

Jardinage collectif et lutte contre les déséquilibres alimentaires

Daniel Cérézuelle.

Directeur scientifique du Programme Autoproduction et Développement Social (PADES)

daniel.cerezuelle@free.fr

Résumé : Les pays développés connaissent une montée préoccupante des déséquilibres alimentaires. Les jardins collectifs, s'ils sont bien utilisés, favorisent une amélioration des pratiques alimentaires. Depuis une quinzaine d'années, on assiste à une multiplication des jardins partagés. Mais on constate aussi une inégalité d'accès à ces jardins au détriment des ménages les plus modestes. De plus, les modes d'animation de ces jardins limitent leur efficacité alimentaire et nutritionnelle. Un renouvellement des méthodes est indispensable.

Mots-clés : Jardins collectifs, nutrition, inégalité d'accès, méthodes d'animation

La montée et le coût des déséquilibres alimentaires

Des chiffres qui enflent. En France, c'est près de 15% des adultes et 3,5% des enfants qui sont touchés par l'obésité. Les femmes sont plus concernées (15,1%) que les hommes (13,9%), selon les chiffres de 2011 de la Haute Autorité de Santé (HAS). Des statistiques légèrement en dessous de la moyenne européenne approchant les 16% d'adultes obèses. Mais des chiffres tout de même croissants: on constate une augmentation de plus de 10% depuis 2006 sur le territoire national. A noter également, des disparités en fonction des zones géographiques: la région du Nord-Pas de Calais est par exemple la plus fortement touchée (20.6%) par l'obésité, suivie de l'Est (17%). En Ile de France, selon l'Agence régionale de Santé (ARS), la prévalence de l'obésité serait de 14,4% de la population, soit 1,6 millions de personnes.

Un facteur social important : Si l'obésité dépend principalement de prédispositions génétiques et d'une consommation trop importante d'aliments riches en calories, sa progression va de pair avec l'accroissement des inégalités sociales. Cette prévalence de l'obésité est plus marquée pour les personnes en situation socioéconomique précaire, les handicapés ou présentant des troubles psychiques.¹ Une étude de l'INRA, de 2005, montre que le statut socioprofessionnel et la corpulence des femmes sont inversement proportionnels. En France, 16% des ouvrières seraient obèses contre seulement 4% des femmes cadres. La raison majeure? Le coût trop élevé de l'alimentation dite "saine", notamment des fruits et légumes, et le manque d'accès aux soins et la pratique d'une activité sportive. On peut ici parler d'un « cercle vicieux » puisque des études

¹ Enquête OBEPI/Roche 2012

socioéconomiques récentes montrent que la diabésité² est un facteur d'exclusion sociale et économique, aggravant les difficultés d'accès à l'emploi.

Nous n'en sommes qu'au début : En île de France, en cinq ans, de 1997 à 2012, la prévalence de l'obésité a fait plus que doubler (augmentation de 106%). Aux Etats-Unis, deux adultes sur trois sont en surpoids et plus de 30 % sont obèses ! Cette véritable maladie est ainsi devenue la seconde cause de mortalité évitable, juste derrière le tabac, entraînant plus de 400 000 morts par an aux USA. Car la surcharge pondérale n'est pas un simple problème esthétique : elle multiplie les risques de maladies cardiovasculaires, d'hypertension, de diabète, etc.

Comme pour l'explosion banlieusarde et la multiplication des automobiles, on peut continuer à sa dire se dire ce que l'on se disait déjà en France dans les années soixante : « C'est un problème typiquement américain, cela n'arrivera jamais chez nous ! ». En réalité, tout indique qu'il s'agit non pas d'un problème culturel mais d'un problème de civilisation et que nous n'en sommes qu'au début ! Certes, si en France la situation est pour le moment moins grave qu'aux Etats-Unis, c'est principalement parce que nous avons une génération de retard (environ 25 ans) sur ce qu'on observe aujourd'hui outre-Atlantique. Mais l'évolution socioéconomique et technologique associée à ce qu'on appelle le développement pousse dans le même sens. Et déjà depuis quelques années, les institutions françaises de santé publique s'inquiètent de l'émergence de ce qu'il faut bien appeler une « pandémie » de diabésité, qui affecte principalement - mais pas seulement - les populations les plus pauvres. Il y a une trentaine d'années, les institutions sanitaires américaines commençaient à tirer la sonnette d'alarme dans des termes analogues, et depuis la situation américaine n'a cessé de se dégrader. Il faut donc anticiper une aggravation de ce phénomène.

