



L'AVIS EN VERT

L'écologie politique
au fil des saisons

Sommaire ///

Editorial ///

On vote le 13 juin...- Jean-Marie GILLET et Agnès NAMUROIS 3

Vie politique /// Idées, réflexions, ...

Manger sainement ? - Stéphan Laloux 4

Technologie, bouffe et politique ... - Frédéric Bodart 5

C'est cher, manger sain! - Catherine Ronse 6

Quand une tomate rencontre une autre tomate - Danielle Gallez 7

Faire son potager ... - Michel Installé 8

Billet d'humeur - Vincent Lethé 9

Haïkus d'humeur - Vincent Lethé 10

Prix orange

Le Bivouac de Perbais - Catherine Ronse 11

Recette de Tante Jacqueline /// Manger sain et bon marché

Les asperges à la vinaigrette - Jacqueline Foret 11



Editorial ///

On vote le 13 juin...

Nos échevins : Jean-Marie GILLET et Agnès NAMUROIS (candidate à la Chambre)



Comme vous le savez toutes et tous, nous irons voter le 13 juin. Ce n'est certes pas ECOLO qui l'aura voulu !

En effet, bien que dans l'opposition au niveau fédéral, les Verts du nord et du sud du pays ont toujours eu à cœur de permettre que le dialogue entre communautés puisse avoir lieu dans un cadre qui préserve l'avenir. Avec Groen, ECOLO a tout fait pour épargner au pays ce gâchis.

Pour les Verts, seul le dialogue nous permettra de sortir de l'impasse. Les écologistes restent demandeurs de cette ouverture et feront tout ce qu'ils peuvent pour mettre fin à la crise, préserver la cohésion du pays et répondre aux vrais enjeux : les difficultés vécues par les citoyens, les problèmes sociaux, économiques et environnementaux.

Vous constaterez que la majorité des articles de ce numéro de l'Avis en Vert est consacrée à l'alimentation. En ces temps d'élections, nous pensons que le choix de ce thème ralliera tous vos suffrages car sa portée concerne autant chacun et chacune d'entre nous que la SAUVEGARDE DE LA PLANETE !

Bonne lecture.



Vie politique /// Idées, réflexions, ...

Manger sainement ? - Stéphan Laloux

Après une quinzaine d'années dans un duplex à Louvain-la-Neuve où, sur notre terrasse, seule la menthe, indispensable à nos mojitos, était arrivée à se faire une place, l'envie était présente voire pressante de nous lancer dans un potager. C'est du travail, il est vrai, de transformer un bout de champ en un sol capable d'accueillir les petites graines que l'on espère voir croître sans labourer la terre, sans utiliser d'herbicide et sans se casser le dos. A présent, les graines sont semées. J'espère que, quand vous me lirez, nous pourrons déjà profiter de nos premières batavia ou blonde de Laeken.

Le nombre de maladies liées à une mauvaise alimentation est en constante augmentation (maladies cardiovasculaires, cancers, diabète de type 2 dit « diabète gras », obésité...) et, fait le plus inquiétant, ces maladies gagnent des enfants, parfois en très bas âge. Ainsi la surcharge pondérale, y compris infantile, constitue un réel problème de santé publique. L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) l'évoque comme une réelle épidémie mondiale et comme un défi sanitaire majeur.

Par ailleurs, il existe une fracture sociale dans les habitudes alimentaires. De nombreuses études montrent que les maladies cardiovasculaires et respiratoires, le diabète, les cancers et l'obésité touchent davantage les couches les plus défavorisées de la population. Ce phénomène peut être lié à l'environnement de vie mais aussi aux habitudes alimentaires et à la qualité des produits consommés : produits bon marché mais généralement plus gras, plus sucrés et aux qualités nutritionnelles médiocres (très caloriques, peu ou pas de fibres, de vitamines, de minéraux...).

Il est pourtant quelques règles simples pour manger et vivre sainement : limiter notre consommation d'aliments et de boissons riches en calories, lipides, sucre ou sel ; être plus actifs, emprunter l'escalier plutôt que l'ascenseur, aller chercher notre pain à pied ou à vélo, se promener dans nos petits chemins retrouvés et surtout favoriser les fruits et légumes de chez nous et de préférence bio.

Nous n'avons sans doute pas tous l'envie de nous lancer dans un potager mais il y a de plus en plus de magasins et de Groupes d'Achats en Commun (GAC) à Walhain et dans les environs où l'on peut trouver des fruits et légumes cultivés sans pesticides.

Pensons à demain, aujourd'hui !

