

le **P**etit **Q**uotidien

ISSN 1228-6947

Le sais-tu ?

Chaque année, en France, des associations (groupes de personnes) organisent des collectes à la sortie des supermarchés : elles récupèrent des aliments que les clients leur donnent et les distribuent ensuite à des personnes qui n'ont pas assez d'argent pour s'acheter à manger.



Édition spéciale réalisée avec les Banques Alimentaires

Jeudi 11 octobre 2012

Tous les jours sauf le dimanche

Bien manger grâce à la solidarité de tous

Certaines personnes n'ont pas assez d'argent pour bien se nourrir. Des aliments sont récupérés pour leur être distribués : c'est l'aide alimentaire.



© BAO6

Ce journal est imprimé sur du papier respectant la forêt.

Le circuit de l'aide alimentaire p. 2 et 3 :: L'aide alimentaire : un moment de partage p. 6

La fiche découverte > SOLIDARITÉ

L'aide alimentaire, en France, permet à 3,6 millions* de personnes **démunies** de manger de manière régulière et équilibrée et ainsi de rester en bonne santé. Cela est rendu possible grâce à la **solidarité** de **bénévoles**, de chefs d'entreprise, d'hommes politiques...

*Source : ministère de l'Agriculture, de l'Agroalimentaire et de la Forêt, 2011.

En savoir plus

Certains bénévoles ont pour mission de garantir la qualité des produits transportés par l'aide alimentaire. Ils vérifient d'où ils viennent, leur date de péremption, leur température, etc.



L'aide alimentaire, comment ça marche ?

Découvre l'organisation de cette grande chaîne de solidarité.

1 Les produits

Les bénévoles récupèrent des aliments qui n'ont pas été vendus mais qui sont encore bons à manger auprès de producteurs, de supermarchés, d'usines... Ils comptent aussi sur les collectes auprès des particuliers et sur les dons de l'État et de l'Union européenne.



4 La distribution

Les associations proposent les **denrées** aux personnes **démunies** sous plusieurs formes : des repas à partager, des paniers-repas, des épiceries sociales où on peut acheter les produits du quotidien à très petits prix.

Les mots difficiles

Démuni :
qui est sans argent.
Solidarité (ici) :
soutien, entraide.
Bénévole :
personne qui aide

sans être payée en échange.
Acheminer :
transporter d'un endroit à un autre.
Réfrigéré :

qui conserve la nourriture au frais.
Entrepôt :
grand bâtiment.
Denrée :
produit alimentaire.



2 Le transport

Il faut ensuite **acheminer** les produits avec attention pour qu'ils ne s'abîment pas. On utilise des camions **réfrigérés**.



3 Le stockage

Dans des **entrepôts** spéciaux, les produits sont triés : viande, poisson, fruits et légumes, produits laitiers, conserves, surgelés... Puis tout est pesé, étiqueté et rangé avec soin pour être distribué facilement aux associations.



Le coin des Incollables

1/ Chaque année, quelle quantité de nourriture est jetée en France ?

20 kilos par personne et par an.

2/ Laquelle de ces associations ne fait pas d'aide alimentaire : les Banques Alimentaires, le Secours populaire français ou SOS Racisme ?

SOS Racisme.



Textes : C. Dutrieux - Illustration : M.-H. Tran-Duc

La photo du jour



L'aide des usines et des producteurs

Les agriculteurs, les usines alimentaires... n'arrivent pas toujours à vendre leurs marchandises : soit ils en ont en trop, soit l'emballage d'un produit est abîmé... Pour éviter de jeter cette nourriture, ils peuvent la donner à ceux qui en ont besoin. Ainsi, on ne gaspille pas. En 2011, les différents producteurs ont fait don de 21 850 tonnes de nourriture aux Banques Alimentaires, l'une des principales associations qui récoltent de la nourriture pour les plus démunis.

L'histoire du jour



Les supermarchés sont obligés de retirer des rayons les produits dont la date limite de consommation est proche ou qui ont un défaut d'étiquetage ou d'emballage. Parfois encore, ils ont certains produits en trop grande quantité. Ces aliments sont pourtant très bons. Alors, tous les jours, des bénévoles de l'aide alimentaire viennent les chercher. C'est l'occasion de récupérer des fruits et des légumes frais, bons pour la santé.

La fiche découverte > SANTÉ

Le droit à un repas équilibré

La clé d'une bonne alimentation est de manger un peu de tout. Plus il y a de gens qui donnent, plus les aliments seront variés. L'aide alimentaire peut alors proposer des repas équilibrés aux personnes démunies.

Les féculents

Riz, pâtes, céréales, pommes de terre... Ils sont très utiles pour éviter les coups de fatigue et tenir jusqu'au repas suivant.

Les fruits et les légumes

Frais, en conserve ou surgelés, ils apportent des vitamines nécessaires pour être en forme.

Les protéines

La viande, le poisson et les œufs permettent aux muscles de bien se développer.

Les produits laitiers

Les yaourts, le lait, le fromage contiennent du calcium. Ils permettent d'avoir des os solides.



Qui donne ?

Les agriculteurs



Les familles



Les usines



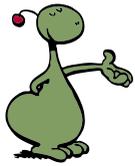
Les supermarchés



L'État et l'Union européenne

Le sais-tu ?

Si tu participes à une collecte pour l'aide alimentaire, voici quelques conseils pour donner de façon utile : choisis des aliments variés, qui peuvent être gardés longtemps (conserves de thon, compotes de pommes), pense aux bébés (petits pots, lait en poudre) et aux produits « plaisir » (chocolat, gâteaux).



L'aide alimentaire : un moment de partage

Une épicerie sociale, qu'est-ce que c'est ?



Ce magasin fonctionne comme les autres, mais les produits y sont beaucoup moins chers. Les personnes qui ont peu d'argent peuvent y faire leurs courses. Des bénévoles les aident à s'organiser et à choisir leurs produits pour faire des repas équilibrés à l'aide de fiches recettes.

Des paniers-repas

Certaines personnes n'ont pas assez d'argent pour s'acheter de quoi manger. Des associations préparent pour elles des paniers avec des repas variés et les distribuent gratuitement. Cela permet de faire connaissance avec ces personnes démunies et de savoir ce dont elles ont le plus besoin.



Apprendre à cuisiner

Recevoir des aliments, c'est bien, mais encore faut-il savoir les cuisiner ! Pour aider les personnes qui sont en difficulté, il existe des ateliers cuisine. On y apprend à préparer des repas avec des produits frais et pas chers. Les participants décident ensemble d'un menu puis cuisinent les aliments. Une fois le repas prêt, ils le partagent sur place ou le rapportent chez eux. Des associations ont aussi des petites cuisines mobiles, faciles à déplacer. Les bénévoles peuvent ainsi partir à la rencontre des personnes démunies et leur donner des conseils pour équilibrer leur repas, des astuces pour cuire un légume ou conserver la viande, des idées de recettes...



Un restaurant gratuit

Des bénévoles ont créé des restaurants où l'on peut venir manger gratuitement. Dans ces grandes cantines, les personnes démunies peuvent déguster un repas chaud. Ces endroits permettent aussi de rencontrer des gens et de parler d'avenir.

Les aventures de Scoupe et Tourbillon



Textes et dessins : Philippe Malaussé