Pour la collectivité : Des coûts énormes. Lors de son audition par la mission de la prévention de l'obésité de l'Assemblée Nationale, M. Laurent Degos, président de la Haute Autorité de Santé, a déclaré que : « *seuls les pays qui auront su maîtriser l'épidémie d'obésité pourront préserver leur système de protection sociale.* ». De fait, « alors que l'épidémie d'obésité continue de progresser rapidement, les coûts de l'obésité connaissent la même progression et pèsent de plus en plus lourdement sur nos finances sociales et représentent une grave menace pour l'équilibre de notre système de protection sociale. »³

En effet, au rythme actuel de progression de l'épidémie, le coût de l'obésité pourrait doubler d'ici 2020 et représenter près de 14 % de l'ONDAM (Objectif National de Dépenses d'Assurance-Maladie). Ainsi, selon les services de la CNAMTS, le nombre de patients diabétiques traités s'élèverait à 4,1 millions en 2017 contre 2, millions en 2010. Les dépenses directement liées au diabète s'élèveront à 11,3 milliards d'euros en 2017 (17 milliards total), soit une croissance de 70% par rapport à 2010. Dans cette hypothèse, l'obésité absorberait une part croissante des moyens affectés par la collectivité à la couverture des risques de santé et constituerait un facteur de déséquilibre de nos finances sociales encore plus important qu'aujourd'hui. Une charge qui serait probablement difficilement supportable. Cette simple projection devrait suffire à justifier une action urgente, plus déterminée et plus efficace.

² Par ce mot les experts désignent l'augmentation concomitante de l'obésité et du diabète de type 2, dit « sucré » ; cette augmentation a pris les dimensions d'une véritable épidémie.

³ Assemblée Nationale : *Rapport d'information déposé en application de l'article 145 du Règlement par la Commission des affaires culturelles, familiales et sociales* En conclusion des travaux de la mission sur la prévention de l'obésité et présenté par Mme Valérie Boyer, Députée. 30 septembre 2008.

Les jardins collectifs : un outil efficace de prévention des déséquilibres alimentaires.

De la région Aquitaine aux quartiers d'habitat social de la Métropole bordelaise, un même constat : Dès 1990, une première étude réalisée par l'Institut Régional de Travail social d'Aquitaine pour le Secrétariat d'Etat à la consommation montrait que l'accès à une parcelle cultivable favorise une alimentation diversifiée, la consommation de produits frais et une plus grande attention à la qualité de la nourriture. On mange beaucoup moins de nourriture industrielle que la plupart des ménages à revenu comparable. « Il semble donc que la disposition d'un jardin favorise le développement d'une culture de la nourriture (parfois préexistante) qui se manifeste par le souci d'une meilleure alimentation, par une recherche de la qualité et de la diversité des nourritures, par l'attention apportée aux conditions de leur production, à leur préparation, à leur consommation et à leur partage. Sur la base des entretiens effectués on peut conclure qu'en général les jardiniers, quels que soient leur revenu, mangent bien et font bien manger leurs proches »⁴.

Une seconde étude réalisée en 1997 sur des jardins de la cité d'habitat social des Aubiers⁵ à Bordeaux confirmait ces analyses. Une troisième étude fut réalisée en 2009 par des étudiants de l'IFAID Aquitaine et portait cette fois-ci sur plusieurs jardins familiaux de développement social de l'agglomération Bordelaise. A nouveau on pouvait faire les mêmes constats au sujet des ménages titulaires d'une parcelle.

