

Nogaro – CCBA – Favoriser une alimentation saine

C'est la proposition d'un apôtre de la bonne bouffe expérimenté



Nogaro – CCBA – Favoriser une alimentation saine

Hugo Dereymez est un militant de l'alimentation saine, donc bio. Ce n'est pas seulement le chef cuisinier titré (1) de la cantine des écoles de Nogaro, qui a écrit un livre de recettes à succès. Il a été pendant plusieurs années chef d'un restaurant lui appartenant. Trop absorbé, il l'a vendu pour retrouver une vie de famille.

70 % du contenu des repas servis à sa cantine sont bio et dosés avec la collaboration d'une nutritionniste. Mais nos lecteurs le connaissent déjà, lui et sa cantine. Aujourd'hui, c'est de son grand projet qu'il est question. Projet lié aux études qu'il suit actuellement pour obtenir un diplôme universitaire (DU) dans la spécialité « chef de projet en alimentation durable » (2).

Origine du projet

Le 8 mars, Hugo est venu exposer au Conseil municipal une proposition qui pourrait améliorer la santé des habitants du territoire de la Communauté de communes du Bas-Armagnac (CCBA) : créer une commission au niveau d'une collectivité locale (Pays d'Armagnac, intercommunalité, sinon commune) chargée de favoriser l'accès de la population à l'alimentation durable. Le Journal du Gers l'a rencontré le 15 mars pour approfondir la question.

Le constat

la population du territoire de la CCBA est une de celles qui a la plus faible rémunération moyenne du département,

l'offre alimentaire locale est pauvre et non-structurée ; la nourriture qui y est importée profite aux territoires voisins,

il n'y a qu'un seul (petit) marché dans le territoire : les habitants de l'est de la CCBA se ravitaillent à Éauze, ceux de l'ouest à Aire-sur-l'Adour, à Plaisance et à Mont-de-Marsan,

en comptant 2 euros par repas, les repas de la population du territoire coûtent au minimum 20 millions d'euros par an : il y a donc là des enjeux économiques importants,

les producteurs bio du territoire vendent en dehors du territoire.

Rôle de cette commission

Cette commission, si elle voit le jour, rapprocherait les producteurs et les consommateurs :

en favorisant la création de marchés de producteurs,

en cherchant à développer l'agriculture locale : 2 ha de cultures maraîchères suffisent à nourrir une famille, alors que les éleveurs et les céréaliers ont plus de difficultés,

en consolidant les filières territorialisées (production, transformation, distribution),

en développant la qualité de l'alimentation

Pour cela, il faudra réapprendre le goût et l'habitude de faire la cuisine en informant les habitants sur les enjeux santé (des dizaines de résidus polluants, dont beaucoup de cancérigènes, peuvent être ingérés en une seule journée). Et « le coût économique et sociétal induit par la mauvaise alimentation est monstrueux », explique Hugo, « allergies, diabète, cancer, surpoids, obésité, maladies cardiovasculaires etc. »

Noter qu'il a obtenu d'un boulanger de Nogaro qu'il fabrique du pain bio à un prix abordable : 40 g de ce pain complet apportent autant de nutriments que 160 g de pain blanc. De même, les fruits et les légumes industriels contiennent entre 30 et 150 fois moins de nutriments (vitamines, minéraux) que ceux d'il y a 50 ans. Partant, pour arriver à la sensation de satiété, il faut ingérer de plus gros volumes d'aliments (sucres et graisses) qui ne servent à rien et peuvent provoquer l'obésité, d'où diabète et maladies dégénératives.

Certes, on vit plus longtemps, mais c'est grâce à l'hygiène : les produits industriels ne contiennent pas de bactéries. En revanche, parmi les polluants qu'ils contiennent, il y a, entre autres, des perturbateurs endocriniens extrêmement nuisibles pour la santé.

Hugo Dereymez passe son DU en août 2018. Il était déjà imbattable sur l'alimentation durable, il sera aussi imbattable sur les moyens de la favoriser ! Mais « il y a des habitudes ancrées et des convictions à déconstruire... »

(1) Il est titulaire de la Victoire des cantines rebelles 2017. Et la cantine est certifiée Ecocert. (2) Ce diplôme universitaire est proposé par l'Université de Sophia Antipolis – Côte d'Azur. C'est un diplôme professionnel qui s'appuie sur l'expérience reconnue et réussie de la commune de Mouans-Sartoux (Alpes maritimes). Le projet de celle-ci (<https://macantinebio.wordpress.com/2017/09/24/diplome-universitaire-chef-de-projet-en-alimentation-durable/>) :

ses cantines 100% bio,

sa préservation des terres agricoles,

ses projets d'installation d'agriculteurs et d'espace test agricole,

ses actions d'éducation à l'alimentation durable,

son partenariat avec les Universités pour évaluer le projet, identifier les leviers de réussite et faciliter le partage et l'essaimage du projet.



Hugo Dereymez, à la cantine de Nogaro, avec son trophée Victoire des cantines rebelles



Hugo Dereymez montre une baguette de pain bio fabriquée à Nogaro