

ET SI ON VIVAIT AUTREMENT ?

1€



**Le bio
dans votre
assiette**



Nature
& Découvertes

Collection « Et si on vivait autrement ? »

Ces guides présentent des informations sur notre environnement proche, à la fois précises, « exemplaires » et dénuées de tout catastrophisme.

Ces informations, privilégiant une approche active et participative, ont pour but d'offrir des outils de réflexion et de choix, pour des citoyens qui ne sont pas seulement des consommateurs, mais aussi des acteurs décideurs à leur échelle. Des personnes qui ont leur conscience, leur libre arbitre et leur capacité d'agir. À chacun, donc, de faire ses choix, pour vivre autrement, dans le plus grand respect de l'environnement...

sommaire

CONSOMMER AUTREMENT..... 4

- Se nourrir, pourquoi ? Comment ? . p. 4
- Bien se nourrir . p. 4
- L'avenir de l'agriculture. . p. 5

DÉFINIR LE BIO 8

- Qu'est-ce qu'un produit bio ? . p. 8
- Des méthodes respectueuses. . p. 14
- Petite histoire du bio . p. 16
- Certification AB. . p. 17

POURQUOI MANGER BIO ? 18

- Le goût du bio ? . p. 18
- Le bio très apprécié . p. 18
- La santé et le bio . p. 20
- Plus riches en vitamines
et minéraux . p. 21
- L'impact du bio sur la nature . p. 22

OÙ ACHETER BIO ? 26

- Faire son marché bio . p. 28
- Les AMAP bio. . p. 30
- Le bio chez soi . p. 32

LA PLANÈTE BIO..... 34

- Bio sans le savoir . p. 34
- Les pays champions
du monde du bio . p. 35

- Vers une reconnaissance du bio. . p. 36
- L'Europe bio . p. 37
- Les régions françaises et le bio . p. 38
- Les Français et le bio . p. 38
- Vers une mondialisation du bio ? . p. 39

LE FUTUR DU BIO..... 40

- Les problèmes actuels du bio . p. 41
- Dimension éthique . p. 42
- La recherche et la formation
en bio . p. 43
- Formation. . p. 44
- Pourrions-nous tous
manger bio ? . p. 44
- L'agriculture bio,laboratoire
du futur . p. 45

LE PARCOURS DE 2 SALADES46

- Cultivée..... p. 46
- Consommée..... p. 47

Pour aller plus loin..... 48/49

Index..... 50

ET SI ON VIVAIT AUTREMENT ?

Le bio dans votre assiette



textes de Snezana Gerbault
dessins de Lionel Le Néouanic



Nature
& Découvertes

Consommer autrement

Mangez mais bougez

Les diététiciens et les nutritionnistes déterminent aujourd'hui nos besoins alimentaires en fonction de chaque cas particulier. Même au repos, notre corps a besoin d'un minimum énergétique (1 500 Kcal par jour) pour qu'il puisse tout simplement fonctionner. La vie sédentaire demande environ 2 000 Kcal par jour, et cette quantité augmente avec les dépenses physiques. Pour un plus grand apport énergétique, nous consommons des graisses et des sucres, mais aussi des protéines, indispensables au renouvellement cellulaire, sans oublier 2 à 3 litres d'eau (dont 1 à 1,5 l par la boisson), des vitamines et oligoéléments, et bien sûr les fibres.

À LIRE
*Santé et vitalité par
l'alimentation vivante,*
J.-P. Cusin,
Éd. Albin Michel

« Nous sommes ce que nous mangeons, donc bien manger rime avec bien vivre. » Or, nous vivons dans une société d'abondance qui trop souvent place le progrès au sommet de ses valeurs. Le simple fait de consommer permet de nourrir un système alimentaire industriel qui génère beaucoup de problèmes de santé. Pourrions-nous adopter une autre alimentation ?

Se nourrir, pourquoi comment ?

Vivre demande de l'énergie. Pour toutes les actions de la vie l'alimentation est essentielle. Elle nous permet de nous reconstituer chaque jour et influence considérablement notre santé. Nous sommes ce que nous mangeons, donc bien manger rime avec bien vivre. Accordons-nous plus de temps pour faire le bon choix d'aliments, les prépa-

rer, les consommer. Manger est un plaisir et doit le rester. Manger plus naturel, c'est aussi retrouver une multitude de goûts et de saveurs que l'alimentation industrielle a effacés au fil des années. De quoi se compose notre menu quotidien et quels devraient être nos repères et comportements alimentaires aujourd'hui, à l'ère de l'abondance ?

Bien se nourrir

Pour le bon fonctionnement de notre métabolisme et pour le renouvellement cellulaire, notre organisme a besoin d'une alimentation saine et de qualité.

La nature nous offre un vaste éventail de saveurs, de goûts et d'apports nutritifs, indispensables pour l'équilibre de notre organisme. Il suffit de faire le bon choix, celui qui serait aussi bénéfique pour l'agriculture que pour nous-mêmes. On trouve sur le marché des produits frais, sains, de saison, pour autant qu'on veuille bien les chercher un peu.

En sélectionnant ces produits, nous reconnaissons le travail ardu de ces producteurs qui respectent la terre, les plantes et les animaux. Consuevte durablement, cette nouvelle alliance entre le consommateur et le producteur est indispensable pour la santé de la planète. Paradoxalement,

aujourd'hui, environ 15 % de la population lutte contre la faim lorsque les chiffres de l'OMS annoncent que 17 % lutte contre l'obésité. La consommation abusive des sucres et graisses, la sédentarité, les excès alimentaires chroniques, le fait de manger trop vite, sont les causes principales de ce fléau du ^{xxi} siècle. Le surpoids et autres pathologies liées au phénomène de « malbouffe » augmentent également parmi les jeunes. Les chiffres sont alarmants.

Aux États-Unis, un habitant sur trois est obèse et cette proportion a doublé en 30 ans (90 millions de personnes).

En France, le pourcentage de personnes obèses a doublé en 25 ans, passant de 6 % en 1980 à 12 % en 2005. Désormais, 1 enfant et un adolescent sur 4 sont concernés. Selon l'OMS, le surpoids lié à une mauvaise alimentation est la première cause de mortalité dans le monde important inducteur de maladies cardio-vasculaires, d'accidents vasculaires cérébraux, des diabètes de type II (René Longet, Jouvence 2006). Tout ceci pourrait bien être évité par une alimentation saine, une activité physique régulière et le renoncement au tabac. Plus abondante et plus riche, l'alimentation moderne de ces deux derniers siècles a contri-

bué à l'augmentation de l'espérance de vie, de la taille des individus et à combattre tous types de carences.

Il s'agirait aujourd'hui de garder ces acquis précieux, de ne pas les mettre en péril par de mauvaises pratiques alimentaires et une agriculture industrielle qui nous fournit trop souvent la quantité mais pas toujours la qualité.



L'avenir de l'agriculture

Il y a plusieurs millions d'années, l'homme préhistorique vivait de la cueillette et de la chasse, dans son milieu naturel. La nature généreuse offrait suffisamment de nourriture pour tous, à portée de la main. Au fil des siècles, avec l'augmentation de la population, l'être humain a établi une autre relation avec son environnement.

Pour la première fois, au Proche-Orient (dans la vallée de l'Euphrate), il y a 12 000 ans, l'homme choisit de travailler la terre. Pour y arriver, il fabrique quelques outils en

pierre, en os, en bois. Naissent des premiers villages, voire villes (la première fut Jéricho). Mais

Aujourd'hui, 15 % de la population lutte contre la faim lorsque les chiffres de l'OMS annoncent que 17% des personnes lutte contre l'obésité.

Une agriculture en accord avec le développement durable

L'agriculture d'aujourd'hui se trouve dans un moment crucial de son existence. C'est le moment pour tous d'évoluer, de faire les bons choix. Cependant la tâche est loin d'être simple. Comment concilier les très nombreux avantages apportés par l'industrialisation et le respect des ressources naturelles qui sont à la base de tout développement ? Comment rendre accessibles à tous les précieuses ressources de la Terre ? Comment optimiser notre façon d'utiliser ces ressources et réduire notre pression sur celles-ci (c'est ce qu'on appelle « l'empreinte écologique ») ? L'équité, le souci de l'environnement, l'équilibre entre l'homme et la nature, le respect de la biodiversité, l'usage prudent des produits chimiques, la lutte contre l'érosion et la désertification, une moindre consommation d'énergie sont des enjeux du développement durable.

l'innovation importante de cette société paléolithique tient au choix d'un lieu et des plantes à cultiver, il s'agit aussi de les reproduire et les soigner afin d'accroître la récolte.

Ainsi naît l'agriculture, cette nouvelle aventure de l'humanité, qui depuis n'a jamais cessé de modifier la surface de la Terre.

La période du Moyen Âge connut une agriculture limitée alors que l'Empire romain avait un vrai système agricole. Dans l'ère préindustrielle, manger à sa faim est le privilège des classes aisées. Le ^{xix}e siècle voit

éclore simultanément l'art gastronomique et l'industrialisation progressive de la production alimentaire. À travers les millénaires, la sédentarisation a entraîné une transformation des espèces : l'homme a sélectionné les végétaux plus vigoureux, ou les graines au meilleur rendement. La culture, alors mieux organisée, permet de nourrir une population en constante augmentation. C'est l'époque où l'alimentation s'affirme comme un phénomène culturel, et chaque région développe ses variétés végétales et ses races animales, adaptées au terroir. Au début du ^{xix}e, la révolution industrielle a

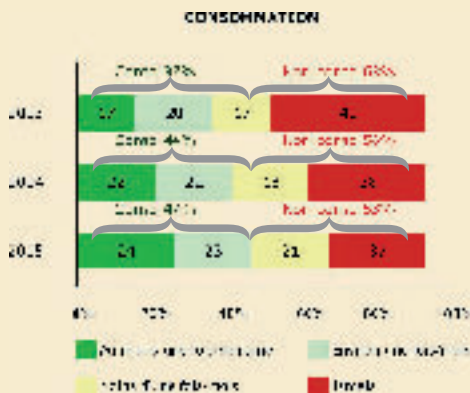


FRÉQUENCE DE CONSOMMATION DE PRODUITS BIOLOGIQUES

quelques chiffres...

Les chiffres le prouvent : les Français aiment les produits bio et sont de plus en plus nombreux à les consommer. Près d'un Français sur deux ! De 37 % en 2003, ils sont maintenant au moins 47 % en 2005, selon le Baromètre de l'Agence BIO, réalisé par l'Institut CSA. Après une année 2005 assez morose pour le marché bio, les produits issus de l'agriculture bio sont de plus en plus recherchés. Aujourd'hui plus de 8 Français sur 10 en ont une image positive et plus d'un sur deux se sent proche des valeurs véhiculées par l'agriculture bio et surtout de son souci à

préserver l'environnement. Près de 92 % des consommateurs connaissent le logo AB. Les produits bio les plus demandés sont les fruits et légumes (73 %), suivis des œufs (61 %). Environ 21 % des acheteurs envisagent d'augmenter leur consommation et 76 % de la maintenir.





entraîné le déplacement massif de la population rurale vers les villes. Les paysans deviennent alors des ouvriers et en peu de temps l'artisanat est remplacé par une production industrielle, moins chère, mais à grande échelle.

Les prix chutent, les conditions d'hygiène s'améliorent, les connaissances scientifiques permettent des progrès industriels extraordinaires.

Au ^{xx}e siècle l'agriculture fournit l'industrie et l'agriculteur est devenu un sous-traitant. Les petites exploitations disparaissent, écrasées par le « dumping » social et la mondialisation, jusqu'à présent facteur d'échange de diversité, conduit à une uniformité générale. On cultive de plus en plus les mêmes espèces et « on trouve de tout partout, mais c'est partout à peu près la même chose ».

Ce mouvement n'a fait que s'accroître dans la deuxième moitié du ^{xx}e siècle.

Pendant la période de l'après-guerre, l'agri-

culture a été davantage orientée vers une production maximale et à moindre coût. Ce n'est que récemment, et suite à quelques scandales, que le secteur agro-

alimentaire devient plus prudent et sa législation plus stricte, notamment sur l'utilisation de produits phytosanitaires et d'engrais.

Les conditions de vie des agriculteurs sont très difficiles, et trop nombreux sont ceux qui vivent en marge du monde moderne et ne

Interview ANTOINE BOSSE-PLATIÈRE CO-RÉDACTEUR EN CHEF DES 4 SAISONS DU JARDINAGE

Le développement du bio est-il réel pour vous ?

C'est un peu paradoxal : d'un côté, la demande en produits bio explose et l'accès est devenu facile, l'opinion publique y est très favorable et les produits sont bien identifiés, bien contrôlés. Mais en même temps, la production française

stagne depuis 2003 et les transformateurs agroalimentaires bio sont obligés d'importer de plus en plus de produits de pays étrangers. On s'éloigne des idées écologiques portées par le bio !

Et dans les médias, y-a-t'il une évolution ?

Le discours sur le jardinage a beaucoup changé, toutes les revues « classiques » de jardinage ont leur rubrique bio, les chroniqueurs de radio ou de télévision ne parlent quasiment plus de traitements chimiques.

produisent pas suffisamment.

Afin d'améliorer leur niveau de vie et de mieux les intégrer dans l'économie, la Politique agricole commune (PAC) avait pour but d'accroître la productivité, de relever

le niveau de vie des agriculteurs, de stabiliser les marchés, de garantir la sécurité de l'approvisionnement, et enfin d'assurer des prix raisonnables aux consommateurs (Trai-

té sur l'Union européenne, article 33).

Cette politique a atteint ses objectifs techniques mais pas économiques et sociaux. Le niveau de vie des agriculteurs n'a pas vraiment changé et des régions entières risquent de se dépeupler...

*le niveau de vie des
agriculteurs n'a pas
vraiment changé
et des régions
entières risquent
de se dépeupler.*

CONTACTS

www.agencebio.org

www.intelligenceverte.org (« Sauvegarde
des espèces oubliées »)

Définir le bio

Le logo européen bio : réglementation stricte

La présence du logo AB, accompagné de la mention « agriculture biologique – système de contrôle CEE », avec le nom de l'organisme certificateur, est la garantie que le produit est bien issu de l'agriculture bio. Depuis 1993, une réglementation européenne très sévère est entrée en vigueur dans le domaine du bio, en particulier pour les produits d'origine végétale. Les produits d'origine animale sont eux régis par une réglementation nationale stricte définie par la loi de 1980 et son décret d'application de 1981.

CONTACTS

www.mangerbouger.fr

www.fourchetteverte.ch

<http://webduweb.free.fr/bio>

<http://fr.wikipedia.org>

Ces dernières décennies, des produits issus de l'agriculture biologique, dits produits « bio », ont connu un succès inégalé. Les consommateurs sont séduits. Les producteurs français du bio n'arrivent plus à répondre à cette demande toujours croissante. Qu'est-ce qu'un produit bio et quelles sont les raisons de son succès ?

Le bio n'est pas seulement une mode, c'est une nouvelle façon, plus saine, de se nourrir. Les aliments bio associent la qualité et le plaisir. Produits d'une manière naturelle, ils sont plus sains et, dans la plupart des cas, ils ont un meilleur goût que les produits issus de l'agriculture conventionnelle parce que cueillis à maturité. Le bio, on en réclame de plus en plus et cette demande entraîne une croissance annuelle de 20 %

Le bio s'installe durablement dans nos assiettes : un Français sur deux en consomme.

(Sylvander, 1999). Autrefois, manger bio était le privilège de quelques consommateurs écolos qui achetaient dans des magasins spécialisés. Mais l'intérêt pour ces produits s'est étendu et le bio s'installe durablement dans nos assiettes : un Français sur deux en consomme aujourd'hui au moins une fois par an (Baromètre CSA, Agence BIO). Par ailleurs, ces dernières années, les conversions d'exploitations en agriculture biologique sont très nombreuses. En 1999, le ministère de l'Agriculture a consacré plusieurs dizaines de millions de francs aux aides à la conversion pour aider et motiver les agriculteurs.

Qu'est-ce qu'un produit bio ?

Différences entre un aliment bio et un produit diététique

Pour mieux comprendre le concept du bio il faut distinguer certaines notions courantes : manger bio et manger équilibré, ce n'est pas forcément la même chose, et un produit biologique ne répond pas forcément

aux critères d'un produit diététique. Ce dernier est adapté à un objectif nutritionnel précis et, dans ce but, sa composition nutritionnelle a été volontairement changée (sans sucre, sans sel, sans additifs...).

L'adjectif « biologique » est aux antipodes de tout ce qui est artificiel, synthétique ou chimique. Les aliments bio sont issus d'un mode de culture spécifique, bien défini par la législation, d'une agriculture excluant engrais, herbicides, pesticides chimiques. Les produits bio sont souvent plus savoureux que les aliments conventionnels : des fruits et légumes récoltés à leur maturité ou des



LES DIFFÉRENTS LABELS :
Points communs et différences
entre les labels américains, européen et français.