Construire une culture de l'alimentation. L'accès à un jardin est l'occasion de construire une culture de l'alimentation. « L'autoproduction de légumes a conduit certains jardiniers à faire par eux-mêmes un certain nombre d'autres produits alimentaires : pain, yaourts, pizza, préparer ses repas de midi à base de légumes du jardin (pour les personnes mangeant sur leur lieu de travail) etc.

Pour les ménages ayant des enfants, le jardin est un outil de sensibilisation quotidienne au goût. Les jardiniers signalent qu'il est moins difficile de faire manger des légumes aux enfants qui y opposent moins de résistance, surtout lorsqu'ils participent au jardinage. À travers l'expérience partagée du jardinage, le goût pour les légumes se transmet de manière plus aisée. D'après les entretiens réalisés, les enfants prennent plaisir à voir pousser les légumes, puis à les cuisiner et les déguster. La dimension du *faire ensemble* dans le jardin permet d'introduire une médiation positive entre parents et enfants qui incite ces derniers à consommer des légumes de manière plus régulière »⁶

Aux Etats-Unis aussi : Plus récemment encore, des études réalisées aux Etats-Unis sur des bénéficiaires de *Community gardens* confirment et complètent les observations françaises. Pour ce qui est des jeunes, le suivi de deux jardins communautaires ouverts à des jeunes montrait clairement que ces « programmes ont influencé positivement et significativement une alimentation et un développement plus sain des jeunes qui ont participé⁷ ».

⁴ Cérézuelle, Daniel ; Le Formal, Yann ; Roca, Pierre-Jean : *Les jardins collectifs... un outil d'insertion*. Etude réalisée pour le Secrétariat d'Etat à la consommation. IRTSA Aquitaine, 1990 ; 299p.

⁵ Cérézuelle, Daniel et l'association Les jardins d'Aujourd'hui : *Les jardins familiaux des Aubiers, bilan d'expérience*. Bordeaux 1997.

⁶ Fournier, Johanne ; Morlaas – Courties, Magalie ; Genet, Stéphanie ; Ruault, Florence ; Anuth, Vanessa ; Guillet, Ugo : *Les jardins familiaux de développement social*. IFAID Aquitaine. Bordeaux 2009. 145p.

⁷ Alaimo, Katherine ; Elam, Dorris ; Ober Allen, Julie ; Perry, Elizabeth : "Growing vegetables and values : Benefits for neighborhood-based community gardens for youth development and nutrition". *Journal of hunger and environmental nutrition*. Vol. 34. 2008.

Pour ce qui est de l'alimentation des adultes, une autre étude réalisée avec la participation de 766 adultes a permis d'établir les faits suivants : « lorsqu'il y a au foyer une personne qui participe à un jardin communautaire, la consommation quotidienne de fruits et légumes des adultes est de 1,4 fois plus importante que lorsqu'il n'y a pas de participation à un jardin communautaire. Leur capacité à consommer chaque jour au moins cinq fruits et légumes est multipliée par un facteur de 3,5.»⁸.

Créer des jardins : un investissement rentable

En France, l'étude la plus récente, menée par l'Institut de recherche et de documentation en économie médicale est une évaluation du coût associé à l'obésité en France parue dans la revue *La presse médicale* en 2006. Cette enquête révèle que la consommation moyenne de soins et de bien médicaux d'un individu obèse s'élève à environ 2 500 € pour l'année 2002, soit deux fois plus que celle d'un individu de poids normal (1 263 €). Soit un surcoût de 1237€, dont 631€ à charge de l'Assurance Maladie. En regard de ces chiffres, il faut rappeler que selon le contexte, et hors du coût du foncier, le coût de création d'une parcelle de jardins familiaux⁹ varie de 30€ ht à 100€ ht le m², en fonction de la qualité du terrain. Ainsi la création et l'aménagement d'une parcelle de 100 m² coûte entre 3 000€ et 10 000€. En outre, une fois créée, cette parcelle peut servir indéfiniment pour des générations de jardiniers et le coût annuel d'entretien est négligeable. De plus, si l'on veut apprécier l'utilité sociale et sanitaire des jardins, il faut distinguer entre titulaires et bénéficiaires réels. Administrativement on compte un titulaire par parcelle mais, en pratique, pour chaque parcelle de jardin familial classique, on compte en moyenne cinq consommateurs réguliers et quatre consommateurs irréguliers¹⁰. Soit neuf personnes dont les pratiques alimentaires sont affectées positivement par l'accès à une seule parcelle.