Technologie, bouffe et politique ou Tante Jacqueline est l'avenir de l'humanité - Frédéric Bodart

Manger est à la fois une nécessité, un plaisir et un symptôme. On peut même dire que, d'un certain point de vue, cette dernière fonction est particulièrement significative d'une évolution un peu folle de la société : les consommateurs solvables mangent trop et souvent mal, les autres ne mangent pas assez et toujours très mal.

Le modèle de consommation n'est jamais que l'expression des déséquilibres sociaux.

On peut se poser la question : qui, en 2010, mange convenablement ? La réponse est très facile : ceux qui disposent à la fois du temps et des revenus suffisants et cela ne fait pas tant de monde que ça.

Le manque de temps (parce qu'on a trop de travail ou trop de pression au travail) fait renoncer au plaisir, celui de cultiver un tantinet quelques légumes, ne serait-ce que sur un ou deux mètres carrés de savoureuses laitues par exemple, et celui de cuisiner autre chose que des plats tout préparés à destination du micro-ondes. On bouffe (mal) parce qu'on est bouffé par le temps !

Le manque de revenus (parce qu'on n'a pas de travail, ou un travail qui soit correctement payé, ou parce qu'on vit dans un pays aux revenus confisqués par le capital) est un stress tellement ample qu'il fait renoncer aux mêmes plaisirs, pourtant économiquement plus intéressants : on a la tête ailleurs, on n'a pas la pèpêche pour y consacrer un espace intérieur. On mange mal parce qu'on est bouffé par une insécurité permanente, en quelque sorte...

Sans aucun doute hélas, les recettes de notre chère Tante Jacqueline sont l'apanage d'un petit nombre. Respect pour le patrimoine que tu nous livres, Tante Jacqueline : il est le seul avenir humainement souhaitable.

De toute façon, la malbouffe est extrêmement profitable à l'industrie agro-alimentaire (qui n'a pas besoin de gens en bonne santé) et pharmaceutique (qui aime les malades) : la technicité de leurs processus de production et de sa distribution est une source de bénéfices considérables, notamment par un transfert massif de la richesse issue des ressources naturelles et du travail vers une oligarchie financière. On pourrait appeler ce phénomène une technologie de la consommation, dont le seul but est une croissance maximisée de profits de plus en plus mal redistribués.

Bien manger est donc un enjeu éminemment humain et un objectif terriblement politique : ça implique de développer en amont des conditions de juste répartition des ressources naturelles, du temps libre et des revenus à une échelle planétaire.

Et la question qui se pose en aval est significative : ceux qui s'occupent du monde, un village selon certains, supporteront-ils la perspective que chacun y soit en bonne santé ?

C'est cher, manger sain! - Catherine Ronse

De plus en plus, on nous recommande de manger des aliments de bonne qualité afin de protéger notre santé. En même temps, la publicité pour l'alimentation se fait quasi toujours sur l'argument du «moins cher». Et on nous propose des aliments industriels contenant des additifs chimiques de toutes sortes pour assurer la conservation, « améliorer » le goût, sous un emballage souvent excessif, venant éventuellement de l'autre bout du monde, et j'en passe.

Et on nous dit que les produits cultivés sans pesticides sont trop chers et que l'alimentation à bas prix est une avancée démocratique.

C'est vrai que le prix de l'alimentation a augmenté. Mais ceci est en fait une illusion ! Comprenez-moi bien : c'est notre monnaie qui a dévalorisé au cours des années (dans une économie capitaliste comme la nôtre cela s'appelle la «dévalorisation des termes d'échange», dévalorisation qui est due à la spéculation financière). Mais dans les dépenses du ménage, la proportion consacrée à l'alimentation n'a fait que baisser et ne représente plus qu'un faible pourcentage : de 40 à 45% après la deuxième guerre mondiale, actuellement de 10 à 15 %.

Notre alimentation, de plus en plus industrielle, veut jouer sur les prix au consommateur. Mais dans cette démarche, on cache bien d'autres coûts, qu'on appelle «les externalités»: coûts liés à la pollution engendrée par les transports ; coûts environnementaux résultant de l'érosion des sols et de la perte de biodiversité liés à une agriculture non respectueuse des équilibres écologiques ; coûts de santé dus aux allergies et intolérances multiples, à l'augmentation de l'obésité dans les pays dits développés et famine dans les autres, etc. etc. Je vous en fais grâce, car la liste est longue !

