

Conclusions des
consultations
citoyennes

Décembre 2014



Notre alimentation idéale

1 – Définition entre idéaux et réalité, entre théorie et pratique



« *Echangeons sur notre agriculture* »

... est un projet de **Nature & Progrès** qui vise à recueillir l'avis des citoyens sur l'évolution de l'agriculture wallonne par le biais de rencontres et d'échanges d'idées. En effet, il est primordial que le citoyen, en tant que consommateur des produits de l'agriculture et habitant des espaces ruraux puisse donner un avis sur les principales questions agricoles, et devenir "consomm'acteur".



Le consommateur impliqué dans la politique agricole wallonne ?

Oui ! Le Code wallon de l'Agriculture prévoit une place des consommateurs dans l'évaluation des politiques agricoles wallonnes. Ils seront effectivement représentés à deux niveaux : le Collège des producteurs et le Conseil supérieur wallon de l'agriculture, de l'agro-alimentaire et de l'alimentation.

Le Collège des producteurs

Cette nouvelle structure a pour objectif premier d'impliquer directement les producteurs wallons dans la définition et dans l'évaluation de la politique agricole wallonne. Les producteurs représentant chaque filière pourront y faire part des besoins de leur secteur et seront consultés pour toute question concernant l'agriculture. Des représentants des consommateurs seront présents à cette assemblée afin de donner un avis sur les questions posées et de faire part des préoccupations des citoyens.

Le rôle de Nature & Progrès

Nature & Progrès s'engage à organiser une concertation des citoyens consommateurs autour des problématiques agricoles wallonnes. Sylvie La Spina organise pour vous et avec vous des réunions d'échanges, en présence de personnes ressources. Ces rencontres ont pour but de vous informer des actualités du secteur et de brasser les idées concernant les différentes thématiques. Chacun peut y donner son avis sur les questions posées, et ces avis sont relayés ensuite vers les organismes décideurs. *Nature & Progrès* représente les citoyens-consommateurs au Collège des Producteurs.

Table des matières

Introduction	5
Un rapport entre l'Homme et son alimentation en pleine révolution	6
Le temps où les maisons étaient des fermes...	6
Une société et une agriculture en pleine mutation	7
Vers une réappropriation de son alimentation	8
Quels critères pour une alimentation idéale ?	10
Les résultats d'un sondage	10
Une alimentation santé	11
Une alimentation solidaire, en lien avec le producteur	12
Une alimentation pratique	13
Une alimentation que je produis, que je cuisine	14
Une alimentation qui respecte l'environnement	15
Une alimentation variée, créative	16
Et le goût !	16
D'autres enquêtes sur l'alimentation idéale des consommateurs	17
Quels critères « parasitent » les choix alimentaires en pratique?	18
L'aspect du produit	18
Le goût du produit	19
Le prix	20
Quelles solutions pour une meilleure cohérence entre idéal et pratique ?	22
Donner l'envie	22
Donner les moyens	24
Conclusions	27
Annexe	28
Remerciements	30



Introduction

Contexte de la consultation

Les rapports entre l'Homme et son alimentation ont profondément changé au cours de ce dernier siècle. Autrefois acteur de son alimentation, avec l'évolution de la société, le citoyen wallon a peu à peu délégué cette matière aux agriculteurs et à l'agro-industrie. Parallèlement à cette déconnexion, le système alimentaire a connu de profondes mutations : nouvelles techniques de transformation, mondialisation des marchés... Le système s'est complexifié, opacifié : il est difficile pour le consommateur de savoir ce qu'il y a dans son assiette, comment et où les ingrédients de son repas ont été produits et transformés. Différents scandales alimentaires ont récemment mis en cause le système alimentaire actuel, et de nombreux consommateurs se sont interrogés sur leur nourriture, ont décidé de reprendre en mains leurs choix alimentaires. Que veut le consommateur, à l'heure d'aujourd'hui, dans son assiette ? Sur quels critères repose son alimentation idéale ? Le comportement alimentaire des consommateurs suit-il ces idéaux ? Quels sont les éléments parasites qui peuvent entamer cette cohérence entre nos principes et nos actes en matière d'alimentation ? Ce document, reposant sur nos consultations citoyennes, tente une analyse de ce sujet.

