

Maison de l'alimentation itinérante : Aux goûts du Jour pense l'alimentation chez vous

L'association Aux goûts du jour, créée à Quimper (Finistère) en 2006 est aujourd'hui implantée sur toute la Bretagne (antennes à Rennes, Brest, Quimper) et intervient au-delà des frontières, toujours dans le même objectif d'informer sur l'alimentation saine et durable. Mais elle n'a pas dit son dernier mot et compte bien continuer à former et sensibiliser le maximum de personnes. Au goût du Jour revient aujourd'hui avec un nouveau projet inclusif : une maison de l'alimentation itinérante.

Objectif : sensibiliser et former 100 000 personnes sur leur lieu de vie à l'alimentation durable. C'est dans une tiny house et via les divers lieux des territoires concernés que les breton·ne·s pourront découvrir les gestes du quotidien pour se nourrir, tout en faisant attention à leur santé et à l'environnement.

Cette petite maison de l'alimentation sillonnera la Bretagne et stationnera environ un mois sur chaque territoire choisi. Ils seront 10 heureux lieux à accueillir cette maison de l'alimentation dans les prochains mois. L'aspect tiny house change du stand classique et permet alors aux visiteurs de se sentir comme à la maison !



Aller vers

L'idée est donc bien d'aller vers les habitant·e·s pour les sensibiliser à une alimentation durable, toujours dans la pédagogie, adaptée aux différents publics. C'est ici tout le projet de l'association, sensibiliser à une alimentation durable pour tous et toutes, y compris les personnes qui ne peuvent pas forcément se déplacer.

Emmeline Verriest, co-fondatrice et directrice d'Aux goûts du jour tient effectivement à aller à la rencontre des breton·ne·s sans leur demander de se déplacer : *" C'est un projet qui permet d'aller au coeur des territoires pour que les habitant·e·s ne puissent pas passer à côté de ces informations. On reste donc sur un temps suffisamment long pour s'immerger dans les lieux et échanger tranquillement avec les habitant·e·s sur leurs habitudes alimentaires, idées,*

questionnements... "

Un projet qui s'adapte aux territoires

Tous les ans, l'association est elle-même directement contactée par les collectivités, établissements, scolaires, festivals et entreprises du territoire national pour accompagner les élèves, habitant·e·s et salarié·e·s dans leur comportement alimentaire. Ainsi pour la maison itinérante qui s'adapte aux besoins locaux, l'idée est naturellement de travailler avec les acteurs de chaque territoire. Ainsi, la maison de l'alimentation sera présente dans les diverses structures du lieu d'implantation. La programmation sera pensée en amont avec les acteurs locaux afin de proposer des formations et une sensibilisation adaptée aux attentes et besoins des habitant·e·s. Celle-ci devrait donc être différente à chaque nouvelle étape.

La Tiny house commence son périple le 4 octobre dans la ville de naissance de l'association : Quimper, place de la Cathédrale. Plusieurs écoles, maisons de quartier et centres sociaux font déjà partie du programme des ateliers et actions, pensés avec Aux goûts du jour et les divers partenaires : Vert le Jardin, Harmonie Mutuelle, Labocea, Bretons en cuisine.

L'aventure reste à suivre !

La socio-esthétique, des soins adaptés à chacun·e

Née dans les années 60 dans les pays anglo-saxons, la socio-esthétique fait son entrée en France sur la même période, tout d'abord en psychiatrie et oncologie. Des années plus tard, la pratique se développe aussi dans le médico-social mais reste encore peu connue du grand public. Focus sur cette technique de soins en plein développement qui s'adapte à tous et toutes.

Son principal objectif ? Développer un accompagnement spécifique à visée thérapeutique, par la pratique de soins esthétiques et de modelages dans le but d'améliorer la qualité de vie de la personne. « Cette démarche favorise l'alliance thérapeutique globale, notamment l'estime de soi, la réassurance dans les relations sociales, qui peut être altérée par la courbe mouvante de la vie. Cette discipline est destinée aux personnes fragilisées ou en souffrance suite à une atteinte de leur intégrité physique, psychologique ou en détresse sociale (maladie, accident, vieillesse, détention, chômage...) », précise Marie Orioux, socio-esthéticienne en Psychiatrie, Ligue contre le cancer, Pédiatrie mais également membre du bureau de l'ARSE Pays de Loire, Bretagne (Association Régionale des Socio-Esthéticiennes). La socio-esthétique s'adapte donc à tout public, dans le milieu hospitalier mais également dans le médico-social, à travers des structures et associations d'accompagnement comme les centres sociaux, caf, mairie de quartier etc.

