

# Régine Quéva : « Je suis une passeuse de savoir »

*Passionnée de nature, autodidacte et bricoleuse, Régine a écrit environ 140 livres qui vont de la vulgarisation scientifique au manuel de fabrication de cosmétiques chez soi. Dans ce portrait, elle parle de nature, d'algues, d'édition, et de son expérience de femme transmetteuse de savoir.*

Régine est une femme active et touche-à-tout qui, pour combattre les méfaits de certains produits industriels sur l'environnement, s'est retroussé les manches et a commencé à expérimenter afin de produire le maximum de choses chez elle, avec des ingrédients naturels : cosmétiques, produits alimentaires, produits d'entretien... Elle a suivi des formations et a accumulé du savoir, avant de commencer à écrire des manuels pédagogiques et à organiser elle-même des formations.

L'objectif des ateliers sur la confection de produits d'entretien et de cosmétiques qu'elle propose depuis 7 ans est, comme elle le dit, d' « apprendre à comprendre comment sont faits les produits, ce qui nous entoure, ce qu'on achète. Il s'agit aussi de comprendre comment se passer de produits toxiques et comment être autonomes ».

Elle est invitée par les collectivités comme les villes de Plourin, Saint-Martin-des-Champs, Quimper... afin d'enseigner au personnel de ménage comment fabriquer les produits dont ils se servent dans leur travail (lessive, produits d'entretien des sols et des surfaces) selon ses recettes, lesquelles ont été testées et approuvées par le laboratoire indépendant Labocéa, et coûtent de 3 à 10 fois moins cher que les produits du commerce.

## Encourager la consommation alimentaire d'algues

Elle propose également des ateliers ouverts au grand public. Le prochain en date sera organisé par la médiathèque de Plourin, il durera une journée et comportera une formation, le matin, sur les produits cosmétiques, et l'après-midi sur les produits ménagers.

Elle tente également d'encourager la consommation alimentaire d'algues, qui sont des produits locaux et sains. « Les Bretons sont traditionnellement des consommateurs de porc et de pommes de terre plus que d'algues, observe-t-elle. Il y a d'autres pays comme le Japon ou la Corée où elles font partie de la gastronomie quotidienne, pourtant ».

Malgré une extraordinaire richesse du patrimoine algal breton, les algues consommées traditionnellement en Bretagne sont peu nombreuses. Régine cite le haricot de mer, consommé comme un haricot vert, et le pioka (*chondrus crispus*), qui sert de gélifiant pour faire des flans. « Les Irlandais ont un peu plus cette culture gastronomique de l'algue que nous. On peut parfois voir notamment des chips d'algues servies en accompagnement de l'apéritif, ajoute-t-elle. Peut-être que c'est durant la famine qu'ils ont goûté les algues et compris qu'elles sont comestibles. Les Bretons n'ont pas fait la même démarche ».

Le dernier opus de Régine, «Algues gourmandes » édité chez Flammarion, est un recueil de recettes d'algues co-écrit avec chef Catherine Le Joncour, qui tient un restaurant spécialisé dans la cuisine aux algues à Plestin-les-Grèves.



Ce livre a été édité par la maison d'édition de Régine. En effet, elle a travaillé dans l'édition durant 10 ans, et elle a fondé « Récréation édition » afin d'éditer celles de ses œuvres qui ont été refusés par ses éditeurs habituels, dont son « Guide des algues de l'Estran », petit guide des algues comestibles présenté sous forme de dépliant, qui est aujourd'hui son plus gros succès (plusieurs milliers d'exemplaires vendus, la quatrième édition est actuellement en vente).

Cette expérience l'a conduite à faire quelques observations sur l'éducation données aux enfants. « J'ai remarqué une inquiétante tendance à la ségrégation des enfants par sexe, explique-t-elle. On a lancé beaucoup de publications s'adressant aux enfants suivant leur sexe, avec en particulier une profusion de publications débordant de rose pour les petites filles ». Pratique qui conforte les enfants dans les rôles traditionnellement alloués aux hommes et aux femmes. « Je suis une femme qui s'adresse aux femmes, ajoute-t-elle. Le public de mes ateliers est composé à 90% de femmes. Cela prouve bien que les femmes sont toujours les responsables de l'alimentation, des cosmétiques et du nettoyage dans le foyer. J'aimerais beaucoup voir augmenter la proportion d'hommes. Ce serait un beau gage de parité ! »

**Pour aller plus loin :**

[www.reginequeva.fr](http://www.reginequeva.fr)