



Le Courrier du CEDER

N° 14 - juin 2009

DOSSIER COMMENT MIEUX SE NOURRIR ?

ACTUALITÉS..... p 2

FICHE TECHNIQUE : jardiner bio p 9

ÊTRE ÉCO-CITOYEN : consommer éco-responsable p 10

ACTIONS p 11

LE CEDER & VOUS p 12

ÉDITO

POURQUOI MIEUX MANGER ?

Se nourrir, se loger, se vêtir, se déplacer et transmettre, sont les préoccupations vitales de tout animal, Homo sapiens compris. Autant l'animal n'a pas changé de mode de vie depuis son apparition sur la Terre, autant l'Homme grâce à l'accumulation de son savoir a bouleversé son rapport aux fonctions vitales réussissant même à détruire son lieu de vie !

Comment en sommes-nous arrivés là :

- Au néolithique l'Homme est passé de la cueillette et de la chasse à l'agriculture et l'élevage, de nomade à sédentaire. Chaque bassin de civilisation a mis au point une alimentation équilibrée en glucides et protéines (céréale associée à une légumineuse). Pour la méditerranée ce sont les blés (petit épeautre, blé dur et tendre), les lentilles et pois chiches, en Asie les riz et soja, en Amérique les maïs et haricots.

- Au fil des découvertes techniques, l'Homme a délaissé brûlis et bâton à fouir pour la hache, la houe, l'araire, et la traction animale. Il a su produire plus que sa ration de survie pour, par excédent, nourrir d'autres hommes qui ont pu exécuter des tâches différentes de celles de l'agriculteur (potier, forgeron... artiste). C'est le début de l'industrie, encore au stade artisanal.

- Les échanges entre communautés villageoises se sont développés et le commerce est né. Finie l'autarcie, vivent les marchands, la monnaie... et... la banque !

Cette évolution s'est faite sur plusieurs millénaires, au XIX^e s, l'accélération est explosive avec l'industrie, née de cette formidable (?) découverte des énergies carbonées. L'agriculture a été prise dans le tourbillon de la motorisation et de la mécanisation. Après la guerre de 14-18 l'industrie chimique fournit les engrais, après celle de 39-45 les pesticides (les colorants nitrés, premiers herbicides, retombée des défoliants du Viêt-Nam). La productivité agricole augmente dégageant de la main d'œuvre pour l'industrie et le commerce. C'est l'exode rural. Voilà comment, de 100 % d'agriculteurs il n'y en a plus que 4 %. L'occident a atteint l'autosuffisance et la sécurité alimentaire mais la mainmise sur les terres du sud s'accélère : déforestation au Brésil (soja pour nos vaches et cochons), location de terres (1.3 millions d'hectares : 6 fois la surface du futur parc régional des Baronnies !) à Madagascar pour le compte de la Corée du sud. Des dérives les plus criantes : qualité des aliments et accaparement de la plus-value par l'industrie et le commerce.

Que représentent le blé dans le prix du kilo de pain, le lait dans celui du pot de yaourt ?

En occident un léger frémissement est apparu avec le développement de l'agriculture biologique et les circuits courts proposant un produit sain issu d'un environnement sain, récupérant la plus-value pour le maintien d'une agriculture paysanne de proximité.

Chaque fois que vous achetez un aliment, ne devenez pas adepte de la mal-bouffe et de la mondialisation ! Pensez global, mangez local ! CQFD

Marcel BOUDES - Agriculteur bio retraité



La foire éco-biologique Naturellement : une 18^e édition réussie

Dans le cadre de la sensibilisation du grand public aux énergies renouvelables, le CEDER est porteur depuis dix huit ans de la Foire éco-biologique Naturellement. Depuis ces trois dernières années la foire s'est vue repensée, elle a changé de date, de lieu et a été dotée d'une éthique propre qui lui a apporté une notoriété certaine, la plaçant à l'heure actuelle comme un événement important de la région.

Cette année, les 23 et 24 mai, la promenade de la digue a eu le plaisir d'accueillir quelques 9 000 visiteurs, venus découvrir l'événement, satisfaire leur curiosité auprès des exposants, trouver des informations techniques, ou simplement profiter de l'ambiance conviviale et chaleureuse. La chaleur, était au rendez-vous... C'est en effet sous des températures estivales que les 132 exposants présents ont proposé une vaste gamme de produits de différents domaines : alimentation et restauration biologiques, vêtements, artisanat, hygiène et bien-être, solidarité, éco-habitat et énergies renouvelables, loisirs, environnement, librairie. Un éventail éco-biologique où chacun pouvait trouver son bonheur.

C'est au sein d'un éco-village temporaire que les visiteurs ont pu déambuler, au rythme des animations pour petits et grands : contes, ateliers BD, jeux en bois, manège à pédales, mais aussi : fabrication de briques de terre

compressées, balade botanique, spectacle de rue. Pour les plus avertis, douze causeries étaient programmées, présentant de large sujets de discussion, allant de l'éco-habitat à la pollution lumineuse, en passant par le vin biologique.

Deux soirées ont ponctuées la manifestation : débat-citoyen et buffet biologique le vendredi 22 mai et soirée festive le samedi 23 mai avec au programme : spectacle d'improvisation sur le thème de l'eau cher au territoire et concert acoustico-festif, porté par un groupe de 6 musiciens dont la ferveur a envahi les spectateurs du Théâtre de verdure.

La foire éco-biologique a, une fois encore rassemblé à Nyons, élus, professionnels et grand public, preuve de l'engouement général pour les éco-événements.

Bérandère SERROI



Zébulles colorées



Causerie BRF sous la yourte

UNE SEMAINE AQUATIQUE À SUCCÈS

La semaine de l'eau organisée par le CEDER a été un succès ! Les rencontres autour de ce thème ont contribué à sensibiliser sur le risque réel du manque d'eau circonscrit aux régions. L'eau est rare, les déséquilibres entre demande et ressource en eau vont s'amplifier à cause de la croissance des besoins liés à l'augmentation des populations, au développement économique, aux diminutions possibles des ressources du fait des pollutions et, à plus long terme, des changements du climat.