Adapté à un public sensible

L'écoute et l'instauration d'une relation de confiance font partie intégrante de la prise en charge. C'est bien là la différence avec le travail de l'esthétique : La socio-esthétique est développée au sein d'une équipe pluridisciplinaire et les soins sont adaptés aux besoins de chaque personne. Les socio-esthéticien·nes sont donc en capacité de conseiller des produits cosmétiques adaptés à la problématique de chaque personne et de repérer les composants allergisants et/ou irritants.

Ainsi, la socio-esthétique peut également proposer divers ateliers au sein d'associations relevant du médico-social. Mais cette technique reste aussi très présente dans le milieu hospitalier. Plusieurs actions peuvent compléter des soins hospitaliers, notamment sur la sensibilité des peaux pour les personnes atteintes de cancer. En effet, la peau est souvent concernée : inflammation, sécheresse, crevasses, éruptions acnéiformes, irritations de la muqueuse buccale... Pour Ghislaine Duguay, socio-esthéticienne dans le nord finistère, la socio-esthétique est d'abord connue pour les soins en cancérologie : « C'est très violent pour la plupart des personnes de perdre leurs cheveux, leurs sourcils... À travers divers soins et ateliers, l'objectif est donc de redonner confiance à chacun·e au moment de se regarder dans le miroir, mais aussi d'apprendre à prendre soin de son corps, souvent plus sensible. C'est un échange essentiel, pensé en amont avec le personnel médical. »

Une technique en plein développement

Que ce soit dans le secteur hospitalier ou le médico-social, la socio-esthétique demande encore à gagner en reconnaissance. Il peut être difficile dans cette profession de trouver un emploi à temps complet. C'est donc aux professionnel·les

d'aller à la rencontre des structures, de proposer leur projet et de mettre en place des contrats dans différents endroits. Les professionnel·les du métier demandent d'ailleurs une reconnaissance institutionnelle de la pratique. « L'important serait de mettre en place des recherches cliniques dont les résultats permettront d'asseoir cette discipline dans les soins de support et de devenir pérenne », assure Marie Orioux.

De plus, le métier se déploie beaucoup ces dernières années. Aujourd'hui, le territoire breton compte environ une quinzaine de socio-esthéticiennes. Par conséquent, de plus en plus de formations voient le jour. Marie Orioux insiste alors : « La socio-esthétique est un savoir-être et un savoir-faire qui ne s'improvise pas. Cette pratique particulière est destinée à des personnes fragilisées, d'où l'importance d'une formation de qualité, assurée par des professionnel·les qualifié·e·s dans la discipline concernée ». Pour l'ARSE Pays de Loire, Bretagne il convient donc d'encourager ce développement tout en surveillant les formations ainsi que leur contenu. Plusieurs changements pourraient favoriser le développement de la profession : la création d'un code APE (aujourd'hui encore le même que l'esthétique traditionnelle), une inscription dans la grille des métiers hospitaliers ou encore, une reconnaissance des Ministères concernés.

Plus d'infos :

arse.finistere@gmail.com

contact.comite.se@gmail.com

Simone Charrier, créatrice d'un lieu respectueux de la nature et de tous·tes

Clown, comédienne, grande voyageuse, Simone Charrier a multiplié les expériences et vu beaucoup d'endroits différents mais c'est bien la simplicité de la nature qui lui plaît. Hors de question de vivre en ville donc. Dans les années 90, elle rejoint la Bretagne et tombe amoureuse de cette Région. En 2004, elle décide alors de créer une ferme respectueuse de la nature sur le terrain du Moulin-Coz, dans le Morbihan. En moins de dix ans, la ferme est devenue un lieu autonome et collectif. Rencontre.

Pendant plus d'un an, Simone construit tout et seule. Allemande, elle ne se sentait pas à sa place dans son pays natal mais aussi dans une société qui accepte si peu les lesbiennes.

Après ses multiples expériences, elle décide alors de développer au Moulin de Coz ce lieu ouvert, autonome et proche de la nature. En 2005, elle est rejoint par une première jeune femme désireuse de découvrir un nouveau mode de vie. Elles

cohabitent pendant près de six mois. L'aventure collective commence.



