



Il ne suffit pas de remplir l'estomac!

Une alimentation saine est nécessaire pour assurer l'avenir -
une introduction aux campagnes 56 à 58



Préface

« Il ne suffit pas de remplir l'estomac ! » : telle est la devise de la 56e, 57e et 58e campagnes de Pain pour le Monde. Une alimentation suffisante, saine et diversifiée est une promesse de Dieu, un vrai plaisir et une condition essentielle au développement de l'homme. Or plus de 800 millions de personnes dans le monde souffrent encore de la faim. Et si d'une certaine manière, un milliard de gens est rassasié, leur nourriture ne contient pas assez de substances nutritives et ne les protège donc pas de la malnutrition.

Les raisons en sont multiples : celui qui vit dans la pauvreté et dans des conditions précaires veut, avant tout, apaiser sa faim. La qualité de ce qu'il mange ne joue alors qu'un rôle secondaire. L'augmentation des rendements lors de la production de denrées alimentaires et non pas leur qualité est depuis les années 60 au centre des préoccupations. La production de masse d'aliments manufacturés contenant glucides et graisses mais peu de substances nutritives est en très nette augmentation et remplace souvent les produits d'origine locale, bien plus sains, à cause de la pression exercée sur les prix de ces derniers. Une alimentation saine passe par l'éducation, notamment dans les cas où les traditions alimentaires ont été détruites ou supplantées. Seul celui ou celle possédant des connaissances de base sur les produits alimentaires et leurs substances nutritives sait ce qui est bien ou pas pour son corps.

Les personnes souffrant de malnutrition sont moins performantes, physiquement et intellectuellement, et plus prédisposées aux maladies. Cela est particulièrement vrai pour les enfants : s'ils ne sont pas nourris convenablement pendant les premières années de leur vie, ils subissent des carences marquantes à long terme.

C'est la raison pour laquelle Pain pour le Monde aide des organisations partenaires dans de nombreux pays en Afrique, Asie et Amérique Latine à informer la population sur l'importance d'une alimentation variée, saine et abordable, sur les besoins nutritifs et la culture des plantes aptes à les combler, sur la préservation des ressources et l'utilisation d'engrais naturels. Un maximum de personnes doit apprendre à cultiver soi-même des denrées alimentaires saines. Ceci s'avère particulièrement vrai pour les femmes, car ce sont généralement elles qui s'occupent de l'alimentation !

Dans cette brochure, vous trouverez sur le sujet de nombreux faits, chiffres et suggestions issus des projets vous permettant de prendre, activement les mesures qui s'imposent. Notre volonté est d'emprunter avec les hommes et les femmes de partout de nouveaux chemins, axés sur une alimentation saine, en veillant à toujours respecter les ressources de notre merveilleuse planète afin, qu'à l'avenir aussi, il y en ait encore assez pour tout le monde.

MADAME LE PASTEUR CORNELIA FÜLLKRUG-WEITZEL
Présidente de Pain pour le Monde

Sommaire



4

4 **Repas en communauté** et alimentation dans la Bible

6



6 **Le monde entier** peut se nourrir sainement

8 **Une alimentation saine est possible** - nos partenaires montrent comment on peut le faire

8 **Brésil** : du champ directement à la cantine de l'école



9

9 **Rwanda** : Maintenant, la famille se nourrit de fruits et de légumes frais

10 **Indien** : Navdanya - la semence de la résistance



11

11 L'alimentation est **un droit de l'homme**

12 **Consommation de viande** : mesure plutôt que démesure

13



13 **Consommer du poisson** de façon consciencieuse

14 Que devons-nous faire ?

15 Mentions légales



Repas en communauté et alimentation dans la Bible

Une approche biblico-théologique du thème de la malnutrition est d'une importance fondamentale pour Pain pour le Monde, en sa qualité de service d'aide de l'Église protestante et des églises libres en Allemagne. Certes, la Bible n'est pas un livre de recettes tout prêt pour la cuisine d'aujourd'hui. Elle offre cependant des informations précieuses indiquant la direction à prendre dans la théologie sur l'alimentation, la santé et la justice, dont voici quelques aspects.

Texte DIETRICH WERNER, ECKHARD RÖHM, VERONIKA ULLMANN

La nourriture est un don pour tous venant d'un Créateur prévoyant

La nourriture et les rencontres conviviales autour d'un repas sont des thèmes centraux de la tradition biblique. Dès le premier livre de la Bible, il est dit que Dieu a accordé à tous, hommes et animaux, la nourriture qui leur convient (Genèse 1,29) : « Et Dieu dit : voici, je vous donne toute herbe qui porte sa semence sur la surface de la terre et tout arbre dont le fruit porte sa semence ; ce sera votre nourriture ».

Au coeur de la foi se retrouvent l'émerveillement et la gratitude pour la bonté de Dieu qui donne de la nourriture en abondance à tous les hommes (Psaumes 104, 10-14). Dans la Bible, bien au delà de l'apaisement de la faim, toute nourriture, doit aussi contribuer à procurer à l'Homme de la joie et du bonheur (Psaumes 104,15 ; Joël 2,21-24).