Entre-temps, nous voyons disparaître nos exploitations agricoles car les prix sont revus à la baisse vu la concurrence mondiale ! Et dans les pays du Tiers Monde, les petites exploitations familiales disparaissent car leurs productions sont concurrencées par les exportations de nos pays ! Résultat : nous augmentons le chômage ici et les bidonvilles là-bas pour manger des aliments de moins en moins sains !

Il y a pourtant une alternative : repenser notre alimentation ! Nous en parlons dans d'autres articles de ce numéro. Essayons de manger des produits de saison, des produits n'ayant pas parcouru trop de kilomètres, des produits venant directement du producteur (moins d'intermédiaires, donc moins chers), des produits bio aussi...

Finalement, (re)prenons du temps pour préparer nos repas et pour manger ensemble.

Ne nous laissons pas déposséder de nos savoirs-faire par des multinationales, qui ne pensent pas à notre santé mais à leur bénéfice. Et vous verrez : manger «bien et sain» ne coûte pas trop cher !

Quand une tomate rencontre une autre tomate

Enregistrement réalisé par Danielle Gallez

Chuchotis entre deux tomates au marché de Wavre, un samedi matin.

- Tu as mauvaise mine, ce matin. Pas bien dormi dans ton cageot ? demande Savoureuse.
- Tais-toi, répond Pâlotte. J'ai fait un trip pas possible, je ne m'en remets pas.
- Raconte, ça fera passer le temps en attendant le client.
- Voilà. Ça fait 8 jours que je suis en route depuis qu'on m'a cueillie encore à moitié verte dans une serre d'Espagne, à Almeira. Tu sais, dans le Sud, là, il y a des milliers de serres. Mes consœurs et moi, on est arrosées de sulfate, de cuivre, de soufre et que sais-je encore. On pousse vaille que vaille, sous les yeux fatigués des travailleurs immigrés.
- Des travailleurs immigrés ? Pourquoi ? Pas assez d'Espagnols pour vous cultiver ?
- Ce sont des Africains (dont pas mal de Marocains), des Latins mais aussi des Roumains. Beaucoup sont sans-papiers. Ils ne sont pas exigeants pour le salaire. Ils logent souvent dans des cabanes en bois, sans aucun confort, et travaillent 8 à 10 heures par jour dans des conditions très dures, sans être déclarés. Peu d'Espagnols acceptent ce travail.
- Misère ! Quelle exploitation !
- On m'a cueillie quand je n'étais pas vraiment mûre. Ensuite, on m'a fait passer dans un lavoir automatique avec jets d'eau, détergent, brosses tournantes et séchoir à air chaud. J'en ai encore le tournis.
- Ca a servi à quoi de t'inonder comme ça ?
- A enlever les traces de cuivre et de soufre. Mais ce que les consommateurs ne savent pas, c'est que les produits les plus dangereux sont invisibles, ils restent sous ma peau. Savoureuse n'en croyait pas ses oreilles.
- C'est pas fini. On m'a mise deux journées en chambre froide à 10° puis on m'a chargée avec toutes mes consœurs dans un camion frigorifique. Brrr ! Il paraît que 900.000 tonnes de tomates comme moi quittent l'Espagne chaque année. Nous avons alors commencé notre périple jusqu'à Paris. 1800 km, plus de 2 jours. Là, des chauffeurs ukrainiens (trois fois « moins chers » que les autres) nous ont chargées vers d'autres destinations.

- Et comment es-tu arrivée sur ce marché ? Parce que quand même, les tomates d'Almeira, c'est pour les grandes surfaces, pas pour ici !
 - Tu te trompes, chère amie. Voilà ce qui m'est arrivé, comme à bien d'autres du même voyage. J'étais fatiguée, plus assez dure et paraît-il pas très bien calibrée. Les grandes surfaces n'aiment pas ça. Alors, on nous a revendus aux commerces de détail et aux marchés. Un comble : nous y sommes plus chères... Qui sait cela, soupira-t-elle ?

Pâlote commençait à bailler tant elle était fatiguée. Savoureuse la laissa s'endormir et se pencha sur le sort des tomates. Il n'y a pas qu'en Espagne que ça se passe mal pour elles. Dans d'autres pays d'Europe et même en Belgique, lui a-t-on dit, les tomates sont la plupart du temps produites hors terre, dans des installations ultra-perfectionnées, chauffées été comme hiver. Les plants sont installés à 50 cm au-dessus du sol et les racines plongent dans d'immenses gouttières alimentées en eau et en produits chimiques par un goutte-à-goutte contrôlé par ordinateur. Cela permet d'avoir des tomates bien calibrées toute l'année...