Comment réparer les fuites à la maison ?

Ce fut une véritable occasion pour agir ensemble et concrètement en faveur de la ressource eau. Activités parsemées partout en Drôme provençale et haut Vaucluse.

Grâce à l'achat groupé du matériel hydro économe nous avons comptabilisé une économie d'environ 3 000 m³ d'eau pour 2009.

Malgré le temps pluvieux une quarantaine de personnes a assisté à Montélimar à la dégustation d'eau : défilé d'un festival de marques et de provenances présenté par le directeur du musée de l'eau de Pont-en-Royans.

Le film du réalisateur Udo Maurer "un monde sans eau" a servi à faire prendre conscience, à travers trois pays et trois histoires, des divers problèmes liés à l'eau. Depuis les inondations jusqu'au problème de l'assèchement de la mer d'Aral ou encore la bataille journalière pour la recherche d'eau potable, le film a servi de support aux échanges qui ont suivi les

projections. Débats qui ont été accompagnés par une spécialiste d'Hydraulique Sans Frontières maîtrisant les problèmes internationaux et un spécialiste du climat du CEDER. Les discussions ont enrichi notre réflexion sur la protection de l'eau au quotidien.

Les économies d'eau passent également par un comportement attentif au niveau de la plomberie de la maison, les ateliers de réparation des fuites programmées furent un bon moyen pour diminuer la facture du foyer.

Ces ateliers ont été proposés dans quatre villes : Montélimar, Vaison-la-Romaine, Bollène et Nyons. Leur fréquentation a permis de favoriser la manipulation concrète sur des appareils sanitaires.

Maria SARDAILLON

Pour cet événement, nous avons bénéficié d'un soutien financier de l'entreprise SAUR que nous remercions.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU CEDER : PROJETS EN PERSPECTIVE

Présentées lors de l'AG du 17 avril dernier, les orientations de l'année 2009 visent à consolider l'activité du CEDER et mieux ancrer son action sur son territoire en Drôme provençale et haut Vaucluse

> Poursuivre la sensibilisation, l'information et le conseil aux particuliers dans le domaine de l'efficacité énergétique, des énergies renouvelables et de l'eau

> Accompagner les écoles primaires volontaires dans la mise en œuvre de projets d'éducation à l'environnement avec le label Éco-École

> Développer la foire éco-biologique Naturellement

> Accroître la communication à travers d'un nouveau site Internet et l'amélioration du Courrier du CEDER

> Préparer la création, en 2010, d'un pôle maîtrise de l'énergie en haut Vaucluse en développant des partenariats avec le Conseil Général, les communautés de communes et les bailleurs sociaux

> Préfiguration d'un pôle éco-consommation pour développer en 2010 un service d'information aux particuliers

> Développement de partenariats et de projets de territoires avec :

- le Syndicat Mixte des Baronnies Provençales : co-présidence de la commission gestion des espaces / environnement, membre des groupes de travail éco-construction et énergie

- l'Énergie SDED (Syndicat d'Électricité de la Drôme) : conventionnement et actions conjointes

- le Pays Une Autre Provence : membre de la commission Qualité de vie et réalisation d'une 2^e campagne de communication sur la ressource eau

- le Réseau Régional Énergie et Précarité PACA et Réseau National des Acteurs de la Pauvreté et Précarité Énergétiques (RAPPEL) : adhésion et participation

- IERA InfoÉnergie Rhône-Alpes : membre de 4 groupes de travail régionaux (coordination, Info → Énergie, communication, éducation à l'environnement).

Jean-Marc SATINET



Alain JEUNE réélu Président pour 2009/2010



Stand CEDER



L'ALIMENTATION : ÉTAT DES LIEUX

Comme écrit dans l'éditorial, l'Homme s'est toujours employé à maîtriser son environnement, pour répondre à un besoin primaire vital qui est son alimentation. L'évolution des sociétés en est arrivé à créer des besoins de consommation bien supérieurs donnant ainsi une impression d'opulence et de suffisance. Mais nous savons qu'il n'en est rien : des gens meurent toujours de faim aujourd'hui au sud comme au nord (bien plus au Sud qu'au Nord).



L'organisation du commerce alimentaire mondial en est en partie responsable par ses pratiques de subventions (dumping) : le prix des produits de première nécessité est inférieur aux coûts de production, et, libéralisme oblige, laisse les paysans pauvres des pays émergents dans l'impossibilité de se développer et de sortir de la misère (voir Jacques Berthelot, *L'agriculture talon d'Achille de la mondialisation*, L'Harmattan, 2001). A l'autre extrémité du problème, les populations des pays développés gaspillent et se nourrissent mal : "plus de la moitié de la nourriture produite dans le monde est soit perdue, gaspillée, ou jetée à cause d'insuffisance dans la gestion de la chaîne alimentaire" révèle le directeur

du PNUE, Achim Steiner suite aux mesures des nations unies à Nairobi. De plus, "Si une gestion plus durable et intelligente de la production et de la consommation (de nourriture) n'est pas mise en place, les prix alimentaires pourraient encore augmenter de 30 à 50 % et être plus volatiles", préviennent les experts des Nations Unies (*Article Capacité énergétique alimentaire mondiale*, www.developpementdurable.com, 18/02/09).

Sont mises en cause les pratiques de production, de stockage, de distribution et bien sûr de consommation. D'après l'observatoire bruxellois, la part de nourriture jetée, sans être consommée, est évaluée à un quart des aliments produits à l'échelle mondiale. Les aliments entamés se composent à 33 %

de plats cuisinés, à 28 % de pain et à 22 % de fruits et légumes.