Une nourriture variée: signe de la bienveillance du Créateur

L'Ancien Testament ne tarit pas d'éloges sur Dieu qui a conduit son peuple dans un vaste pays d'abondance dans lequel se trouve une nourriture riche, diversifiée et en quantité plus que suffisante : « Blé, orge, vignes, figuiers et grenadiers » (Deutéronome 8,7-10). En outre, les légumineuses comme les pois, les fèves, les lentilles constituaient, à cette époque à cause de leur taux élevé en protéines, des aliments indispensables (Ezéchiel 4,9).

En revanche, la consommation de viande, à cette époque-là, était une grande exception. D'après Genèse 9,3, Dieu avait en principe autorisé l'homme à en consommer. Mais cette concession est associée à la violence dont on relate l'entrée dans le monde après le péché et le fratricide. Elle fait comprendre que la consommation de viande est impossible sans acte de violence envers



la créature. En outre, la plus grande partie des pauvres n'avait pas les moyens de consommer de la viande ; et s'il arrivait qu'ils en consomment, ils n'avaient pas le droit de manger toutes les bêtes, seulement certaines (Deutéronome 14,4 ff) lors de la célébration des fêtes religieuses.

Il est intéressant de noter que des aspects liés à la santé et à la consommation de viande sont déjà évoqués dans un récit que l'on trouve dans le livre de Daniel (chapitre 1,8-17). Il fait une nette différence entre le style de vie et l'alimentation des fortunés à la cour du roi de Babylone, alimentation décrites comme riche en viande, avec une consommation d'alcool excessive, et la nourriture de tradition juive, beaucoup plus frugale, à base de fruits et de légumes, mais de bien meilleure qualité. Il est dit que les jeunes gens qui s'étaient nourris principalement de fruits et de légumes « avaient au bout de dix jours meilleure mine que ceux qui avaient mangé les mets du roi ».

Règles alimentaires : signe du respect de la vie et du Créateur

Déjà à la cour du roi dans Israël antique, les habitudes alimentaires de quelques riches contrastaient fortement avec le style de vie de la majorité des gens, plus simple et pauvre en viande (1 Rois 5,3 : dix bœufs gras et vingt bœufs de pâturage...) et étaient critiquées pour cela par les prophètes : « C'en sera fini des banquets des fêtards » (cf. Amos 6,4-7). Ce que l'on mange n'est pas sans importance pour la relation avec Dieu et le prochain. L'alimentation de l'homme a l'absolu devoir de réduire la violence envers la création et l'injustice par rapport au prochain.

L'alimentation demeure un domaine dans lequel l'Homme se reconnaît comme partie de la création de Dieu, respectueux de sa volonté, des Dix Commandements (Exode 20,3-4) et de la nécessité de pratiquer la sainteté dans la vie quotidienne (Lévitique 19,2).

L'orientation fondamentale d'une spiritualité chrétienne liée à la nourriture est particulièrement observable par la demande de pain quotidien (Matthieu 6,11) – lors du sermon sur la montagne – faite simultanément avec les prières relatives à l'accomplissement de la volonté de Dieu sur terre, au pardon des péchés et à la libération de la tentation.

Repas et convivialité

Le pain et le jus de raisin sont les aliments très courants à cette époque. Ils sont le symbole de la communion, tant des hommes entre eux qu'entre Dieu et l'Homme. La fraction du pain et le partage de la nourriture sont les éléments essentiels de beaucoup de traditions bibliques liées à l'hospitalité et à la communion fraternelle autour de la table que l'on retrouve dans l'Ancien comme dans le Nouveau Testament (Genèse 18,1-8 ; Exode 2,20 ; Luc 24,35). La demande de pain quotidien et le partage du pain sont des actes fondamentaux de l'Eglise : « Ils rompaient le pain dans les maisons, et prenaient leurs repas dans la joie, avec simplicité de cœur. Ils louaient Dieu, et le peuple tout entier leur était favorable » (Actes 2,46 ; et 2,42 ; 27,35).

Qualité de la nourriture et repas en commun : signe du Royaume de Dieu

La Bible souligne le caractère précieux de la nourriture résultant de la sainteté du Dieu créateur : la Bible proclame que Dieu est le créateur de toute nourriture, et cette vérité nous donne la liberté de manger avec plaisir, mais en en faisant un usage responsable (1 Corinthiens 10,31 : « Ainsi, que vous mangiez, que vous buviez, bref, quoi que ce soit que vous fassiez, faites tout pour la gloire de Dieu »). Il s'agit de cette tradition, de cette vision du festin pour tous dans la parabole des invités dans Luc 14,15-24 où l'invitation au banquet s'adresse à tous les hommes. Du pain pour le monde signifie ici : inviter et rassasier les « pauvres, les estropiés, les paralysés et les aveugles » sur les chemins et le long des haies : « fais en sorte que les gens viennent, pour que ma maison soit pleine » (Luc 14,23).

C'est la vision qui accompagne le travail de Pain pour le Monde – Service protestant de développement. En tant que chrétiens, nous croyons ceci : le juste partage des riches dons de la création et leur accessibilité à tous permet de rassasier les gens au sens complet du terme : avec toutes les valeurs nutritives et dans le cadre d'une justice globale.