Un rapport entre l'Homme et son alimentation en pleine révolution

Le 20^{ème} siècle a connu une révolution sociale, industrielle et agricole, et donc alimentaire. Nous tentons ci-dessous une analyse des processus qui ont touché le lien entre l'Homme et son alimentation durant ces dernières décennies.

Le temps où les maisons étaient des fermes...

Il y a une ou deux générations, presque chaque maison de village était une petite ferme, possédait son potager, ses poules et autres volailles, ses cochons, quelques vaches... Les femmes restaient au foyer et s'occupaient, entre autres, de faire les marchés, de cuisiner, de transformer, de conserver les aliments. Les fermes étaient pourvues d'un cellier débordant de provisions pour l'hiver. L'alimentation était une préoccupation quotidienne, au cœur du foyer. Le lien entre l'Homme et son alimentation était alors puissant.



Une société et une agriculture en pleine mutation

Puis s'est amorcée une véritable révolution sociétale. L'emploi s'est tourné vers les secteurs secondaires et tertiaires et s'est concentré dans les villes. Le consommateur s'est éloigné des fermes et de leur quotidien pour s'installer en zone urbaine, dans la modernité. Parallèlement, suivant une révolution agricole en marche, des fermes se sont agrandies, spécialisées et tournées vers l'industrie, abandonnant la transformation, tandis que d'autres ont arrêté leur activité nourricière et se sont transformées en simples « maisons de campagne », en gîtes, en restaurants, en centres de séminaires...



Le développement des transports et de la communication ont favorisé l'ouverture des marchés, si bien que les produits alimentaires parcourent le monde, passant entre les mains de spéculateurs, d'intermédiaires divers et variés : le système est devenu complexe et opaque. Les supermarchés se sont développés afin de répondre aux demandes des consommateurs des villes. Finalement, les citoyens « ont délégué » leur alimentation aux agriculteurs, aux industries et aux supermarchés. Le lien entre l'Homme et son alimentation s'est affaibli.

Vers une réappropriation de son alimentation

Déléguer demande de la confiance, mais celle-ci a été mise à mal par différents scandales alimentaires : lasagnes à viande de cheval, dioxine, vache folle... On a vu des fermiers épandre leur lait sur les champs, et là, on a compris. Un retour en arrière s'est avéré nécessaire pour de nombreux consommateurs, une véritable réappropriation de leur alimentation.



La réappropriation de l'alimentation par le consommateur est un long chemin, difficile tant le système alimentaire s'est complexifié et opacifié. Que sait-on encore des produits que l'on achète ? Comment savoir ce qu'il y a dans son assiette, comment et où les ingrédients de son repas ont été produits et transformés ? Devant cette demande de plus de transparence, des règles d'étiquetage des produits ont été établies, des labels ont été créés, mais sont encore largement insuffisants. S'informer, changer ses habitudes demande du temps et de l'énergie.



