUILBEAU Christophe, JAUNASSE Bertrand, JOUAN Robert, LAMOTTE François-Xavier, LAMOUREUX-DEGENEVE Roland, MICHENOT Dominique, NEVOUX Christophe, NUAUD Philippe, PAPOIN Jean-Paul, PECHET Didier, PIETERS Frédéric (référent du groupe), SEYDOUX Michel, VIOLAIN Joseph

Rédaction compte-rendu : Marie Brazeau



Accueil

Frédéric Pieters présente les objectifs de la réunion :

Lors de la réunion du 27 mars, le groupe a décidé de faire un pas de côté et de répondre favorablement à une proposition du [Conseil de développement de Loire Atlantique](#) (CDLA), celle d'aborder une dimension centrale de l'alimentation : la question du temps. A quelques uns du groupe et avec Marie Brazeau et Mathieu Auger du CDLA, nous avons préparé cet atelier.

Nous avons donné comme titre à cet atelier : « *Redonner du temps dans l'alimentation : pourquoi ? comment ?* » En quoi le temps impacte nos manière de produire, de transformer, de s'approvisionner, consommer ? Pourquoi est-ce important de redonner du temps à l'alimentation ? Comment peut-on le faire ? Quelles sont les bonnes pratiques ?

Mathieu Auger et Marie Brazeau animeront les différents temps de l'atelier. Renaud Combes, facilitateur graphique et membre du groupe, mettra en forme de manière synthétique et graphique nos échanges et réflexions, ce qui nous permettra de restituer nos travaux à l'extérieur.

Plantons le décor

Présentation de la démarche du Conseil de développement de Loire Atlantique par Mathieu Auger

Quel est notre rapport au temps? Comment vit-on notre rapport au temps? Celui qui passe trop vite ou trop lentement, celui qui nous échappe, celui d'avant, les temps qui se croisent, qui s'entrechoquent : Le temps organise la vie de notre société. Réfléchir au temps, c'est réfléchir à notre modèle de société.

Comment vivons-nous notre temps ? Comment organisons-nous les temps qui rythment nos quotidiens ? Comment faire cohabiter les temps libres et les temps d'activité ? Comment être en maîtrise de son temps ? etc.

Tout au long de cette saison 2017-2018, le Conseil de Développement de Loire-Atlantique a soumis ces questions aux citoyens du département. D'abord, par l'intermédiaire d'un film documentaire en cours de réalisation. Grace également à notre cabine Faux temps maton qui se promène dans le département depuis novembre et récolte la parole des citoyens. Et puis enfin par le biais des traditionnels ateliers d'une vingtaine de personnes, animés par le Conseil de Développement de Loire-Atlantique .

Ainsi, les retraités de l'Ephad St Paul de Rezé, par exemple, ont pu réfléchir à ce qui nous faisait courir après le temps. Les jeunes demandeurs d'emploi de l'association FACE 44 ont quant à eux, imaginé une société dans laquelle nos temps de vie ne s'organiseraient pas uniquement autour du temps de travail. Il y a aussi les coworkers de l'espace de coworking de Gorges ont choisi de réfléchir à la question du partage temps libre/temps contraint.

Dans cette même démarche, il nous semblait intéressant de nous pencher sur l'un des temps forts de nos journées, celui qui nous occupe près de 3h par jour (enquête INSEE, emploi du temps) : le temps de l'alimentation.

Mathieu Auger présente quelques données dessinées par Renaud Combe pour commencer à réfléchir.

la question du
TEMPS dans
 l'**ALIMENTATION** & l'**AGRICULTURE**
 par les CONSEILS de DEVELOPPEMENT
 d'ERDRE et GESVRES et de LOIRE ATLANTIQUE



53 min
18 minutes
 de MOINS
 DERRIÈRE LES FOURNEAUX,
 qu'en 1986.
 71 min/j

NOUVEAU PRÉDIGER
 au rayon loir



126 min/j

ON PASSE
 2x plus de
 TEMPS
 devant la
 télé ...

**TOP
 CHEF**

... que
 derrière
 les FOURNEAUX

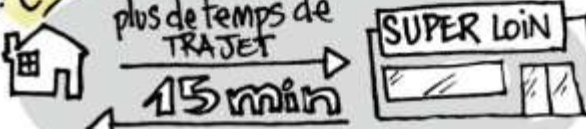
53
 min/j



C'ÉTAIT MOINS LOIN AVANT!

plus de temps de
 TRAJET
15 min
 3x plus qu'en 1974

SUPER LOIN



un
COMTÉ
 ou un
CAMEMBERT
 prêt à consommer
4 à 5 j
 après d
 sa **FABRICATION**

ARRIVÉ ENFIN AU MICRO-ONDE



et qu'on ne vienne
 pas me parler de
 bon sens paysan!