Le monde entier peut se nourrir sainement

Près de 840 millions de gens ont faim dans le monde. Un milliard d'hommes, de femmes et d'enfants souffre de malnutrition. Ils consomment assez de calories pour ne pas aller au lit affamés. Mais cela est loin d'être suffisant pour une vie saine, active et digne. Il leur manque des micronutriments vitaux comme les vitamines, l'iode, le fer, les protéines ou le zinc. Même les personnes qui ont un excédent de poids peuvent être touchées par la malnutrition lorsqu'elles consomment trop de calories « vides » sous forme de farine blanche, de gras saturés et de sucres. Leur nombre est en augmentation dans toutes les régions du monde. Près de 1,4 milliard est en surpoids, 500 millions d'entre eux sont obèses.

Ainsi, presque la moitié des 7 milliards de gens dans le monde entier souffre de la faim et de malnutrition. L'origine de ce problème est humaine. Dans le passé, la politique et l'économie ont trop fortement concentré leurs efforts sur l'augmentation de la production de denrées alimentaires.

La Révolution Verte dans les années 60 a misé sur les solutions technologiques, les monocultures, les engrais chimiques et la protection des plantes. Les denrées alimentaires de base comme le riz, le maïs, le blé ou les pommes de terre ont été cultivées de telle façon que leur teneur en amidon est élevée, mais qu'elles ne contiennent presque plus d'oligoéléments.

La monotonie au lieu de la diversité dans l'assiette

Actuellement, l'agriculture va dans le même sens. Elle est avant tout conçue pour produire en grande quantité. La diversité dans les champs et les assiettes s'en trouve réduite et notre alimentation se transforme en bouillie uniforme. Dans le monde entier, les gens se nourrissent surtout d'hydrates de carbone, de graisses et de sucre à la place de plantes diverses et nutritives. Pizzas, fritures et limonades sucrées ont conquis le monde entier - surtout les villes.

L'humanité paie un prix très élevé pour l'industrialisation des systèmes agricoles et alimentaires. Le coût économique, social et écologique en est immense : la population tombe malade, est moins performante, et cela pèse lourd sur les systèmes de santé. La biodiversité diminue, les sols sont lessivés, les gaz à effet de serre détruisent l'environnement, le climat change. Les dépossessions de terres prennent des proportions gigantesques. L'industrie de la viande est en pleine expansion et nécessite des surfaces de plus en plus grandes pour

la culture de plantes fourragères. Nos mers sont victimes de surpêche.

La nourriture, produite de cette façon-là, n'arrive pas là où elle est nécessaire. Bien trop élevées sont les pertes de récolte, bien trop éloignés les chemins, bien trop chers les prix pour les pauvres.

Dans les pays riches comme en Allemagne, une grande quantité de nourriture finit directement à la poubelle. Les subventions frauduleuses jouent un rôle important dans ce contexte, mais aussi les structures commerciales injustes, les activités de lobbying des groupes multinationaux et le pouvoir de la publicité.

Renforcer les structures rurales

Le développement rural est la clé de la lutte contre la faim et la malnutrition. 70 à 80 % des personnes souffrant de la faim vivent en milieu rural. Les familles de petits cultivateurs et pêcheurs pourraient se nourrir elles-mêmes suffisamment si elles avaient les connaissances nécessaires, une infrastructure adéquate et des conditions de vente équitables. Elles pourraient même offrir des aliments régionaux sains aux populations urbaines. C'est la raison pour laquelle Pain pour le Monde exige le renforcement des structures rurales. Une agriculture écologique basée sur la protection des sols, la biodiversité, sur les semences locales, sur d'anciennes variétés de plantes et la cohésion sociale peuvent assurer durablement des aliments sains au monde entier.

Pain pour le Monde soutient de nombreux projets d'organisations partenaires dans les régions rurales. L'accent y est placé sur la promotion des femmes. Ce sont elles généralement qui prennent soin de la famille : elles assurent l'autosubsistance des petites exploitations agricoles, s'occupent de la maison et de la ferme, sont responsables de la santé et de l'hygiène et préparent les repas des enfants. Pourtant, les femmes sont fortement désavantagées dans la plupart des sociétés. Il est indispensable d'œuvrer pour plus d'égalité à leur égard si nous voulons parvenir à assurer une alimentation saine et suffisante pour tous.

Un monde sans faim et sans pénurie est possible. Cela implique toutefois une forte volonté politique de la part de tous les participants. Cela vaut aussi bien pour les pays riches que pour les pays pauvres, pour les groupes multinationaux que pour les consommateurs, pour les hommes que pour les femmes. Chacun d'entre nous peut faire quelque chose. Nous devons tous revoir notre manière de penser. Tous.



Femmes travaillant dans un champ de courges au Bangladesh. La courge, riche en vitamine est l'ingrédient de base de nombreux curry de légumes.

Les faits et chiffres sur la faim et la malnutrition

- 2,5 millions d'enfants meurent chaque année des suites de la malnutrition.
- 80 % des personnes vivant dans une extrême pauvreté et disposant de moins d' 1,25 USD par jour vivent dans des zones rurales. 50 % des personnes souffrant de la faim appartiennent à des familles de petits cultivateurs, 8 % sont des pêcheurs et des bergers, 22 % des travailleurs agricoles (hommes et femmes) ou des personnes sans terres et 20 % des pauvres vivant dans les villes.
- 70 % des personnes frappées par la famine sont des femmes et des filles.
- 2 milliards de personnes manquent d'au moins une substance nutritive indispensable pour mener une vie saine.
- 26 % des enfants âgés de moins de cinq ans souffrent d'un retard de croissance.
- 1,4 milliard de personnes est en surcharge pondérale, et 500 millions d'entre elles sont obèses.
- D'ici l'an 2050, le nombre des pauvres dans les villes va augmenter, mais plus de 50 % des pauvres continueront de vivre en milieu rural.