POINTS COMMUNS		
Pas d'utilisation d'OGM. Pas d'engrais ou de pesticides synthétiques, ni de boues d'épandage. Pas d'irradiation. Techniques de rotation des cultures. Pour les élevages, alimentation essentiellement à partir de l'agriculture bio, sans hormones ni antibiotiques.		
LABELS AUX USA	LABEL EUROPÉEN (UE)	LABEL FRANÇAIS (AB)
Un label unique délivré par le ministère de l'Agriculture, succèdera en juin 2002 aux dizaines de labels locaux. Trois catégories : 100 % organic, organic (à 95 % bio) et made with organic ingredients (70 % de bio minimum).	Ne concernant initialement que les cultures, il a été étendu récemment aux élevages (mais ne concerne pas la pisciculture, par exemple). Le logo européen n'est pas obligatoire et est peu utilisé. Il cède généralement la place à des logos nationaux ou indépendants, en général plus exigeants (en Allemagne, le logo Bioland proscriit le soja et les farines de poissons dans l'alimentation animale). Le label indique que 95 % d'un produit est bio et provient du territoire européen.	Le logo AB, le plus strict d'Europe notamment du point de vue animal exige qu'une partie de l'alimentation des animaux soit produite sur l'exploitation et inclut une liste de produits qui peuvent être importés s'ils ne sont pas cultivables en Europe (les ananas, par exemple).
	Depuis Août 2000, le label européen s'assouplit et tente de simposer sur le label AB trop contraignant.	
	- pour la constitution ou le renouvellement d'un cheptel, l'approvisionnement sans limite en cheptel conventionnel est autorisé. - davantage de traitements vétérinaires sont possibles - n'oblige pas le « lien au sol » à savoir une alimentation pour le bétail, provenant de l'exploitation.	- le cahier des charges français réduit ce renouvellement à 10 %. - oblige le « lien au sol » à savoir une alimentation pour le bétail, provenant de l'exploitation.

Cultiver bio

Cultiver bio ne veut pas dire qu'il ne faut pas intervenir. Cependant, l'agriculteur bio respecte la nature, l'eau et le sol qu'il travaille de façon à préserver l'immense population microbienne, indispensable à l'équilibre naturel. Il recycle les matières organiques naturelles et applique un programme de rotation des cultures pour éviter l'épuisement du sol. Son but n'est pas le rendement à tout prix, mais l'obtention de récoltes de qualité. Dans ce mode de culture, les traitements n'interviendront qu'en dernier ressort en utilisant des produits naturels ou « maison », comme les purins d'ortie, de prêle, de fougère, de tomate, de consoude... On limite également l'emploi d'additifs, de conservateurs, de désinfectants, de nettoyeurs chimiques et l'on privilégie systématiquement les substances naturelles.

fromages fabriqués artisanalement ont une qualité gustative généralement supérieure à ceux obtenus industriellement. Cependant, les études réalisées jusqu'ici sont encore trop peu nombreuses pour qu'on puisse conclure à la supériorité systématique des aliments bio. Lors de tests de dégustation à l'aveugle, il arrive que les produits bio ne se trouvent pas mieux classés que les autres...

Un mode de culture spécifique

La culture bio est une culture en accord avec la vie qui permet de produire des végétaux (ou animaux) sains tout en respectant et préservant l'environnement. Elle n'emploie aucun produit chimique et utilise essentiellement des substances naturelles pour enrichir le sol, lutter contre les maladies et parasites, produire les semences... Ce mode de culture est bien encadré et répond à un cahier des charges rigoureux. Chacune des étapes de la production d'ingrédients, « de la fourche à l'assiette » (transformation, stockage, conditionnement, transport), doit être entièrement bio. 95 % de ce que contient un produit bio doit être issu de l'agriculture bio, garantie sans traitement chimique, sans apport d'engrais de synthèse ou d'autres produits toxiques. Déjà très exigeante, la législation a été renforcée par les règles européennes adoptées en 1995, qui imposent que toute la chaîne de production s'effectue dans les mêmes conditions. Lorsqu'un

consommateur choisit de manger bio, sa démarche reflète non seulement son exigence de qualité et son souci de manger sain, mais aussi de préserver l'équilibre fragile qui existe entre l'homme et la nature...

Les produits bio ne contiennent pas d'OGM

L'un des engagements qui a fait l'immense succès des produits biologiques, c'est la garantie « sans OGM ». En effet, les exploitants, fabricants ou distributeurs de produits bio se sont engagés à ne pas utiliser de produits génétiquement modifiés. Toute la chaîne de production doit être contrôlée : une viande labellisée bio garantit que l'animal n'a pas été nourri avec des végétaux contenant des OGM. Cependant, le risque de contamination par des champs voisins existe toujours.

Où repose le danger des OGM ? Nul ne sait quel sera le comportement dans l'environnement de ces nouveaux organismes. Ils risquent de « contaminer » le patrimoine génétique d'autres plantes, sauvages ou cultivées, ou de se multiplier de façon incontrôlable. Leur comportement est totalement imprévisible et une fois la « pollution » génétique engendrée, elle est irréversible et menace la pérennité de l'agriculture biologique, mais aussi celle de l'agriculture conventionnelle. D'où la nécessité d'instaurer une protection contre la contamination génétique tout au long du cycle de production. Au-delà de la pollution génétique, il existe d'autres dangers écologiques liés aux OGM. On peut

*La garantie
« sans OGM »
des produits bio a
largement contribué
à leur succès.*

craindre l'invasion de mauvaises herbes résistantes à des herbicides. Pour combattre ces indésirables tenaces, on augmente drastiquement les doses d'herbicides, ce qui entraîne une pollution de l'eau, du sol, de l'air. La biodiversité et la santé de tous les organismes vivants se trouvent ainsi menacées, ce qui est le cas en Argentine où le soja transgénique occupe la moitié des 12 millions d'hectares de surfaces cultivées. Surgit aussi le risque de disparition d'insectes « utiles » ou d'apparition de « super insectes », résistants aux insecticides. Les conséquences sur les écosystèmes sont nombreuses et néfastes...

L'alimentation humaine en Europe est quasiment indemne d'OGM, mais ce n'est pas le cas chez les animaux (bovins, poulets, porcs, souvent nourris avec des tourteaux de soja). Actuellement en France il n'existe aucune surface agricole cultivée de plantes transgéniques à des fins commerciales, mais certaines communes ont accueilli des parcelles expérimentales. Nombre d'entre elles sont détruites chaque année par des citoyens inquiets des conséquences écologiques irréversibles de ces essais.

À l'heure actuelle, il n'existe aucune étude à long terme sur les risques sanitaires liés à la consommation des OGM. Si leur innocuité sur notre santé n'a pas été démontrée à

ce jour, des risques potentiels ont bien été identifiés : l'introduction de nouveaux gènes dans les plantes cultivées à destination de la consommation humaine ou animale entraîne la synthèse de nouvelles protéines dont on ne connaît pas le potentiel allergène. D'où l'apparition

de nouvelles allergies alimentaires. Certaines plantes transgéniques contiennent un gène de résistance aux antibiotiques. Les scientifiques craignent le passage de ce gène à des bactéries du système

digestif animal ou humain, rendant ainsi inefficaces les traitements par certains antibiotiques. Ceci constitue une menace sérieuse pour la santé publique.

Qu'est-ce qu'un OGM ?

C'est un organisme vivant créé artificiellement par l'homme grâce aux techniques complexes du génie génétique. Un ou plusieurs gènes sont prélevés sur un organisme vivant (virus, bactérie, animal ou plante) et insérés dans le patrimoine génétique d'un autre organisme. C'est ainsi que ce dernier modifie son identité génétique. Cette technique connue également sous le nom de « transgénèse », franchit la barrière des espèces et des genres et dépasse largement l'amélioration des variétés agricoles pour donner naissance aux « nouveaux organismes » vivants jusqu'alors inexistant dans la nature.

L'alimentation humaine en Europe est quasiment indemne d'OGM, mais ce n'est pas le cas chez les animaux.



LES OGM Quelques chiffres

En 2003, près de 67 millions d'hectares de plantes transgéniques (double de la surface agricole française) ont été cultivés dans le monde. Les États-Unis couvrent la plus grande part des cultures transgéniques (60 %), suivis par l'Argentine (13, 9 %), le Canada (4,4 %) et la Chine (2,8 %). Le soja est la plante transgénique la plus cultivée (43 millions d'hectares), mais on cultive aussi du maïs (16 millions d'hectares), du colza (7,5 millions d'hectares) et du coton transgénique (3,6 millions d'hectares).

De nombreuses plantes transgéniques sont commercialisées partout dans le monde. Des milliers de tonnes de soja OGM sont introduites dans la chaîne alimentaire, via l'alimentation animale, à l'insu des consommateurs et au mépris de leur droit au choix. (Source Greenpeace)

N, P, K :
à chacun son rôle

La plante, pour se développer, a besoin d'eau et de lumière mais aussi de nutriments qu'elle puise dans le sol : l'azote, le phosphore et le potassium. Les engrais fortement azotés provoquent des excès de nitrates dans les tissus des plantes ce qui fait qu'on obtient vite de gros fruits et légumes, mais souvent gorgés d'eau et sans saveur. Fort appréciés des insectes, ravageurs, champignons et autres parasites, ces produits sont moins résistants. Quant au phosphore, il permet aux végétaux un développement harmonieux (racines, fleurs, fruits, graines) et une meilleure résistance au froid ainsi qu'aux maladies. Le potassium permet aux plantes d'absorber les oligoéléments présents dans le sol et leur donne davantage de vigueur. Le manque de potassium se remarque par le jaunissement du bout des feuilles qui conduit vite au dessèchement de toute la feuille.

Les produits issus de l'agriculture bio ou biodynamique sont exempts d'OGM conformément à leur cahier des charges. Il est désormais obligatoire de signaler la présence de tout produit contenant un OGM dans la liste des ingrédients qui figure sur l'emballage, par exemple « huile de soja, à partir de soja génétiquement modifié ». C'est une nouvelle réglementation européenne qui est entrée en vigueur le 18 avril 2004.

Cependant, en décembre 2005 la Commission européenne a rendu public un nouveau projet de règlement sur la production bio qui sera appliqué dès janvier 2009. Ce projet menace 50 ans de combats pour la valorisation du bio : des milliers de producteurs, de consommateurs, de distributeurs, de transformateurs se sont battus pour faire vivre l'agriculture biologique. Le nouveau règlement tente de réduire le bio à un simple « segment de marché »

(*Nature & Progrès*, avril 2006). Il propose de supprimer l'interdiction des produits chimiques de synthèse, c'est-à-dire d'autoriser leur utilisation dans la production bio. De plus, il tolérera la présence des OGM jusqu'à 0,9 %. Appliquer ces deux règlements, c'est contester les bases du fondement de l'agriculture biologique. Les grandes entreprises chimiques seront ainsi tentées de ramener le producteur bio à frapper à leurs portes... Consommer bio c'est acheter un produit sans OGM,

obtenu dans le respect de l'environnement de la biodiversité, des producteurs, de la vie et de la santé. C'est une alternative plus pérenne et plus fiable pour les temps à venir.

Un produit bio... un produit sans pesticides...

Les produits bio ne sont pas traités par des produits chimiques de synthèse, les pesticides. Ces derniers agissent contre toutes sortes de ravageurs et regroupent les produits insecticides, utilisés dans la lutte contre les insectes, les désherbants (herbicides ou défoliants), agissant contre les « mauvaises herbes », les fongicides, employés contre les maladies dues aux champignons microscopiques, et enfin les acaricides utilisés contre les acariens comme

l'araignée rouge. L'agriculture conventionnelle déverse chaque année des millions de tonnes de pesticides dans le monde !

Toxique pour les plantes, les animaux et l'homme,

leur utilisation demande toute notre vigilance : ils s'accumulent dans les couches superficielles du sol où ils restent actifs longtemps après leur application ; ils permettent de lutter contre les ravageurs, mais détruisent aussi les insectes auxiliaires, intoxiquent les oiseaux qui s'en nourrissent ainsi que des petits animaux utiles comme les hérissons.

Les pesticides sont également entraînés par les eaux de ruissellement dans les nappes phréatiques.

Afin d'évaluer l'impact réel des méthodes biologiques, il faut tenir compte de la nature du sol, de la variété de la plante, de l'ensoleillement, etc.

Dans les exploitations biologiques, les seuls produits autorisés sont les pesticides naturels qui ont, eux aussi, un impact sur l'environnement (sur les insectes qui ne sont pas nuisibles notamment), mais leur effet est théoriquement moindre. Ils sont moins agressifs pour la nature, et les quantités déversées sont raisonnables.

...ni engrais de synthèse

Directement assimilables par les plantes, les engrais chimiques de synthèse contiennent de l'azote (N), du phosphore (P) et du potassium (K), éléments nutritifs qui stimulent la croissance des plantes et assu-

rent un bon rendement. Cependant, l'excès comme la carence de chacun de ces éléments ont une incidence sur la santé des plantes. Les exploitations biologiques rejettent beaucoup moins de polluants. Ce type de culture utilise des engrais d'origine organique : dans ceux-ci, l'azote est faiblement minéralisé et entraîne une moins forte production de nitrates. Mais, afin d'évaluer l'impact réel des méthodes biologiques, il faut tenir compte de la nature du sol, de la variété de la plante, de l'ensoleillement, etc. Moins d'engrais et de pesticides, certes, car théoriquement les produits bio n'ont été en

Rotation de cultures : de bonnes associations

Les légumes ont des besoins différents selon leur famille. Après les plantes frugales comme l'oignon, le haricot, l'épinard, la carotte, le fenouil ou le pois, on peut cultiver des plantes plus gourmandes (tomate, concombre, artichaut, betterave, pomme de terre, aubergine, maïs...). Moyennement exigeants sont le radis, le brocolis, le chou, l'ail, le poireau, la laitue, le navet... N'oublions pas les légumineuses (Fabacées) comme le pois, le haricot ou la fève qui fixent l'azote de l'air grâce aux bactéries symbiotes (Rhizobium). Ces plantes dites « engrais verts » enrichiront les cultures grâce à cet azote qu'elles fabriquent et qu'elles fournissent au sol. La courge ou la pomme de terre sont réputées être des plantes « nettoyantes ».



AGRICULTURE « BIO » OU AGRICULTURE « RAISONNÉE » Quelles différences ?

L'agriculture raisonnée, ou *Integrated Farming* pour nos voisins anglosaxons, est une démarche fondée sur un choix de techniques « raisonnées », celles qui respectent l'environnement : on emploie moins de pesticides, on limite la quantité d'engrais, on consomme moins d'eau... Toutefois, la rentabilité économique des exploitations doit rester satisfaisante. Ce mode de production nécessite un suivi systématique des cultures et des sols, afin de limiter l'usage des engrais et des produits phytosanitaires au strict minimum. Mais il n'impose pas, comme l'agriculture biologique, l'exclusion de tout traitement chimique de synthèse et la transformation complète de la production. Il faut que tout le monde s'y retrouve : le producteur, qui réduit ses dépenses liées aux traitements phytosanitaires et à la fertilisation, et le consommateur,

qui peut espérer acheter des aliments contenant moins de résidus de substances phytosanitaires.

Depuis 1993, l'association FARRE (Forum de l'agriculture raisonnée respectueuse de l'environnement) est chargée d'assurer la promotion et le développement de l'agriculture raisonnée.

Cependant, malgré le soutien des pouvoirs publics, cette nouvelle forme d'agriculture ne concerne encore que peu d'exploitations (10 à 15 %) et donc une faible proportion de nos aliments. L'agriculture raisonnée deviendra certainement dans les années à venir le standard européen. C'est ce que pense Guy Paillotin, l'ancien président de l'INRA et auteur d'un rapport officiel sur ce sujet. Il estime qu'en 5 ans, « il sera possible de faire adhérer 80 % des agriculteurs à la démarche de l'agriculture raisonnée ».

Quels engrais bio ?

Tout est source d'humus et donc bon à être composté :

la paille (source d'humus), les tontes de gazon fanées, les épluchures séchées, les légumes véreux, les herbes sauvages non montées en graines et fanées, la sciure et les copeaux de bois blanc (non traité), les feuilles mortes, les déchets secs de légumes et fleurs...

À la différence des engrais chimiques, tous les engrais employés en culture bio sont à action progressive. Il faut donc ajuster leurs apports selon le besoin... Les tourteaux sont des restes organiques issus de la transformation de la vigne ou de ricin ou d'autres plantes encore : 10 kg de tourteaux assure l'équivalent en azote de 180 kg de fumier. Il est recommandé pour enrichir une terre nue (40 kg pour 100 m²). Le plus riche en azote est le guano du Pérou. Il contient 14 % d'azote (Le Particulier, mars 2006).

contact avec aucun engrais ni pesticide, dans la mesure où leur usage est interdit. Néanmoins, il est admis aujourd'hui que certains d'entre eux ne sont pas totalement exempts de résidus, par contamination de l'air et de l'eau pollués par les autres producteurs.

Les cultivateurs de produits bio le reconnaissent eux-mêmes : ils ne peuvent rien contre les eaux de pluie qui ruissellent, ni contre le vent. Cependant, si leurs produits renferment ces substances, c'est dans des quantités nettement inférieures aux produits courants.

Des méthodes respectueuses

Les agriculteurs auraient-ils intérêt à se mettre au bio ?

Certes, la productivité obtenue par ce mode de culture est généralement moindre : 80 % à 90 % de celle des exploitations conventionnelles, mais les rendements sont de meilleure qualité. De plus, les champs cultivés en agriculture bio résistent mieux aux maladies et ravageurs.

En ce qui concerne l'élevage, les animaux semblent également moins sujets aux infections. Par ailleurs, l'agriculture biologique respecte la biodiversité et le patrimoine naturel et permet la cohabitation de nombreuses espèces végétales et animales.