22 récoltes
 de **TOMATES** par an.
 soit 12 à 16 jours pour obtenir un
 légume à maturité.



Dessignons notre scénario idéal

Les participants sont invités à répondre à la question suivante « **Qu'avons-nous à gagner à donner plus de temps à l'alimentation ?** » sur des post-it suivi d'une mise en commun :

Cherchons des solutions et partageons nos bonnes idées

Ensuite les participants se répartissent sur 4 tables pour répondre aux questions suivantes :

Comment pouvons-nous redonner du temps dans la production ?

Comment par mes modes de consommation je peux redonner du temps à l'alimentation ?

Comment pouvons-nous redonner du temps dans l'approvisionnement/ distribution?

Comment pouvons-nous redonner du temps dans la transformation ?

Ci-après le résultat de ces travaux collectifs agencés et mis en dessin par Renaud Combe :

du sens à nos vies
éducation des enfants
DES VALEURS
transmission



la question du **TEMPS** dans
l'**ALIMENTATION** & l'**AGRICULTURE**
par les CONSEILS de DEVELOPPEMENT
d'ERDRE et GESVRES et de LOIRE ATLANTIQUE



nutrition digestion **SANTÉ** mastiquer repas plus sains qualité nutritionnelle



lien social plaisir partage
CONVIVIALITÉ échanges rencontres



QU'AVONS NOUS A Y GAGNER?

environnement
UNE NATURE PRESERVÉE
⊖ de CO₂
⊖ de transports



des ECONOMIES
cuisiner soi-même
manger mieux pour moins cher

plaisir de cuisiner **SERENITÉ** déguster
stresser conscience de ce que l'on mange



UNE RESPIRATION

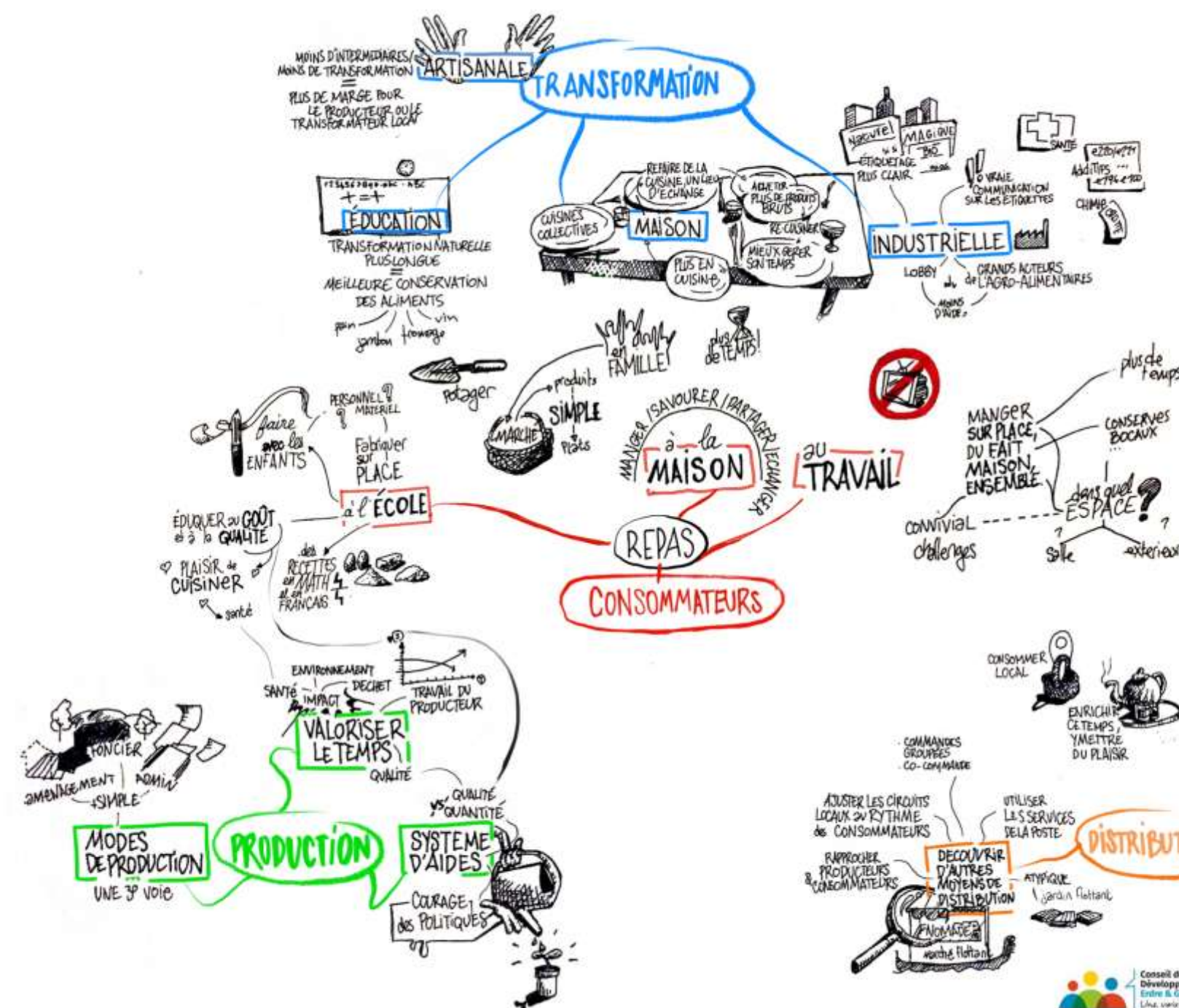
du temps repris sur les écrans
une coupure dans la journée
un temps pour soi