Pourquoi les 1000 premiers jours sont tellement importants

Le problème de la malnutrition commence déjà avant la naissance. Les 1.000 premiers jours sont décisifs pour les chances de survie de l'être humain. Si un enfant ne reçoit pas assez de calories et de substances nutritives depuis du début de la grossesse jusqu'à l'âge de deux ans, cela peut irréversiblement altérer son développement physique et intellectuel. Les conséquences peuvent en être des lésions à long terme comme la cécité, des troubles de l'apprentissage, l'anémie ou des maladies chroniques comme le diabète.

Avoir la chance de mener une vie saine

Pour lutter sérieusement contre la faim et la malnutrition, il est important de commencer avec l'alimentation des femmes enceintes et des mères. Si elles se nourrissent sainement, leurs enfants en profitent également : ils viennent au monde avec un poids normal et sont moins prédisposés aux maladies et aux retards de croissance. Si une mère allaite son enfant pendant au moins six mois, les chances de ce dernier de mener une vie saine, active et indépendante augmentent. En revanche, les mères souffrant de malnutrition transmettent leurs carences à la génération suivante, et renforcent les problèmes liés à la faim, la pénurie et la pauvreté.

Une alimentation saine est possible - nos partenaires montrent comment on peut le faire

Pain pour le Monde soutient beaucoup de projets sur la sécurité alimentaire partout dans le monde. L'approvisionnement de la population en denrées alimentaires saines, diversifiées, issues d'une production respectueuse de l'environnement et vendues à des prix abordables, occupe une place centrale dans notre travail. Parallèlement, les partenaires du projet œuvrent en faveur de l'égalité des sexes et exigent de leurs propres gouvernements la mise en pratique du droit à l'alimentation pour tous. Dans les pages suivantes, nous vous présentons quelques exemples choisis au Brésil, en Inde et au Rwanda.



Brésil : du champ directement à la cantine de l'école.



à gauche Denise Peter cultive ses champs dans le sud-ouest du Brésil selon des principes écologiques.

en haut Au Brésil, les repas dans les jardins d'enfants et les écoles sont gratuits - comme ici dans un jardin d'enfants près de Pelotas.

La serre de la famille Pokojewski est un vrai trésor. Des plants de tomates grimpent fièrement en direction du soleil, à côté de choux-fleurs, de touffes de persil et de haricots. Le soleil brille si fort dans le sud-ouest du Brésil que les producteurs écologiques doivent bien protéger leurs semences. « Seulement la moitié des rayons UV parvient à traverser la serre », explique Denise Peter Pokojewski, propriétaire d'une petite exploitation.

Avec son mari, Gerónimo Pokojewski, un descendant d'immigrés européens, elle cultive deux hectares de terres selon des principes écologiques. Contrairement aux plantations de tabac et de soja des environs, polluées par des pesticides, les petits exploitants organisés, hommes et femmes, misent sur les engrais organiques et la diversité des produits afin de préserver la fertilité des sols. La diversité des produits dans leurs champs et leur serre est impressionnante : 70 variétés

différentes poussent ici, à commencer par les betteraves rouges, les carottes, les fines herbes et la salade en passant par les oranges, les figues et les pêches jusqu'au raisin et bien plus encore.

Un nouveau regard sur l'alimentation

« Grâce à notre travail, les cultivateurs produisent non seulement mieux, mais en outre ils se nourrissent plus sainement », dit Daniele Schmidt Peter. La sœur de Denise travaille comme spécialiste chez CAPA et conseille elle-même les petites exploitations agricoles de son pays. « Grâce à notre programme, ils ont accès aux marchés. Leurs revenus ne sont pas très élevés, certes, mais ils sont assurés. Pour les écoles aussi, c'est une nouvelle ère qui commence, car tous ces enfants qui maintenant mangent plus sainement et sont bien informés, forment une nouvelle génération. Consommateurs, ils auront plus tard un nouveau regard sur l'alimentation. »

Rwanda : Maintenant, la famille se nourrit de fruits et de légumes frais

Au Rwanda, presque un enfant sur deux souffre de malnutrition. L'organisation CSC aide les familles pauvres de la région Muhanga à créer leurs propres jardins-potagers.

Texte MARTINA HAHN

Christine Mukakamali est fière de son luxuriant jardin potager. À côté de patates douces, d'épinards et d'oignons, des haricots et des poivrons grimpent vers le ciel. Les orangers sont pleins de fruits mûrs aux couleurs éclatantes. Dans le parterre d'herbes foisonnent des buissons touffus et odorants. Depuis que cette femme de 50 ans est membre d'une association d'entraide pour petits exploitants dans la banlieue de Muhanga, capitale du district, elle sait que ses sept enfants doivent se nourrir sainement pour avoir toutes les chances de mieux vivre. Les experts de CSC (Centre des Services aux Coopératives), organisation partenaire de Pain pour le Monde dans le sud-ouest du Rwanda, instruisent les cultivateurs régulièrement sur toutes les questions touchant à l'alimentation, la culture biologique, l'hygiène et la santé. Christine Mukakamali en fait partie depuis 2007. Elle ne regrette pas son choix.