Tandis que Savoureuse médite, un restaurateur du coin passe devant l'étal et se met à discuter avec le commerçant. Moi, dit-il, je ne cuisine la tomate qu'en été, lorsqu'elle a poussé dans la terre, mûri au soleil, pas trop arrosée. Elle est alors savoureuse, pas trop juteuse, avec une légère acidité. Savoureuse se rengorge. Elle a eu bien de la chance d'être plantée en mai, pas bien loin d'ici, en pleine terre, soignée à la bouillie bordelaise et sans devoir, comme Pâlote, se farcir un voyage de plusieurs milliers de km et des manipulations à n'en plus finir...

Source d'inspiration : Pierre Daum, Et pour quelques tomates de plus, Le Monde diplomatique, mars 2010.

Faire son potager, c'est bon pour sa santé et pour la santé de la planète ! - Michel Installé

C'est un fait : le nombre de personnes qui investissent de leur temps dans un potager est en augmentation. Et c'est bien ainsi ! Tout d'abord, c'est bon pour sa santé : au moins, on sait ce qu'on mange (si bien sûr, on cultive bio) ; ensuite, il s'agit d'une activité en plein air et, pour peu qu'on soit prudent et qu'on ménage sa monture comme on le dit, c'est une activité qui fait travailler les muscles, les articulations, le cœur... bref, qui maintient la forme.

Ensuite, c'est bon pour la santé de la planète ! Pourquoi ? Utiliser des fertilisants naturels (compost) et des pesticides naturels (purin d'ortie, de consoude, de prêle,

etc), c'est préserver la bien nécessaire biodiversité de notre environnement (ah ! les abeilles, les hirondelles, les chauve-souris,...). De plus, comme une partie de l'alimentation est produite sur place, on diminue les kilomètres parcourus pour apporter – par camion et même par avion ! – les salades (de Pologne), les haricots (du Kenya !), les tomates (d'Espagne), etc. Et moins de kilomètres parcourus, cela veut dire moins de pollution et donc moins de problèmes liés au réchauffement climatique : c'est ce qu'on appelle « favoriser les circuits courts ».

Mais, me direz-vous, je n'ai pas le temps de faire un potager ! Vous avez peut-être raison mais c'est bien dommage. Bon, direz-vous aussi « je n'ai pas de terrain pour faire pousser mes potirons, ... ». Qu'à cela ne tienne, on assiste actuellement à l'émergence de personnes qui se mettent ensemble pour créer un « potager solidaire » soit sur une parcelle prêtée par votre commune, soit chez un habitant bien inspiré ! D'ailleurs, les potagers solidaires ou potagers partagés, c'est tellement tendance qu'un réseau des jardins solidaires vient d'être créé en Région wallonne (voir <http://rjsol.jimdo.com/>) et même à Bruxelles. Et puis, cela (re)crée des liens de proximité !

Oui, mais je n'ai jamais fait de potager et je ne sais pas comment m'y prendre ! Plusieurs solutions existent. Vous pouvez vous investir dans un projet de potager solidaire (et il y a un tel projet à Walhain). Vous pouvez participer à des formations pratiques organisées un peu partout : à Walhain, une formation de « guide composteur » (le compost est la base d'un potager) est en cours et un cercle horticole très actif au départ de Chaumont-Gistoux organise aussi de telles formations (010 22 70 31).

Et puis, y avez-vous songé ? Avant de disparaître, le pétrole va devenir de plus en plus cher et comme toute notre agriculture / élevage est basée sur le pétrole (fertilisants, machines,..), notre alimentation va coûter elle aussi de plus en plus cher. Alors, avant de vous laisser surprendre, commencez, si vous ne l'avez déjà fait, à produire une partie de vos légumes : c'est bon pour votre santé et pour votre PORTEFEUILLE aussi, je l'avais oublié !

Billet d'humeur - Gutta-percha par-ci, gutta percha par-là...

Vincent Lethé

C'est assez dire que je n'aime pas aller chez ma dentiste où j'adopte depuis pas mal d'années la position du merlan pris à l'hameçon.

L'autre jour, le traitement longue durée d'une racine m'a laissé le temps, entre deux années, de lui poser quelques questions sur les mystérieux produits qu'elle utilise.

Et notamment sur ces espèces d'aiguilles placées dans les conduits qui, quelques minutes auparavant, contenaient encore les nerfs de ma molaire. «C'est du gutta-percha, une sorte de latex naturel», me dit-elle. Une évidence de professionnelle !