Ainsi, l'alimentation au Nord est devenue une surconsommation de plus en plus pratique, et de moins en moins implicite dans la relation agriculteur/consommateur.

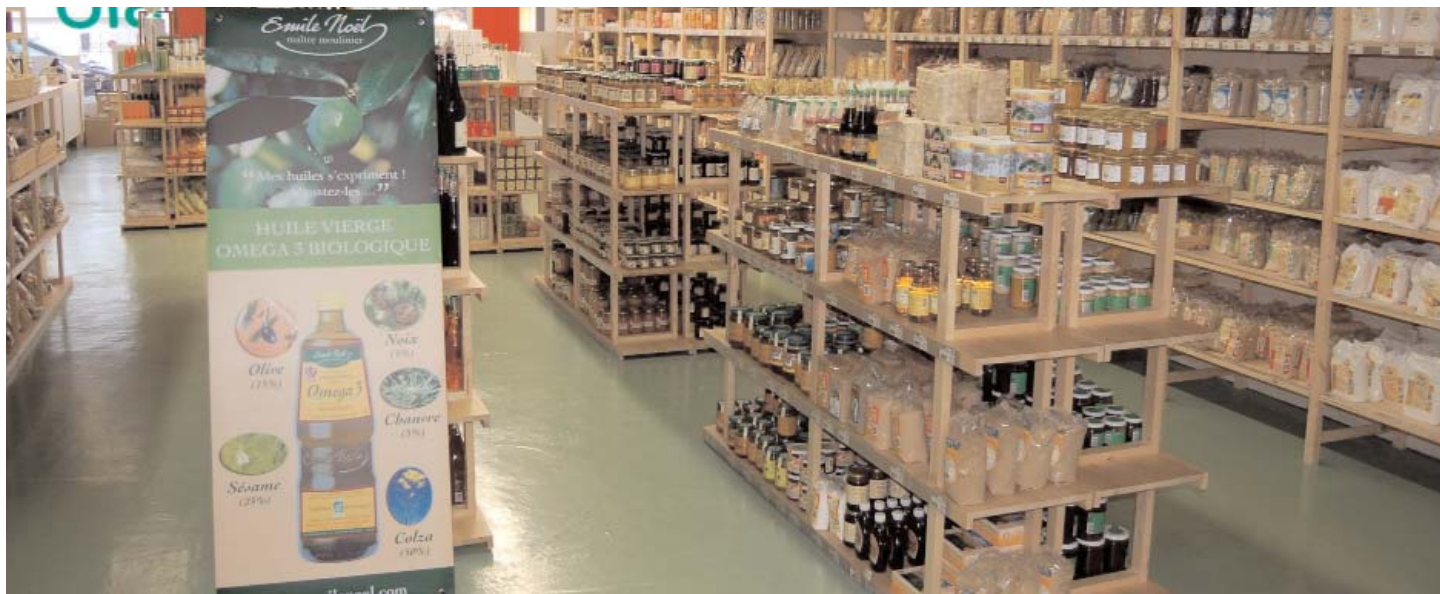
Des conséquences déjà visibles

De nombreuses études révèlent qu'une mauvaise habitude alimentaire va de pair avec les problèmes de santé. En effet, le nombre de maladies dégénératives (caries, maladies cardiovasculaires, cancers, Alzheimer, et autres...), a considérablement augmenté en un siècle (+ 63 % de cancers sur la période 1980-2000 d'après l'Inserm, Institut de veille sanitaire).

L'art culinaire perd de son prestige et les aliments, de plus en plus nocifs, perdent de leur saveur. L'esthétique et le pratique prennent le pas sur la valeur nutritive et le goût ! Depuis plus d'un siècle, les agro-industriels ont inventé une multitude de pratiques qui imposent à nos palais des aliments dénaturés contenant des produits tels que : colorants chimiques, aspartame, huiles extraites à chaud et hydrogénées...

Qui n'a pas observé le nombre

AGIR EN CONNAISSANCE DE CAUSE...



d'ingrédients commençant par un "E" dans nos repas ?
Pourquoi contiennent-ils autant de sucre ou de sel ?

Il est temps de réagir !

Nos choix, nos comportements et nos implications doivent être éco-responsables pour que l'agriculture et l'alimentation se soient aussi. Notre alimentation se doit de garder le sens du partage et du viable dans un monde où l'individualisme prône.

Notons qu'en Drôme provençale et haut Vaucluse, de nombreux acteurs travaillent pour nous offrir une alimentation qui répond aux enjeux de santé et d'environnement, en conjuguant les dimensions sociales et économiques de ce territoire.

L'alimentation biologique, dans sa globalité, répond aux enjeux sanitaires et environnementaux. Le label "Agriculture Biologique" est la seule démarche reconnue par l'État et par l'Union Européenne excluant l'usage de produits chimiques de synthèse et d'Organismes Génétiquement Modifiés (OGM). L'agriculture biologique propose une démarche qui peut s'appliquer aussi bien dans la production que dans la transformation et la distribution. Des structures telles que Corabio, Agribiodrôme... s'attèlent à coordonner et à promouvoir l'ensemble de la filière Bio en Drôme provençale, et le haut

Vaucluse s'y emploie également. La Drôme en 2006 était le premier département français en nombre de producteurs biologiques (plus de 520, source : *Chambre d'agriculture de la Drôme*).

La distribution de la production biologique est envisagée comme cohérente si elle s'applique à une utilisation minimale d'intermédiaires (transport, emballage ou conditionnement, grossistes...). Le "local" ou les "circuits courts" renforcent le lien entre producteur et consommateur. Il est ainsi plus facile de suivre l'évolution du produit consommé en permettant de réduire l'énergie nécessaire entre la production et la consommation. Cette transparence instaure une confiance et permet la survie des petites exploitations.