Dépenser aujourd'hui 5000€ en moyenne et pour longtemps, pour créer un jardin familial dont la production contribuera à l'alimentation d'au moins cinq consommateurs réguliers, voilà qui peut permettre d'éviter un surcoût de 631€ par an et par personne, soit pour cinq personnes environ 3000€ par an et cela pendant de nombreuses années : il n'y a guère à hésiter. Même s'il faut prévoir un budget léger d'animation et d'entretien, investir aujourd'hui pour créer et animer des équipements d'autoproduction alimentaire, c'est à coup sûr éviter pour demain des dépenses de santé considérables.

Signalons que l'estimation de ce montant maximum doit être tempérée par le fait qu'il n'y a pas une proportionnalité directe entre la surface de production et la modification du comportement alimentaire des jardiniers et de leur famille. Un jardinier qui ne dispose que

⁸ Alaimo, Katherine; Packnett, Elizabeth; Miles, Richard; Kruger, Daniel J. : "Fruits and vegetable intake among urban community gardeners". *Journal of Nutrition Education and Behavior*, Volume 40, Issue 2, Pages 94-101, March 2008.

⁹ Les jardins familiaux traditionnels s'inscrivent dans l'héritage des jardins ouvriers, nés au XIX^{ème} siècle, sous l'impulsion de l'abbé Lemire. La Fédération Nationale des Jardins Familiaux (anciennement appelée la Ligue Française du Coin de Terre et du Foyer) les présente comme « des lotissements de parcelles gérés par une association, mis à disposition de jardiniers afin qu'ils en jouissent pour leurs loisirs et les cultivent pour les besoins de leur famille, à l'exclusion de tout usage commercial ». Le Code Rural apporte une définition juridique assez analogue de ces espaces (article L 561-1).

Dans les jardins familiaux traditionnels l'objectif d'autoproduction alimentaire est prégnant, bien plus que celui de vivre ensemble. On y retrouve différents publics : aussi bien des actifs que des chômeurs ou des retraités. Les critères de recrutement peuvent être variables.

¹⁰ Cérézuelle, Daniel et alii : op. cit. p196-199..

d'une surface réduite et qui produit une faible part de son alimentation, modifie tout de même son comportement de consommateur (il achète plus de légumes frais non transformés), élément clef de sa santé. Signalons enfin que les nouvelles techniques agronomiques et culturales (lasagna bed, jardin en carré, jardisac, potager de toiture etc.) permettent de produire plus, de manière saine, et sur des surface limitées. Une bonne politique de prévention sanitaire par le jardinage collectif ne contraint donc pas forcément à des dépenses lourdes.

Des effets nutritionnels inégaux : le cas des jardins « partagés »

Depuis une dizaine d'années on a assisté à un mouvement de création de nombreux jardins « partagés ». Il s'agit d'un équipement de proximité qui se veut porteur de nouveaux modes de sociabilité et d'échanges, conçus, gérés et animés par les habitants-usagers, chacun apportant sa propre contribution. Ces jardins sont surtout des lieux d'expression de la citoyenneté. Beaucoup ont des effets nutritionnels insuffisants. Pour la plupart des acteurs institutionnels et associatifs impliqués dans la création de ces jardins partagés, l'utilité du jardinage collectif est d'abord d'ordre social ou environnemental : on insiste sur le fait que le jardin favorise le lien social, l'accueil, les échanges, l'entraide et aussi que c'est un outil intéressant d'initiation à l'environnement. Par contre la fonction de production alimentaire semble négligée, ce qui encourage la multiplication de parcelles minuscules et peu coûteuses. Sauf exceptions, l'acquisition de savoir-faire, la qualité et l'efficacité des pratiques culturelles ou alimentaires n'apparaissent pas comme des objectifs intégrés au projet social ou éducatif des jardins partagés. C'est ainsi qu'au terme d'un inventaire des jardins collectifs regroupés au sein du Réseau des Jardins Solidaires Méditerranéens, André Huber écrit : « Il est dommageable de constater que la vocation première du jardin qui reste de nourrir celui qui le travaille est reléguée en arrière plan »¹¹.