Arrivé chez moi, je consulte internet qui m'explique que le gutta-percha (prononcer gutta-perka) est une gomme inerte et très adhésive issue des feuilles du pallaquium gutta et de l'isonandra gutta, deux arbres qui poussent principalement dans les forêts tropicales d'Asie du Sud-Est et d'Amérique latine.

Tiens, celles-là même qui, comme celles d'Afrique Centrale, sont quotidiennement coupées à blanc par les multinationales du bois au seul profit des planteurs de palmiers à huile ! Outre que ces forêts sont rasées en violant le droit des autochtones qui y vivent, leur disparition entraîne aussi celle d'une des biodiversités les plus foisonnantes du monde. La campagne choc de Greenpeace contre la barre chocolatée kit-kat de Nestlé est d'ailleurs particulièrement édifiante à ce sujet.

Et de la barre chocolatée à ma dentiste, il n'y a qu'un pas ! Nous sommes ainsi des millions à transporter du gutta-percha dans notre bouche. Et tout ça grâce aux trésors cachés des forêts tropicales ! Or tout le monde sait-il que ce qui reste de ces forêts contient encore de nombreuses médecines à découvrir dont pourraient bénéficier nos enfants et petits-enfants ?

Alors, au nom de ceux-ci, n'attendez pas la prochaine rage de dents pour les protéger...

Haïkus d'Humeur - Vincent Lethé

Sous les pommiers en fleurs, nos haïkus d'humeur

Pieds : 5 – 7 – 5 dont un doit avoir un lien avec la nature...

Terresensemencées,
Cuites ou peintes au Fil de l'Art,
Peuplades vivantes

Cendres et volcans,
Nos géraniums aux balcons,
L'été bienvenu

Elections furtives,
Les papillons sur les fleurs,
Nous restons ouverts



Prix orange ///

Le Bivouac de Perbais - Catherine Ronse

Toutes nos félicitations au «Bivouac de Perbais» organisé par l'Office du Tourisme dans le cadre du 70ème anniversaire de la bataille de Gembloux (mai 1940).

En plus de l'intérêt de la reconstitution historique «en chair et en os», avec des engins militaires et des personnes motivées à jouer leur rôle, cette manifestation nous a permis de fraterniser par-delà les frontières de pays (la France) et de langues (le néerlandais).

A une époque où les nationalismes refont surface et plus proche de nous, en période de tensions communautaires, ce dialogue convivial constitue une petite pierre précieuse dans l'édifice de notre pays et de l'Europe !



Recette de Tante Jacqueline ///

Manger sain et bon marché

Les asperges à la vinaigrette - Jacqueline Foret

Pour 2 personnes :

- 1 botte d'asperges blanches ou vertes, selon les goûts
 - 1 c. à soupe de vinaigre de cidre non pasteurisé
 - 3 c. à soupe d'huile d'olive de pression à froid
- sel, poivre.

Eplucher soigneusement les asperges avec un économe – casser les bouts durs. Pendant ce temps, mettre à bouillir de l'eau salée dans un large récipient. Quand l'eau bout, plonger les asperges ficelées en botte. Surveiller la cuisson avec la pointe d'un couteau (15 minutes environ).

Pendant ce temps, préparer la sauce vinaigrette en mélangeant le vinaigre et l'huile. Assaisonner suivant vos goûts.

Manger les asperges chaudes trempées dans cette sauce.

Garder le jus de cuisson des asperges pour faire un délicieux potage en y incorporant une sauce blanche épaisse délayée avec ce jus de cuisson. Rectifier l'assaisonnement.

Bon appétit !

Vos élus et représentants Ecolo Walhain

Des questions, des idées, des remarques? N'hésitez pas à nous contacter.



Agnès Namurois

Echevine
Logement, Accueil extra-scolaire,
Participation, Jumelages et
Coopération
010/65.83.97
agnes.namurois@walhain.net



Jean-Marie Gillet

Echevin
Energie, Mobilité, Informations
et Environnement
010/65.74.41
jean.marie.gillet@walhain.net



Marianne Sand

Conseillère au CPAS
010/65.07.83
marianne.sand@hotmail.com

Comité de rédaction: Jacques Coppin, Danielle Gallez, Michel Installé,
Vincent Lethé, Agnès Namurois, Catherine Ronse

Maquette et mise en page: Sandra Velarde Gonzalez

Editrice responsable: Marianne Sand, Rue Warichet, 6 - 1457 Nil-Saint-Vincent

Imprimeur: A.P.N. Entreprise de travail adapté a.s.b.l., rue du Commerce 15 - 1400 Nivelles