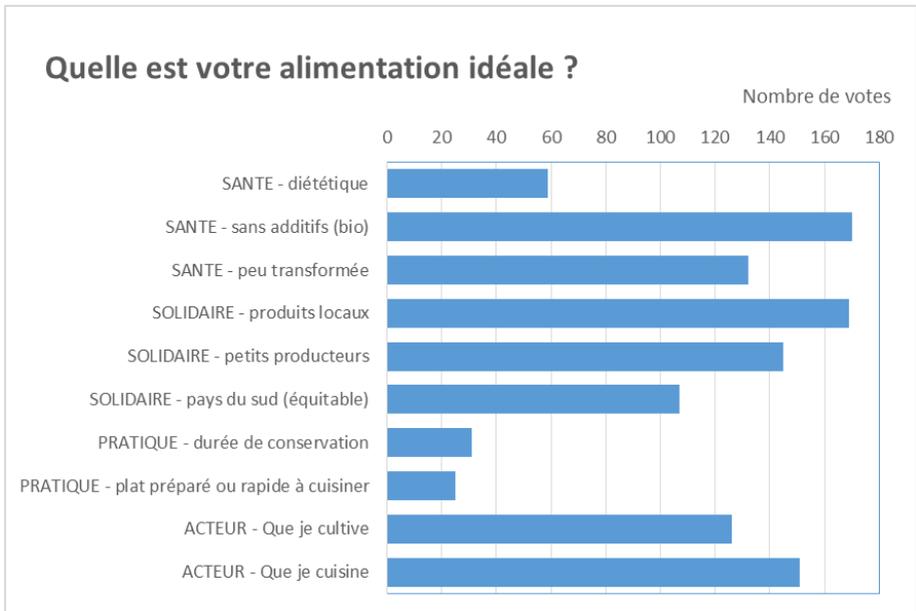
De nombreux consommateurs se sont mis à la recherche du lien avec des producteurs répondant à certains critères, à certains idéaux (biologique, local, artisanat...) ou ont souhaité remettre les mains dans la terre ou dans le plat par l'autoproduction ou l'auto-transformation de matières premières (fabrication du pain, préparation des repas...). Pour une partie des consommateurs, le lien avec leur alimentation s'est récemment resserré.



Quels critères pour une alimentation idéale ?

Les résultats d'un sondage

Un sondage a été réalisé dans le cadre du projet « Echangeons sur notre agriculture »¹ : nous avons demandé aux citoyens consommateurs wallons sur quels critères reposait leur alimentation idéale, rêvée, en absence de toute contrainte. Plusieurs solutions étaient proposées, d'autres ont été ajoutées par les répondants au sondage (non visibles dans le graphique mais expliqués dans le texte).

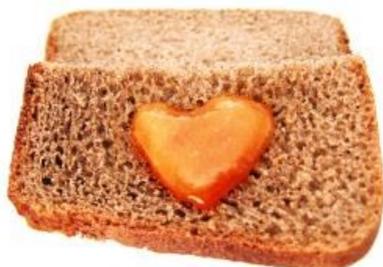


¹ : Les modalités de ce sondage sont précisées en annexe.

Une alimentation santé

Les citoyens consommateurs ayant participé au sondage souhaitent une alimentation saine. Les aliments biologiques sont recherchés, car ils sont exempts de pesticides chimiques de synthèse et d'additifs chimiques. Si certaines de ces molécules sont autorisées dans la chaîne alimentaire conventionnelle, cependant, elles n'ont pas la confiance des consommateurs. Un sondage a montré que 90 % de nos répondants n'ont pas confiance dans le système d'agrément des pesticides, et 59 % ne se fient pas aux normes en vigueur concernant les teneurs en résidus de pesticides dans les aliments. Ce phénomène s'explique par un regard critique sur les protocoles permettant de mettre sur le marché les produits et déterminant la teneur maximale occasionnant des effets toxiques sur la santé. La présence de lobbies des industries phytopharmaceutiques au niveau des comités chargés de ces autorisations met en cause la partialité de ces prises de décision. La réduction de l'utilisation des pesticides est le premier thème prioritaire des citoyens consommateurs en ce qui concerne l'agriculture wallonne.

Les aliments non transformés, peu raffinés (pain complet, riz complet...), sont également préférés des citoyens consommateurs, puis, finalement, bien après arrivent les aliments diététiques (moins de sucre, de sel et de gras). A quelques reprises, la qualité bactériologique a été soulevée, de même que la fraîcheur des produits.