Qualité au lieu de quantité

« Dans les cours de CSC, j'ai appris qu'une alimentation équilibrée est importante », dit Christine. Derrière sa maison, elle a créé un jardin ; elle enrichit le sol avec du compost et des engrais, protège les plantes contre les parasites et sait « qu'il ne faut pas cuire les épinards trop longtemps pour ne pas détruire les vitamines ». Il n'en a pas toujours été ainsi. Sylvain, son fils aîné, est aujourd'hui un jeune homme robuste, étudiant en électrotechnique. Bébé, il était souvent malade. Il souffrait tout le temps de malaria, de maladies parasitaires et de diarrhée parce qu'il ne recevait pas assez de substances nutritives. La famille laissait pourrir les oranges sur l'arbre même. Les anciens prétendaient sur un ton méprisant que les légumes et les fruits, c'est pour les douillettes. Aujourd'hui, Christine Mukakamali sait que ces préjugés sont absolument sans fondement et que l'isogi, un légume local, est non seulement riche en fer, mais aussi que, cuit de façon adéquate, il perd même son goût amer. « Avoir l'estomac rempli ne suffit pas », dit Innocent Simpunga, agronome et directeur du programme Sécurité alimentaire et agriculture durable chez CSC. « Les gens ont besoin de qualité au lieu de

quantité dans leurs champs et dans leur assiette, sinon ils restent faibles. » Mais pour la plupart des habitants du Rwanda, un vrai repas est composé de patates douces et de manioc, de racines et de tubercules contenant beaucoup d'amidon et peu de protéines. De nombreuses familles en mangent en grande quantité, ne serait-ce qu'une fois par jour. Les conséquences sont graves, dit Innocent Simpunga : « S'il n'y a pas assez de vitamines, de protéines, de fer, de zinc, d'iode et d'autres substances nutritives dans les aliments, les bébés restent petits et les adolescents n'ont aucune chance d'avenir parce qu'ils n'arrivent pas à se concentrer. » « La malnutrition », dit l'expert, « freine notre développement. »

L'avenir est ici

Grâce à CSC, les familles comme celle de Christine Mukakamali et de son époux Jean Bosco cultivent assez de fruits et de légumes pour couvrir leurs propres besoins en substances nutritives et produisent même des excédents qu'ils vendent au marché pour financer les frais scolaires des enfants et agrandir leur petite exploitation familiale. Christine et Jean Bosco ont acheté deux vaches. Depuis que les deux animaux vivent dans un hangar dans la cour, chacun reçoit un verre de lait au dîner.

Ce soir aussi. Il est presque 18 h, et il fait déjà nuit. Mais cela n'a aucune importance, car depuis peu de temps, la famille a l'électricité. Une simple ampoule à consommation d'énergie réduite projette de la lumière sur une table pleine de disques durs défectueux, de pièces de DVD et d'un haut-parleur. Sylvain, l'étudiant, y a installé son atelier et contribue aux revenus de la famille. Sans électricité, cela ne serait pas possible. « Quand je ne bricole pas avec les vieux ordinateurs, je vais travailler dans les champs », dit-il. Il ne cherche pas de travail en ville, à Kigali, la capitale, comme beaucoup d'autres, mais veut rester à Muhanga, y fonder une famille, montrer aux enfants comment on cultive le sol et construire l'avenir. Comme sa mère, qui transmet depuis longtemps son savoir à ses voisines et à ses parentes. « Je ne dois pas partir d'ici », dit Sylvain. « Je ne manque de rien. »



Inde: Navdanya - la semence de la résistance

La pièce ressemble à une vieille pharmacie : les rayons sont remplis de verres et de fûts de différentes tailles. « C'est la banque de semences de notre ferme de bio diversité », dit Vandana Shiva, docteur en physique, activiste écologique et lauréate du prix Nobel alternatif. « Ici sont stockées plus de 500 variétés de riz, 60 variétés de blé, et différentes variétés de haricots, de millet et de moutarde. » La semence est la base pour plus de 50.000 petites exploitations écologiques.

En Inde, les familles de petits paysans doivent se battre et connaissent d'extrêmes difficultés. Les géants de l'agroalimentaire, comme Monsanto, le groupe américain, s'imposent à travers tout le pays avec leurs semences génétiquement modifiées. De nombreux paysans se voient contraints d'acheter ces coûteuses semences, plus les engrais chimiques et les pesticides du groupe - et à cause de cela, s'endettent. Si les récoltes sont en deçà des attentes, ils ne peuvent plus rembourser leurs dettes. On pense que le surendettement de ces dernières années, a poussé plus 200.000 hommes et femmes à se suicider.