Des actions comme "Manger Bio en collectivité" mises en place par Agribiodrôme prouvent que le lien entre production biologique locale et sensibilisation à une alimentation saine et riche de goût est possible à grande échelle notamment dans les cantines scolaires. Notons que d'autres démarches agricoles respectueuses de la biosphère, du tissu économique et social existent, parmi elles : l'agriculture paysanne, la biodynamie... Sur ce schéma, de nouveaux modèles économiques, tel le commerce équitable, se développent : *"le Commerce équitable est un partenariat*

commercial, fondé sur le dialogue, la transparence et le respect, dont l'objectif est de parvenir à une plus grande équité dans le commerce mondial" (définition du FINE).

Mais attention, comme toute démarche bénéfique à long terme, des initiatives exclusivement lucratives font émerger des dérives aux accents de "plus naturel que naturel", "plus bio que bio", "plus équitable qu'équitable".

Il convient donc à chacun de s'informer, d'échanger, de partager sur son alimentation et sa traçabilité afin de créer une exigence de bon sens qui doit devenir une "normalité".

Il est grand temps, politiques et citoyens, de s'impliquer localement pour faire valoir nos valeurs et nos droits vitaux sur notre alimentation.

Jean-Pablo VEZOLI



DES PRIX AGRICOLES : DU CHAMP AU PANIER OU AU... CADDY

Dans le préambule de la loi d'orientation agricole de 1961 J. RUEFF a écrit : *"Il faut maintenir les prix agricoles bas de façon à augmenter la productivité agricole par la mécanisation et la motorisation et dégager de la main d'œuvre pour l'industrie"*. Ainsi était éliminée la politique des quotas : au-delà de 100 quintaux de blé le prix était dégressif ! C'était avant 1960. Aujourd'hui en dessous de 1 000 quintaux de blé l'agriculteur est un petit producteur de havane, non de céréales. Donc est née la politique des prix bas dont se gorgent la communication des grandes et moyennes surfaces. La part moyenne de l'alimentation a diminué dans le budget familial. C'est tellement ancré dans la tête de la ménagère de plus ou moins 50 ans qu'elle se préoccupe plus du prix de la baguette que de celui du litre de carburant. La politique agricole des années 60-90, devenue européenne, était basée sur le soutien des marchés sans limitation de quantité. Ces prix garantis ont permis de passer de la pénurie d'après guerre aux montagnes de lait et autres produits bradés sur le marché mondial. Dans les



années 90, suite aux accords de libre échange au niveau du GATT et l'Organisation Mondiale du Commerce, les prix mondiaux sont libres. La tendance est à la baisse. Pour maintenir le revenu des agriculteurs une aide directe au producteur est instaurée sans limitation de surface ou de tête de bétail. Les fruits et légumes, la viticulture sont exclus du système. Actuellement l'aide est attribuée à l'exploitant suivant ce qu'il a perçu en 2000, 2001 et 2002. Ainsi, sont nées les grandes exploitations céréalières et l'élevage industriel. Leur revenu et leur



équilibre budgétaire dépendent des aides publiques. Que penser de cette agriculture, citée en exemple, qui est déficitaire et en faillite quand les recettes et les aides ne permettent plus de couvrir les charges ! La crise laitière actuelle en est l'illustration parfaite ; suite au boom de 2007, suppression des quotas, surproduction plus crise mondiale, le secteur laitier est en faillite. Notons que seul le prix du lait à la production a baissé, celui des produits laitiers à l'autre bout de la chaîne n'ont pas bougés.

Marcel BOUDES

CIRCUITS COURTS : UN CONCEPT REMIS À JOUR ?



Depuis les années 70, la notion de circuit court "ré-acquiert" de l'intérêt pour de nombreux acteurs économiques. Synonyme de "Local", le circuit court n'est qu'un terme économique signifiant qu'il n'y a qu'un intermédiaire entre le producteur et le consommateur en lien direct. La notion géographique apparaît, car ce système de vente est réellement cohérent dans une optique d'économie locale : les circuits courts ont l'avantage de récupérer la valeur ajoutée concédée aux industries de la transformation et de la distribution, permettant de la redistribuer aux acteurs locaux et d'assurer le maintien d'emplois en milieu rural.

De plus, le renforcement du lien entre producteur et consommateur apporte de réelles responsabilités, en résulte la transparence des pratiques du producteur. Du côté du consommateur, il assure, dans son choix de consommation, son soutien aux formes d'agriculture alternatives qui vont dans le sens de ses valeurs (consomm'acteur).

La notion actuelle de circuit court s'inscrit dans le concept émergent de développement durable. Pourtant le circuit court existe depuis longtemps aux travers des ventes directes à la ferme ou de marchés de producteurs. D'autres types de circuits courts apparaissent aujourd'hui telles que les AMAP (Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne), ce qui prouve son caractère innovant. Mais, la conversion des producteurs vers ce système n'est pas de tout repos : obligation d'acquiescer de nouvelles compétences attachées au domaine de la vente, ce qui provoque de nouvelles charges de travail et de nouvelles organisations. Pour cela, des structures comme la CIVAM (Centres d'Initiatives pour Valoriser l'Agriculture et le Milieu rural) s'attellent à accompagner ces nouveaux entrepreneurs. Enfin ceux-ci choisissent parfois de mutualiser leurs travaux au travers de formes sociétaires.

Jean-Pablo VEZOLI



"Organismes Géniaux et Merveilleux, Organismes Génétiquement Monstrueux ou Outils Génétiques de Marketing ?", telles sont les interrogations posées par Christian VÉLOT⁽¹⁾ lors de ses conférences de vulgarisation sur les OGM et dans son livre "OGM tout s'explique".

Les OGM concernent de multiples domaines d'utilisation et d'application : recherche fondamentale et médecine, exclusivement confinés en laboratoires ("Géniaux et Merveilleux ?"), industrie et agroalimentaire ("Monstrueux et de Marketing ?").