Une alimentation solidaire, en lien avec le producteur

Par son acte de consommation, le citoyen soutient le producteur, le transformateur, le distributeur, les fournisseurs d'intrants, etc., soit chaque maillon de la chaîne, du champ à l'assiette. Nos citoyens consommateurs en sont bien conscients, et souhaitent avant tout soutenir l'économie locale, notamment les fermes de leur village, de leur région. Leur choix se tourne également vers les petits producteurs pratiquant une agriculture « familiale », « à taille humaine ». Enfin, pour les produits non cultivables en Europe, les produits du commerce équitable, « Fait trade », sont préférés. Les AMAP's permettent d'aller plus loin par un système de financement du producteur. De nombreux répondants aux sondages souhaitent éviter les produits de l'industrie agro-alimentaire et des supermarchés.

Le consommateur souhaite également resserrer le lien avec le producteur de sa nourriture. Il demande plus de transparence sur l'origine des matières premières, sur le processus de fabrication, etc. Ceci reflète un manque de confiance envers le système alimentaire général, notamment envers l'industrie. Les divers scandales alimentaires y ont sans doute contribué. Les systèmes de garantie participatifs permettent aux consommateurs de rencontrer des producteurs, de découvrir leur ferme, d'échanger avec l'agriculteur des contraintes du terrain et des envies des consommateurs, de renouer le contact.



Le développement de circuits courts est le second thème prioritaire des citoyens consommateurs en ce qui concerne l'agriculture wallonne, et l'accès à la terre de nos producteurs, le troisième, soulignant l'envie de développer une alimentation et une économie locale entre les mains des producteurs et des consommateurs.



Une alimentation pratique

Ce critère remporte clairement moins de succès que les critères santé, solidarité, etc.

Pourtant, même lorsque l'on doit s'imaginer hors-contraintes, si on avait du temps et de l'énergie disponibles à volonté, on n'a pas forcément envie de les consacrer dans certaines tâches. Ainsi, un plat facile à cuisiner, ou cuisiné par quelqu'un d'autre peut être préféré par certains consommateurs.

Une alimentation que je produis, que je cuisine

Se réappropriation son alimentation peut aller depuis le choix des produits agricoles sur base de différents critères et d'une confiance nécessitant lien et transparence avec le producteur et le transformateur, jusqu'à l'autoproduction partielle ou parfois totale de la nourriture, correspondant en quelque sorte à une sortie du système alimentaire traditionnel. Un intermédiaire est l'achat de produits de base qui sont ensuite cuisinés par le consommateur.



Une alimentation qui respecte l'environnement

Si ce critère n'avait pas été proposé dans le sondage, il a été mis en évidence de manière très claire par les citoyens consommateurs interrogés. Le choix de l'agriculture biologique ne repose pas uniquement sur un critère de santé humaine, mais aussi sur la santé de la terre et de l'environnement. Les produits de saison sont cités à de nombreuses reprises : ils nécessitent moins d'efforts énergétiques et moins de pesticides. En effet, le forçage des légumes demande à la fois l'utilisation de chauffage et d'éclairage des serres, occasionnant une empreinte écologique importante pour leur production, et sont généralement plus sensibles aux ravageurs et maladies². Plusieurs personnes végétariennes ont également fait part de leur envie d'une alimentation plus respectueuse du bien-être animal, remplaçant idéalement la viande par des produits végétaux riches en protéines.



² : Lire à cet effet le compte-rendu du projet « Echangeons sur notre agriculture » de septembre 2014 : « Des serres pour le bio ».

Une alimentation variée, créative

Plusieurs répondants au sondage ont fait part de leur souhait d'une alimentation variée, créative, permettant la découverte de nouvelles saveurs.



Et le goût !

Le goût fait partie des critères ajoutés par plusieurs répondants au sondage. Quoi de plus logique, direz-vous ? Mais attention, pas n'importe quel goût ! Les répondants précisent qu'ils souhaitent un goût naturel, authentique. Halte aux exhausteurs de goût, aux arômes artificiels issus de la chimie, aux ajouts de sucre, de gras et de sel !