La nature avant tout

Aujourd'hui, les journées de la paysanne sont bien les mêmes : cultiver, valoriser et développer les légumes anciens. Sur la ferme, bien loin du terme d'exploitation qu'elle réproouve, Simone développe sa propre technique, entre permaculture et biodynamie : *"notre culture, nos graines sont dénaturalisées"*

par les lobbies, c'est une grande violence réalisée par un système malade". L'agricultrice est même devenue présidente de l'association Kaol kozh qui défend et valorise les semences paysannes. Aujourd'hui, ses 17 ans d'auto formation lui permettent de respecter la nature : "dorénavant on pense à développer le lieu avec des forêts partagées par exemple". Pourtant, le pari n'était pas gagné d'avance. En arrivant, Simone n'est guère encouragée par ses voisins : "J'étais une extraterrestre, on m'a dit que je ne pourrai rien faire dans ces champs sans pesticide ".

Cependant, Simone ne souhaite pas se décrire comme une spécialiste. Bien au contraire, sa rupture avec la société actuelle se fait également par les modes de vie, en arrêtant de tout catégoriser, " Dans la langue latine, le choix du masculin/féminin pour les mots n'est pas anodin. Tous les organes intérieurs sont masculins par exemple, on y réfléchit ? Évidemment que tout cela façonne notre société... "



default

Un lieu autonome et collectif

Un peu plus loin se trouve, en toute simplicité, son lieu de vie : sa roulotte où elle vit avec son épouse depuis sept ans. Ici tout est éco-conçu, avec des matériaux recyclés et le lieu est autonome en énergie grâce aux panneaux solaires. Mais la ferme est également un lieu d'échanges et de formation. Simone compte bien profiter de ses multiples expériences pour sensibiliser et former les jeunes à un nouveau mode de vie. Elle accueille et forme régulièrement des stagiaires, apprenti·e·s ou autres personnes motivé·e·s. Le croisement des profils permet également de développer diverses actions sur le site comme une forge pour créer les outils d'entretien ou encore le développement d'une cidrerie traditionnelle. Tous·tes sont dans la même dynamique : être au plus près de la nature et loin des codes infligés par la société. Aujourd'hui, le lieu vise à être développé, à accueillir de nouvelles personnes et notamment à travers l'association la *Yourtillière*, également créée par Simone afin de développer l'aspect culturel de la ferme.

Pour plus d'informations : <http://yourtiliere.taktile.fr/>

“Sinon” une nouvelle marque propose des alternatives aux

maillots et planches de surf

Il

y a les planches de surf et les maillots de bain fabriqués à base de pétrole... "Sinon", il y a aussi la nouvelle marque qui propose des produits plus naturels aux consommateurs. Deux jeunes entrepreneurs se sont lancés dans la fabrication made in France.

Tout

près des marais salants de Guérande, se cache un atelier pas comme

les autres. Maillots de bain en tissus recyclés et planches de surf

en bois, Joy Camaret et Victor Courcier proposent des alternatives

aux indispensables de la plage. Camarades de classe au lycée, Joy et

Victor se retrouvent après leurs études. Ils se lancent en mai 2018

: "C'était une idée de Joy et j'ai décidé de la suivre".

De A à Z, ils imaginent leur marque. Lignes épurés sur les planches et maillots de bain minimalistes, légèrement ajourés... Leurs produits restent simples, au plus près de leurs engagements.

Maillots recyclés

Tout

est parti de l'agacement des modes de production peu

respectueux de l'environnement. Après des études de stylisme, Joy passe par plusieurs entreprises : "J'ai longtemps travaillé pour des marques de lingerie haute gamme. Au prix où ils vendent leurs pièces, il n'y a aucun effort pour trouver des tissus alternatifs ou même correctement traiter les employés", explique la créatrice. Pour répondre aux engagements de "Sinon", Joy travaille avec différents tissus recyclés ou bio-sourcés. Ses matériaux viennent principalement de France, d'Allemagne ou d'Italie. Les tissus non recyclés sont produits à partir d'huile de Ricin. Ce liquide remplace le pétrole et engendre une consommation de CO2 de -25%. Ces fournisseurs sont encore peu nombreux, Joy les expose donc fièrement sur le [site internet](#) : "C'est important que les clients puissent avoir un regard sur la production. Et je ne veux pas les garder pour moi, ça ne doit pas être un secret, au contraire ", explique la styliste. Se développer, ou remettre au goût du jour, comme les planches en bois de Victor : "On oublie que ça existe et pourtant je travaille avec des vieux outils, c'est pour dire !"

Planches en bois

Après des études de beaux arts puis de charpente maritime, lui aussi est dégoûté par les techniques de fabrication à la chaîne : "Sur les chantiers, on pouvait atteindre 90% de pertes de bois, c'est

énorme. Ici, j'essaie de ne pas dépasser les 35%". Ce jeune artisan confectionne 70% de ses planches avec du bois Breton qu'il récupère dans un périmètre de 200 km maximum. Les autres sont fabriquées en époxy : un matériau plus léger. "Cela permet d'en avoir pour les débutants et les plus aguerris mais aussi de jouer avec des prix plus ou moins importants", explique Victor. L'atelier lui aussi est respectueux de l'environnement. Pour subvenir aux besoins du bâtiment, le propriétaire a installé 100 m² de panneaux solaires recyclés.