⊕ plus de saison
de QUALITÉ
⊕ plus de fraîcheur
⊕ de diversité
valorisation du temps des produits



la question du **TEMPS** dans
l'**ALIMENTATION** et l'**AGRICULTURE**
par les CONSEILS de DÉVELOPPEMENT
d'ERDRE et GESVRES et de LAIRE ATLANTIQUE

Comment redonner du TEMPS à l'alimentation ?



Engageons-nous concrètement

Chaque participant dispose d'une carte postale qu'il peut remplir en terminant la phrase « demain, je redonne du temps à mon alimentation en... »



Et la suite ?

Grace au questionnaire distribué en fin de réunion du 27 mars, nous avons pu dégager une attente forte des participants : avoir de l'information sur l'état des lieux de l'agriculture sur notre territoire.

Ce sera donc le sujet de notre futur atelier avec l'aide d'intervenants qui nous apporteront des données et leurs visions.

Etat des lieux de l'agriculture sur Erdre et Gesvres

Rendez-vous le Mardi 19 juin de 19h à 21h à la CCEG

Restitution exhaustive de la prise de note des rapporteurs (Frédéric, Robert, Mathieu et Marie)

Comment pouvons-nous redonner du temps dans la production ?

Comment pouvons-nous redonner du temps dans la transformation ?

Comment pouvons-nous redonner du temps dans l'approvisionnement/ distribution?

Comment par mes modes de consommation je peux redonner du temps à l'alimentation ?

Comment pouvons-nous redonner du temps dans la production ?

- Valoriser le temps
 - Travail du producteur
 - « Qualité »
 - Goût
 - Santé : moins et mieux
 - Environnement
 - Bien être animal
 - Prix :
 - Augmente pour agriculteur
 - Diminue si autoproduction
 - Moins de déchets
 - Impact global de la production/ Usage du temps
 - Produire machines, les engrais, les aliments (direct/indirect)
 - Dépolluer l'eau et les sols
 - Soigner les gens
- Système d'aides
 - Courage politique
 - Organisme sans conflit d'intérêt
 - Autres que quantité
 - Vers qualité (environnement/santé)
- Agir sur les modes de production : une 3^{ème} voie
 - Faire plus simple et accepter la complexité de la nature
 - Gestion du foncier /Aménagement du territoire
 - Moins de charge administrative
 - Désintensifier
 - Respecter la nature (animaux, plantes, les saisons, les territoires et les terres)

De quelle transformation parlons-nous ?

Les participants ont voulu distinguer 3 grandes familles :

1/ La transformation industrielle

2/ La transformation artisanale

3/ La transformation à la maison

Transformation industrielle

Pour certains participants, c'est ambigu : Redonner du temps à la transformation industrielle n'est pas forcément bon, parce que c'est encore donner plus de temps à la transformation chimique des denrées. Et puis quand les matières 1ere viennent des 4 coins du monde, ça allonge le temps de transformation et pourtant ce n'est pas une bonne chose

Néanmoins, les participants ont imaginé des pistes :

- Mise en place d'un étiquetage plus clair qui valoriserait les produits transformés naturellement
- Les consommateurs sont le 1^{er} levier : Les consommateurs sont acteurs.
Ils doivent mieux s'informer sur ce qu'ils achètent et boycotter les produits dont on a accéléré le processus de transformation (ex le pain levé en 45 minutes)
- Boycoter les grands groupes industriels pour réduire leurs moyens de lobbying et pour que les règles en matière de transformation leur soient moins favorable
- Une vraie communication sur les bienfaits pour la santé de ne pas introduire de produit chimique dans l'activité de transformation.