On y trouve plus de vers de terre et autres arthropodes dans le sol...

Cependant, les avantages du bio dépendent aussi du passé de l'exploitation.

En général, il faut attendre quatre ans pour qu'une nouvelle exploitation atteigne l'équilibre écologique propre à ce type de culture.

Si la conversion au bio est trop récente, les bénéfices de cette pratique ne seront pas ressentis immédiatement.

Rotation des cultures

Il faut éviter de cultiver une même plante plusieurs années de suite sur une même parcelle. C'est ce que l'on appelle « faire de la monoculture ». La rotation des cultures est la méthode écologique la plus simple pour éviter l'épuisement du sol, et surtout

s'il s'agit d'un potager. Les cultures se succèdent et chaque année on cultive une plante différente sur une même parcelle, et celle-ci ne reviendra au même endroit qu'après une longue « pause » de 4 à 6 ans.

L'alternance de parcelles a de très nombreux avantages. Chaque plantation, ayant un système racinaire différent, sollicite une autre couche du sol.

Les plantes aux racines superficielles aèrent la partie supérieure du sol et d'autres, à racines profondes, jouent le même rôle dans les couches inférieures. Donc, le sol s'épuise moins

À LIRE
Personne ne veut des OGM sauf les industriels, Susan George, Le Monde Diplomatique

vite et sa structure est améliorée. Cette pratique est également importante pour éviter et éliminer de nombreuses maladies et parasites qui auront davantage de mal à se propager car le cycle des cultures (qui sont leurs hôtes) est interrompu chaque année.

Il faut établir un plan des rotations et s'y tenir jusqu'à la fin du cycle complet. Il est utile de savoir également que les plantes vivaces (asperges, fraisières, artichauts) restent plusieurs années en place. Il faudra alors patienter, à peu près autant d'années, pour qu'elles occupent à nouveau la même parcelle. Il en est de même pour les plantes condimentaires, cultivées en bordure.

Recyclage des matières organiques et engrais verts

Un agriculteur bio recourt aux engrais minéraux ou organiques et donc ne jette jamais ses déchets verts. Il les accumule sur le tas de compost qui, une fois décomposé par les micro-organismes, deviendra une source d'humus. Le compostage est issu de la transformation de la

matière végétale et des déchets organiques par une fermentation contrôlée. L'incorporation du fumier d'ovins et de chevaux ainsi que d'orties, bien fanées et hachées (non montées en

graines), ou les arrosages à base de purin d'ortie, accélèrent le processus de décomposition de la matière organique. L'agriculteur bio peut également cultiver les « engrais verts »

*Seuls les végétaux
nourris de façon
équilibrée donneront
à leur tour des
fruits sains, riches
en vitamines.*

Un logo officiel bio

Chaque produit biologique porte un logo officiel « AB ». Cela signifie que le produit concerné contient au moins 95 % d'ingrédients issus eux aussi d'un mode de production biologique. Propriété du ministère de l'Agriculture, ce logo figure sur l'emballage et c'est le seul label qui impose un mode de production spécifique et réglementé. Il ne faut pas confondre avec les autres signes de qualité comme l'AOC ou Label Rouge. Les produits « issus de l'agriculture biologique » sont contrôlés par des organismes certificateurs agréés par les pouvoirs publics français : ECOCERT, AGROCERT, ULASE, ACLAVE, CERTIPAQ et QUALITÉ France.



FILIÈRE BIO *Une filière en explosion*

La filière bio connaît un succès fulgurant. Malgré quelque 4 000 agriculteurs français, spécialisés dans ce domaine, qui cultivent 100 000 ha (sur les 28 897 521 ha cultivés au total), la production reste insuffisante pour répondre à la demande croissante des consommateurs. En aval de ces producteurs, viennent 800 préparateurs ou transformateurs et une cinquantaine d'exportateurs. On crée des entreprises de distribution des produits bio, et tous les supermarchés ont maintenant leur rayon

biologique. Donc, le bio est moins rare, et de ce fait moins cher, même si son prix reste encore plus élevé que celui des autres produits.

La France n'assure que 7 % de la demande bio et reste à la traîne des autres pays d'Europe, même si l'on vient de dépasser le cap symbolique de 1 % de la « surface agricole utile » en agriculture bio. L'Allemagne et l'Italie comptent plus de 2 % de leur surface agricole exploitée en bio, la Finlande près de 4 %, la Suède et l'Autriche pratiquement 9 %.

CONTACTS

www.greenpeace.org

www.detectivesOGM.org
(la liste de produits contenant des OGM)

www.ecocert.fr

Label DEMETER :
le label de
la biodynamie

En 2004, environ 92 000 ha répartis sur 2 700 fermes sont dévolus à ce type d'agriculture dans le monde.

Le label DEMETER garantit les produits issus de l'agriculture biodynamique.

On les trouve dans tous les magasins bio. Il est appliqué aussi en viticulture et certains grands crus portent ce label.

qui apportent au sol une couverture végétale protectrice contre les intempéries, la sécheresse, favorisent son humidification, l'épargnent de l'érosion et améliorent sa structure. C'est un procédé ancien qui remonte aux débuts de l'agriculture, bien avant l'ère chrétienne. Il consiste à cultiver une espèce uniquement destinée à être enfouie superficiellement dans le sol afin d'en améliorer la fertilité. Les cultures les plus utilisées sont le trèfle, le lotier, le sainfoin, la féverole, etc.

Seuls les végétaux nourris de façon équilibrée donneront à leur tour des fruits sains, riches en vitamines, minéraux et oligoéléments.

Utilisation d'insecticides

« naturels » : la lutte biologique

L'agriculteur bio combat les insectes et maladies de ses cultures d'une façon naturelle. Il fabrique ses propres remèdes, qui agissent différemment selon leur composi-

tion. Certains sont mortels pour les parasites, d'autres sont seulement répulsifs ou empêchent leur reproduction. Mais ils ne sont jamais toxiques, ni pour l'homme ni pour l'environnement.

La production bio utilise aussi des moyens de lutte biologique en protégeant ou en développant les ennemis naturels des parasites.

Petite histoire du bio

La biodynamie, le courant important de l'agriculture biologique

Dans les années 1920, le philosophe et scientifique autrichien Rudolf Steiner élabore une nouvelle méthode agricole, la première en date des méthodes dites « bio » : la biodynamie.

Comment fonctionne-t-elle ? La biodynamie repose sur tous les bons principes de l'agriculture bio mais avec quelques spécificités en plus. Son approche est globale et repose sur une compréhension du monde, de la nature qui nous entoure et des lois (physiques, chimiques et biologiques) qui y règnent afin de les respecter au mieux dans les pratiques agricoles. Elle tient compte des découvertes modernes, mais n'oublie pas la tradition et le savoir-faire agricoles acquis au fil des siècles. Elle respecte des interactions subtiles qui existent entre les différents biotopes, les végétaux et les animaux.

L'agriculteur en biodynamie se soucie de l'environnement et aménage le paysage afin de conserver la diversité des biotopes (les arbres, les haies, les zones humides, les



RUDOLF STEINER

Fondateur de la biodynamie

« En 1924, à la demande d'un groupe d'agriculteurs s'inquiétant, déjà, de la perte de fertilité de leurs sols, Rudolf Steiner jeta les bases de ce qui allait devenir la méthode biodynamique. Né en Autriche, en 1861, Steiner fut influencé par Goethe, homme de lettres mais aussi scientifique. Steiner fonda son propre courant de pensée, l'anthroposophie, qui vise à mener l'homme au

bien en développant ses capacités intellectuelles et spirituelles. Mais sa pensée s'exerça aussi dans les domaines social, médical, pédagogique (Écoles Steiner), et même architectural puisqu'on lui doit les plans du Goetheanum, institut de la « science spirituelle ». Il mourut à Dornach (Suisse), en 1925. »

Source : *Nature & Progrès*
N° 10 - mars-avril 1998

pelouses, les lisières...).

Cette méthode préconise aussi de « soigner » le sol par l'homéopathie : en effet, certaines plantes rendent la terre plus saine et plus fertile. On tient compte également des rythmes solaires et planétaires et d'autres forces de l'univers pour améliorer la croissance et la qualité des produits...

Mais, avant tout, la biodynamie s'intéresse à l'aspect dynamique des processus naturels (*dynamis*, en grec, signifie force, puissance, fécondité). Son but : ne jamais rompre l'harmonie et l'équilibre naturels, où « tout » doit rester connecté au « tout ». Cette méthode, très suivie en Allemagne, renonce à toute productivité disproportionnée et recherche l'équilibre en cultivant les espèces du terroir. Une trop grande productivité mettrait en péril la santé et l'évolution de l'ensemble. Le rendement doit être en accord avec les capacités des organismes vivants (animaux ou végétaux).

La deuxième source du bio se nomme

« l'agriculture organique ».

Cette méthode est née en Angleterre en 1940, fondée sur les écrits de Sir A. Howard, qui prône le compostage et le retour à une agriculture paysanne autonome. En Suisse, ce même mouvement porte le nom d'agriculture organo-biologique et fut développé par Rusch et Müller.

Ces trois courants, la biodynamie, l'agriculture organique et organo-

biologique, prônent le lien entre agriculture et nature, respectent les équilibres naturels, se soucient de la qualité du sol et de sa fertilité...

L'agriculture bio s'est développée en France au début des années soixante, mais elle n'a vraiment percé en Europe que vers le milieu des années 1980. La création, en 1972, de l'IFOAM (International Federation of Organic Agriculture Movements) a permis sa reconnaissance.

Certification



Tout produit bio est contrôlé. Pour être certifié AB, il doit contenir au moins 95 % d'ingrédients issus du mode de production biologique. Seul un petit nombre d'organismes, agréés officiellement par les pouvoirs publics français, peuvent réaliser des contrôles au niveau des pratiques d'agriculture, des conditions de stockage, d'emballage et de transport, ainsi

qu'au niveau du suivi des factures d'achat, afin de délivrer la certification « Agriculture Biologique ». Donc, ces contrôles concernent aussi bien les producteurs que les transformateurs. Pour être agréés, ces organismes doivent répondre à des critères d'indépendance, d'impartialité, d'efficacité et de compétence définis par le règlement communautaire et les dispositions de la norme européenne EN 45 011, relative aux organismes chargés de délivrer la certification de produits.

En France, ils sont six : ECOCERT, AGROCERT, ULASE, ACLAVE, CERTIPAQ et QUALITE France.

Label bio européen

L'an dernier, en décembre 2005, la Commission européenne a adopté une proposition pour un nouveau règlement sur l'alimentation biologique (en fait en débat encore à l'heure actuelle, sous la pression de différents acteurs...), plus simple et plus transparent pour les consommateurs et les agriculteurs. Elle a proposé la mise en place d'un logo commun à tous les pays de l'Union européenne. Désormais, ce dernier figure sur tous les produits respectant la réglementation européenne : seuls les aliments contenant au moins 95 % d'ingrédients biologiques, hormis ceux contenant plus de 0,9 % d'OGM pour cause de contamination accidentelle, peuvent malheureusement porter ce logo. La mention « UE – BIOLOGIQUE » sera également obligatoire.

www.agrisalon.com

Pourquoi manger bio ?

Les Français
et le bio : une
consommation
croissante

Ils étaient 37 % en 2003, 44 % en 2004, et 47 % en 2005. Selon un sondage récent réalisé par l'institut CSA (baromètre 2005), un Français sur deux consomme du bio en se souciant principalement de sa santé. Tout ce qui est fait d'une façon naturelle est a priori « meilleur ».

« Préserver la santé » est donc en tête des raisons de consommation (94 % en 2005) et la qualité et le goût « inimitable » de ces produits est la deuxième raison d'achat.

Consommer bio c'est manger des fruits et légumes de saison, à leur maturité, des bons produits du terroir issus de l'agriculture locale. Les produits bio ont-ils un meilleur goût et sont-ils vraiment meilleurs pour la santé ?

Le goût du bio

Remplir son panier de fruits et de légumes fraîchement cueillis pour les consommer le jour même, retrouver la « vraie » saveur des tomates ou du lait entier... Le bio s'est installé durablement dans nos assiettes. Ses partisans, de plus en plus nombreux, privilégient la qualité et non la quantité

et clament le meilleur goût de ces produits. Avec ses petites « imperfections », une tomate bio, par

exemple, fait plus « vraie » que celle rouge vif, obtenue par l'agriculture intensive. Souvent trop ferme, cette dernière est cueillie avant terme pour mieux supporter le transport.

Plus de 1 Français sur 2 se sent proche des valeurs véhiculées par l'agriculture biologique.

Et nos papilles perçoivent vite la différence entre ces deux produits. En effet, le goût n'est pas le même.

Dépassant le simple phénomène de société et dans un contexte plutôt morose pour le marché agroalimentaire, les produits issus de l'agriculture biologique ont une place de choix dans l'univers de consommation des Français. Aujourd'hui plus de un Français sur deux se sent proche des valeurs véhiculées par l'agriculture biologique et près de neuf Français sur dix estiment que les produits bio contribuent à préserver l'environnement.

Le bio très apprécié

Lorsqu'ils ont le choix entre un produit bio et un produit « ordinaire », certains animaux préfèrent le bio. C'est le cas des poules, lapins, souris et rats. Cela ne signifie pas forcément que ces

produits ont un meilleur goût, mais c'est peut-être en raison de l'absence de résidus de pesticides ou d'engrais, ou bien de leur plus grande richesse en nutriments. Mais peut-

CONTACT
www.agencebio.org

À LIRE

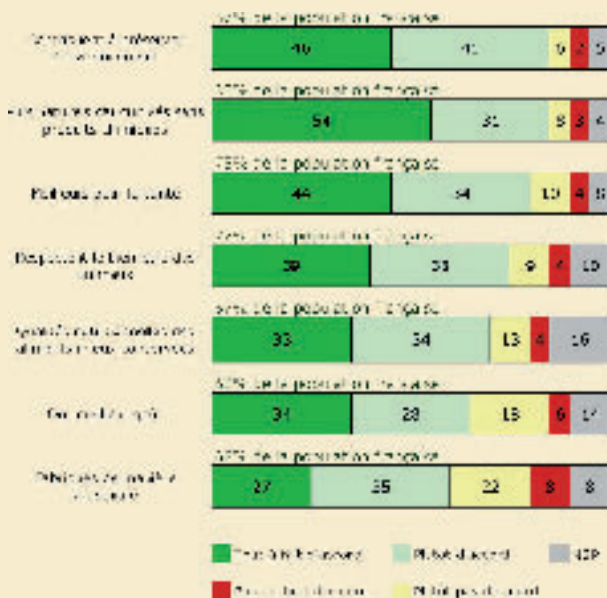
*Les aliments,
Corinne Mohtadji-
Lamballais, Maloine*

on se fier à ces résultats, surtout si l'on considère que l'homme n'apprécie pas les mêmes aliments que les animaux. À partir des résultats des tests effectués sur l'homme, en « double aveugle », c'est-à-dire en faisant goûter aux consommateurs plusieurs produits sans qu'ils connaissent leur provenance, on a pu déduire que le consommateur a du mal à distinguer un produit bio d'un produit « traditionnel ». Mais encore, cela dépend du produit. Apparemment les aliments pour lesquels la différence de goût est la plus flagrante sont les produits laitiers, les carottes, les courgettes, les tomates et les fruits. Pommes de terre,



LA BONNE IMAGE DES PRODUITS BIO AUPRÈS DES FRANÇAIS

Pourquoi on achète bio ?



Mangez bio,
c'est meilleur
pour la santé

Une étude a établi que le lait maternel des femmes qui mangent bio contient moins de résidus de pesticides. Les enfants de 2 à 4 ans nourris d'aliments bio ont des concentrations de résidus de pesticides six fois inférieures par rapport à ceux qui mangent les produits issus de l'agriculture conventionnelle. (Source : Organophosphorus Pesticide Exposure of Urban and Suburban Pre-school Children with Organic and Conventional Diets. Environ. Health Perspect, octobre 2002 et Eco Bio info)

Une meilleure alimentation pour une meilleure santé

L'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) et en particulier sa « Stratégie mondiale pour l'alimentation, l'exercice physique et la santé » de mai 2004 a demandé aux États membres de développer leur propre stratégie pour lutter contre l'obésité. Elle insiste sur l'exercice physique, la réduction de consommation de sucre, de sel, de graisses insaturées, l'augmentation d'apport de fruits, légumes, légumineuses et céréales non raffinées. Mangeons par jour au moins 5 portions de fruits et légumes frais à bonne maturité, de saison, de production locale et respectueuse de l'environnement. Quant à la viande, mieux vaut la consommer raisonnablement et plutôt maigre.

mangues, oranges, pommes et bananes sont aussi jugées meilleures si elles sont bio, sur les autres denrées la différence est peu perceptible. On ne dispose pas de résultats objectifs quant à l'existence d'une réelle différence de goût. Bio ou pas, il est recommandé de consommer au moins cinq fruits et légumes par jour... À vous de choisir.

La santé et le bio

Un aliment complet, naturel et frais, regorge de vitamines, de minéraux, d'oligoéléments, d'enzymes. Il contient également de l'eau et des fibres. Un aliment bio, par définition, n'a pas été « dévitalisé » par traitements thermiques, par raffinage, ionisation ou irradiation, techniques qui anéantissent les microbes et les parasites. Les additifs de synthèse sont également exclus et les procédés naturels de conservation sont couramment favorisés. L'agriculture bio applique le principe de précaution et toute la chaîne de production doit être labellisée.

