

Comment nourrir l'avenir ?

Ce documentaire interroge nos habitudes alimentaires modernes et démontre de façon convaincante leurs impacts négatifs sur notre santé, notre économie et notre environnement. Le réalisateur, Jean-James Garreau, docteur en biologie, nous invite à consommer plus de protéines végétales pour éviter le pire. Entretien.

D'où vous est venue cette idée de film documentaire ?

Ce projet est né fin 2009, lors d'une conversation avec le service de communication de l'Agropole, la pépinière d'entreprises agroalimentaires d'Agen, qui participait à la préparation d'un nouveau salon à Agen, le SIAD (Salon international du bio et de l'agridurable), pour mai 2010 et dont la thématique devait porter sur : « Comment nourrir l'avenir ? ».

J'avais réalisé un travail d'études et de recherches en écologie humaine autour de cette thématique à l'université de Bordeaux I quelques années auparavant, et c'est tout naturellement que je leur ai proposé d'animer une conférence-débat avec, pourquoi pas, un documentaire pour mieux illustrer mes propos.

A cette période, mon neveu Kevin Garreau terminait ses études de cinéaste à Poitiers ; je lui ai parlé du projet, qui l'a enthousiasmé. Ce fut alors le départ d'une très riche collaboration qui dura... 18 mois car nous avons complètement mésestimé l'ampleur du travail.

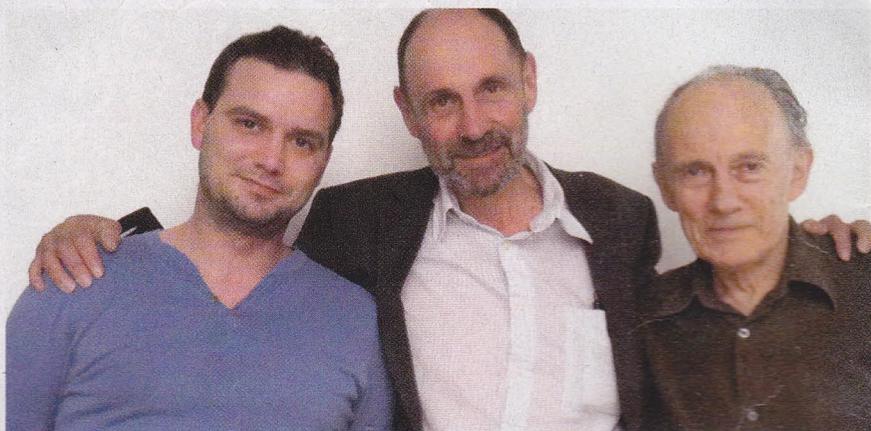
Dès le départ également, Claude Aubert, ingénieur agronome, pionnier de l'agriculture biologique, cofondateur du centre écologique Terre vivante et auteur de nombreux livres sur l'agriculture bio, l'alimentation saine et les relations entre environnement et santé, et qui fut l'une des premières personnalités interviewées, a rejoint l'équipe. Plusieurs de ses ouvrages allaient dans le sens de nos propos et il a ainsi contribué grandement à ce travail par ses conseils, ses relations et son dynamisme.

Une association loi 1901, l'Institut de recherches et d'études nature individus sociétés (Irénis), a servi de structure à la production.

Ce qui est amusant, c'est que trois générations ont donc cosigné ce film, et le représentant de la plus jeune a totalement modifié ses habitudes alimentaires !

Vous faites du régime à dominante végétale votre fer de lance. Pour quelles raisons ?

Je crois que nous en faisons une démonstration très claire dans le documentaire. Nos perspectives démographiques vont contribuer



Kevin et Jean-James Garreau, les réalisateurs du film, et Claude Aubert, leur conseiller.

grandement à réadapter nos systèmes alimentaires actuels, à savoir production, transformation, distribution et consommation, et les crises qui émergent – ou qui sont en train d'émerger – de tout cela, sont, somme toute, très propices pour nous aider à réaliser ces changements.

Le plus intéressant, c'est que nous y gagnons dans plusieurs domaines, aussi bien pour notre santé et notre économie que pour notre environnement. C'est très encourageant !

Nous ne sommes pas les seuls à tenir ce discours bien évidemment. Il se fait jour dans l'opinion actuelle et vos lecteurs sont sans doute parmi les plus avertis sur la question.

Nous espérons simplement que notre travail les aidera à affirmer encore plus clairement leurs choix et surtout à mieux les partager avec leurs proches.

N'oublions pas que les sociétés se construisent autour de leurs modèles alimentaires, eux-mêmes induits par l'environnement.

Manger plus végétal va ouvrir des portes encore peu soupçonnées, et les premières qui s'ouvriront auront des effets au niveau de chacun, dans un des domaines des plus exaltants pour investir, notre propre santé !

Une question qui revient souvent autour de la cause bio : selon vous, peut-on nourrir la planète avec le tout-bio ?

Je répondrai sans hésiter oui, à condition que les populations des pays riches rééquilibrent

leur ration alimentaire vers plus de végétal et que dans le même temps les populations des pays en voie de développement ne basculent pas dans ces régimes alimentaires modernes que nous devons changer aujourd'hui !