Seules quelques grandes sociétés semencières (Monsanto, Bayer, Syngenta...) se partagent le marché agricole OGM mondial, et notamment dans les 4 plantes les plus cultivées au monde : maïs, soja, colza et coton. Les enjeux financiers sont énormes pour ces sociétés, et la mainmise sur le contrôle de l'alimentation mondiale l'est tout autant.

De nombreuses études tendent à démontrer que les cultures OGM ne semblent pas tenir leurs promesses mirifiques :

- Études indépendantes soulevant de grandes interrogations quant à leur innocuité sur la santé humaine.
- Peu ou pas de gains de production (une diminution dans certains cas par rapport aux semences ancestrales).
- Augmentation considérable de l'utilisation d'herbicides qui entraîne des pollutions dramatiques.
- Stérilisation des sols, donc un usage grandissant de fertilisants.
- Dépendance accrue des agriculteurs vis à vis des sociétés semencières.

Les Français (environ 80 %) sont opposés aux OGM dans leur assiette, une majorité de Régions et de Départements ont pris des moratoires dans ce sens, et des Maires des arrêtés les interdisant sur leurs territoires (plus de trente en Vaucluse).

Il est évident que le CEDER ne cautionne pas ce type d'agriculture et d'alimentation, et œuvrera, autant que faire se peut, pour le développement et la promotion d'une agriculture biologique.

Charles GUEYTE Vice-Président du CEDER

(1) Dr et Chercheur en biologie moléculaire, Maître de conférences en Génétique Moléculaire (Paris-Sud), membre intervenant au Grenelle de l'environnement dans le dossier OGM.

AGRICULTURE BIOLOGIQUE / RAISONNÉE

L'AB applique un cahier des charges homologué par l'Europe. La règle de base est de ne pas utiliser de produits de synthèse. Pour se réclamer du label AB tout opérateur (producteur, transformateur, distributeur) doit faire certifier, à ses frais, que son produit suit les règles de la production biologique. Ce contrôle est annuel sur rendez-vous, doublé d'un contrôle inopiné tous les 2 ans*.

L'agriculteur raisonné s'engage à respecter la loi quant à l'emploi d'intrants (dose de pesticide autorisée pour la culture, dernier traitement avant récolte... enfin tout ce qui est sur la notice d'emploi !). En outre il applique la législation du travail quand salarié(s) il y a : horaires, salaires, conformité du matériel... Normalement, tous les agriculteurs sont sensés respecter la loi !

En fait il n'y a que 2 types d'agricultures : la conventionnelle et la bio certifiée ou non. D'ailleurs la FAO ne s'y est pas trompée : dans son rapport publié en 2007 elle souligne que les deux agricultures peuvent nourrir le monde mais que l'agriculture conventionnelle a de graves conséquences pour l'environnement (érosion, pollution des sols, de l'eau, accélération de l'exode rural. Tout est bio, tout est beau ! Que nenni ! Quelque soit le mode de production le petit agriculteur est confronté au marché et à sa règle d'or : le profit

Marcel BOUDES

* Le coût de la certification est d'environ 500 € (certification prise en charge pour la moitié par la Région Rhône-Alpes) + un crédit d'impôt de 2 400 à 4 000 €



Contacts et bibliographie

- www.mescoursespourlaplanete.com/Labels/
- www.developpementdurable.com/politique/2009/02/A961/capacite-energetique-alimentaire-mondiale-les-mesures-de-lunep-a-nairobi.html
- www.agrireseau.qc.ca/grandsgebiers/documents/

- [Longie%20vie%20circuits%20courts%201.pdf](#)
- La méthode Kousmine, Association médicale Kousmine, édition Jouvance, 1989
- Additif Alimentaire Danger de Corinne Guget, Éditions Chariot d'Or
- L'agriculture talon d'Achille de la mondialisation, Jacques Berthelot, Éditions L'Harmattan, 2001

UNE TRUITE BIO ÉLEVÉE À L'EAU CLAIRE MAIS SANS LABEL

Thierry Paolazzi élève des truites depuis une quinzaine d'années dans sa pisciculture L'eau Claire à Saint Ferréol Trente Pas, "un élevage dans le respect de l'animal".

Bien plus qu'une mode, le "bio" est pour lui un art de vivre au quotidien qui conjugue plaisir et qualité.

Que représente le bio dans votre vie personnelle et professionnelle ?

Manger bio, pour moi c'est naturel : je suis tombé dedans quand j'étais petit. Mes parents avaient un potager "bio", même si à l'époque le terme "bio" n'existait pas. C'était comme ça qu'on cultivait, tout simplement, c'était normal. Pas besoin d'un terme spécifique pour le définir.

Mais après la guerre, l'utilisation de traitements s'est généralisée. Des savoirs se sont perdus. Il y avait beaucoup de gens à nourrir, des profits en vue, et les usines d'armement ont été recyclées en usines d'engrais

“ Manger bio, pour moi c'est naturel : je suis tombé dedans quand j'étais petit. ”

chimiques, de phosphates, pour augmenter le rendement des cultures. Ces traitements intensifs ont eu pour



Alimentation de l'élevage avec de l'eau de source



Truite bio non labélisée

effet l'érosion des sols, la disparition de l'humus. Or le complexe argilo-humique joue un rôle essentiel en agriculture, c'est un véritable réservoir d'éléments nutritifs. Les sols ont ainsi été détruits, stérilisés. Et un sol détruit a besoin de cinquante ans pour se reconstituer.

Le bio, aujourd'hui, c'est une mode, mais il ne faut pas oublier que c'est bien plus que ça, c'est d'abord des apports nutritifs très intéressants. Pour juger de la qualité d'un produit, il y a un critère très simple, c'est la façon dont il se conserve. Un fruit qui pourrit rapidement, c'est déjà mauvais signe. Les fruits et légumes bios "vieillissent" bien, ils ont un taux de matière sèche plus élevée.