D'autres enquêtes sur l'alimentation idéale des consommateurs

L'ACRF-Femmes en milieu rural a réalisé une enquête visant à identifier les critères d'une alimentation de qualité auprès de populations rurales de Wallonie. Les résultats de leur sondage mettent en avant les éléments suivants, du plus important au moins important : cultivé sans pesticides, savoureux (goût), naturel, frais, sain, local, respectueux de l'environnement, non transformé, respectueux du travailleur, traçable, nutritif, de saison, de bonne conservation, cultivé par le consommateur, utilisant le moins de pesticides possible, sans OGM, contrôlé par un organisme public, issu de l'agriculture biologique, respectueux des animaux, qui représente un atout pour le développement local, bien préparé. Ces critères se rapprochent de ceux qui ont été mis en évidence dans le cadre de notre sondage, dans un ordre différent. L'étude « L'avenir est-il à votre goût ? » est consultable sur le site internet de l'ACRF.

Dans leur « Livre blanc pour un accès de tous à une alimentation de qualité », les Mutualités socialistes – Solidaris définissent l'alimentation de qualité par des critères nutritionnels, environnementaux, sanitaires (qualité microbiologique et chimique), sociaux et sensoriels.

Quels critères « parasitent » les choix alimentaires en pratique ?

La déconnexion entre le consommateur et son alimentation, conjuguée à la diversité des produits accessibles sur le marché, mène vers des comportements alimentaires basés sur des critères bien différents de ceux repris ci-dessus. Nous avons identifié trois critères guidant le choix du consommateur : l'aspect visuel du produit, son goût et, bien sûr, son prix.

L'aspect du produit ?

C'est bien connu : on mange avant tout avec les yeux. Néanmoins, ce critère est trompeur quant à la qualité du produit. Un produit « beau » est-il forcément bon au goût, sain pour la santé... ? Bien sûr que non, pas toujours. Si votre yaourt aux fraises présente une belle couleur rose, peut-être y aura-t-on ajouté un colorant. D'ailleurs, en parcourant la liste des ingrédients, peut-être découvrirez-vous qu'il ne contient pas de fraises, mais bien des arômes de fraise, des molécules chimiques qui ne sont d'ailleurs pas du tout issues de ces fruits. C'est très courant, et pourtant, sur l'emballage, vous trouverez des illustrations de fraises bien rouges qui vous mettent déjà l'eau à la bouche... Le marketing, la publicité influencent également nos achats.



Le goût du produit ?

« Chacun ses goûts », entend-on souvent. Le goût varie d'une personne à l'autre. Il est lié à notre culture et à notre éducation (exemple : l'entomophagie), à notre génome (domaine de la nutriginétique) et est influencé par une foule de paramètres. De manière générale, seule une généralisation peut être faite : l'attraction pour le gras, le sucré et le salé. Selon de nombreux scientifiques, ces trois types de substances provoquent le plaisir via la production d'endorphines. Ils sont liés à notre histoire, à l'époque où l'Homme trouvait dans ces trois constituants ses ressources en énergie et en minéraux pour survivre à la famine.

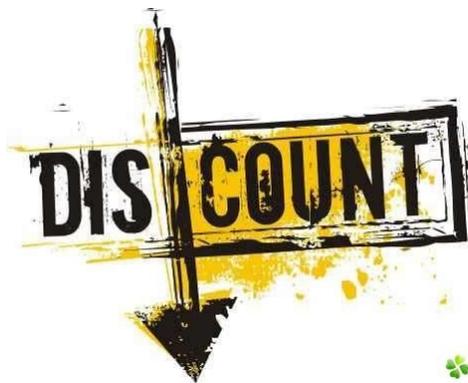


La révolution alimentaire récente, donnant à notre société une accessibilité facile à la nourriture, a amené l'Homme à une surconsommation de ces produits (souvent bon marchés !), causant des problèmes importants de santé publique (obésité, diabète, troubles cardiovasculaires...). Notons que l'industrie agro-alimentaire a bien compris cette attraction instinctive et nous propose nombre de sodas et bonbons hyper-sucrés, de matières grasses sous forme de fritures, et ajoute quantités de sels dans les plats préparés. Saviez-vous que du sucre est parfois ajouté dans des préparations à base de viande, dans du jambon ? Les produits industriels sont-ils meilleurs au goût que les aliments simples, sans sucres, sel ou gras ajoutés ? Le goût, un critère « qui tue » ?

