

Alimentation
**Manger sain,
trop coûteux
pour les
étudiants ?**

Dans les frigos des kots, colocations ou autres maisons d'étudiants, ce n'est pas toujours Byzance. Le manque de moyens n'épargne pas un nombre croissant de jeunes gens. Ils éprouvent des difficultés à assumer les frais relatifs aux études, mais aussi pour leur quotidien. Coup d'œil sur une réalité trop souvent méconnue et sur des ébauches de soutien.

Avec le soutien de la

Novembre 2019. L'acte désespéré d'un étudiant français entraîne les médias à parler de la précarité étudiante. Ne pas arriver à joindre les deux bouts : une situation que l'étudiant de 22 ans vivait lui-même, une réalité partagée par d'autres et sur laquelle il voulait alerter. Son acte extrême – s'immoler par le feu – laisse imaginer la détresse que lui et d'autres ont à endurer.

Alerter sur l'état de la pauvreté de jeunes aux études n'est pas chose nouvelle. En Fédération Wallonie–Bruxelles, il n'y a pas si longtemps résonnait le slogan : « *jeunesse en galère, marre d'être précaires* ». Nous sommes en novembre 2017. La mobilisation bat son plein pour interpeller les politiques – de l'enseignement, du logement ou du social. Des étudiants, des syndicats, des associations¹... se sont réunis afin de tirer la sonnette d'alarme face à une augmentation de la pauvreté étudiante².

Payer l'inscription, se loger... les frais qui inquiètent

Ils réclament des études moins chères, l'élargissement de la protection sociale des étudiants et un refinancement de l'enseignement supérieur. Dans la foulée, en décembre 2017, la Ligue de l'enseignement et de l'éducation permanente publie un état des lieux détaillé. Y sont passés en revue des indicateurs qui marquent le manque de moyens d'un nombre croissant d'étudiants³.

Le budget mensuel moyen dont dispose un étudiant est décortiqué. D'après les chiffres avancés, 50% de ce budget vont au logement. L'alimentation vient en deuxième lieu (17%), puis les dépenses personnelles du type « vêtements » (9%) et les coûts directs des études à savoir : le minerval, les livres et syllabi... (9%, également – répartis sur l'année). Ce constat induit les pistes politiques proposées pour sortir de la galère nombre d'étudiants. À la demande pour une plus grande accessibilité des études, s'ajoutent celles d'une offre de logement à bas coût, de la mise en place d'un bail étudiant de 10 mois avec la possibilité de l'allonger à 12 mois, de modalités de sous-location...

Les interpellations se succèdent auprès des ministres et autres instances dirigeantes. Aujourd'hui encore, mars 2020, la Fef – fédération des étudiants francophones – lance une campagne intitulée « T'es fauché.e ! »⁴. L'organisation étudiante s'impatiente : « Cela fait

¹ Mobilisation de la Fédération des étudiants francophones, la Ligue des familles, le Réseau wallon de lutte contre la pauvreté, la Ligue des droits de l'Homme, Comac, les Jeunes CSC, Ecolo J et le Mouvement des jeunes socialistes.

² Quelques signaux avancés : « *pas moins d'un étudiant sur deux exerce un job étudiant afin de financer son année académique* » ; « *on compte actuellement sept fois plus d'étudiants bénéficiaires d'une aide du CPAS qu'il y a 15 ans, alors que cette aide constitue le dernier filet de sécurité sociale* ». Sources : Fef

³ « *La pauvreté des étudiant.e.s. Un état des lieux* ». Disponible sur <https://ligue-enseignement.be/>

⁴ <http://fef.be/>

maintenant un an et demi que nous demandons à la ministre de l'enseignement supérieur de prendre des mesures pour réduire le coût des études en réduisant les droits d'inscription, en remboursant le matériel de cours et en refinançant l'enseignement ». Jusqu'au 17 novembre, journée internationale des étudiants, elle envisage de sillonner le territoire Wallonie-Bruxelles pour mobiliser autour de ces revendications.