Les banques de semences assurent l'avenir

Pour stopper les groupes agricoles multinationaux, Vandana Shiva a fondé, en 1991, avec l'aide de Pain pour le Monde, l'organisation Navdanya, qui crée des banques de semences dans les villages, destinées à la conservation, multiplication et distribution des semences de céréales et de légumes. Des études sont faites sur

des variétés résistant au sel et au climat afin d'assurer l'existence des petits exploitants agricoles, hommes et femmes, à l'avenir. En outre, Navdanya renforce les droits des femmes. Ce sont elles qui supportent la majeure partie du poids de la petite exploitation agricole, et de ce fait, souffrent le plus de la destruction de l'environnement et des changements structurel. Depuis lors, Navdanya a créé plus de 55 banques de semences et convaincu plus de 50.000 familles de paysans de se convertir au mode de production biologique. De plus, l'organisation s'est opposée avec succès à la culture d'aubergines transgéniques.



en haut Dans un stage culinaire, cuisson du riz produit à partir de variétés traditionnelles.

en bas Dans la banque de semences, stockage au sec des semences de céréales et de légumes.

L'alimentation est un droit de l'homme

Si près de deux milliards de personnes souffrent de la faim et de malnutrition, alors la politique et l'économie ont échoué. Car le droit à la nourriture est un droit inaliénable de l'Homme. Chaque homme, chaque femme et chaque enfant a droit à une alimentation saine, diversifiée et à prix abordables. En fait, il ne s'agit pas seulement de la quantité d'aliments mais aussi de leur qualité.

C'est la raison pour laquelle Pain pour le Monde et ses organisations partenaires exigent que le droit à la nourriture soit une ligne directrice des diverses politiques gouvernementales. Dans les projets, les organisations partenaires s'engagent pour les personnes particulièrement frappées par la famine et la malnutrition. Cet engagement est étroitement lié à l'objectif visé d'égalité entre hommes et femmes, et de promotion des femmes qui demeurent un groupe de personnes défavorisées et vulnérables.

Renforcer les droits des femmes

Les femmes représentent la majeure partie de la population touchée par la famine (70 %) et souffrent particulièrement de malnutrition grave. Dans beaucoup de sociétés, elles n'ont pas le droit de posséder des terres ou d'aller à l'école. Elles sont considérées comme des emprunteurs non-solvables et se nourrissent même parfois de restes laissés par les hommes. Cependant, les femmes s'engagent très courageusement pour leurs droits.

Responsabiliser les États

Le droit à l'alimentation responsabilise les états qu'il invite à le respecter, à le protéger et à l'appliquer, et ceci au niveau de chaque pays tout comme au niveau international. Un état n'a pas le droit de miner les efforts de



Prendre confiance en soi

Lorsque les personnes participant aux projets apprennent leur droit à l'alimentation, ceci fait à souvent sur elles l'effet d'une révélation. Elles remarquent qu'elles ne dépendent pas seulement de la bonne volonté des autres mais peuvent, maintenant, affirmer : J'y ai droit - je ne suis pas seulement quémandeur ! Cette attitude est comme un déclic !

Dr. Sonja Weinreich, Direction Services et sécurité alimentaire à Pain pour le Monde



Les femmes profitent des projets - comme ici en Angola.

ses propres citoyens, doit les protéger contre les tiers - de la dépossession de terres par des groupes multinationaux par exemple - et leur assurer l'accès à une nourriture saine et à des prix abordables.

Dans ses projets et par ses activités de lobbying, Pain pour le Monde s'engage à promouvoir l'accès équitable à l'alimentation, et donc à la terre, aux zones de pêche, à l'eau, au savoir-faire et au capital, et exige le maintien des moyens de subsistance par des systèmes de sécurité sociale, en particulier pour les personnes ne disposant pas d'un revenu suffisant ou n'ayant pas accès aux terres.

Propositions d'Olivier de Schutter, ancien rapporteur spécial des Nations Unies sur le droit à l'alimentation :

- Les États doivent encourager l'allaitement des bébés au sein maternel et réduire la consommation de produits de substitution du lait.
- La commercialisation des denrées alimentaires riches en gras saturés, sel et sucres, doit faire l'objet de réglementations visant à augmenter la protection sanitaire.
- La vente de fruits et de légumes issus de la production régionale doit être stimulée.
- Des campagnes de formation sur le thème d'une alimentation saine doivent contribuer à des prises de décision responsables quant à l'achat et la consommation des aliments.
- Il faut promouvoir une alimentation saine dans les cantines scolaires, les garderies et autres institutions publiques et leur permettre de s'approvisionner en produits issus de l'agriculture durable et régionale.

Consommation de viande : mesure plutôt que démesure

La viande contient beaucoup de nutriments essentiels comme les protéines, les vitamines et aussi du zinc et du fer. Celui qui mange trop de viande surcharge le corps, l'environnement et les personnes directement touchées par la production et le commerce de diverses manières, en particulier les familles à petites exploitations et les employés travaillant dans les abattoirs.

La situation actuelle

La mondialisation de l'agriculture, la découplant de l'élevage a déstabilisé l'équilibre d'origine. Trois exemples illustrent l'ampleur des conséquences.



Les exportations de volailles détruisent les marchés africains

Des morceaux de poulets élevés en Allemagne et dédaignés par les consommateurs locaux (cous, ailes...) se retrouvent en Afrique à des prix dumpés et y détruisent les marchés nationaux. De 2011 à 2012, ces exportations de l'Allemagne vers l'Afrique ont plus que doublé. Les conséquences sont désastreuses, pas uniquement pour les familles de petits exploitants qui vivent de l'élevage de poulets, mais aussi pour tous les autres vivant de la filière : des producteurs de grains aux vendeurs des marchés. Ils perdent tous leur plus importante source de revenus.