Les agriculteurs se sont engagés à ne pas utiliser de produits génétiquement modifiés et une viande certifiée bio garantit que l'animal n'a pas été nourri avec des végétaux contenant des OGM. Lorsqu'on

consomme bio, on respecte également des règles d'hygiène et de conservation strictes. Un réfrigérateur propre et une température constante permettent de préserver toute la richesse des aliments.

Quels sont les effets réels du bio sur la santé ? De nombreuses études soulignent une meilleure résistance aux infections des animaux et des hommes qui ont consommé des végétaux issus du bio. Une étude récente s'est intéressée à la contamination par les pesticides organophosphorés (insecticides toxiques du système nerveux).

Les chercheurs américains ont conclu qu'une alimentation comprenant des fruits et des légumes biologiques peut réduire considérablement le taux d'exposition aux pesticides.

Les chercheurs américains ont conclu qu'une alimentation comprenant des fruits et des légumes biologiques peut réduire considérablement le taux d'exposition aux pesticides, jusqu'à dix fois par rapport aux valeurs limites fixées par l'Agence

de protection de l'environnement américaine (EPA).

Même si, tout ce qui est bio n'est pas forcément « équilibré », le label bio garantit une production propre et naturelle, respectueuse des animaux et de l'environnement.

Notre santé ne peut qu'en bénéficier : directement, dans notre assiette grâce à une forte réduction de résidus

chimiques et médicamenteux, et indirectement, par l'amélioration de la qualité de l'air, de l'eau et du sol.

Plus riches en vitamines et minéraux ?

Plusieurs études se sont penchées sur la teneur en vitamines, minéraux et oligoéléments des fruits et légumes, selon leur origine bio ou non.

Les chercheurs se sont aperçus que la richesse en certaines molécules dépend en fait de nombreux facteurs environnants, comme la variété cultivée, la nature du sol... Le choix de la variété joue un rôle important.

Très largement répandue, la pomme Golden par exemple synthétise 4 à 5 fois moins de vitamines E que des variétés plus rustiques. Une comparaison entre les cultures bio et non bio a permis aussi de reconnaître les conditions climatiques comme facteurs déterminants.

Les produits issus de l'agriculture conventionnelle mettent souvent plus longtemps avant d'arriver dans notre assiette car ils sont cueillis avant maturité, puis stockés.

Cette récolte précoce et le temps (plus ou moins long) du stockage jouent sur la teneur en vitamines et minéraux. La richesse en vitamines (particulièrement A et C) semble moindre dans les fruits cueillis

prématurément, par rapport à ceux qui ont mûri sur l'arbre. Selon certaines analyses, le contenu en vitamines de tomates mûries au soleil est nettement plus élevé par rapport à celles cultivées sans contact avec le rayonnement solaire.

Selon les spécialistes, les végétaux bio contiennent moins de protéines mais de meilleure qualité et renferme plus d'acides aminés essentiels comme la lysine et la méthionine, précieuses à notre organisme.

Par ailleurs les produits bio ne contiennent que des « intrants » ou additifs naturels. Les colorants, les conservateurs ou autres

ne sont utilisés que s'ils sont naturels ou bio eux-mêmes.

Le contenu en vitamines de tomates mûries au soleil est nettement plus élevé.



QUE SONT LES GRAINES OUBLIÉES ? *La perte d'un patrimoine*

75 % des variétés comestibles cultivées il y a un siècle sont aujourd'hui oubliées. Pourquoi ces variétés ont-elles ainsi disparu ? Principalement en raison de l'agriculture intensive qui a éliminé les plantes à faible rendement et favorisé les cultures uniques. Mais les consommateurs que nous sommes ne sont pas étrangers à cette disparition : les goûts se sont standardisés au profit de fruits et de légumes aux formes homogènes et à la saveur toujours égale...

Avec ces variétés tombées dans l'oubli, disparaît un patrimoine mais aussi un pan de notre biodiversité. Heureusement, quelques irréductibles se sont engagés dans leur sauvegarde : c'est le cas de la Ferme de Sainte-Marthe qui, depuis 25 ans, collecte des graines oubliées qui sont ensuite soignées, étudiées, reproduites et diffusées auprès des particuliers, jardiniers et agriculteurs. Un véritable travail de fond pour faire entrer un peu de biodiversité dans nos jardins...

Le marché mondial
des aliments bio

Le rapport *The World of Organic Agriculture* 2004, publié par l'IFOAM, nous offre une quantité appréciable d'informations sur l'évolution du marché et de la consommation des aliments certifiés biologiques, partout sur la planète. En effet, le marché des aliments biologiques est en croissance non seulement en Europe et en Amérique du Nord, mais dans plusieurs autres pays et régions du monde. L'Amérique du Nord et l'Europe demeurent toutefois les marchés les plus importants pour les aliments bio, accaparant respectivement 51 % et 46 % du marché mondial en termes de ventes. (www.equiterre.org)

L'impact du bio sur la nature

Les consommateurs ou acheteurs du bio donnent une place de plus en plus importante à la préservation de l'environnement. Aujourd'hui 84 % d'entre eux affirment en effet consommer des produits bio « pour préserver l'environnement », alors qu'ils n'étaient que 79 % en 2003 (étude CSA, 2005). Les principes du bio sont en accord avec le développement durable et concilient l'écologie, le social et le bien-être : l'homme devrait ainsi être un allié de la nature plutôt qu'un prédateur égocentrique de son environnement. Pour un agriculteur bio, la plante

doit vivre en harmonie avec son biotope. Il faut nourrir le sol avant de nourrir la plante. L'agriculture bio se prépare à léguer aux générations futures un monde vivable, car ses pratiques réduisent le risque de destruction de la couche d'ozone, de pollution de la terre, de l'eau et de

Les semences ont une importance capitale car elles constituent le premier maillon de la chaîne alimentaire.

l'air. L'agriculture bio réduit également les émissions de gaz à effet de serre, car elle émet moins de CO₂ (dioxyde de carbone), de méthane et de

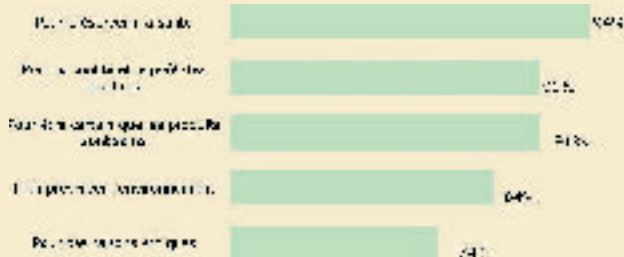
N₂O (dioxyde d'azote). Elle diminue la pollution des sols et des nappes phréatiques, celle des produits (fruits et légumes) qui en sont issus et, enfin, de l'air et de l'eau, car elle n'utilise pas de produits phytosanitaires de synthèse.



LA PRÉSERVATION DE L'ENVIRONNEMENT : un mode de consommation qui gagne du terrain

Parmi les raisons de consommation évoquées en assisté, les consommateurs/acheteurs donnent une place de plus en plus importante à la préservation de l'environnement.

Aujourd'hui, 84 % affirment en effet consommer des produits bio « pour préserver l'environnement », alors qu'ils n'étaient que 79 % en 2003.



Bio et OGM

La culture bio exclut la présence des OGM. Cependant il existe toujours un risque de contamination d'un champ sans OGM par les cultures voisines. Pour le grand public les aliments bio sont 100 % sans OGM alors que les produits issus de l'agriculture conventionnelle pourraient en contenir jusqu'à 0,9 %.

La contamination génétique n'a pas seulement lieu dans les champs, elle peut se produire à toutes les étapes de la production. Les silos et les bennes des camions mal nettoyés, les roues des véhicules et même les semelles des chaussures peuvent véhiculer la contamination. C'est pourquoi des mesures strictes doivent être prises dans les champs, mais aussi à chaque étape de la production : transport, stockage, transformation des récoltes...

En Europe, certains pays ont adopté une loi fixant les conditions de dissémination des OGM. Au Danemark par exemple, les agriculteurs sont indemnisés grâce à un système de compensation : les agriculteurs qui cultivent des OGM leur versent une somme par hectare de culture OGM. Les semences ont une importance capitale car elles constituent le premier maillon de la chaîne alimentaire. En 2003 les États-Unis ont exporté au Mexique plus de 5,5 millions de tonnes de maïs et l'on estime qu'au moins 30 % de celui-ci était génétiquement modifié alors que le Mexique a interdit tout ensemencement de maïs transgénique en 1998.

La contamination génétique n'a pas seulement lieu dans les champs.



Interview

PHILIPPE BLAIS

RESPONSABLE
DE L'ORGANISME
DE CONTRÔLE ÉCOCERT

légumes, et proposent du vrac, non préemballé, ce qui permet aux consommateurs de prendre les quantités qu'ils désirent.

La réglementation sur les produits bio n'est-elle pas une contrainte au développement du bio, notamment en terme de prix ?

Nous ne le pensons pas, mais c'est vrai qu'il peut y avoir de la « concurrence déloyale ». D'abord parce que la réglementation française va plus loin que la réglementation européenne, ce qui peut entraîner des coûts supérieurs, ensuite parce que les subventions aux produits conventionnels faussent également les coûts.

En fait, il faudrait valoriser au mieux les différences du bio, en particulier de celui produit en France. L'agriculture biologique ne doit en tout cas pas perdre son âme.

Que pensez-vous du développement de l'alimentation bio ?

Beaucoup de gens disent qu'il s'agit d'une mode, nous sommes convaincus du contraire. Des magasins bio se créent dans toutes les villes, et leur croissance est de 15 % minimum par an.

Les rayons bio des grandes surfaces aussi sont importants, car ils permettent un accès du bio à plus de consommateurs. Par contre, les magasins spécialisés, même de taille modeste, restent importants pour ceux qui veulent aller plus loin, car ces derniers offrent plus de choix, notamment en variétés de fruits et

Un rapport, tenu secret jusqu'à l'an dernier, conclut que les semences génétiquement modifiées ont contaminé les espèces autochtones, y compris le « teocintle », l'espèce-mère du maïs.

C'est d'autant plus désolant que le Mexique est le berceau du maïs. Il y nourrit des milliers de gens et a gardé un rôle majeur

dans l'économie et la culture du pays. Sans aucun doute, la source de cette contamination est l'importation

Alimentation et cancer

De nombreux facteurs peuvent être à l'origine du développement du cancer. Parmi eux certains sont héréditaires internes et d'autres sont externes, c'est-à-dire liés à notre environnement et à notre mode de vie. Des études scientifiques démontrent que des liens existent entre les habitudes alimentaires et le cancer : de plus en plus de cancers pourraient être dus à différents facteurs alimentaires. Plus d'un cancer sur trois pourrait être évité chaque année en France grâce à une bonne alimentation. C'est ce que révèle un rapport du Fond mondial pour la recherche sur le cancer (WCRF). Plus de fruits et légumes, moins d'alcool, de sel... Selon les spécialistes, faire les bons choix nutritionnels permettrait de réduire bon nombre de cas de cancers en France.

CONTACT

<http://carnets.changons.net>

À LIRE

L'énergie du cru,
Leslie et Susannah
Kenton,
Éd. Jouvence

de grain américain transgénique. La CCE (Commission de coopération environnementale, créée en 1994) évalue le risque de ce flux génétique et notamment son impact sur les plantes, les insectes, les animaux et la santé humaine.

De ce fait, le gouvernement mexicain a interdit l'importation du maïs transgénique en provenance du Canada et des États-Unis et, dans le cas où ce maïs se trouve sur le territoire mexicain, il doit être clairement étiqueté de façon à pouvoir être « directement et sans exception envoyé dans des moulins pour être broyé » afin d'éviter de mettre en péril la précieuse biodiversité de ce pays.

Pas de pesticides et moins de nitrates

Contrairement à l'agriculture bio qui emploie les fertilisants naturels, l'agriculture conventionnelle utilise les engrais chimiques, certes réputés pour leur efficacité mais impactants sur l'environnement.

À l'inverse, une exploitation biologique rejette moins de nitrates dans l'environnement. Les résidus à la surface des fruits et légumes sont quasi inexistantes et les produits bio contiennent donc moins de nitrates. Pour ce qui est de la contamination par des métaux lourds, cela dépend des sols et non de la nature de l'exploitation.

Bio et énergie

Chaque produit que l'on achète a son coût « énergétique ». Pour fabriquer, transformer ou transporter, on utilise l'électricité, le pétrole, le bois ou autres sources d'énergie. Cette débauche d'énergie participe à la pollution et aux bouleversements climatiques. Pour produire 1 tonne d'engrais par exemple, il faut 3 tonnes de pétrole.

Sans oublier les coûts de réparation des dommages environnementaux. Dans notre système de production actuel, une calorie alimentaire nécessite douze calories combustibles. Le bio c'est au final moins d'énergie consommée.

Acheter des produits locaux et des produits de saison

Le coût d'un produit peut être multiplié par dix selon sa provenance, ses modes de production, de transport, de conservation et d'emballage.

Si on achète un produit bio local plutôt qu'un produit importé, on profite non seulement de sa fraîcheur mais aussi de son moindre coût car on évite ainsi toutes les dépenses liées au transport (sauf, le cas échéant, par voies ferrées ou maritimes). On retrouve de plus en plus des fruits et légumes « sans saison », disponibles toute l'année chez les primeurs et au supermarché. Privilégier les produits de saison,

Le coût d'un produit peut être multiplié par dix selon sa provenance, ses modes de production, de transport, de conservation et d'emballage.

plutôt que ceux « hors saison », le frais plutôt que le surgelé, permet de diminuer les frais de stockage et de réduire la consommation d'énergie.

Bien d'autres gestes encore permettent de préserver l'environnement. Utiliser les emballages en papier recyclable ou en matières biodégradables plutôt que le plastique pour éviter la déforestation et le gaspillage.

Privilégier une alimentation végétale plutôt qu'animale.

Pour plus de biodiversité

L'agriculture bio ne peut se développer au détriment de la biodiversité.

Ce mode d'agriculture est en ac-

cord avec la vie, favorise le développement de la faune et de la flore et joue sur le maintien des équilibres naturels dans les écosystèmes. Le sol d'une exploitation biologique est foisonnant de vie, on y retrouve

plus de vers de terre et d'arthropodes. De ce fait ce sol est plus riche en humus et plus perméable.

On retrouve de plus en plus des fruits et légumes « sans saison », disponible toute l'année chez les primeurs et au supermarché.



LE BIO ET LA SÉCURITÉ SANITAIRE

Que dit le rapport de l'AFSSA ?

L'Agence française de sécurité sanitaire des aliments (AFSSA) a étudié récemment la question du bio, notamment en ce qui concerne les caractéristiques nutritionnelles. Bien que ce rapport souligne les limites des données disponibles, il constitue un bon cliché des connaissances actuelles. Voici quelques conclusions clés.

À propos des minéraux et des oligo-éléments :

« ...la composition minérale des aliments issus de l'agriculture biologique ne diffère pas significativement de celle des aliments issus de l'agriculture conventionnelle. Les faibles tendances favorables observées pour le magnésium et le fer dans certains légumes biologiques ont peu de chance de se traduire par un bénéfice nutritionnel significatif, leur contribution aux apports nutritionnels demeurant insignifiante. »

À propos des vitamines : « Les données sur les variations des teneurs en vitamines selon le mode d'agriculture restent très limitées. Elles ne concernent que quelques vitamines (C, B1, B2, A, E, β-

carotène), et quasi exclusivement la vitamine C pour les vitamines hydrosolubles. En l'état actuel des connaissances, il apparaît que, dans la majorité des cas, le mode de production biologique n'influence pas les teneurs en vitamines des matières premières végétales. Quelques tendances en faveur de l'agriculture biologique sont toutefois obtenues pour la vitamine C dans la pomme de terre. Il est donc aujourd'hui difficile de conclure de façon définitive sur l'effet du mode de production sur les teneurs en vitamines des aliments. »

Le bio ne semble donc pas, pour l'instant, en mesure de justifier une supériorité en termes de composition en micronutriments. Par contre, il semble en aller autrement pour certains phytomicroconstituants tels que des polyphénols, qui suscitent l'intérêt en raison de leurs propriétés antioxydantes. Source www.healthandfood.de/dietetoc

Le label bio garantit avant tout une production propre et naturelle, respectueuse des animaux et de l'environnement.

Où acheter bio ?

Bébés en première ligne

Les pédiatres sont de plus en plus nombreux à conseiller une alimentation biologique. Et pour cause : seule l'alimentation biologique garantit à bébé l'absence de nitrates et de résidus de pesticides en particulier sur les légumes comme les carottes. Il existe des produits pour les bébés 100 % biologiques, certifiés du label AB.

CONTACTS

www.annuaire-enfants-kibodio.com

www.biogassendi.france.com/bébébio.htm

www.healthandfood.be/dietetoc

À LIRE

Mon bébé bio, Ralf Moll
et Ute Emmerich,
Éd. Terre Vivante

Autrefois disponibles uniquement dans les magasins spécialisés, les produits bio sont aujourd'hui bien distribués et se trouvent un peu partout sur les présentoirs des supermarchés, mais aussi en vente directe dans les fermes. L'offre des producteurs et des distributeurs est de plus en plus variée...

Il y a quelques années, seuls certains fruits et légumes, par ailleurs pas toujours présentables, portaient l'étiquette « bio ».