Le prix ?

Le moins cher ! Le consommateur souhaite manger « bon, mais pas trop cher ». Pourtant, le budget alimentaire des ménages consacré à l'alimentation est passé de 36 % en 1961 à 15 % en 2009. Le citoyen wallon accorde-t-il moins d'importance à sa nourriture ? Est-ce une conséquence du développement des loisirs, de la communication, des transports ? Une augmentation du coût de la vie dans d'autres domaines réduit-elle le budget alimentaire ?

Il est difficile de répondre à cette question. Une chose est certaine : que ce soit au niveau de l'alimentation ou dans d'autres domaines, le moins cher est recherché. Les slogans des chaînes de grande distribution mettent l'accent vers cette recherche du bas prix : « Le meilleur prix », « Tous unis contre la vie chère », « Les prix bas, le plaisir en plus », « Qualité supérieure – Prix bas », « La meilleure qualité au prix le plus bas », « Prix bas et de qualité, savourez la différence », « Chez ..., vous savez que vous achetez moins cher ».





Quelles solutions pour une meilleure cohérence entre idéal et pratique ?

Donner l'envie

Reconnecter l'Homme et son alimentation : l'importance de l'information et de la sensibilisation

« Qu'y a-t-il dans mon assiette ? » « Quel système alimentaire vais-je soutenir par mes achats ? » Trop peu de consommateurs se posent cette question.



Les impacts de l'alimentation sur la santé sont peu visibles. En effet, ce n'est pas parce que je vais manger une pomme issue de l'arboriculture conventionnelle demain que je vais me sentir mal quelques heures après. L'effet est plus pervers : il ne se fera pas ressentir chez tout le monde, pas directement, il ne sera pas facile à lier à l'alimentation (un cancer peut être provoqué par quantité d'autres choses...). Pour ce qui est de l'environnement, c'est un peu pareil. Le déclin des abeilles est silencieux, tout comme la pollution des eaux et de l'air. Et puis, le consommateur veut faire confiance aux règlements, aux systèmes de contrôle qui doivent garantir la sécurité alimentaire des aliments, le respect de l'environnement... Ici aussi, il délègue. Pourtant, l'impact de nos choix alimentaires est présent mais peu visible.

Il est important de reconnecter le consommateur à son alimentation, de l'inviter à visiter des fermes, de l'informer sur ce qu'il mange. Il est aussi important de le sensibiliser aux « faux » critères de qualité qui guident souvent ses choix.

Même les partisans d'une alimentation saine, biologique, locale peuvent encore se laisser prendre au piège du goût. Qui n'a jamais craqué sur un bon paquet de frites accompagné d'une canette de coca, au « fritkot » du coin ? C'est que ce gras, ce sucré, ce salé ne veulent pas nous lâcher ! On y a pris goût... Tout comme les fumeurs qui continuent à griller des cigarettes alors que « le tabac tue », le raisonnement rationnel n'est pas le meilleur levier pour faire changer un comportement social. Selon les neuroscientifiques, ce sont les émotions qui guident principalement nos choix, y compris nos comportements alimentaires. Les géants des multinationales l'ont bien compris et usent d'outils de communication orientés dans ce sens. Changer ses comportements alimentaires, c'est lutter contre ces pulsions, changer ses habitudes et « retrouver le goût » des aliments sains. Un palais bien éduqué reconnaîtra sans aucun doute une tomate biologique cultivée en pleine terre d'une tomate industrielle dont les racines ont baigné dans de l'eau !



Donner les moyens

Le prix

Après avoir convaincu le consommateur qu'il est important d'accorder un peu plus d'importance à son alimentation, il faut s'attaquer au budget alimentaire. Comment manger selon ses idéaux à un prix « raisonnable » ? Cette question est abordée dans le compte-rendu des rencontres citoyennes de décembre 2014 : « titre ».