Le lisier pollue les sols allemands

L'élevage intensif pratiqué en Allemagne produit plus de lisier que le cycle naturel des éléments fertilisants ne peut traiter. Trop d'engrais riches en azote se retrouvent dans les sols et la nappe phréatique. Ainsi, presque 60 % de la nappe phréatique en Basse-Saxe sont polluée par une trop grande quantité de nitrates. Et les fleuves transportent l'acide nitrique vers la mer où il favorise la croissance des algues.

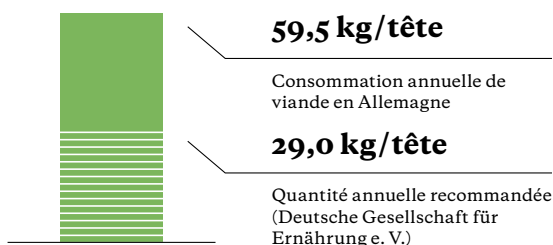


Impact en Amérique du Sud

En Allemagne, la production de fourrage ne suffit pas pour couvrir les besoins du pays. C'est la raison pour laquelle on retrouve dans les mangeoires de grandes quantités de soja du Brésil et d'Argentine locales.

Dans ces pays-là, la culture a des conséquences massives, tant pour l'environnement que pour la sécurité alimentaire : en effet, la culture du soja et les pâturages extensifs pour l'élevage bovin ont déjà détruit un cinquième des forêts tropicales de l'Amazonie. Non seulement la diversité des plantes et des espèces diminue, mais encore le déboisement mène à une augmentation des gaz à effet de serre. La destruction progressive des forêts vierges et des savanes entraîne souvent des conflits sur le partage des terres entre les grands exploitants de plantations et la population rurale indigène, qui est déplacée, perd ses moyens de subsistance et souffre alors de la faim.

La moitié suffit



Mieux - autrement - moins

Moins de viande et de charcuterie peuvent permettre un changement vers une plus grande durabilité. La viande et la charcuterie issues de l'élevage écologique sont alors produites sans importations de produits de fourrage.

Consommer du poisson de façon consciencieuse

La mer est le plus grand garde-manger du monde. Plus d'un milliard de personnes est tributaire du poisson comme source principale de protéines animales. De plus, le poisson contient de grandes quantités de gras insaturés, des vitamines et des substances nutritives vitales. Il sert de source de revenus à près de 54 millions de pêcheurs, et à trois fois plus de personnes dans le secteur de l'industrie de transformation, en particulier aux femmes.

La situation actuelle

La pêche industrielle ne tient pas compte de l'ensemble de l'écosystème marin à l'équilibre déjà perturbé. Trois exemples illustrent l'ampleur de ces perturbations.



Les navires-usines pillent les régions côtières de l'Afrique

La flotte de pêche européenne a fortement décimé ses populations locales de poissons. C'est pourquoi des chalutiers géants, subventionnés, pêchent maintenant dans les eaux côtières de l'Afrique de l'Ouest. Des navires de capture de Chine, Corée et Russie y pêchent également. Si cette pêche est généralement légale, beaucoup de pratiques restent illégales. Ainsi, de plus en plus souvent les petits pêcheurs rentrent bredouilles de leurs pirogues. Les femmes perdent leurs moyens d'existence dans l'industrie de transformation et la vente. Plusieurs millions de personnes sont menacées par la malnutrition, car il leur manque leur plus importante source de protéines.



Les effets de la réforme de la pêche de l'UE pour l'Afrique

À l'avenir, les navires de capture de l'UE n'auront le droit de lancer leurs filets dans les eaux africaines que lorsque l'excédent de poissons est prouvé scientifiquement. Une partie des indemnités financières accordées par l'Union européenne devra être prouvée comme ayant été versée en compensation aux pêcheries artisanales locales. « C'est la dernière chance pour l'UE de montrer qu'elle lutte activement contre la surpêche au large des côtes africaines », selon Francisco Mari, Responsable Pêche de Pain pour le Monde.

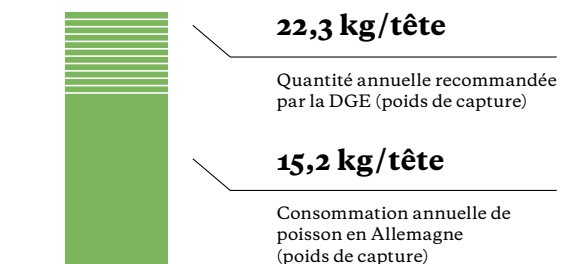


La pêche illégale aggrave la surpêche

Chaque jour, des chalutiers rejettent à la mer par milliers de tonnes de poissons morts, représentant des captures accidentelles. Près de 30 % de la pêche industrielle est illégale et ne figure pas dans les statistiques.

Pour que l'alimentation soit saine pour nous et pour les autres

Du poisson dans l'assiette : pas assez pour la santé - D'un point de vue global : plus qu'il n'en faut.