C'est ce que confirme une étude qui a été conduite en 2014 dans des jardins collectifs créés récemment à proximité de quartiers d'habitat social de Marseille. L'exploitation quantitative des données recueillies corrobore ce que d'autres études qualitatives avaient déjà fait ressortir : elles suggèrent un lien positif entre l'accès à une parcelle et une *possibilité* d'amélioration des pratiques alimentaires. « Les jardinières adoptent des pratiques de jardinage sans pesticides et achètent plus de légumes que des femmes des mêmes quartiers et conditions sociales. Aussi faibles soient les productions potagères de ces jardins associatifs, cette étude suggère qu'y avoir accès *pourrait* entrouvrir, pour les femmes vivant en quartier d'habitat social, une fenêtre de réflexion sur l'alimentation, stimulant l'adoption de comportements d'achat alimentaire plus en accord avec les préconisations de santé publique »¹². Mais les évolutions des pratiques d'achat qui ont été constatées restent très modestes. En outre les données recueillies révèlent une très faible productivité de ces jardins collectifs. Que ce soit en valeur ou en volume, la contribution de la production potagère à la consommation en fruits et légumes de ces ménages de jardiniers reste faible. Alors que certains groupes de jardins collectifs favorisent une amélioration des pratiques

¹¹ Huber, André : *Professionnalisation du Réseau des Jardins Solidaires Méditerranéens*. Rapport de stage. Document pdf. RJSM 2009, p.22.

¹² Darmon, Nicole (sous la direction de). *Cultiver des légumes dans un jardin associatif de quartier d'habitat social, un moyen pour les femmes de réinterroger leurs pratiques alimentaires?* Etude réalisée dans le cadre du programme JASSUR ; UMR NORT. Nous citons l'abstract pour les Journées francophones de la nutrition ; Marseille, 2015.

alimentaires des jardiniers, ce n'est hélas pas toujours le cas et de nombreux jardins partagés sont sous-utilisés.

De quelques facteurs d'inefficacité

Une mixité sociale insuffisante : Lorsqu'il y a création de jardins collectifs, les modalités d'aménagement, d'attribution des parcelles et d'animation, alignées sur les principes de l'animation socioculturelle, font que les ménages précaires y trouvent très difficilement leur place. En particulier les modes de gestion associatifs, fréquemment imposés par les institutionnels et les élus, finissent par avoir un effet de repoussoir à l'égard des ménages en difficulté sociale et économique. Une étude réalisée récemment pour les services de l'Etat en charge de la Politique de la Ville relève que si on s'en tient à l'objectif « lien social » qui motive la plupart des créations de jardins partagés, les modalités d'animation qui sont mises en place sont loin d'être à la hauteur : « Cependant, si la création technique d'un jardin est un sujet bien balisé et *capitalisé*, le maniement de ce levier de cohésion paraît reposer sur des pratiques locales empiriques, isolées, et non consolidées ; il n'est d'ailleurs pas souvent *maîtrisé*¹³ ». Certes, la vogue de ces jardins partagés contribue, et on ne peut que s'en réjouir, à l'amélioration du mode de vie des ménages bien intégrés et disposant de bonnes ressources relationnelles, mais elle touche peu les ménages très modestes ou précaires¹⁴. En effet, bien qu'ils se disent « partagés », ce sont des jardins où trop souvent « l'on cultive surtout l'entre-soi », pour reprendre la caractérisation de la présidente du Secours Catholique¹⁵. Ainsi ces équipements peinent à faire une place aux ménages les plus exposés aux déséquilibres alimentaires.