Et on peut se fier au goût : le bio, c'est bon ! Avant que la bio devienne un argument de vente, à une époque où elle était même un peu tabou, les grands chefs utilisaient des produits bios pour leur saveur, sans s'en vanter ! Un des principaux arguments des détracteurs du bio, c'est son prix. Mais pour être juste, quand on compare les prix, il faudrait considérer le coût global, en tenant compte des coûts induits, au niveau de la santé par exemple. On s'apercevrait alors qu'on est largement gagnants.

On trouve de plus en plus de produits "bio" dans les grandes surfaces. Pourquoi pas, si ça permet de les banaliser, d'habituer les gens à en voir

dans les rayons et à en consommer. Mais il faut rester vigilant sur tout ce qui provient de gros producteurs, les céréales par exemple. Quand il y a plus de demandes que d'offres, ça peut conduire à des dérives. J'achète très peu en supermarché. Ma base, c'est le potager. Et puis je troque. J'habite dans un hameau où il y a un producteur de fromages, de viande, de céréales, la cuisson du pain une fois par semaine. J'arrive à 80 % d'autonomie. Ça réduit aussi considérablement mes déchets. Je remplis en moyenne une petite poubelle d'emballages par mois et ce que je jette n'a finalement pas ou peu de rapport avec l'alimentation.

“ Le bio, aujourd'hui, c'est une mode, mais il ne faut pas oublier que c'est bien plus que ça. On peut se fier au goût : le bio, c'est bon ! ”

Si mes truites n'ont pas le label bio, c'est parce que la certification coûte cher, ça m'obligerait à augmenter mes prix. Mais mes clients ne s'y trompent pas. La pisciculture est alimentée par une source d'eau potable d'une qualité exceptionnelle (0 % de nitrate). Et je n'ai jamais utilisé d'antibiotiques, même si certains sont autorisés en bio !

Interview réalisée par Marie-Emmanuelle CHASSAING

JARDINER BIO : DU BON SENS AVANT TOUT

Dans le mieux manger il y a fondamentalement le "retour aux sources" et quand cela est possible, le "faire soi-même". Face aux additifs alimentaires contenus dans de nombreux aliments prêts à l'emploi, il reste à prendre des produits "de base" pour faire ses repas. Mais la démarche n'est pas forcément facile et sauter le pas du potager, qui plus est, bio, peut être parfois angoissant. Quelques conseils simples pour se lancer... Par Maria SARDAILLON



Paillage sur cultures

Du petit lopin de terre au grand potager, chacun peut, à son niveau cultiver ses quelques légumes pour sa propre consommation ou celle du quartier, quelques règles, et beaucoup de bon sens...

Le bio en connaissance de cause

Triste record : la France se situe au 1^{er} rang européen de l'utilisation des pesticides !

Dans la devise du jardinier bio il existe des règles simples : bannir l'emploi des pesticides et intrants, et avoir recours aux propriétés des purins ou des produits d'origine végétale. Attention certaines recettes ne sont pas homologuées voire légalement non autorisées...

Dans l'utilisation de ces produits il faudra garder à l'esprit que ces traitements sont des "médicaments" et que comme tout remède ils doivent être utilisés avec parcimonie.

Si toutefois vous êtes amené à utiliser un herbicide chimique, quelques conseils :

- Lisez avec attention la notice qui stipule les risques encourus, faites des choix en conséquence
- Utilisez des gants et respectez les doses prescrites
- Ne faites pas l'opération par grand vent, par temps de pluie, ou par forte chaleur
- Veillez à ce que les produits ne soient pas entraînés vers des points d'eau
- Ne consommez pas les fruits ou légumes récemment traités, lavez-les avant
- Ne jetez pas les emballages dans les ordures ménagères sans les avoir rincés soigneusement

Pour se mettre au jardin bio...

Jardiner bio signifie :

- Abandonner tout produit chimique : herbicide, pesticide, engrais.

Il existe cependant des produits "acceptés" en traitement des cultures biologiques et des remèdes naturels tels que les engrais verts, certaines décoction qui font de très bons résultats

- Ne cultiver que des plantes et des légumes adaptés au climat et à la région, privilégiant les espèces locales.

- Récupérer l'eau de pluie et arroser avec parcimonie : privilégier le micro-arrosage, les heures d'arrosage aux heures les plus fraîches

- Faire son compost : une manière de recycler ses déchets et d'assurer la fertilité du sol.

- Pailler, pour moins arroser et pour lutter contre les mauvaises herbes, utiliser le bois raméal fragmenté (BRF) pour permettre la création d'un microcosme souterrain

- Accueillir insectes auxiliaires et oiseaux : installer des haies diversifiées et laisser en prairie une partie de votre jardin

- Au potager, veiller à la rotation des cultures et travailler les associations de plantes amies

Pour plus de trucs et astuces, il existe de

très bonnes revues telles que les 4 saisons du jardin bio en kiosque ou disponible au CEDER

Alors, à vos grelinettes !

Informations pratiques : livres, sites et salons
Filippi, Olivier. "Pour un jardin sans arrosage" Ed. Actes Sud.

Thorez, Jean-Paul. "Le guide du jardinage biologique". Ed. Terre Vivante.

Lindner. "Jardinage familial biologique". Ed. Ulmer.

www.terrevivante.org / www.jardin-sec.com / www.fermedesaintemarth.com

www.salon-marjolaine.com / www.planete-durable.com / www.noeconservation.org



La récupération d'eau de pluie est un précieux atout du jardin bio



Le bois raméal fragmenté permet de minimiser les apports d'eau



L'ASTUCE DU COURRIER DU CEDER : Consommer éco-responsable

Après un tour d'horizon et avoir jeté un œil attentif au contenu de nos assiettes. Il paraît clair que nous devons consommer autrement. Le changement ne va pas sans interrogations notamment sur nos choix qui doivent prendre en compte l'énergie dépensée pour l'acheminement jusqu'à notre garde-manger. Voici quelques chiffres qui pourront éclairer des choix qui restent personnels et défendables pour chacun.