Transformation artisanale

Les pistes :

- Rogner sur le temps des intermédiaires permet de redonner du temps à la transformation
- Si on achète des produits de proximité, on n'est pas obligé de redonner du temps à la transformation
- Montrer aux consommateurs qu'une transformation naturelle permet une meilleure conservation (ex pain, jambon) et donc permet de réaliser des économies

Transformation à la maison

Les pistes :

- Mettre en place une meilleure gestion du temps domestique pour redonner du temps à la préparation des repas
- Acheter plus de produit brut pour nous obliger à donner du temps à la transformation
- Faire de la cuisine un lieu de vie qui donne envie de passer du temps à cuisiner : pourquoi pas, par exemple, des espaces de cuisines collectives dans les quartiers.

Comment pouvons-nous redonner du temps à la distribution

- Réduire les circuits en consommant local
- Rapprocher géographiquement le producteur des consommateurs
- Points de distributions nomades ou atypique (hortillonnage, marché flottant)
- Communiquer auprès du grand public sur d'autres formes de distributions
- Utilisation des services de la poste pour la distribution
- Généraliser les commandes par internet et récupération de la commande en 1 seul point
- Enrichir le temps de distribution par le contact : qu'il y ai du plaisir !
- Organiser des co distribution pour que tout le monde ne se déplace pas.
- Faire coïncider les circuits locaux avec l'emploi du temps des consommateurs
- Soutien des collectivités aux circuits locaux

Comment par mes modes de consommation je peux redonner du temps à l'alimentation ?

- **Les repas A DOMICILE**

Redonner du temps =

- ⇒ Manger/ savourer : ne pas uniquement se nourrir
- ⇒ Partager / Echanger (en famille)

Comment ?

- Passer du temps à table
 - ⇒ Sans la télé en famille
 - ⇒ Se faire à manger dans les assiettes (salades composées, ...)
- Préparer les repas ensemble
 - ⇒ Se répartir les tâches
 - ⇒ Impliquer les enfants
 - ⇒ Favoriser les aliments simples (pommes de terre en robe des champs plutôt que des frites)
- Cuisiner soi-même pour plus de qualité et de goût
- Aller sur le marché, choisir ses aliments et ses matières 1ères
- Jardiner

- **Les repas AU TRAVAIL**

Comment ?

- Manger sur place pour diminuer temps de trajet
- Se regrouper et faire de ce temps un temps convivial pour y passer plus de temps

Pistes :

- Faire ses conserves, congeler... pour préparer ses repas à l'avance
- Organiser des challenges
- Développer des lieux de convivialité dans les ZAC ou les communes pour manger ensemble (salle à disposition+ food truck)
- Développer les restaurants interentreprises (permet d'agir sur le cahier des charges)

- **Les repas A L'ECOLE**

- Redévelopper la fabrication sur place et faire avec moins de produits transformés
- Former le personnel et mettre des équipements pour utiliser les produits bruts
 - Voir lycée Rieffel

- **Eduquer au goût, au plaisir de cuisiner, à la qualité des produits**

Dans les écoles :

- Fabriquer les repas avec les enfants

Compte-rendu du « Groupe transition alimentaire et agricole » du 24/04/2018
Conseil de développement Erdre et Gesvres

- Apprendre à éplucher des légumes
- Appliquer les problèmes de mathématiques à l'alimentation (ex : recette)
- Faire découvrir des nouveaux produits dans restauration scolaire
 - Challenge entre écoles (ex : 3 nouveaux légumes)
 - Faire goûter de toutes petites quantités de choses nouvelles

Au travail :

- Organiser des challenges entre collègues sur un thème ou un produit et faire voter la meilleure recette (ex : entreprise à Toulouse)

Plus largement :

- Sensibiliser, faire prendre conscience, notamment vers les jeunes parents
- Communiquer sur les aspects positifs de prendre le temps de manger
- Promouvoir la cuisine colorée (antioxydants)
- Faire des tests à l'aveugle (1 plat industriel/ 1 plat fait maison)
- Faire goûter de bons produits
- Organiser des salons du goût (CCEG et restaurateurs locaux)
- Diffuser les recettes
 - Distribuer des paniers avec les recettes
- Proposer des cours de cuisine (ex : quartiers de Nantes)
- Promouvoir le jardinage