Le prix du made in France

Améthyste, khôl, argile, quartz, argile ou mine, les coloris de Joy se retrouvent sur ses maillots toutes morphologies. La jeune femme a développé elle-même ses modèles : "J'ai choisi de prendre du tissu blanc et de le teindre avec mes couleurs chez un teinturier". Victor, lui, peut avoir des réparations, des commandes mais essaye également de faire une moitié de son travail en création : "Même dans une commande très précise et sur mesure, je mets une petite touche personnelle pour rappeler mon style et la marque". Autour de 500 euros une planche époxy, 750 la planche en bois, des bas de maillots à 30-45 euros et des hauts entre 60 et 70 ; les deux artisans visent un public bien particulier : "Il est très difficile de produire bien et de vendre peu cher pour convenir à tout le monde", expliquent les associés. Le parti pris est là, il ne reste plus qu'à convaincre.

L'éco-pâturage, une technique à surveiller de pré

Dans la région Rennaise se cache une ferme pas comme les autres. Matthieu Pirès élève ses animaux de communes en communes. Ses troupeaux ont un parcours atypique, c'est de l'éco-pâturage. Une technique qui permet aux villes d'entretenir leurs espaces verts de manière écologique tout en permettant à un éleveur de profiter de leurs terrains. La demande ne cesse d'augmenter mais Matthieu Pirès doit encore se battre pour faire respecter son métier.

« Dès mon enfance, je faisais brouter mon cheval pour entretenir les espaces verts. » Très tôt, Matthieu Pirès s'intéresse à l'entretien des zones urbaines. Depuis ses huit ans, il est bénévole dans des associations environnementales. Aucun de ses parents n'est agriculteur, mais il se lance dans un lycée agricole. En 2013, il commence à faire brouter ses bêtes dans une commune, puis deux et crée finalement la ferme de Milgoulle, sans aucune terre personnelle. Aujourd'hui, il élève plus de 500 animaux, travaille avec une trentaine de communes et possède seulement un demi hectare comme siège d'exploitation. Un pari risqué. Mais le jeune éleveur sait ce qu'il fait : *“ Les communes étaient demandeuses, elles cherchaient une solution à l'entretien des espaces verts ”*, insiste-t-il.

Une grande demande

La ferme est d'abord lancée grâce à un financement participatif. Par la suite, les demandes fusent. L'éco-pâturage se révèle très utile pour entretenir des zones compliquées d'accès. Les zones humides par exemple sont

particulièrement difficiles à gérer avec des engins mécaniques. Mais le réel atout de cette technique reste la limitation de la pollution des eaux par les herbes coupées qui se décomposent au sol. Ce phénomène d'eutrophisation est alors réduit par les animaux qui ne laissent aucune miette de leur repas. Aujourd'hui, l'éco-pâturage, se répand. Mais les éleveurs n'ont pas tous la même vision de la technique. " *Beaucoup de communes louent des bêtes comme pour remplacer des tondeuses, mais nous sommes des éleveurs avant tout* ", explique Matthieu Pirès. La différence de ces offres passe également par l'étendu de la zone d'action. " *Certains sont capables de se déplacer des centaines de kilomètres pour subvenir aux demandes des différentes communes de France mais ça n'a rien d'écologique !* " Des trajets incompréhensibles pour cet éleveur qui a déjà refusé des demandes de Nantes ou Limoges. La ferme de Milgoulle a d'ailleurs décidé de maintenir son périmètre d'action aux alentours de Rennes. Marielle Deport est la première adjointe de Châteaugiron, l'une des premières communes entretenue par la ferme Milgoulle. Pour elle aussi, l'aspect environnemental est un point fondateur de cette technique : " *D'autres personnes nous ont contacté mais elles n'avaient pas la même démarche. Avec peu de connaissances sur les animaux, elles sont plus loin géographiquement et n'élèvent pas de races anciennes...* " Matthieu Pirès n'a jamais démarché de communes et ne compte pas le faire. Pour lui, le bouche-à-oreille fonctionne déjà très bien.