Réalisé par Perrine DYON

PRENDRE CONSCIENCE...

Pourquoi acheter local ?

Réponse courte et simple : à cause de l'effet de serre et du changement climatique. Nous savons que notre mode de vie engendre des émissions de gaz à effet de serre (GES) en quantité largement supérieure à ce que la planète peut recycler. Le changement climatique est bien là ! Nous pouvons tous à notre niveau agir pour réduire notre impact sur le climat : laisser sa voiture au garage, baisser le chauffage, utiliser des appareils économes en énergie, éteindre les veilles... mais aussi s'alimenter de façon durable !

Pourquoi l'alimentation contribue t'elle au réchauffement de la planète ?

L'alimentation est un poste important de GES, un repas en moyenne émet 3kg équivalent CO₂. Ces émissions proviennent de sa culture ou sa production, sa transformation, sa conservation, son emballage, son transport, sa mise en rayon, sa conservation dans le foyer, sa cuisson éventuelle... jusqu'à notre assiette.

A titre d'exemple, un yaourt à la fraise peut parcourir plus de 9 000 Km en prenant en compte le trajet parcouru de chacune des matières premières (fraises, lait, levure, sucre, pot, couvercle, étiquette...) et celui jusqu'au domicile du consommateur. (source Réseau Action

Climat France).

De même, la production d'un kilo de viande de veau rejette environ la même quantité de GES qu'un trajet automobile de 220 Km, l'agneau de lait 180 Km, le bœuf 70 Km, le porc 30 Km (source *élevage et transport jusqu'au lieu de vente - JM JANCOVICI*).

Comment agir ?

Pour ne pas alimenter le changement climatique nous devons changer nos comportements alimentaires et transmettre à nos enfants, petits enfants, des habitudes de vie. Interpellons les collectivités, écoles et entreprises pour avoir dans nos assiettes des aliments moins riches en énergie :

- Choisir des aliments produits localement vendus à proximité. Le transport entre

producteur, transformateur et lieu de vente au domicile est très polluant. Quid des produits mêmes "bio" venus de l'autre bout du monde ?

- Manger des fruits et légumes de saison et "non calibrés" qui sont moins consommateurs d'énergie, d'ailleurs souvent moins chers et meilleurs

- Éviter les emballages inutiles : 2/3 des emballages que nous utilisons sont des emballages alimentaires chers en énergie à la fabrication et au recyclage. Vivent les aliments en vrac et l'eau du robinet !

- Réduire la consommation de viande et produits surgelés très gourmands en énergie.

- Veiller à la consommation énergétique à la cuisine : choix d'appareils de classe A, dégivrage du congélateur, couvercle à la cuisson...





Dans le cadre de la 18^e édition de la foire éco-biologique Naturellement, le CEDER a affirmé sa volonté d'aller à la rencontre des territoires réalisant des actions concrètes, fortes et exemplaires, en faveur de l'environnement et du développement durable, par la création de l'Espace Territoires. Cet espace fixe plusieurs objectifs : permettre aux territoires ayant une action concrète envers l'environnement d'être représentés, mettre en relation les territoires de projet et le public pour l'informer et le sensibiliser.

Cette année, l'espace Territoire a ainsi accueilli : le syndicat mixte des baronnies provençales, présentant l'actualité sur la mise en place du parc naturel régional des baronnies provençales, l'école de Venterol, venue présenter le projet éco-école, ainsi que le syndicat mixte de la rivière Drôme, présentant le Schéma d'Aménagement et de Gestion des Eaux du bassin versant de la rivière Drôme et de ses affluents.

Il existe une multitude d'acteurs de l'environnement à une échelle locale et il est important que le public local soit le premier informé des actions menées sur son propre territoire. De nombreux territoires de projet ont ainsi souligné leur intérêt pour ce type de démarche, ce qui laisse confiant quand à la bonne évolution de l'Espace Territoires de la foire éco-biologique Naturellement, d'ici les années à venir.

Bérangère SERROI

LANCEMENT OFFICIEL DU GUIDE ÉCO-HABITAT

Après presque deux ans d'attente, le guide "construire et rénover sans se tromper" développé dans le cadre de notre partenariat avec la COPAVO a enfin vu le jour. Ce guide a pour but de permettre à tout porteur de projet de construction ou rénovation de trouver, concentrés dans un seul document de référence, l'ensemble des éléments à prendre en considération afin de faire des choix opportuns d'un point de vue énergétique ; tout cela en seulement 22 pages.

Ce document de vulgarisation permet d'aborder tour à tour l'ensemble des points importants liés à tout projet. Y sont développés aussi bien des éléments liés la conception du bâtiment et à son agencement intérieur (facteurs propres à chaque projet et déterminés par le futur habitant en fonction de son mode de vie) que des données permettant de faire un choix éclairé en ce qui concerne l'isolation et le chauffage. Personne n'a pas le même degré de sensibilité vis-à-vis de l'environnement et certains privilégierons l'efficacité énergétique à l'impact

environnemental des matériaux de construction / isolation ou des systèmes de chauffage.

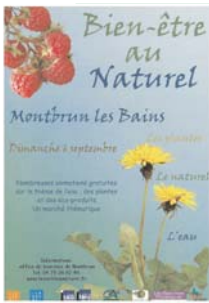
Le document balaye la réglementation applicable puis s'applique à faire le tour des incitations financières existantes. Sur ces points, l'ouvrage ne prétend pas à l'exhaustivité compte tenu des évolutions rapides en la matière. Enfin une présentation des organismes pouvant agir à un moment ou à un autre du projet est fournie en fin d'ouvrage. Quoiqu'il en soit, ce document ne cherche pas à répondre à toutes les questions mais il permet d'écarter rapidement des options et ouvre des pistes de réflexion que le CEDER pourra accompagner.