En fait, c'est une chance qu'en Allemagne on consomme moins de poissons que la quantité recommandée, qui ne tient pas compte de l'état des populations de poissons dans le monde.

Les poissons que vous pouvez manger sans crainte

Francisco Mari, Responsable Pêche à Pain pour le Monde, recommande de consommer du poisson provenant de la pêche ou d'aquacultures écologiques, ainsi que les truites et les carpes des éleveurs régionaux.

Que devons-nous faire ?

Pour lutter contre la faim et la malnutrition, il faut dans le monde entier un tournant marquant vers un développement durable, basé sur les droits de l'Homme. Cet engagement implique également des politiques de l'agriculture et de la pêche porteuses d'avenir et durables, contribuant à surmonter la pauvreté et avant tout fondées sur le droit de l'homme à l'alimentation.

Pour que les aliments soient sains, pour nous et pour les autres, la politique en Allemagne et en Europe doit tenir compte des principes suivants :

- **Assumer la responsabilité** des conséquences internationales des décisions en matière de politique agricole
- **Respecter la souveraineté alimentaire** des autres pays et les aider à subvenir eux-mêmes à long terme à leurs besoins alimentaires
- **Assurer l'autoapprovisionnement** des populations avec des aliments sains
- **Protéger les ressources**, le climat, les animaux et la biodiversité.



Les familles de petits exploitants agricoles ont besoin de soutien. Elles produisent 80 % de tous les aliments produits dans les pays en développement.

Ce qui doit se faire :

- **Déprioriser l'orientation vers les exportations :** Les exportations d'aliments européens menacent, la souveraineté alimentaire de beaucoup de pays. De plus, la surproduction en Europe provient de l'importation de produits de fourrage et de matières premières agricoles des pays en développement et des pays émergents. Lesquelles cultures engendrent des conflits pour la propriété de la terre, des violations des droits de l'Homme et des pertes de biodiversité dans ces pays.

- **Promouvoir avec fiabilité et durabilité l'exploitation agricole et la pêche à petite échelle dans le monde entier :** À long terme, le financement par des fonds publics devra s'aligner sur les objectifs souhaités par la société : sécurité alimentaire, protection de l'environnement et préservation de la biodiversité, sauvegarde des espaces ruraux, maintien des structures durables et régionales. Pour cela, l'UE et les États membres devront fournir au moins 10 % de leur budget de développement. La recherche agronomique devra tenir davantage en compte la promotion de la production dans les petites exploitations agricoles.
- **Promouvoir l'élevage du bétail dans des conditions écologiques et respectueuses des besoins des animaux :** L'agriculture doit mettre en pratique les droits de l'homme et la protection des animaux.
- **Privilégier la pêche artisanale et renforcer ses droits :** La pêche artisanale a besoin de zones protégées, à proximité des côtes, pour l'application de manière vérifiable de techniques de capture durables, ménageant les ressources.
- **Renforcer la protection et la responsabilisation des consommateurs :** Une clareté accrue (par ex. dans l'étiquetage des produits alimentaires) doit empêcher la mésinformation du consommateur. Une sensibilisation du public promet assurément une alimentation saine et responsable.



Assurer la sécurité alimentaire - maintenant !

« Nous lançons un appel à tous les décideurs politiques en Allemagne, en Europe et dans le monde entier, et leur demandons de reconnaître les signes des temps et de faire tout ce qui est en leur pouvoir pour assurer l'alimentation de la population mondiale et éradiquer la faim dans le monde, le plus tôt possible, au plus tard en 2030. Ce projet n'est pas une utopie. C'est un objectif ambitieux, mais réaliste. À condition d'agir résolument et avec conviction. Maintenant - pas plus tard. »
Communiqué du 11^e synode de l'Église protestante en Allemagne (EKD) : « Es ist genug für alle da / Il y a assez de ressources pour tout le monde » - Alimentation dans le monde et agriculture durable, novembre 2013

Mentions légales

Editeur
Pain pour le Monde - Service protestant de développement

Caroline-Michaelis-Straße 1
10115 Berlin
Allemagne

Tél 030 65211 1189, service@brot-fuer-die-welt.de,
www.brot-fuer-die-welt.de

Berlin, novembre 2014

Rédaction
Constanze Bandowski, Maike Lukow, Karen Neumeyer,
Thorsten Lichtblau, Thomas Sandner (responsable de
publication)

Traduction
Agnès Domes

Photos
C. Aslund/Greenpeace (p. 13 en haut), J. Böthling (p. 7,
11, 13, 14), H. Bredehorst (p. 3), Pain pour le Monde
(p. 11 à gauche), Davison/Greenpeace (p. 13 à droite),
Fotolia (p. 12 en bas), P. Hejl/Pain pour le Monde (p. 5),
F. Kopp (p. 12 en haut), T. Lohnes (p. 8), C. Nusch (p. 10),
C. Pueschner (photo de couverture).

Mise en page
Atelier Sternstein, Maren Witthoeft, Stuttgart

Litho
Die Druckvorstufe Baun, Fellbach

**Brot für die Welt -
Evangelischer Entwicklungsdienst**

Caroline-Michaelis-Straße 1
10115 Berlin

Tél 030 65211 1189
Mail kontakt@brot-fuer-die-welt.de
www.brot-fuer-die-welt.de