

Lylia Le Goff : « Il faut réduire sa consommation de viande »

3 questions à... Lylia Le Goff

Pour vous, que signifie le « manger mieux » ?

Mieux manger passe par une révision de la composition des menus. L'équilibre alimentaire doit être totalement modifié, de fait aujourd'hui, on fait beaucoup trop la part belle aux protéines animales qu'aux légumineuses.

Ces dernières représentent un atout pour la santé puisque beaucoup de nutriments protecteurs, dont les fibres, y sont présents. Il n'y a aucun risque de carences, bien au contraire.

Mais manger bio n'est pas forcément accessible à tous niveau budget ?...

Acheter moins de viande permet de réaliser de grandes économies, le coût de la viande étant très élevé aujourd'hui. Ces économies faites sur la viande permettent justement d'acheter des produits issus de l'agriculture biologique.

Et puis, manger moins de viande permet de réduire l'excès d'apport en cholestérol qui peut être cancérigène. Dernier élément : quand j'incite les gens à manger bio, je veux bien sûr parler du bio local. Quand on sait que 30 % des gaz à effet de serre passent par nos assiettes, ce n'est pas négligeable.

Pour notre dossier intitulé « manger mieux, le grand casse-tête ! » (cf numéro d'automne), notre rédaction a effectué un relevé de prix dans différentes enseignes

alimentaires à Brest. Nous avons constaté de très forts écarts de prix : le kilo de pâtes bio de Liddl coute 1,38 €, le kilo en vrac de Leclerc 2,79 € et 1,90 € celui de la Biocoop. Un bio à deux vitesses en terme de qualité de produit ?

Concernant la qualité des produits bio, il n'y a pas de craintes à avoir. En France, tous les produits labellisés bio sont soumis aux memes titres de contrôle, pas de bio à deux vitesses donc concernant d'éventuelles différences qualitatives.

Le reste de notre enquête sur le manger mieux est à retrouver dans notre numéro d'automne. La liste des points de distribution [ici](#). Vous pouvez aussi contacter Julie pour vous abonner à l'adresse suivante : julie@bretagne-durable.info

Plus web :

[L'interview](#) de Stéphane Guoin, maitre de conférences à Agrocampus Rennes qui intervient également dans notre dossier.

Quand l'auto-école s'adapte à

tous

Problèmes d'apprentissage, difficultés liées au stress... L'auto-école Feu Vert Mobilité s'adresse à tous ceux qui ne rentrent pas dans le circuit classique de la conduite. Précisions avec Alan Costiou.

Pouvez-vous présenter l'association ?

L'association Feu Vert Mobilité existe depuis 1984. Nous sommes intégrés à l'association Don Bosco depuis 2000 (association s'inscrivant dans le secteur médico social, basée à Landerneau (29), ndlr). Nous sommes rattachés au pôle d'initiative sociale EIPF dirigé par Michel Roger.

L'association fait également partie de la Fédération des Associations de la Route pour l'Éducation (FARE). Cette fédération regroupe des auto-écoles dont la démarche est similaire à la nôtre ainsi que des plateformes de mobilité.

Quel public vient à l'auto-école sociale ?

Nous accueillons des personnes ayant des difficultés d'apprentissage. Ces dernières sont suivies par des travailleurs sociaux qui les incitent à s'inscrire à l'auto-école Feu Vert. On ne vient pas chez nous pour des problèmes financiers, le permis coûte aussi cher que dans les autres auto-écoles, il faut compter entre 2000 et 2500 euros.

Quelle est la moyenne d'âge des apprentis conducteurs ?

Contrairement à ce que l'on pourrait croire, il ne s'agit pas de jeunes. Les auto-écoles traditionnelles accueillent le plus souvent des lycéens ou étudiants. La moyenne d'âge se situe ici plutôt autour des 40 ans. C'est une autre organisation, rien qu'en terme de disponibilité de ces personnes.

La formule est-elle adaptée au cas par cas ?

Pour prescrire le nombre d'heures de conduite nécessaire, la méthode est la même qu'en auto-école classique. On fait une évaluation sur les savoirs de base et sur la conduite. Cela dure environ trois heures. Cela arrive parfois que l'on ré-oriente à ce moment là, certaines personnes vers des auto-écoles traditionnelles.

L'apprentissage se fait en deux étapes : la partie théorique (code de la route) avec possibilité d'intégration de personnes malentendantes et la partie pratique (conduite).

Nous travaillons avec des centres de rééducation comme Perharidy à Roscoff, pour permettre aux personnes de reconduire à nouveau. Nous possédons plusieurs véhicules, dont des voitures automatiques pour les élèves les plus en difficulté. Nous avons également une voiture aménagée pour les personnes en situation de handicap.

L'apprentissage est-il plus long que dans un cursus classique ?

En moyenne, avant un premier passage à l'examen, il faut compter 52/53 heures de conduite. Les leçons se font exclusivement en individuel. Il n'y a jamais deux élèves dans le même véhicule comme cela peut être le cas dans d'autres auto-écoles.

Quelle est l'actualité de l'association ?

Depuis l'année dernière, nous proposons une formation voiture sans permis, en partenariat avec les Genêts d'Or. Cela concerne souvent un public que nous ré-orientons en interne.

Contact :

FEU VERT MOBILITE
Zone d'Activité de Poul Ar Bachet
1 rue Louis Pidoux

Bâtiment H
29200 BREST
Tél : 02.98.43.05.00
Fax : 02.98.80.71.97
feuvert.mobilite@donbosco.asso.fr

Jardins collectifs urbains : parcours des innovations potagères et sociales

L'appellation « jardin collectif » regroupe en fait plusieurs types de jardins, comme l'explique Cyrielle Den Hartigh dans son ouvrage *Jardins collectifs urbains, parcours des innovations potagères et sociales*. Jardins pédagogiques, familiaux, thérapeutiques ou d'insertion sont autant de manière de cultiver sa propre production pour autant de raisons différentes.

Véritable travail d'enquête, cet ouvrage propose des découvertes de jardins d'expérimentations comme celui de Montreuil en région parisienne. Très complet, il aborde à la fois la thématique du foncier, la création de lien social entre habitants d'un même quartier et parfois, comme l'illustre l'association des Femmes maliennes, l'occasion de planter et cultiver des légumes venus d'ailleurs et de se retrouver au jardin.

Les nombreuses photos, cartographies et interviews achèvent de compléter *Jardins collectifs urbains*.

Jardins collectifs urbains, Cyrielle Den Hartigh, éditions Educagri, 25 euros.