Quel message voulez-vous faire passer au public ? Que souhaiteriez-vous qu'il retienne de ce film ?

Le message est bien sûr une invitation à se nourrir mieux, à comprendre que notre simple geste alimentaire est très lourd de conséquences.

Nous oublions trop souvent que ce que nous ingérons peut non seulement nous rendre malade, mais aussi plomber notre économie ou nuire à notre environnement, particulièrement quand on consomme trop de protéines animales.

Alors qu'à l'inverse, manger plus végétal, bio de surcroît, améliore notre santé, nous fait économiser et a des impacts très positifs sur l'environnement.

C'est simple mais pas simpliste et l'écologie, « cette science des liens, des connexions », nous aide à mieux choisir, en révélant à nos réflexions les nombreuses conséquences de ces gestes, qu'elles soient positives ou négatives.

De plus, au-delà de cette vision à partager, qui laisse toute liberté à chacun, il y a une chose bien plus précieuse, trop souvent oubliée, ignorée ou délaissée, c'est le pouvoir incroyable de

chacun dans cette « histoire ». Je pourrai le répéter des milliers de fois, « rien ne se fera sans que *chacun* de nous agisse ! »

Et c'est une bonne nouvelle, car voilà enfin un « truc » qui ne dépend pas des autres !

Les informations que nous diffusons proviennent toutes des connaissances et de l'expérience des intervenants mais également d'études scientifiques dont on peut retrouver les références bibliographiques dans le générique du film.

Qui avez-vous interviewé et qu'attendent ces personnalités de ce documentaire ?

Nous avons interviewé des acteurs déjà très en vue dans le monde de la bio, de la santé, de la nutrition ou de l'agriculture : l'ingénieur agronome et pionnier de la bio Claude Aubert, le médecin nutritionniste Laurent Chevallier, l'ethnopharmacien Jean-Patrick Costa, le docteur en sciences de l'environnement et pion-

nier de la bio Philippe Desbrosses, l'ingénieur agronome Marc Dufumier, le grand chef de cuisine végétarienne et bio Jean Montagard, le journaliste et écrivain Fabrice Nicolino, l'agro-écologue et philosophe Pierre Rabhi, le chercheur spécialiste des OGM Gilles-Eric Séralini...

Ils l'ont tous fait de bonne grâce, très simplement et je tiens à les remercier encore et à préciser également que tous l'ont fait bénévolement sans attente particulière... ce qui fait que leurs propos s'en trouvent renforcés, car désintéressés.

A ce jour, nous n'avons pas encore équilibré notre budget, mais nos ambitions ne sont pas seulement d'atteindre cet équilibre : nous aimerions également trouver des ressources pour en réaliser d'autres, dans les domaines de l'écologie humaine et du développement durable. Nous verrons...

Comment le film sera-t-il diffusé ? Où le public pourra-t-il le visionner ?

Il sera dans un premier temps distribué dans tous les magasins bio qui accepteront de le référencer (nombreux sont déjà partants)...

Nous avons également ouvert un site Internet où il sera possible de le commander.

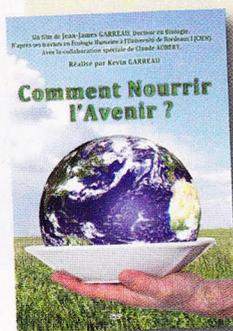
Et puis nous programmons des conférences-débats dans des salons bio, ou d'autres événements auprès d'associations régionales.

Nous prévoyons de communiquer dans la presse régionale ou nationale.

Nous sommes vraiment ouverts aux idées, actions, événements qui permettront de diffuser ce film et de le faire connaître au plus grand nombre ■

➤ **Propos recueillis par Caroline Bongiraud-Demeure.**

Comment nourrir l'avenir ?



Réalisé par Jean-James Garreau, docteur en biologie, et Kevin Garreau, cinéaste, ce film documentaire tente de répondre à la question cruciale sur l'avenir alimentaire : comment nourrir

9 milliards d'individus en 2050 ? Après un état des lieux des habitudes alimentaires dans les pays développés, ce documentaire retrace rapidement l'évolution de l'alimentation occidentale au cours du siècle dernier, ainsi que ses conséquences sur notre santé et celle de la planète. Il s'attarde plus particulièrement sur la surconsommation des protéines animales dans les pays développés, à savoir 70 % de protéines animales consommées pour 30 % de protéines végétales.

De Jean-James et Kevin Garreau.

**DVD en vente dans les magasins bio participants au prix conseillé de 15 euros ou sur le site du film (15 euros + 3 euros de frais de port - chèque à l'ordre de Irénis).
Durée : 75 minutes.
Site : www.commentnourriravenir.com**

Irénis

Créé en 1995, l'Institut de recherches et d'études nature individus sociétés (Irénis) est une association œuvrant dans le domaine de l'écologie humaine ou du développement durable. Le documentaire *Comment nourrir l'avenir ?* est sa véritable première réalisation. Il est actuellement présidé par Jean-James Garreau.

Irénis
BP 109 - Site Agropole
47931 Agen Cedex 9
Tél. : 05.53.69 24 90
Mél : institut.irenis@gmail.com