Aujourd'hui, une très vaste gamme de produits affiche cette appellation. Les céréales, la viande, le poisson ou encore les petits pots pour bébés, le chocolat et même les plats préparés sont disponibles en version bio. La plupart des grands distributeurs proposent plusieurs centaines de références dans les magasins de leur chaîne et le bio permet de satisfaire toutes les demandes

des consommateurs. On trouve même des gammes de nourriture pour animaux certifiées bio ! Dans la plupart des cas, le consommateur bio est soucieux de la qualité de son alimentation qu'il veut plus saine.

Mais souvent, il voit aussi plus loin, car il recherche les produits respectueux du commerce équitable et du développement durable. Même si actuellement le marché des produits bio ne représente guère plus de 0,5 % des dépenses alimentaires des Français, sa part augmente très rapidement (sa progression est d'environ 25 % par an). D'ici quelques années, il devrait atteindre 2 à 3 % du total des ventes de l'agroalimentaire.

Zoom sur le panier bio Quelques chiffres

Certains produits bio ont plus de sucres que d'autres. Les vedettes incontestables du panier bio sont les fruits et légumes, consommés par 73 % d'acheteurs, et les œufs par 61 % d'acheteurs (Baromètre CSA, 2005). Avec respectivement 41 % et 40 % de consommateurs, le

*Aujourd'hui,
une très vaste gamme
de produits affiche
l'appellation bio.*

pain et la volaille bio occupent aussi une place importante dans le panier. Suit l'épicerie (café, thé, chocolat, miel, sucre, huile) consommée par 37 % d'acheteurs.

Par ailleurs, l'épicerie et les boissons sont les produits bio qui ont attiré le plus grand nombre de nouveaux consommateurs en 2005 (respectivement 22 % et 23 % en un an).

Pour une grande majorité des produits, les consommateurs sont fidèles depuis plus de 5 ans.

Les œufs bio ont une clientèle très fidèle qui apprécie leur meilleur goût, la fraîcheur et la qualité (57 %) et environ 42 % de consommateurs les apprécient pour des raisons de sécurité.



LES VEDETTES DU PANIER BIO

Les produits bio les plus consommés

Quels sont les produits bio les plus consommés ?



Où acheter « bio » ?

L'agriculture
soutenue par
la communauté

L'Agriculture soutenue par la communauté (ASC), très fréquemment appelée « paniers bio », est un concept qui relie des citoyens et des citoyennes à des fermes biologiques locales. On devient

« partenaire » d'une ferme en achetant une part de récolte à l'avance.

Les fermes maraîchères participantes livrent les paniers de légumes variés à un point de chute dans votre quartier, et ce, à chaque semaine. Les fermes d'élevage vous offrent leurs différentes coupes moyennant un dépôt initial.

Les projets d'ASC ont une importante dimension sociale, parce qu'ils vous permettent de tisser des liens avec les agriculteurs et les agricultrices soit en participant aux travaux à la ferme ou en rendant visite à votre « fermier ou fermière de famille ».

(Source : www.équiterre.org)

CONTACTS

www.biocoop.fr

www.paniers.com/fr

www.frc.ch

À LIRE

Les coulisses de la grande distribution,

Christian Jaquiau,

Éd. Albin Michel

Faire son marché bio

Les grandes et moyennes surfaces (GMS) en France constituent le principal lieu d'achat des produits bio, avec 72 % des consommateurs de bio.

Les GMS regroupent leur offre bio dans un département spécifique et réalisent ainsi près de la moitié du chiffre d'affaires (45 à 48 %) du bio. Mais la progression du bio dans les GMS est plus faible que dans

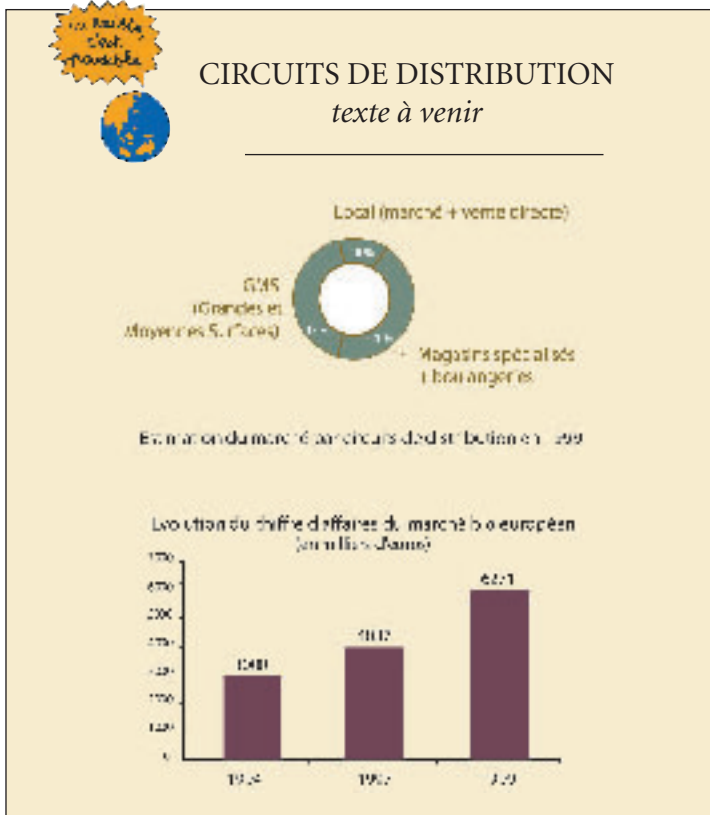
les autres lieux de distribution. Les marchés se trouvent en deuxième position avec 43 % des acheteurs de produits bio. Les magasins spécialisés en produits bio attirent

près de 29 % de consommateurs et les artisans 22 %, tout comme la vente à la ferme.

La filière bio française se

diversifie et chaque type de distribution a sa clientèle. C'est ainsi que les céréales, l'épicerie et les boissons s'achètent de préférence dans les

La filière bio française se diversifie et chaque type de distribution a sa clientèle.





magasins spécialisés ; les fruits, les légumes et le fromage sur les marchés, et les produits comme le pain et la viande (boeuf, porc, charcuterie) chez les commerçants ou artisans. Les œufs et la viande sont aussi achetés à la ferme.

Les réseaux

En France, un grand nombre de magasins spécialisés sont affiliés à un réseau (Biocoop) qui met la coopération et l'éthique au centre de son développement.

Dans un point de vente affilié à ce réseau, on peut trouver un large éventail de produits alimentaires de qualité, dont de nombreux produits frais, de saison et de proximité. On y achète au poids ou en vrac pour limiter le sur-emballage.

On y trouve aussi les produits du commerce équitable, mais en général moins de produits d'origine animale et plus de produits de saison et de proximité, des aliments complets et peu transformés.

Quelques produits d'entretien et cosmétiques complètent cette offre. Ce type de réseau constitue une alternative fiable et indispensable à la distribution en grandes et moyennes surfaces..

Les marchés

Les marchés qui animent les rues de nos villes et villages connaissent un réel engouement, notamment pour les produits frais. Ils constituent un débouché commercial intéressant pour les petits producteurs locaux qui y vendent en direct des produits frais et artisanaux. Comment savoir s'il s'agit vraiment de produits bio ?

Interview

JEAN-JACQUES GRIFFATON

ANCIEN PRODUCTEUR
DE SEMENCES

Qu'est-ce que c'est, cultiver bio ?

C'est bien évidemment respecter un cahier des charges, avec contrôles et identification depuis la semence jusqu'à la vente, ce qui se fait très bien aujourd'hui notamment avec le label AB. Mais cultiver bio, notamment à l'échelle individuelle, c'est aussi une question de bon sens.

Il y a 50 ans, tout le monde jardinait bio, sans forcément le savoir, parce qu'il n'y avait pas de produits chimiques disponibles ! En utilisant du fumier comme engrais, en arrachant manuellement les herbes, en arrosant au pied des cultures ou en paillant... Pour l'exemple, je n'ai jamais vu un sac d'engrais entrer dans le jardin de mon grand-père.

Et en ce qui concerne les variétés cultivées ?

C'est effectivement une autre chose très importante : jardiner bio n'est pas suffisant,

si on se contente de cultiver des variétés hybrides, standards, sans goût. Quel est l'intérêt, par exemple, d'avoir des tomates bio dont la principale qualité serait de pouvoir jouer à la pétanque avec ?...

Pour avoir un jardin riche et naturel, il faut aussi choisir des variétés qui ont du goût, donc certaines variétés anciennes, qui sont délicieuses tout en étant très productives.

Cela aussi, les « anciens » savaient le faire, ce qui leur permettait entre autres d'avoir un jardin productif toute l'année et pas seulement au printemps et en été, avec des laitues d'hiver par exemple, des scorsonères, des topinambours...

Alors le bio, c'est le retour à l'ancien temps ?

Bien sûr que non, ne serait-ce que par rapport au travail humain que cela peut représenter quand on passe de l'échelle de son jardin personnel à celle du maraîchage pour la production commerciale.

Il y a du bon à prendre dans les pratiques d'autrefois, mais l'avenir peut aussi apporter de grandes choses.

Dans une telle situation, seul fait foi le rapport de confiance entre l'agriculteur et son client.

Les marchés urbains sont essentiellement des marchés de revendeurs, ce qui n'enlève rien à la valeur des produits.

Vente à la ferme, petits artisans et paniers via Internet

La vente directe à la ferme connaît actuellement un vrai succès et ce mode d'approvisionnement comporte de nombreux avantages.

Les produits sont frais, de saison et leur prix plutôt raisonnable. Mais la grande contrainte est qu'il faut être présent au moment de la livraison. Si le panier attend trop, les fruits et légumes perdent de leur fraîcheur.

Dans le même temps, le « marché virtuel » se développe rapidement. Certains producteurs se regroupent sur un site Internet pour proposer une vente en ligne permanente. Les agriculteurs forment ainsi les réseaux de vente

Les agriculteurs forment ainsi les réseaux de vente « au panier » ou en boutiques paysannes.

« au panier » ou en boutiques paysannes. C'est une économie solidaire.

Quant aux commerces de détail, ils sont un peu en reste : si les boulangers proposent de plus en plus fréquemment du pain bio, les charcutiers ou les bouchers ont, en revanche, encore très peu introduit les produits biologiques dans leur offre.

Printemps bio

C'est l'événement bio très attendu chaque année. De très nombreux acteurs de ce secteur se mobilisent pour une semaine nationale d'information et de promotion de l'agriculture biologique. Cette année, pour la première fois, cet événement

s'est déroulé dans toute la France sur deux semaines entières, sous le nom « Consommer bio, c'est voir plus loin ». Cet événement est un haut lieu de rencontres et d'échanges entre les professionnels du bio et les consommateurs en demande d'informations.

Pendant ces 15 jours, les 22 régions françaises découvrent les produits bio. Les agriculteurs, les artisans, les distributeurs et les transformateurs vont à la rencontre du grand public afin de permettre aux Français de mieux connaître la filière biologique.

Le Printemps bio propose également de nombreuses animations, un grand nombre d'enseignes et de magasins spécialisés,

des actions d'information dans les nombreux points de vente, etc. Bref, tout sur le bio.

Les AMAP bio

Les AMAP, Associations pour le maintien d'une agriculture paysanne, sont des groupements qui font le lien entre des consommateurs et des petits producteurs.

Comment fonctionnent-elles ? Les consommateurs se regroupent autour d'un paysan, achètent ses produits et soutiennent ainsi son existence.

Le système s'appuie sur des relations directes et préserve une agriculture de qualité. Il a permis à un

CONTACT

Où trouver une AMAP ?

s'adresser à

alliancepec@free.fr

(les Amaps se multi-

pliant vite et chaque

région ayant

son fonctionnement

propre, aucune structure

ne les recense

actuellement...)

grand nombre de petits producteurs de sauver leurs terres et leur ferme. Les AMAP se veulent citoyennes, engagées aux côtés des producteurs pour une agriculture durable et une alimentation de qualité, s'engageant également solidairement sur des pertes éventuelles, voire parfois sur quelques travaux dans les exploitations. Ces associations respectent un planning de production et financent la saison à venir. Elles orga-

nisent ensuite la distribution à leurs adhérents. Le paysan, débarrassé du souci de vendre sa production, s'engage à cultiver sain.

Ce système présente aussi ses limites, identiques à celles des réseaux d'adhérents, avec la disponibilité et le minimum d'engagement qu'ils exigent.

De plus, toutes les AMAP ne sont pas forcément bio.



LE COÛT DU BIO

Plus cher ou pas...

Pourquoi les produits bio sont-ils plus chers ? La première et principale raison est sans doute que c'est une production beaucoup moins subventionnée que l'agriculture industrielle, aux produits souvent vendus en dessous de leurs coûts réels de production.

Leur rareté explique aussi, en partie, le prix élevé de la production bio, ainsi que la petitesse des structures. En 1999, les 7 500 exploitations d'agriculture biologique ne représentaient que 1 % des surfaces agricoles cultivées en France.

Cependant ces dernières années, les exploitations bio sont de plus en plus nombreuses (11 400 en 2005) et les volumes de produits bio ont augmenté, ce qui favorise une baisse des prix.

Pour produire un aliment bio, il faut assurer la main-d'œuvre (il en faut en moyenne 20 % de plus

pour une exploitation bio, c'est donc une bonne source d'emploi), les matières premières, les produits de traitement, les outils, les véhicules... Tout cela a un coût. Les produits bio sont généralement plus chers que leur équivalent « non bio » de 20 à 200 % selon le type de produit.

Plusieurs facteurs augmentent le coût du produit final (Sylvander, 1991) : les petites surfaces cultivées, les rendements plus faibles, les coûts des contrôles et des intrants spécifiques, les frais de transformation des produits et les frais de distribution. Lorsque les filières seront bien organisées et le marché développé, le prix baissera.

L'agriculteur bio doit rentabiliser son activité et vivre décemment de son travail. Les produits bio doivent donc être payés à leur juste prix.

Production optimale

Un jour, Taka Furuno, petit agriculteur japonais cultivant 2 hectares de riz et de légumes, découvre sur de vieilles gravures des canards présents dans les rizières. Intrigué, il essaye et surprise : les palmipèdes ne touchent pas au riz, mais se régalaient par contre des plantes sauvages concurrentes et des mollusques parasites, ce qui lui fait gagner, calcule-t-il 250 heures de travail par an et par hectare ! Mieux : monsieur Furuno vend désormais les œufs de canards et nourrit des poissons dans ses rizières avec les excréments des oiseaux...

Le bio chez soi

Le Campanier pour s'abonner au bio

Pour tous les citoyens qui rêvent de produits sains, frais et naturels, la société bio « Dynamis France » a inventé le Campanier.

Lien entre la ville et la campagne, entre le consommateur et le producteur, le Campanier propose des fruits et légumes produits par les paysans à un prix très raisonnable. Les sacs commandés sont livrés chaque semaine : le petit de 2 kg à 7 euros, le grand de 3,5 kg à 11 euros, ou le sac rempli de fruits à 9 euros.

Le Campanier livre chez un commerçant de votre quartier ou dans l'un des nombreux points de vente à Paris, banlieue et en province... Le petit sac est destiné à 2 personnes, le grand à 3 ou 4 personnes.

Jardinez bio

Encore mieux : cultiver soi-même, dans son propre jardin, les fruits et légumes bio. La bonne terre est la base de la réussite d'un jardin biologique. En connaissant bien le sol et en l'enrichissant régulièrement (aérer, améliorer sa structure, favoriser l'action de micro-organismes), on arrive à obtenir des résultats remarquables.

Les plantes sont plus vigoureuses, supportent mieux les attaques des

ravageurs et résistent davantage aux maladies. De plus, le coût final est moins important car dans un jardin bio, on ne jette rien et toutes les matières sont exploitées par le biais du compostage.

Il est cependant important d'adopter quelques principes, sans pour autant suivre les règles strictes de la culture biologique, imposées aux agriculteurs qui se lancent dans une production importante.

Un jardin écologique est un jardin dynamique. Jardiner bio, c'est avant tout préserver les équilibres naturels entre la végétation et tous les organismes vivants. Le jardinier bio protège les habitants du sol et utilise exclusivement les produits naturels pour combattre les ravageurs et les parasites.

Dans ce mode de culture, les herbicides, notamment, sont bannis. Le jardinier bio pratique la rotation des cultures afin d'éviter l'épuisement du sol. Il associe les plantes amies,

comme la tomate et le basilic, qui se stimulent et se protègent mutuellement et utilise tous les déchets végétaux pour fabriquer le compost.

Il cultive les engrais verts qui apportent au sol une couverture végétale protectrice contre les intempéries et fournissent l'azote (luzerne) et l'humus... Jardiner bio ou organique permet de produire les aliments sains et de bonne qualité nutritive.

*Jardiner bio,
c'est avant tout
préserver les équilibres
naturels entre
la végétation et
les organismes vivants.*

CONTACTS

Quelques adresses :
Plate-forme pour
le commerce équitable,
c/o Ingénieurs
sans frontières
146, rue de Crimée,
75019 Paris
Tél. 01 53 35 05 43
www.commerceequitable.org

Comment contacter le
Campanier :
www.lecampanier.com



LE COMMERCE ÉQUITABLE

Magasins du monde

C'est dans les années cinquante qu'une organisation non gouvernementale anglaise, Oxfam, eut l'idée de créer des « magasins du monde », offrant des produits fabriqués par des artisans en difficulté, avec pour double objectif de leur garantir des revenus réguliers et d'établir un rapport commercial d'égal à égal. Des revenus justes donc, mais pas d'assistanat...