Une concertation qui touche surtout les femmes. La féminisation des candidats à l'obtention d'une parcelle sur des jardins collectifs n'est pas seulement un fait social indépendant, reflétant l'évolution spontanée de la demande. C'est aussi le résultat des modalités de l'offre qui a souvent un effet dissuasif sur les hommes. En effet, les modalités de concertation, de mobilisation des habitants et d'animation de la plupart des ces équipements sont fortement marquées par les méthodes de l'animation socioculturelle, centrées sur la communication, l'être ensemble et l'expression de soi, méthodes d'animation qui font que rapidement les hommes du quartier ne vont pas s'engager, comme s'ils considéraient que ces jardins-là, ce sont des « affaires de femmes ».

Des parcelles dont la taille peut sembler dérisoire. « Ces petits jardins, c'est pour s'amuser, pas pour faire pousser des légumes » nous disait un maghrébin en regardant avec scepticisme le nouveau jardin partagé de son quartier d'habitat social où les parcelles ne font que 20 m². De fait les hommes y sont très peu présents. En outre la qualité de la terre est souvent dissuasive pour ceux qui ont besoin de produire. Dans bien des cas, n'importe quel jardinier un peu expérimenté peut constater au premier coup d'œil que le sol est de mauvaise qualité et que la peine et le temps que l'on consacrerait à cultiver une parcelle si peu fertile ne porteront que peu de fruits.

¹³ Cabinet Plein sens : *Étude sur l'impact des jardins partagés* – Note de synthèse. CGET mai 2015. p 25.. deux autres études récentes confirment ces observations :

¹⁴ C'est ce que confirment deux études récentes :

Mestdagh, Léa, « Les jardins partagés parisiens : un espace d'entre-soi » in, *Géo-Regards n°6 Modes de vie de proximité dans les villes contemporaines*, Neuchâtel, Presses Universitaires Suisses, 2013.

Ducrocq, Thomas : *La fonction alimentaire des jardins associatifs urbains : quelles particularités pour les quartiers prioritaires de la Politique de la ville ?* INRA AgroparisTech SADAPT 2016

¹⁵ Véronique Fayet : *Des jardins partagés... avec qui ?* Lettre aux amis du PADES n°6, mai 2013.

Une animation qui néglige la dimension « production ». Par ailleurs, le fait que les jardins collectifs étudiés à Marseille (et ceux de beaucoup d'autres sites) ne produisent quasiment rien en hiver, alors que la faible rigueur climatique permettrait une production tout au long de l'année est tout à fait significatif d'une animation qui valorise surtout le faire ensemble, le lien social, et qui ne met guère l'accent sur la production et l'efficacité agronomique, alors même que les jardinier(e)s deviennent rapidement sensibles à la possibilité de « manger autrement ».

Conclusion : pour un renouvellement des méthodes et des politiques

Ces remarques sur la faible efficacité nutritionnelle et alimentaire de nombreux jardins collectifs interrogent donc la pertinence des méthodes de création et d'animation de ces jardins et sur la nécessité de les faire évoluer. Taille des parcelles ; qualité du sol ; méthodes de recrutement, d'attribution, de gestion favorisant la diversité sociale des jardiniers ; modes d'animation favorisant l'efficacité agronomique: autant de facteurs qui conditionnent l'efficacité alimentaire et nutritionnelle des jardins collectifs. Certes, des expériences montrent qu'il est possible sous certaines conditions, notamment une animation très compétente, d'obtenir des productions significatives sur des parcelles de taille réduite ; mais souvent, pour des raisons culturelles, il sera difficile d'y attirer des hommes chefs de famille. C'est la volonté politique d'investir dans une animation bien préparée, un sol de qualité et, dans bien des cas, dans des surfaces plus importantes, qui permettra aux jardins collectifs de favoriser l'amélioration des pratiques alimentaires des ménages jardiniers. Dans le contexte sanitaire actuel, c'est une urgence.