Cet ouvrage développé pour les administrés du territoire de la COPAVO est disponible sur demande. C'est pourquoi si vous avez un projet n'hésitez pas à nous en faire part, et si parmi vos amis, certains sont porteur de projets, n'oubliez pas de leur signaler l'existence de cet ouvrage.

Xavier DAVADANT



Visite d'un chantier à Puyméras pour le lancement du guide éco-habitat



ÉVÈNEMENT A RETENIR

**3^e journée du bien-être de Montbrun les Bains
dimanche 6 septembre à Montbrun les Bains (26)**

Cette 3^e édition de la journée "Bien-être au Naturel", est organisée par l'Office de Tourisme de la commune. L'eau, le bien-être et les plantes seront les thèmes phares de cette journée dont l'objectif est de mettre en valeur les richesses des Baronnies. Au programme : marché thématique, animations pour petits et grands, ateliers pratiques et conférences.
informations : www.montbrunlesbainsofficedutourisme.fr

PETITES ANNONCES ÉCOLOGIQUES

- > Recherche villa en campagne (mini 60 m²) avec jardin dans un périmètre de 20 km autour de Nyons. Contact Laëtitia PELLERÉY / CEDER au 04 75 26 95 79
- > Nous recherchons des lieux de visites pour le programme du CEDER, merci de nous contacter pour définir les modalités
- > Espace annonces relatives à l'environnement, l'écologie (matériel, habitat, services, coup de main, comité d'organisation...) est réservé aux adhérents.

Contact p.dyon@ceder-provence.org
Annonces validées par la rédaction qui refusera les offres non conformes à l'éthique de la publication

PROCHAINS RENDEZ-VOUS

Programmes disponibles au CEDER ou sur le site

- Campagne "Chaque goutte compte du 20 juillet au 30 septembre" : guide, visites, achat groupé de matériel hydroéconome...
- 3^e journée du bien-être au naturel le dimanche 6 septembre : Stand à Montbrun les Bains (26)
- Forum des association le dimanche 13 septembre Vaison la Romaine : stand et information

- Foire de Montfroc 3 et 4 octobre Montfroc : stand et visite bois-énergie
- Salon de l'habitat du 9 au 13 octobre Montélimar : stand et information
- Journées portes ouvertes du CLER 17 et 18 octobre Nyons : visite éco-habitat -
- Semaine de l'énergie et de l'environnement en novembre Camaret sur Aygues : conférences, visites, animations pédagogiques, expositions...
- Courrier du CEDER septembre 2009 sur l'éco-consommation. *Bienvenus aux volontaires qui souhaitent rejoindre le comité de rédaction*

INITIATIVES LOCALES

LA BIASSE PAYSANNE, POINT DE VENTE COLLECTIF À NYONS

La Biasse Paysanne a ouvert ses portes en mai 2006. C'est une association, loi 1901, regroupant 14 producteurs. Cela aurait pu être une coop, une SARL... L'équipe a été constituée afin d'offrir une gamme de produits locaux. Principales règles : - Inscription à la Mutualité Sociale Agricole / - Certification AB (13 sur 14) ou s'en rapprochant / - Non concurrence : un producteur / - Un produit / - Prix pratiqué le même que celui dans d'autres points de vente / - Répartition égalitaire des permanences quelque soit le chiffre d'affaires / - Prélèvement de 10 % pour assurer le fonctionnement du point de vente / - Réunion mensuelle obligatoire Mais quelques soient les statuts, le règlement intérieur, la règle la plus importante est la VOLONTÉ DE TRAVAILLER ENSEMBLE

Contact et horaires : 04 75 27 81 12

BIENVENUE

- Jean-Pablo VEZOLI en stage pour l'éco-consommation jusqu'au 31 juillet
- Romain FAVIER en CDD pour renforcer l'accueil, la communication, les événements, l'éco-consommation en remplacement d'Émilie GARREAU en congé maternité jusqu'au 2 octobre

CHERCHONS BÉNÉVOLES EN SOUTIEN DES ACTIVITÉS DU CEDER

- Événements - stand, affichage, accueil lors des événements, création de modules de stand, mailings
- Accueil - standard téléphonique et accueil des visiteurs
- Documentation - revue de presse, saisie des magazines arrivés...
- Communication - Comité de rédaction pour le Courrier du CEDER...
Merci

Permanences Haut Vaucluse

lundi 14 h / 17 h à la COPAVO

Av. G. Péri - VAISON LA ROMAINE
04 90 36 39 16

Judi 9 h / 12 h à la Maison du Département

1, rd-point de l'Arc de Triomphe - ORANGE
04 90 36 39 16

Permanences Drôme

Tous les jours sauf le mardi matin et le mercredi

toute la journée **9 h / 12 h - 14 h / 17 h**
CEDER 15, Av. P. Laurens - NYONS

Vendredi sur RDV 14 h / 17 h à la maison des services publics

1 av. St Martin - MONTÉLIMAR
04 75 26 22 53

www.ceder-provence.org
ceder@ceder-provence.org

LE COURRIER DU CEDER

édité et diffusé gratuitement par : Centre pour l'Environnement et le Développement des Énergies Renouvelables

Association Loi 1901

Directeur de publication : Alain Jeune

Directrice de rédaction : Perrine Dyon

Conception, mise en page : Perrine Dyon

Rédaction : E.GARREAU, L. PELLERÉY, X.

DAVADANT, F. GIRARD, M. SARDAILLON

Photographies : DR - CEDER, sauf mentions contraires

ISSN : 1951-1418 - Dépôt légal : à parution -

Imprimeur : CEDER - 15 av P. Laurens - 26110

NYONS - Parution : trimestrielle - Tirage : 299

exemplaires sur papier recyclé - Contact :

ceder@ceder-provence.org

RhôneAlpes Région