L'accessibilité en quantité, en diversité et en pratique

L'alimentation idéale doit être disponible en quantité et en qualité. Pour cela, il faut « booster » la production biologique et locale, chercher à atteindre l'autonomie alimentaire de la Wallonie. Si le mode de production bio, autrefois considéré comme une fantaisie de quelques écologistes utopistes, devient une référence au niveau de l'agriculture wallonne et fait l'objet de mesures de soutien et d'accompagnement, il est nécessaire que le restant de la filière suive cette dynamique : ateliers de transformation certifiés bio, développement des différentes voies de commercialisation, diversification des produits... A l'heure actuelle, l'accessibilité de produits biologiques n'est pas évidente partout en Wallonie. Dans certaines régions, des déplacements de plusieurs dizaines de kilomètres sont nécessaires pour trouver un produit bio, et le regroupement de plusieurs types de produits en un même lieu de commercialisation n'est pas encore effectif. Chaque commune wallonne devrait avoir sa panoplie de produits bio et locaux, aussi diversifiée que possible. Ce thème fera l'objet de consultations citoyennes en automne 2015.

FERME DE STEE

VENTE DIRECTE DE PRODUITS
LAITIERS
FROMAGE YAOURT BEURRE LAIT GLACE ETC...

RUE DE STEE 61 5590 BRAIBANT TEL: 0498 43 95 44





Conclusions

Les citoyens wallons ont défini leur alimentation idéale : elle est principalement saine, écologique, solidaire, transparente et locale. Pour atteindre cette alimentation dans la réalité, différents obstacles doivent être résolus : l'information et la sensibilisation du consommateur et l'accessibilité financière, pratique, en quantité et en qualité des produits. Pour s'alimenter en cohérence avec ses idéaux, le consommateur aura un long chemin à parcourir afin de changer ses habitudes et sortir de sa dépendance envers les produits de l'industrie utilisant à l'excès le gras, le sucre et le sel, des « drogues » trompeuses qui jouent sur notre goût. La résolution de ces freins constitue un enjeu majeur, un défi pour l'agriculture wallonne.



Annexe : modalités du sondage effectué par Nature & Progrès auprès des citoyens consommateurs

« Quelle est votre alimentation idéale » est la question qui a été posée aux citoyens consommateurs wallons. La consultation a été réalisée lors de rencontres citoyennes sur le prix de l'alimentation et via un sondage réalisé par internet. Au total, 206 réponses ont été collectées.

Les rencontres citoyennes

Elles ont eu lieu du 5 octobre au 6 novembre 2014, en neuf endroits répartis sur la Wallonie (voir tableau et carte ci-dessous). Elles ont rassemblé 118 participants dont 94 ont donné leur avis sur la question.

Sondage via internet

Le sondage par internet a été mis en ligne le 15 octobre 2014. Il est toujours disponible. Les données utilisées dans ce compte-rendu ont été encodées par les participants jusqu'au 1er décembre 2014. Il y a eu 112 réponses dans cette période de temps.

Rencontre	Date	Lieu
1	05/10/2014	Arlon
2	09/10/2014	Mons
3	16/10/2014	Saint-Vith
4	20/10/2014	Philippeville
5	23/10/2014	Marche en Famenne
6	30/10/2014	Tournai
7	03/11/2014	Tintigny
8	04/11/2014	Louvain-La-Neuve
9	06/11/2014	Liège



Remerciements

Nous remercions les participants au sondage pour avoir alimenté la réflexion et nous avoir remis leur avis





Echangeons sur notre agriculture

...ce sont des rencontres autour de l'agriculture aux quatre coins
de la Wallonie et des débats -échanges via notre blog.

Suivez le projet et les débats sur

www.agriculture-natpro.be

... ou sur Facebook

www.facebook.com/agriculture.natpro

Contact :

Sylvie La Spina, animatrice

Rue de Dave 520, B-5100 Jambes

081/32.30.66 – 0487/34.60.78

sylvie.laspina@natpro.be

Avec le soutien de



Wallonie



Service public
de Wallonie