L'idée du commerce équitable rejoint ainsi l'article 23 de la Déclaration universelle des droits de l'Homme : « Quiconque travaille a droit à une rémunération équitable lui assurant ainsi qu'à sa famille une existence conforme à la dignité humaine. »

Dès ses débuts, le commerce équitable a placé au rang de ses priorités l'équité et la durabilité dans les échanges économiques entre les pays du Nord et du Sud de la planète, l'application des droits fondamentaux pour tous, le respect de l'environnement et une juste distribution des richesses pour des produits de qualité.

Grâce au prix de vente garanti pour chacun, tous les acteurs d'une même filière peuvent vivre correctement de leur travail dans « un rapport commercial basé sur le dialogue, la transparence et le respect » (définition de la FINE, regroupement de fédérations internationales et européennes du commerce équitable).

En France, le commerce équitable est aussi né dans le milieu associatif militant. C'est en 1974 que la première boutique d'Artisans du Monde (ADM) s'est ouverte à Paris.

Trente ans plus tard, le bilan est convaincant : la fédération ADM compte 119 magasins et affiche un chiffre d'affaires de 9,2 millions d'euros. Le café, les bananes, le jus d'orange, le sucre, le chocolat, le coton...

On ne compte plus aujourd'hui les produits issus du commerce équitable qui ont gagné les étagères des grandes surfaces.

Plate-forme, fédérations, réseaux, labels : le commerce équitable se structure progressivement dans un mouvement international, associatif pour une grande part.

Cette volonté d'organiser et d'animer autrement le commerce mondial fait néanmoins face à des enjeux de taille...

- Faut-il vraiment généraliser les règles du commerce équitable à toutes les régions du monde et à toutes les matières premières ?

- Comment établir des relations économiques durables face aux goûts changeants des consommateurs ?

- Comment concilier ces relations Nord-Sud avec la nécessité, pour réduire les transports, de se tourner vers des produits locaux ? est-il possible d'associer le bio et l'équitable ?

Autant de questions auxquelles les acteurs du commerce équitable tentent de répondre au quotidien.

Au-delà de ces questionnements, aujourd'hui, consommer « équitable », c'est œuvrer pour une économie plus humaine et solidaire...

La planète bio

L'Europe

L'Europe, le plus important marché pour les aliments bio, a cédé sa place à l'Amérique du Nord. La croissance des ventes, qui a explosé durant les années 90, commence à ralentir. Le marché européen des aliments bio est marqué par des déséquilibres entre l'offre et la demande, alors que plusieurs pays connaissent une surproduction de lait et de viande bio, le secteur des grains et céréales souffre toujours de sous-production. Beaucoup des premiers agriculteurs convertis au bio étaient des éleveurs et des producteurs laitiers, alors que les taux de conversion en horticulture et en grande culture sont demeurés plutôt bas. L'Allemagne demeure le plus important marché européen, suivi par le Royaume-Uni, la France et l'Italie. (Source : The World of Organic Agriculture – Statistics and Emerging Trends)

Ces dernières années, l'agriculture biologique s'est rapidement développée et elle est pratiquée aujourd'hui dans presque tous les pays du monde. Le marché bio s'accroît de jour en jour, non seulement en Europe et en Amérique du Nord, mais aussi dans de nombreux autres pays...

Bio sans le savoir

Le bio prend de l'ampleur et séduit de plus en plus partout dans le monde. L'agriculture biologique émerge également dans de petits pays qui n'ont pas encore adopté une réglementation stricte concernant ce mode de culture. Par ailleurs, de nombreuses régions font du bio par nécessité : les paysans sont trop pauvres pour cultiver avec des engrais chimiques ou des

pesticides coûteux et produisent avec peu de moyens des fruits et légumes 100 % naturels. Ces pays ont une agriculture biologique non certifiée, produisent du bio mais ne profitent pas des avantages financiers qu'apporte la certification bio, en particulier à l'exportation. Chaque État devrait s'intéresser à la réglementation de l'agriculture biologique et inciter les producteurs. La croissance constante de surfaces cultivées bio résulte, entre autres, d'un accès amélioré et plus complet aux informations dans ce domaine. Les agriculteurs mieux informés se lancent dans la production bio et réussissent leurs cultures.

Aujourd'hui, plus de 110 pays ont développé ce mode de culture sur environ 26 millions d'hectares dont 43,3 % en Australie et Océanie,

23,8 % en Europe et 23,5 % en Amérique latine. Il ne faut pas oublier des récoltes de « plantes sauvages » certifiées bio qui ajoutent encore

Certains paysans sont trop pauvres pour cultiver avec des engrais chimiques ou des pesticides coûteux.

14,5 millions d'hectares. En 2003, le marché bio a été évalué à 25 millions de dollars. Cela représente au moins 560 000 propriétés agricoles bio, réparties sur toute la

planète. C'est en Amérique du Sud que l'on trouve le plus grand nombre de fermes bio.

Les pays champions du monde du bio

Seule une surveillance mondiale de l'agriculture biologique permet d'avoir une image précise de ce qui se passe réellement. L'Australie et l'Océanie cultivent le bio sur 11,3 millions d'hectares.



L'Amérique du Nord

Le marché nord-américain des aliments biologiques connaît les plus importants taux de croissance au monde. Il est estimé qu'en 2003, les ventes d'aliments bio ont dépassé les 13 milliards \$US. Même si les ventes d'aliments bio ne représentent que 2 % des ventes totales d'aliments, il est estimé que les fruits et légumes bio accaparent 4 % des ventes totales. Le secteur des viandes biologiques devrait connaître la plus importante croissance, passant d'un marché de 547 millions \$US en 2002 à 3,86 milliards en 2007. On remarque que les aliments bio sont de plus en plus présents au sein des services alimentaires institutionnels. Par exemple, des hamburgers faits de bœuf bio sont désormais offerts à l'Université du Wisconsin.

(Source : The World of Organic Agriculture – Statistics and Emerging Trends)



L'AGRICULTURE BIOLOGIQUE

Dans le monde et en Europe

Actuellement, la production mondiale dépasse les 26 millions d'hectares.

Surface cultivée bio par continent

Am. nord	Am. sud	Europe	Afrique	Asie	Océanie
1,4	6,2	6,3	0,4	0,7	11,3

Source : SOEL-Survey 2005 (en millions d'hectares)

Évolution de l'agriculture biologique en Europe

	1993	2002	2004
Surface (en millions d'ha)	0,8	5,5	6,3
Nombre d'exploitations	36 080	160 458	175 000

Pays	Surface (ha)	%
Italie	1 168 212	8
UK	724 523	4,22
Allemagne	696 678	4,1
Espagne	665 055	-
France	517 965	1,7
Autriche	295 000	11,6
Tchéquie	235 136	5,9
Suède	214 120	6,1
Danemark	178 360	6,7
Finland	156 692	7

**Surface bio en Europe en 2003
et en % (SAU bio/SAU nationale)**

L'Asie

En Chine, en Malaisie, aux Philippines et en Thaïlande, l'agriculture biologique fut d'abord développée pour l'exportation. En Chine, la demande dépasse souvent l'offre. Les tendances de consommation d'aliments biologiques ont poussé des entrepreneurs à ouvrir des épiceries d'aliments bio, même dans les régions montagneuses du Népal. De plus, les grands supermarchés du Sud-Est asiatique commencent à introduire des aliments biologiques, souvent d'origine locale. Le Japon, avec son aisance économique, demeure le marché le plus important du continent. **(Source : The World of Organic Agriculture – Statistics and Emerging Trends)**

Suivent l'Europe et l'Amérique latine avec environ 6,3 millions d'hectares chacun, l'Amérique du Nord avec 1,4 million ha, l'Afrique (0,4 million ha) et l'Asie (0,7 million d'hectares).

Le dernier rapport de l'IFOAM (International Federation of Organic Agriculture Movements) a dressé une liste de dix pays qui disposent de plus grandes surfaces cultivées en bio. En tête de la liste se trouve l'Australie avec 11 300 000 ha et l'Argentine avec 2 800 000 ha. Les autres pays disposent également d'importantes surfaces en bio : Italie (1 052 000 ha), États-Unis (930 000 ha), Brésil (803 000 ha), Uruguay (760 000 ha), Allemagne (734 000 ha), Espagne (725 000 ha), Grande-Bretagne (695 000 ha) et Chili (646 000 ha).

Certains États ont un pourcentage plus ou moins grand de cultures bio par rapport aux cultures classiques : le Liechtenstein (26 %), l'Autriche (13 %), la Suisse (10 %), la Finlande (7,22 %), la Grèce et le Danemark (environ 6,20 %) et enfin suivent la République tchèque (5,97) et la Slovaquie (4,60 %).

Vers une reconnaissance du bio

L'Australie se trouve en tête des pays qui disposent des plus grandes surfaces cultivées en bio.

À ses débuts, l'agriculture biologique regroupait des pionniers et, comme tout mouvement social minoritaire et contestataire,

il avait tendance à exagérer ses prises de position face à un système socio-politique dominant, qui ne la reconnaissait pas.

Dans le contexte général de ce cercle vicieux de la marginalité, quelques étapes importantes ont marqué la marche vers une reconnaissance. Une première étape est intervenue avec la création, en 1972, de l'IFOAM (International Federation of Organic Agriculture Movements).

En mars 1981, sous l'impulsion du CDS (Centre des démocrates sociaux) et du ministre de l'Agriculture Pierre Méhaignerie, l'agriculture biologique bénéficie d'une reconnaissance officielle en France.

Dix ans plus tard, en 1991, c'est au tour de la CEE de la reconnaître. Elle



L'ALLEMAGNE EN TÊTE 200 supermarchés bio

« En Allemagne, l'expansion des supermarchés s'est révélée une fois de plus être un des principaux moteurs de croissance pour le secteur de l'alimentation biologique. En 2003, 26 supermarchés bio et autres magasins spécialisés avec une surface de vente d'au moins 200 m² ont ouvert leurs portes en Allemagne, portant leur nombre total à 200. La popularité des supermarchés biologiques en Allemagne semble s'expliquer par le fait que le milieu de la distribution alimentaire est largement dominé par les surfaces à escomptes, qui font peu de place aux aliments biologiques, jugés dispendieux. Cette situation stimule le développement d'épiceries et de supermarchés dédiés aux aliments naturels et biologiques. »

(Source : www.equiterre.org)

est suivie par l'homogénéisation européenne des cahiers des charges en production végétale, en 1992. L'adoption d'un règlement en production animale n'interviendra qu'en juillet 1999.

L'Europe bio

Depuis les années quatre-vingt-dix, l'agriculture bio s'est développée dans presque tous les pays européens. Cependant, la croissance a récemment ralenti.

En Europe, environ 6,3 millions d'hectares sont aménagés pour une agriculture organique, par presque 170 000 fermes.

Si on se restreint aux 25 états membres de l'Union européenne, ce sont, presque 5,7 millions d'hectares sont cultivés en l'agriculture biologique, ce qui représente 143 000 fermes organiques.

Plus de 12 % des surfaces agricoles se trouvent en Autriche et 10 % en Suisse. Quelques pays ont même atteint leur 1 % des surfaces cultivées.

Mais c'est l'Italie qui dispose du plus grand nombre de fermes et de surfaces bio. Presque un cinquième de la superficie agricole biologique européenne se trouve en Italie.

La France se situe en cinquième position, précédée par les pays voisins :

Grande-Bretagne, Espagne, Italie, Allemagne. Le marché bio européen est particulièrement développé en Autriche, Allemagne, Danemark ou



Interview

PHILIPPE DESBROSSES
PRÉSIDENT DE LA COMMISSION
NATIONALE DE L'AGRICULTURE
BIOLOGIQUE

Quelles sont les perspectives de l'agriculture bio dans le monde ?

Il y a environ 1 milliard 300 millions d'agriculteurs sur Terre. Seul 2% d'entre eux sont motorisés, 300 millions utilisent la traction animale et tous les autres travaillent avec leurs seuls muscles. Ce sont souvent des populations affamées, qui ne produisent que 4 ou 5 quintaux de récolte à l'hectare. Or on a calculé qu'il suffirait de les aider à produire seulement deux fois plus pour faire disparaître la famine. Cela est possible avec des méthodes bio.

Peut-on généraliser l'agriculture biologique ?

Ce n'est pas qu'on peut, c'est

qu'il va falloir le faire. L'agriculture industrielle détruit les sols et épuise les ressources, tout en s'appuyant sur le pétrole qui va s'épuiser... Il est impossible de continuer ainsi longtemps.

Comment faire ?

Il faut remettre l'homme au cœur du système de production, car on ne peut pas faire de bio sans paysans.

Mieux : les petits agriculteurs sont largement plus productifs avec des systèmes de culture bio qu'avec une agriculture industrielle. Pour l'exemple, des riziculteurs du sud de Madagascar ont mis en place, il y a quelques années, un système de production de riz sans machine, sans engrais ni pesticide, avec des variétés rustiques poussant sur terrain sec ; eh bien aujourd'hui, leurs cultures sont 10 fois plus productives que celles de l'agriculture classique !

L'agriculture bio s'est développée dans presque tous les pays européens, cependant, la croissance a récemment ralenti.

Suisse. En France, le marché bio est estimé aujourd'hui à 1,6 billion d'euros. En 1993, l'Europe a réglementé l'agriculture bio par une loi et en 1999 la Commission européenne a décidé de créer un logo commun à tous les produits

issus de l'agriculture bio. En 2004 a été lancé, également au niveau européen, le Plan d'action pour l'agriculture bio et les aliments bio.

La consommation des aliments bio est principalement circonscrite aux grandes villes, où est située la classe moyenne, mais a également tendance à s'étendre aux agglomérations de moyenne taille. L'Argentine et le Brésil constituent les deux plus importants marchés, en raison de leur grande population et de leur relative aisance économique.

Au Brésil, les producteurs du réseau Eco Vida transportent une fois par semaine leurs fruits et légumes certifiés biologiques dans les villes, où ils les vendent dans les marchés publics et même les supermarchés. Ces derniers sont de plus en plus intéressés par les produits biologiques, surtout au Brésil, en Uruguay, au Costa Rica, au Honduras, au Pérou et en Argentine.

Ce sont en revanche encore en grande partie des magasins spécialisés, souvent qualifiés de magasins d'aliments naturels, qui permettent aux agriculteurs biologiques latino-américains d'écouler leur production à une clientèle avisée.

(Source : The World of Organic Agriculture – Statistics and Emerging Trends)

Les régions françaises et le bio

En France, la région Languedoc-Roussillon arrive en tête avec plus de 3 % de la surface agricole cultivée en agriculture biologique. Sui-vent la région Provence-Alpes-Côte d'Azur et la Franche-Comté, avec 2,1 % chacune. Enfin arrivent l'Ile-de-France et la Picardie.

Une majorité de consommateurs se concentre dans les régions parisiennes et méditerranéenne. Dans la région du Nord, on a moins de chances d'en croiser. D'après le Baromètre CSA (Agence Bio), les consommateurs bio de l'Est et du Bassin parisien consacrent une part plus importante de leurs dépenses alimentaires aux produits bio que la moyenne nationale. Il existe également une préférence par rapport à la famille de produits bio consommés.

C'est ainsi que les Franciliens consomment plus d'œufs bio que la moyenne nationale (75 %). Viandes, volailles et poissons issus de l'agriculture biologique ont plus de succès dans l'ouest de l'Île-de-France.

Lait et poissons sont plus consommés que la moyenne dans la région Est.

Enfin, dans la région méditerranéenne, on consomme plus de pain, de fromages et produits laitiers bio par rapport à la moyenne nationale.

Les Français et le bio

Le consommateur bio a évolué. Fini l'époque des nostalgiques et militants. Les premiers, souvent retraités et paysans, représentent environ 20 % de la population (B. Sylvander, INRA). Ils sont très attachés aux valeurs passées, à la tradition (gastronomie entre autres), à l'existence de véritables marchés. Quant aux militants, apparus dans les années soixante-dix, ils représentent aujourd'hui environ 30 % des consommateurs. Ils s'opposent à l'agriculture intensive et se soucient de l'environnement. Cette tranche de population est composée d'ensei-

gnants, de médecins, d'artistes, qui ont entre 45 et 55 ans. Les nouveaux consommateurs du bio constituent la dernière catégorie qui rassemble en-

viron 50 % de la clientèle. Ils sont essentiellement préoccupés par des valeurs de santé, aspirent à une alimentation saine, naturelle. La quête de goût authentique et le souci de l'environnement sont aussi des valeurs défendues par cette tranche de population.

Qui est le consommateur de produits bio aujourd'hui ? D'après le Baromètre 2005 de l'Agence Bio réalisé par l'institut CSA, près d'un Français sur deux consomme du bio. Il s'agit plutôt de femmes, de personnes de plus de 35 ans, de résidents de villes de plus de 100 000 habitants, et de consommateurs localisés dans les régions Ile-de-France et Mediter-

Les nouveaux consommateurs du bio aspirent à une alimentation saine et naturelle.

ranée. Entre 2003 et 2005, la part des consommateurs de produits issus de l'agriculture bio a progressé de 10 points. En effet, 47 % des Français sont consommateurs d'au moins un produit bio, au moins une fois par mois, alors qu'ils n'étaient que 37 % en 2003 et 44 % en 2004. Cependant, l'amateur bio n'est pas bio à 100 %. C'est souvent un consommateur « pi-coreur », celui qui achète occasionnellement les produits bio. Son panier contient également des produits non biologiques. En moyenne, les consommateurs bio achètent plus de quatre catégories différentes de produits bio.

