

Précarité alimentaire : des volontaires en service civique prennent la parole

Enaïm effectue une mission en service civique au sein de notre association. Il a participé, en compagnie d'une équipe de six volontaires du centre social Carré d'As à Morlaix, à des ateliers d'expression libre autour de la thématique de la précarité alimentaire, animés par Eco-Bretons avec le Conseil Départemental du Finistère.

Il nous fait partager son expérience.

Quelques un.e.s des jeunes volontaires témoigneront cet après-midi lors des Assises départementales de l'Alimentation, organisées par le Conseil Départemental du Finistère, qui se dérouleront exceptionnellement sur internet.

J'ai participé à plusieurs activités avec d'autres volontaires en service civique qui effectuent leur mission au sein du centre social Carré D'As, basé dans le quartier de la Vierge Noire à Morlaix. Ces ateliers se sont déroulés avec l'association Eco-Bretons, dans laquelle je suis en service civique.

Les deux structures ont travaillé ensemble pour traiter du sujet suivant: La précarité alimentaire.

La précarité alimentaire touche beaucoup les étudiants et c'est d'ailleurs pour cela qu'Eco-Bretons et Carré D'As ont jugé logique de faire contribuer leurs jeunes services civiques.

L'objectif était la sensibilisation sur le sujet à travers des activités comme une carte mentale ou encore du photo langage mais aussi, si possible, obtenir quelques témoignages vidéo ou

bien audio, via un questionnaire.

C'est donc sur une durée de quatre jours que ces activités toutes aussi drôles qu'enrichissantes ont eu lieu.

La première journée a été consacré aux présentations. Nous avons donc, grâce au portrait chinois, brisé la glace afin de rendre l'ambiance plus conviviale, ce qui marcha ! De là, nous avons commencé à traiter le sujet ainsi que la première activité avec enthousiasme.

Nous avons précisé à tour de rôle ce qu'il nous évoquait puis, nous avons commencé à élaborer une carte mentale. Elle consiste à mettre en lien plusieurs idées qui graviteraient autour d'un sujet et à les noter à proximité. Nous avons donc mis en lien tout ce que le phénomène de la précarité alimentaire nous évoquait puis nous avons réparti les idées autour du thème.

Ceci nous a permis de mieux cerner le problème et nous avons commencé à dégager avec plus de précision des faits et des idées.

Par exemple : le mot «précarité», venant du mot «précaire», a un caractère de courte durée. Cela nous a permis de déduire que ce phénomène qu'est la précarité alimentaire peut être de courte durée.

Nous avons aussi mis le doigt sur les principales causes de la précarité alimentaire et nous avons déduit qu'elle peut être dû à des difficultés financière, de transport et même d'autosuffisance !

Elle touche autant les jeunes que les personnes âgées et peut apparaître sous la forme de la malbouffe. De plus, ne pas savoir cuisiner peut s'avérer très problématique et causer cette même précarité.

Au cours de la deuxième journée, nous avons parlé des plats

pré-préparés ainsi que de leurs avantages et inconvénients. Nous avons donc vu que mise à part la rapidité et le moindre coût, les plats à réchauffer ont aussi des défauts tel que l'ajout de conservateurs, leur permettant d'être conservés longtemps et qui nuit à notre santé. De même, nous avons noté l'absence de nutriments dans ces plats.

Grace à la carte mentale, nous sommes allés plus loin dans notre réflexion et nous avons échangé sur les diverses solutions qui peuvent être ou qui ont été mises en place. Ainsi, Les restos du cœur, les épiceries solidaires ou encore le glanage, qui consiste en la récupération d'aliments en bon état, ont été évoqués. La carte mentale nous a permis de donner une définition sur ce qu'est réellement la précarité alimentaire.

Le second atelier a commencé pendant la troisième journée. Le photo langage est une activité très simple. Plusieurs images avaient été disposées et par groupes de deux ou de trois, nous devions tous choisir sept images, puis décrire ce que nous voyions et dire pourquoi nous avons choisi ces images, et enfin expliquer pourquoi elles nous ont interpellés. C'est sur cette même activité que nous avons pu mettre en corrélation le gaspillage et la précarité alimentaire, et identifier des solutions qui avaient été évoquées la veille.

Enfin, nous les avons mises dans un ordre chronologique, avant de leur donner des titres à chacune.

Le quatrième jour, nous sommes passés aux témoignages. Les trois jours précédents nous avaient servi à cerner le problème de la précarité alimentaire, à nous sensibiliser, mais aussi à nous y préparer. Avant de tourner les vidéos, nous avons pris connaissances du questionnaire avec lequel nous allions faire cet exercice. Nous avons le choix de ne pas répondre à toutes les questions mais cela ne nous a pas empêché d'enregistrer des témoignages très enrichissants. Nous avons ainsi obtenu 33 minutes de témoignages ainsi que celui d'une étudiante externe

au projet sous forme d'audio.

Pour la plupart, nous avons déjà vécu ce phénomène de précarité alimentaire, et pour certains le fait de témoigner est apparu comme une évidence.

Pour ma part, cette expérience en compagnie des autres volontaires m'a permis de mieux comprendre ce qu'est la précarité alimentaire et de m'ouvrir l'esprit sur le sujet. Je suis très satisfait d'avoir pu y participer.