Peu de retombées

En revanche, son activité d'éleveur est encore loin du compte : *"Économiquement c'est vraiment difficile. On demande quand même aux communes de financer les frais liés à la labellisation bio de la viande."* Avec deux salariés à plein temps, ainsi que quelques apprentis ou saisonniers de temps en temps, la ferme de Milgoulle essaye de s'en sortir coûte que coûte. Il faut dire que l'éco-pâturage offre un cadre naturel aux animaux, qui ont besoin de beaucoup plus de temps pour se développer. Mais ces contraintes sont également liées à la race rare et locale des moutons avranchins qui s'engraissent beaucoup plus lentement. Certes, la ferme de Milgoulle n'a pas à se soucier des loups mais les zones urbaines présentent elles aussi des points négatifs. En cinq ans, 700 agneaux ont été volés. Tous les ans, les frais pour soigner le troupeau des attaques de chiens s'élèvent à 10 000 euros.

Mais Matthieu Pirès ne s'inquiète pas : *" C'est un investissement à long terme, il faudra attendre environ 10 ans de plus pour voir si ça fonctionne "* Des années qui s'avèrent décisives pour les élevages. *" Depuis 5 ans, on suit l'évolution des troupeaux qui s'adaptent aux conditions climatiques, par exemple. Aujourd'hui, on a même des chevaux ! "*, explique Marielle Deport. Même si l'éco-pâturage peut

donner une bonne image à une ville, elle peut au contraire révolter les personnes anti-viande. Des enjeux politiques auxquels Matthieu Pirès refuse de participer, “ on verra comment ça évolue et s’il faut planter des salades je le ferais mais je ne veux pas servir à une ville juste pour son image...” En attendant, la ferme de Milgoulle compte bien élever ses 400 brebis, 30 bovins, 75 chèvres et 3 chevaux autant que possible.

Extinction Rebellion débarque à Morlaix

Une première opération d'Extinction Rebellion Morlaix, mouvement de désobéissance civile, s'est déroulée ce dimanche matin dans le centre-ville. Une action symbolique pour communiquer sur le mouvement et sensibiliser sur la montée des eaux.

En quelques dizaines de minutes, c'était bouclé. A 10h15, sur la place symbolique des Otages, la chaîne humaine du kiosque à la mairie s'est rapidement montée, sans encombre. Non violente et familiale, la première action du mouvement s'inscrit totalement dans la lignée de ses grands frères : Extinction Rebellion Angleterre, créé en octobre 2018, et Extinction Rebellion France, créé en mars 2019. Un même objectif pour les diverses antennes présentes dans une soixantaine de pays : Changer un système qui ne reconnaît pas l'ampleur de la catastrophe climatique et toujours dans le respect de chacun.

Morlaix victime du climat

La rubalise tenue fermement, les militants ne se connaissent que depuis quelques semaines. Mais tous sont d'accord pour

symboliser leur mécontentement : *“ Tout le monde est au courant de la situation mais rien ne change. Il y a des pétitions, des actions, plein de choses différentes mais ce n'est pas suffisant, il faut interpeller les pouvoirs publics ”*, insiste un adhérent du mouvement. Cette action était d'ailleurs entièrement construite au niveau de la symbolique de la montée des eaux sur les villes côtières comme Morlaix. Déjà sensible aux importantes pluies, tous les 2-3 ans, la cité du viaduc pourrait être une victime importante de la fonte des glaces. Selon le rapport du GIEC, en 2050, la température aura augmenté de 2 voire 3 °C et le niveau des mers de plus d'un mètre dans les décennies à venir. Ce message, Extinction Rebellion Morlaix compte bien le faire passer.

Discours et silence poignants

Le but n'étant pas d'être moralisateur ou de nuire à la vie des citoyens, le choix du dimanche matin ne s'est pas fait par hasard. Mais les organisateurs ont finalement eu une petite surprise à leur arrivée : le rassemblement des véhicules anciens. Un paradoxe qui n'a finalement pas déplu. *“ On est tous d'accord pour dire qu'on est d'accord avec ces idées, on sait que la planète meurt mais on a tendance à baisser les bras, mais ça fait toujours du bien de voir ce genre d'action ”*, explique un collectionneur de voitures anciennes. *“ On a utilisé tout l'espace de la place donc ils ont écouté tout le discours et c'était beau ”*, ajoute le militant de XR. Après ce discours poignant, une minute de silence est observée, couverte par des sons de baleine. Un moment particulièrement émouvant pour beaucoup. Finalement, le mouvement a réussi son pari du jour : sensibiliser et communiquer. Un enjeu majeur pour les militants qui comptent bien développer le mouvement et enchaîner les actions. Morlaix est pour le moment la première antenne bretonne à réaliser une action mais d'autres groupes locaux devraient apparaître dans quelques temps.