Les Français ont une image très positive des produits bio : 81 % des personnes interrogées apprécient le caractère sain et naturel de ces produits. Ils reconnaissent qu'ils sont par ailleurs meilleurs pour la santé et contribuent à préserver l'environnement. En effet, le bio est à la mode. On organise de plus en plus d'événements autour du bio, des lieux de rencontres et d'échanges et même des stages pour apprendre à faire du bio. C'est plus qu'une nouvelle façon de penser, peut-être une nouvelle philosophie.

C'est plus qu'une nouvelle façon de penser, peut-être une nouvelle philosophie.

n'assure plus qu'environ 7 % de la production bio. Pour y répondre, il faut donc avoir recours à l'importation. Les produits biologiques originaires de pays de l'Amérique du Nord, du Maghreb ou d'Europe de l'Est remplissent les étagères de nos magasins bio...

Il existe également des produits surgelés bio : légumes, fruits, volailles et viandes, ainsi que petits pains, plats cuisinés, et même pizzas ou glaces... On trouve pratiquement tous les aliments bio au rayon surgelés. Mais le manque d'informations concernant les règles appliquées dans certains pays en matière de production et de contrôle a conduit la Commission européenne à dresser une liste provisoire des pays dans lesquels les règles en matière d'agriculture bio sont respectées. Les pays qui ne figurent pas sur cette liste doivent prouver que leur production et les contrôles sont bien efficaces.

L'Afrique demeure le continent où la consommation d'aliments bio est la plus faible. Outre les faibles revenus dont bénéficient la majorité des Africains, les structures de certification et d'inspection sont déficientes, empêchant ainsi la commercialisation d'aliments certifiés bio. Dans certaines grandes villes, on remarque toutefois un intérêt grandissant pour des fruits et légumes cultivés « naturellement ». Leur popularité viendrait de leur bon goût plutôt que de leur aspect « santé » ou « écologique ».

(Source : The World of Organic Agriculture – Statistics and Emerging Trends)

Vers une mondialisation du bio ?

Finies les boutiques bio fréquentées par des militants purs et durs. La demande dépasse l'offre et la France



CONTRATS LOCAUX entre agriculteurs et citoyens

À l'issue du premier colloque international sur les contrats locaux entre agriculteurs et citoyens, tenu à Aubagne en France, un « réseau international sur les contrats locaux entre agriculteurs et citoyens » est mis sur pied fin 2004.

Le but de ces projets est de faire se rencontrer des citoyens et des paysans et de développer une relation de soutien mutuel. Ces projets sont développés partout dans le monde.

Le futur du bio

Assurer l'avenir

Les efforts mondiaux de conservation des végétaux et des animaux dans des banques de gènes, jardins botaniques et zoologiques, sont vitaux. Mais il est tout aussi important de conserver la biodiversité dans les exploitations agricoles et dans la nature, où elle s'adapte à l'évolution des conditions ou à la compétition des autres espèces. En tant que gardiens de la biodiversité de la planète, les agriculteurs ont pour responsabilité la mise au point et de la conservation des plantes et des arbres locaux ainsi que la reproduction des animaux autochtones, assurant donc leur survie.

(Source : www.fao.org/newsroom/fr/focus)

Le marché français du bio est actuellement en pleine expansion, la demande est de plus en plus exigeante sur la qualité des produits. Cependant, l'avenir de l'agriculture bio est incertain. Une bio intensive, industrielle ou d'importation envahit les étalages des magasins. La résistance face à la montée en puissance de cette « nouvelle » bio peine à s'organiser. Où est passé la bio « authentique », où va la « nouvelle » bio ?

Notre société fait face aujourd'hui à de nombreux défis : le respect de l'environnement, le maintien des relations commerciales équitables, une meilleure hygiène alimentaire, la mondialisation, les OGM, le développement durable...

L'avenir de la planète est en jeu. La distribution de masse, la pression sur les prix et les incohérences politiques mettent à mal les idéaux d'une consommation différente.

Nous sommes tous conscients des dangers que représente l'agriculture « chimique », surtout pour les générations futures. Cependant, l'agriculture bio ne propose pas de solution instantanée.

Le temps est un ingrédient indispensable car le processus de transformation est souvent lent et ne porte ses fruits qu'au bout de plusieurs années.

L'homme a également besoin de temps pour adopter harmonieusement de nouvelles habitudes. Prise de conscience, expériences personnelles et évolution progressive constituent les bases solides d'un changement durable.

Le bio est une attitude et existe avant tout par son esprit qui concilie la pérennité, l'équité et la santé. C'est une démarche globale.

Puisque l'agriculture bio est si bénéfique, pourquoi n'est-elle pas davantage exploitée ? En 2004, ce sont au total 3,4 % de la surface agricole utilisée qui ont été cultivés selon le mode biologique dans les 25 pays membres de l'Union européenne.

Les situations dans chacun de ces pays sont très disparates. Un nou-

veau plan européen de développement rural est prévu pour la période 2007-2013. La filière bio française fut historiquement la première au monde. Bien qu'elle se voulût dès ses débuts qualitative, elle n'en resta pas moins militante et marginale.

Aujourd'hui elle se laisse déborder par une bio institutionnelle plutôt quantitative, commerciale et grand public. D'où l'inquiétude de certains professionnels. Pour répondre à la demande croissante, ne va-t-on pas développer une agriculture bio intensive, réviser à la baisse le cahier des charges et accepter des dérogations en matière de conversion ?

Comment garantir alors la sécurité chimique et sanitaire des aliments et l'innocuité pour l'environnement ?

Il est indispensable de poursuivre la structuration des filières, d'organiser la certification au niveau mondial et de développer les recherches afin d'aider les agriculteurs et les autres acteurs à résoudre les nombreux problèmes qui se posent dans cette filière.

Les problèmes actuels du bio

L'agriculture biologique présente de très nombreux avantages.

Les statistiques le prouvent : elle préserve des emplois, elle a un effet bénéfique sur l'environnement...

Cependant son développement se heurte à de nombreux obstacles et le prix de ses produits reste plus élevé comparativement à ceux de l'agriculture conventionnelle.



QUELLE AGRICULTURE POUR DEMAIN ?

Quatre scénarios pour 2025

Lancé par le ministère de l'Écologie et de l'Agriculture, le groupe de recherche de La Bussière, composé d'une trentaine d'experts, a planché sur quatre scénarios du visage possible de l'agriculture en France en 2025 :

- 1- La France des filières, ou « l'agriculture efficace », très industrialisée, nécessitant beaucoup d'eau et d'énergie...
- 2- L'agriculture duale, basée sur la présence d'oasis de « service public environnemental » au milieu d'océans d'agriculture intensive...
- 3- L'Europe des régions, un *patchwork* aux résultats environnementaux contrastés, assez proche de ce que l'on appelle aujourd'hui l'agriculture raisonnable...
- 4- L'agriculture dite à « haute performance environnementale », permettant entre autres la création de 1 million d'emplois agricoles, et reprenant quasiment le cahier des charges actuel du bio...

Quel scénario sera choisi par nos dirigeants...?



Avenir de l'agriculture : biodiversité ?

À l'occasion de la Journée mondiale de l'alimentation 2004, la FAO (organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture) a souligné l'importance de la sauvegarde du potentiel et de la diversité de la nature pour la sécurité alimentaire mondiale.

Jusqu'à présent, les scientifiques ont recensé environ 1,4 million d'espèces végétales et animales sur Terre. Et presque chaque jour une nouvelle espèce vient s'ajouter à la liste.

Mais à mesure que croît la population humaine de la planète, cette biodiversité est de plus en plus menacée.

La dégradation des habitats naturels est en plus grand péril.

Les espèces sauvages risquent de disparaître lorsque leurs habitats sont détruits par la pollution, l'urbanisation, la déforestation et la conversion des terres humides. La mauvaise gestion de l'agriculture, ne fait qu'accélérer ce processus destructeur.

À LIRE

Programme
« Planète Bio » -
www.bio-suisse.ch

« Historique de la cause
de la disparition
de nombreuses variétés
de plantes »,
Dominique Guillet,
www.kokopelli.asso.fr

Les risques techniques pour l'agriculteur

L'agriculteur bio renonce aux intrants de synthèse, aux produits phytosanitaires et vétérinaires. Le résultat : ses rendements sont plus instables et plus dépendants des aléas climatiques et biologiques. La lutte contre les maladies et ravageurs est ainsi plus difficile. L'approvisionnement est alors aléatoire et il existe un risque de rupture.

Ceci est inacceptable pour les grandes surfaces et aussi pour tout industriel qui doit programmer sa production et ses ventes.

Les risques concernent non seulement le rendement et le coût de production mais aussi la qualité. On insiste de plus en plus sur l'expansion des volumes, ce qui renvoie au second plan la qualité des produits.

Les risques pour le consommateur

Les produits biologiques sont appréciés pour leurs qualités gustatives, nutritionnelles et hygiéniques (sans pesticides). Cependant cette « supériorité » n'est pas toujours démontrée et elle fait l'objet de nombreuses polémiques. Pourrions-nous vraiment parler de produits 100 % bio. Il existe toujours un risque de pollution par l'environnement (la présence des dioxines, des pesticides, des nitrates). Et indirectement, l'absence de certains

traitements chimiques entraîne l'apparition de mycoses qui produisent les mycotoxines, dangereuses pour l'homme (bien qu'aucun cas n'ait été signalé en agriculture bio).

Quant à leurs qualités gustatives ou visuelles, les produits bio, « plus naturels », sont aussi plus variables d'aspect, moins standardisés. Il existe aussi un risque du « faux bio », de provenance incertaine. En France, les professionnels de la filière luttent contre ce phénomène, mais il n'est pas simple de connaître la traçabilité

des produits importés.

Pour rassurer le consommateur il faut établir une certification plus homogène au niveau européen. Le système de certification n'est pas uniforme d'un pays à l'autre, même au sein

de l'Union européenne, et il est quasi inexistant dans les pays d'Europe de l'Est par exemple.

*Le développement
de cette agriculture se
heurte à de nombreux
obstacles et le prix de
ses produits reste plus
élevé comparativement
à ceux de l'agriculture
traditionnelle.*

Dimension éthique

Certains pays européens, à l'exemple des pays anglo-saxons, développent le concept d'*ethical food* qui interdit l'exploitation des paysans du tiers-monde, des enfants, le gaspillage des ressources animales et végétales, etc.

On défend « une agriculture d'équilibre, écologique et alternative » proposée par la charte des mouvements de l'agriculture biologique.

La recherche et la formation en bio

L'agriculture bio repose sur des principes plutôt philosophiques que scientifiques. Selon Rudolf Steiner, le père de l'agriculture bio, l'homme doit observer la nature et maintenir des relations intimes avec elle. Contrairement à la période d'après guerre (années soixante), plutôt chaotique et « non comprise » de l'agriculture bio, les années quatre-vingts et quatre-vingt-dix sont marquées par un tournant important.

Un dialogue est enfin établi entre l'INRA, le plus grand organisme de recherche agricole, et l'agriculture biologique. En effet, l'histoire entre le bio et l'INRA est mouvementée, faite d'incompréhensions mutuelles, et il a fallu de nombreuses années pour que les esprits évoluent de part et d'autre.

Une enquête réalisée en 1999 auprès des unités de recherche, par les correspondants d'agriculture biologique de l'INRA, dans leurs départements respectifs, a permis de recenser les travaux consacrés à l'agriculture biologique. Certaines études comparent les produits bio avec ceux issus de l'agriculture conventionnelle : qualité nutritionnelle des tomates ou du poulet, qualité des sols sous vigne, etc.

Parmi les travaux directement liés à l'agriculture bio, on peut citer la lutte biologique, la création de

cultivars utilisables en agriculture bio, la mise au point ou l'amélioration des techniques, la recherche des bio-indicateurs qui indiquent l'état des organismes, des sols et des écosystèmes.

La lutte biologique est certainement le domaine dans lequel les apports

Un dialogue est enfin établi entre l'INRA et l'agriculture biologique.

de l'INRA sont les plus reconnus par les agrobiologistes. Cependant, toutes les méthodes de lutte biologique ne sont pas

acceptables par l'agriculture bio et leur application doit être revue. L'INRA est également à l'origine de très nombreuses variétés résistantes aux agents pathogènes (pommiers résistant à la tavelure), plus rusti-



LE PROTOCOLE DE CARTAGENA

La prévention des risques biotechnologiques

En janvier 2000, plus de 130 pays ont adopté un texte légal officiellement nommé « Protocole de Cartagena sur la prévention des risques biotechnologiques relatif à la Convention sur la diversité biologique ».

Ce document porte sur les organismes vivants modifiés (OVM), c'est-à-dire toute « entité biologique capable de transférer ou de répliquer du matériel génétique [et] possédant une combinaison de matériel génétique inédite obtenue par recours à la biotechnologie moderne ». Son objectif est de contribuer à régir « les mouvements transfrontières, le transit, la manipulation et l'utilisation de tout OVM qui pourrait avoir des effets défavorables sur la conservation et l'utilisation durable de la diversité biologique et comporter des risques pour la santé humaine ». Il est imprégné de l'approche de précaution et en fait une condition d'application.

ques (blé de Renan), ou permettant d'éviter certaines interventions (éclaircissage par exemple).

La mise au point ou l'amélioration de techniques de compostage permet de réduire les pollutions azotées. La gestion des pâturages extensifs permet d'entretenir certains milieux naturels, etc.

De nombreux travaux étudient les indicateurs de l'état des organismes (nutrition azotée des cultures), des sols (vie microbienne et qualité fonctionnelle), ou des écosystèmes (indicateurs écologiques), ou évaluent les possibilités de régénération des sols, etc.

Formation

L'agriculture bio exige une conduite technique et économique très rigoureuse de l'exploitation. Les agrobiologistes doivent avoir une très bonne formation dans laquelle prime le sens de l'observation des phénomènes biologiques.

De bonnes connaissances techniques et de gestion sont également indispensables.

Par rapport à nos homologues européens, les organismes français sont quelque peu « en retard », si l'on considère les moyens engagés dans les recherches sur l'agriculture bio.

Neuf établissements d'enseignement agricole ont déjà engagé ou réalisé une reconversion à l'agriculture bio, de l'ensemble ou d'une

partie de leur exploitation. Cinq autres mènent une réflexion dans ce sens. Les lycées agricoles mettent en œuvre des actions favorables au développement de l'agriculture bio.

On remarque aussi le renforcement de la formation des conseillers agricoles, l'organisation d'actions de démonstration régionales...

Pourrions-nous tous manger bio ?

Aujourd'hui dans le monde, près de 24 millions d'hectares sont cultivés en mode bio, dont 550 000 ha en France, qui occupe la 13^e place, loin après l'Italie, l'Autriche et Suède...

L'association Objectif Bio 2007 a lancé une campagne destinée à promouvoir le passage à une agriculture 100 % bio sur l'ensemble du territoire

français, dans les meilleurs délais et conditions. Son autre but est de gagner plus de surfaces cultivées en bio.

La Terre entière pourrait-elle « manger bio » ? C'est déjà le cas pour une large partie de la planète, dans les pays « sous-développés » qui n'ont pas les moyens de se procurer de coûteux engrais et pesticides.

En France, l'agriculture « non bio » n'est pas si vieille : elle ne date que de quelques décennies. L'agriculture intensive a été déve-

CONTACTS

www.intelligenceverte.org
(Sauvegarde des espèces oubliées)

L'agriculture bio dynamique : une agriculture pour le XXI^e siècle (www.bio-dynamie.org).

À LIRE

Du bio à tous les sauces,

Isabelle Eichenberger
Pasquier,
J'achète Mieux

loppée après-guerre pour mettre un terme aux disettes et aux famines. Le but a été atteint, mais aujourd'hui, nous aurions les moyens en France de convertir les terres cultivées en bio tout en répondant à la demande. Techniquement, cela semble possible (voir l'interview de Ph. Desbrosses p. 37). Reste à enclencher une vraie volonté politique.

L'agriculture bio, laboratoire du futur

En France, la demande pour les produits bio ne cesse de croître et la production n'arrive plus à couvrir les besoins des Français.

En effet, la France produit moins en bio que ses partenaires européens. Son développement économique se fait attendre. Les organisations professionnelles se mobilisent pour obtenir une véritable politique de développement.

Les trois ministres de l'Agriculture successifs (Pierre Vasseur, Louis Le Pensec et Jean Glavany) ont mis en place un plan de développement de l'agriculture bio. En 1997, cette mission fut confiée à Alain Riquois, alors président de la section « Agriculture biologique » de la CNLC (Commission nationale des labels et

de la certification des produits agricoles et alimentaires).

La demande ne cesse de croître et la production n'arrive plus à couvrir les besoins des Français. En effet, la France produit moins en bio que ses partenaires européens...

Un rapport remis en novembre 1997 fixe les objectifs suivants :

- permettre à l'agriculture bio française de reconquérir un leadership européen qualitatif et quantitatif ;
- subvenir aux besoins de quelque 25 000 exploitations et 1 million d'hectares en 2005.

Le lancement d'un Plan pluriannuel de développement de l'agriculture biologique (PPDAB) 1998-2006 a été annoncé en décembre 1997 par Louis Le Pensec.

L'agriculture bio se retrouve donc, selon les paroles d'Alain Riquois, « au cœur de l'agriculture française », et devient « un prototype au service de l'agriculture conventionnelle ». Le plan pluriannuel (PPDAB) a modifié les rapports entre l'agriculture bio et l'agriculture conventionnelle.

Il invite toute la profession agricole à s'investir dans le développement de l'agriculture biologique.

Cependant, certains professionnels craignent une prise de contrôle de l'agriculture bio par l'agriculture conventionnelle.

Jardinage et potager bio

Faire pousser, cueillir et manger ses aliments...
Tous les jardiniers connaissent ce bonheur !
Et quelle merveilleuse participation à la biodiversité.
Vous désirez jardiner ou vous jardinez déjà, rejoignez la grande famille de ceux qui ont un potager bio, en préservant ainsi leur santé, celle de leur famille et l'environnement et développant les plantes oubliées afin de transmettre aux générations futures une partie du patrimoine de l'humanité

Contact:
info@intelligenceverte.org

Le parcours de 2 salades

Quelle qualité ?

Peu d'études ont été menées sur les teneurs en nitrates dans les légumes commercialisés, bio et non bio. Les recherches menées en Suisse (Temperli et al. 1982, Vogtmann et al. 1984) ont comparé les laitues de même variété cultivées selon deux modes différents (bio et conventionnelle). Les laitues bio ont une teneur en nitrates significativement inférieure aux laitues non bio. Chez les laitues bio, on a enregistré un meilleur taux en vitamine C, en bêta-carotènes et en lutéine. En revanche on n'a détecté de matières toxiques dans aucune des laitues, bio et non bio. La salade est un aliment gorgée d'eau et une source naturelle de nombreux minéraux et vitamines...

Depuis la graine jusqu'à notre assiette, la salade bio n'emprunte pas le même chemin que la salade non bio...

Cultivée...

Une salade, qu'elle soit bio ou non bio, peut être cultivée en plein champ ou alors sous abri (serres et tunnels).

La première étape c'est la production des plants. Le semis est réalisé en pépinière : pour une salade bio à partir de graines issues de l'agriculture biologique et pour une salade non bio à partir de semences conventionnelles.

Le semis est effectué dans un terreau biologique « biopotgrond » pour la salade bio, et dans les deux cas arrosé copieusement.

La plante séjourne en pépinière de 5 à 7 semaines.

Le suivi de culture est simple : arrosages, aérations et sans aucun traitement pour la salade bio pour laquelle les pratiques culturales sont préventives.

La pépinière est installée dans une structure saine, isolée des autres cultures. Afin de diminuer les

risques de maladies, il faut assurer une aération suffisante et maîtriser au mieux la température, l'hygrométrie, l'irrigation ou la densité de plantation... Le paillage permet d'éviter les mauvaises herbes, d'améliorer la précocité et d'éviter le dessèchement des plantes.

Une analyse de sol permet de déterminer les éléments nécessaires à la croissance ou les fertilisants organiques et minéraux à ajouter.

Les maraîchers apportent l'eau et les engrais et surveillent l'apparition des ennemis de la salade.

S'il y a trop d'eau, la pourriture grise détruit le cœur de la salade.

Par temps humide, limaces et escargots sont au rendez-vous. Le maraîcher bio utilise des pièges ou d'autres méthodes plus « naturelles » lorsqu'un maraîcher conventionnel utilise des produits chimiques pour éloigner ces nuisibles. Pour éviter le *Bothritis* (pourriture grise) et le mildiou (poudre blanche sous les feuilles), il aère afin d'éviter l'humidité stagnante. Pour combattre et éloigner les pucerons, vers blancs, taupins, escargots, il utilise la Rotenone.

Les plantations d'hiver sont mises sous abri, en tunnels plastique peu ou pas chauffés. La salade bio reçoit le fumier ou un engrais organique

(Orga 3 et végétaux). Un maraîcher conventionnel fertilise sa plantation en ajoutant de l'azote pour récolter des salades en bonne santé (80 kg d'azote pour 1 ha).

Dehors, en plein champ, le paillage entre les rangs est très utile pour conserver l'humidité du sol et éviter son tassement. Le jardinier ou l'agriculteur bio associe ses salades aux échalotes ou oignons. Elles absorberont ainsi l'azote dont ces derniers n'ont pas besoin. Il oriente ses cultures est-ouest pour profiter d'un ensoleillement maximum, et donc d'un séchage rapide des rosées matinales.

Consommée...

Pour faciliter sa consommation, des industriels livrent la salade toute prête, déjà lavée et coupée, conservée dans des sachets qui préservent sa fraîcheur. Il suffit de la déballer et de l'assaisonner. Ces légumes prêts à la consommation s'appellent légumes de « quatrième gamme ». Et pour garder les salades plus belles

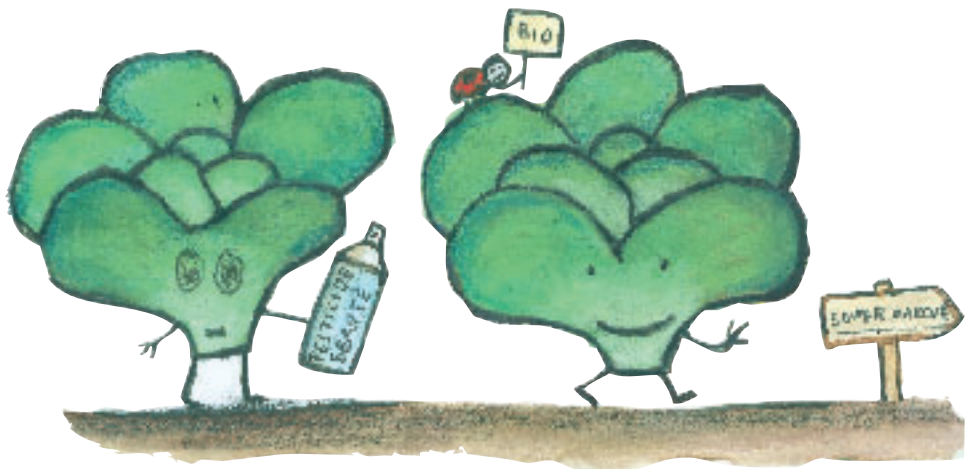
et plus fraîches, elles sont souvent ionisées. Cette technique a pour objectifs d'améliorer la durée de conservation, de tuer des bactéries responsables du pourrissement et d'assurer la sécurité alimentaire du produit. On dit que cette méthode n'est pas nocive mais c'est néanmoins un moyen artificiel d'accroître la durée de vie des denrées alimentaires.

Coupée et livrée aussitôt après la récolte, une salade bio est souvent consommée le jour même. Elle fait partie des produits du terroir que l'on trouve chez le producteur, soit directement à la ferme, sur les marchés locaux ou dans les magasins bio.

Le consommateur qui achète une salade bio peut être sûr qu'un organisme de certification a effectué les contrôles nécessaires (parcelles, bâtiments, méthodes de fabrication, ingrédients, emballage, transport, etc.). Des contrôles réguliers sont aussi effectués dans les magasins bio.

La vie d'une salade

La salade est une plante annuelle et sa vie brève se résume à ces quelques étapes : semis, germination, croissance, pomaison, montaison, floraison et maturation des graines. Une plantule apparaît au bout de quelques jours et s'enracine très vite. La pomaison est l'étape suivante : c'est la formation du cœur de la salade. Pour obtenir une belle salade il faut compter, à partir de la pomaison, environ 45 jours en été ou entre 3 et 5 mois en hiver. Le maraîcher récolte ses salades pour la vente lorsque la pomme est bien formée. En général, quelques pieds sont conservés pour assurer la floraison et former des graines qui serviront de semences pour la culture suivante.



Pour aller plus loin

Pour dépasser la simple lecture de ce guide, nous vous proposons de consulter une série de sites et d'ouvrages pour approfondir les notions abordées dans les pages précédentes.

LES SITES

<http://biogassendi.ifrance.com/reglesbio.htm>

Sur le site du Ministère de l'Agriculture et de la Pêche, on trouve des informations précieuses sur les produits bio (« Produits bio-mode d'emploi ») : qu'appelle-t-on un produit bio, tous les acteurs du bio (producteur, éleveur, opérateur, producteur, transporteur, importateur, etc...). Vous y trouverez également de très nombreux contacts pour se renseigner utilement : organisations officielles, organisations professionnelles, organismes certificateurs...

www.interfelbio.com

Le site de l'Interprofession des Fruits et Légumes frais et sa Commission AB vous permettront d'avoir une vision globale du marché bio. Très informatif et simple, ce site vous guide au cœur du bio.

www.agencebio.org

L'Agence Bio est un groupement d'intérêt public en charge du développement et de la promotion de l'Agriculture Biologique. Son site, très complet, vous donnera toutes sortes d'informations sur le bio : son historique, ses acteurs, son effet sur l'environnement, mais aussi les données récentes de son évolution. En effet, l'Agence

Bio remet à jour chaque année toutes les données sur le bio. Vous y trouverez aussi un annuaire avec tous les contacts. www.annuaire.agencebio.org avec tous les contacts dans ce secteur.

www.printempsbio.com

Il a mis en place un site destiné aux professionnels ainsi qu'aux amateurs. Un jeu en ligne amusera les plus jeunes. Il est également accessible via le site **www.agencebio.org**

<http://fr.wikipedia.org>

Pour tout connaître sur l'AB en France et dans le monde, sur le logo européen, les surfaces cultivées en bio par continent, l'évolution de l'AB en Europe, etc.

www.eco-bio.info/accueil.html

C'est un site généraliste sur l'AB, actualité, petites annonces, forums...

<http://www.biocoop.fr/>

Biocoop est le premier réseau de magasins bio en France. Le respect de l'environnement, le commerce équitable et la promotion d'une meilleure santé demeurent les piliers de l'approche de Biocoop, consignés dans sa charte et son cahier des charges... Issu d'un regroupement de consommateurs visionnaires, Biocoop est aujourd'hui le premier distributeur spécialisé bio, avec environ 10 % du marché des

produits biologiques vendus. En 2003, les 240 magasins du réseau ont réalisé un chiffre d'affaires de 160 millions d'euros, dont 91 % en alimentaire.

www.natureetprogres.org

Ce site de la revue de la bio « Nature & Progrès » propose les actualités bio, un agenda avec les événements bio, de très nombreux contacts, associations de consommateurs, professionnels etc...

LES LIVRES

Les chiffres clés de la production Bio 2005

Édité par l'Agence Bio.

2005, année de croissance pour l'AB ! Les chiffres de l'Observatoire National de l'Agriculture bio viennent de paraître et montrent une croissance du mode de production biologique par rapport à 2004. En effet, fin 2005 en France on comptait 11402 exploitations agricoles engagées dans le mode de production biologique, soit une augmentation de 3 % par rapport à 2004.

La bio malmenée, évitez les pièges

Par J.P. Cusin, Éd Jouvence.

L'alimentation bio est un phénomène de notre société qui prend de plus en plus d'ampleur. Cependant une nouvelle bio émerge, une bio « industrielle » qui n'est pas toujours compatible avec l'esprit de la « bio ». Ce livre vous plonge dans les racines de la bio, vous présente ses filières et ses réseaux de distribution. L'auteur donne la parole aux acteurs du monde de la bio et vous amène à leur rencontre...

Pourquoi manger local ? et Fruits et légumes de saison

Par René Longet, Éd Jouvence.

« L'industrialisation de l'agriculture, depuis plus d'un siècle, remet dramatiquement en question l'équilibre entre l'homme, la nature et les traditions. Le dumping mondial généralisé écrase les petits paysans, nivelle les productions, abolit les distances. Le « fast-food » se développe aux dépens de la biodiversité, de l'authenticité et des goûts naturels. Le bilan énergétique s'alourdit. Et le consommateur absorbe davantage de « produits minute » issus de l'industrie alimentaire plutôt que de l'agriculture... »

« Notre alimentation quotidienne représente bien plus que l'ingestion de simples calories »... Ces deux ouvrages vous vous invitent à vous offrir une alimentation plus conforme à nos besoins et ainsi contribuer au vaste mouvement qui cherche à se réapproprier la souveraineté alimentaire.

L'agriculture biologique : éthique, pratiques et résultats

Par B. Le Clech, M. Pradel, B. Hachler, Éd. Synthèse Agricole 2003.

L'agriculture a connu ces dernières années un développement rapide. Malgré cette forte progression, le nombre d'exploitations agricoles reste encore limité, les superficies marginales et la filière relativement fragile. Dans cet ouvrage, on trouve l'essentiel des éléments réglementaires et des pratiques de l'agriculture bio. Il est destiné à tous ceux qui souhaitent porter un regard objectif sur l'agriculture du XXI^e siècle.

Index

Azote.....	13, 14, 22, 32, 47
Biodiversité.....	6, 11, 12, 14, 21, 24, 25, 40, 42, 45, 49
Biodynamie.....	16
Certification.....	17, 34, 38, 41, 42, 45, 46
Contamination.....	10, 14, 17, 20, 23, 24
Cultures.....	9, 10, 11, 13, 14, 15, 16, 22, 23, 29, 32, 34, 36, 44, 46, 47
Diététicien.....	4
Diététique.....	8, 9
Distributeurs.....	10, 12, 26, 30, 48
Élevage.....	9, 14, 28
Engrais.....	7, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 18, 24, 29, 32, 34, 35, 37, 44, 46
Environnement.....	5, 6, 10, 12, 13, 17, 18, 21, 22, 24, 33, 38, 41, 42, 45, 48
Équitable.....	26, 29, 32, 33, 40, 48
Herbicide.....	9, 11, 12, 32
Humus.....	14, 15, 25, 32
Jardiner.....	29, 32, 45
Marchés (les).....	13, 15, 18, 22, 24, 25, 26, 28, 29, 30, 34, 37, 38, 48
Minéraux.....	15, 16, 20, 21, 25, 46
Mondialisation.....	7, 39, 40
Nitrates.....	12, 13, 24, 42, 46
Nutritionniste.....	4
Obésité.....	5, 20
OGM.....	9, 10, 11, 12, 14, 15, 18, 20, 23, 29, 40
Organique.....	10, 13, 14, 15, 16, 32, 36, 37, 46
Pathologie.....	5
Pesticide.....	9, 12, 18, 19, 20, 24, 26, 34, 42, 44
Phyto-sanitaire.....	5, 13, 22, 42
Producteurs.....	4, 8, 12, 14, 15, 17, 26, 29, 30, 31, 34, 38
Recyclage.....	15
Réseaux (les).....	29, 30, 31, 33, 38, 39, 48, 49
Sanitaire.....	11, 25, 41, 42
Santé.....	4, 11, 12, 13, 17, 18, 20, 24, 38, 48
Sédentarité.....	5
Semences.....	10, 23, 29, 46, 47
Transgénique.....	11, 23, 24
Vitamines.....	4, 15, 16, 20, 21, 25, 46

Comment est né ce livre ?

Il a été réalisé par les **éditions Plume de carotte** à l'été 2006 pour les magasins Nature & Découvertes.

Frédéric Lisak l'a conçu avec **Snezana Gerbault**, qui en a également écrit les textes.

Lionel le Néouanic en a fait les dessins.

Geneviève Démereau en a créé la maquette, qui a été réalisée par **Catherine Racine**.

Audrey Calvo-Guiochet en a fait le suivi éditorial.

Henri Taverner en a corrigé les textes.

Le tout sous la supervision de **David Lachaud** et de

Carine Evano, de Nature & Découvertes.

Il a été imprimé à Toulouse-Labège par **l'imprimerie Ménard** en juillet 2006.



Le livre que vous avez entre les mains a été imprimé sur du papier issu de forêts labellisées FSC (Forest Stewardship Council), label qui garantit que l'exploitation de ces forêts respecte des critères écologiques et sociaux, tout en étant économiquement viable.

www.natureetdecouvertes.com

Pour être plus proche de la nature...

Le site de Nature & Découvertes propose du contenu informatif et pédagogique sur la nature et l'environnement ainsi qu'une large sélection d'offres de produits.

De quoi compléter les informations contenues dans ce guide, donner mille et une idées pour des activités et des sorties, trouver des renseignements sur un sujet qui vous passionne et plus de 1 500 articles, livres et équipements qui combleront les petits et les grands...

Magasins spécialisés, marchés, rayons de grandes surfaces...
Pas de doute, les produits issus de l'agriculture biologique, dits produits « bio », connaissent aujourd'hui un succès inégalé, autant du côté des producteurs que des consommateurs.

D'où vient ce succès ? Qui produit bio aujourd'hui et comment ?
Quels sont les garanties, les avantages pour notre santé et pour l'environnement ?

Ce petit livre fait le tour de toutes les pratiques et les connaissances autour de l'alimentation bio, pour que celle-ci s'inscrive durablement dans nos assiettes...

dans la même collection



**Nature
& Découvertes**

1, avenue de l'Europe
78117 Toussus-Le Noble
Tél. : 33 (0) 1 39 56 01 47
Fax : 33 (0) 1 39 56 91 66
nature@nature-et-decouvertes.com
www.natureetdecouvertes.com



00145390

Prix : 1 €

Le siège social et l'entrepôt de Nature & Découvertes sont certifiés ISO 14 001
pour le respect de l'environnement.