Se nourrir, la part oubliée

Dans l'examen des frais, l'alimentation, partie non négligeable du budget, reste peu explorée. Pourtant, cette charge sur le budget mine au quotidien. « Lorsque sont évoquées les conditions de vie des étudiants, la question de l'alimentation ne figure pas parmi les thèmes de prédilection, peut-on lire dans une étude livrée au ministre de l'Enseignement supérieur, juste avant les élections de mai 2019. Pourtant, la précarisation de la population étudiante induit, entre autres, des problèmes d'alimentation, et partant, des problèmes de santé. N'étant pas un poste incompressible de dépense, l'alimentation est parfois reléguée au second plan, au profit d'une alimentation moins équilibrée, pour des raisons financières. »⁵ Les consultants mandatés par le ministre de l'Enseignement supérieur de l'époque, distinguent deux cas de figure : des étudiants « qui ne sont pas dans une situation de précarité », mais qui « essaient de dépenser le moins d'argent possible pour leur restauration dans le but de dépenser leur argent dans leurs loisirs et habitudes de consommation » ; des étudiants « qui sont dans une situation avérée de précarité » et vivent des privations importantes en matière d'alimentation « afin de tenter de maintenir un budget à flot ». La situation de ces derniers est très préoccupante.

En témoigne ce propos d'une étudiante, manifestant le 14 novembre dernier pour dénoncer la précarité qui touche nombre d'étudiants : « ça m'empêche de manger à ma faim, littéralement. Tous les jours, je galère. Donc, je mange des pâtes, du riz ; mais je ne peux pas manger sainement, en fait. Je ne peux pas me permettre d'acheter des légumes, d'acheter du biologique. Je suis obligée de manger des trucs qui ne sont pas bons, qui ne me plaisent pas. Mais je n'ai pas le choix. »⁶

Des conseils sur mesure

⁵ Etude réalisée par le bureau de consultance BDO et la Sonecom : <http://ftp.parlementfrancophone.brussels/BDO-rapport-final-%C3%A9tude.pdf>

⁶ Interview réalisée par le RTBF, 14 novembre 2019 : « Des étudiants mobilisés face à la précarité étudiante ».

Retrouver ce choix, conseiller pour faire en sorte de manger sainement à petits prix, montrer que « c'est possible », c'est ce à quoi s'attelle AlimenTerre. L'association consacre son énergie à l'alimentation pour tous, depuis une vingtaine d'années. S'il y a assurément des changements macro à impulser (dans nos modes de production industriels notamment), il est possible parallèlement, à l'échelle locale, de prendre soin de l'alimentation pour tous. Chez AlimenTerre, épicerie bio, frigo solidaire et animations autour de la « cuisine » en sont la traduction. Sa localisation, à Louvain-la-Neuve, à deux pas de la vie estudiantine, en fait un acteur particulièrement sensible aux vécus des jeunes sur le campus. Ainsi, avec l'aide de stagiaires, l'association travaille à mettre sur pied une guidance – les étudiants préféreront le terme « conseils » - budgétaire alimentaire. Proposer des alternatives sans juger est un principe important à leurs yeux. Les premières guidances individuelles ont été effectives en 2018-2019. Cette année académique-ci, la demande de kots pour une guidance collective se fait jour aussi. Le défi aujourd'hui reste d'arriver à atteindre plus de jeunes dans le besoin, et notamment « des étudiants très isolés ».



3

AlimenTerre se heurte entre autres à cette idée largement répandue que « le bio, c'est pour les bobos ». « Nous avons un pied dans le social et un pied dans l'alimentation saine. Mais il est difficile de le dire sans ressembler à une arnaque », explique Muriel Germain. « Le préjugé, d'après elle, est bien ancré qu'il faut être riche pour bien manger ». A contrario, d'autres idées semblent appartenir maintenant au passé. Et c'est heureux. Aujourd'hui, les filles comme les garçons se sentent concernés par la cuisine, le « fait maison » a retrouvé une grande valeur, la « good food » a le vent en poupe.

Sain pour la planète : un souci croissant

Du côté d'AlimenTerre, on le constate : s'alimenter sainement, dans l'esprit des étudiants d'aujourd'hui, fait moins référence à l'apport peu calorique d'une salade verte, qu'au vrac ou à l'éthique de production du produit. La pyramide alimentaire, la formule « 5 fruits et légumes par jour » sont balayées au profit d'une préoccupation pour le suremballage par exemple. « Les étudiants ne sont pas nécessairement focus sur leur santé, mais ils sont centrés sur celle de la planète », observe-t-on à AlimenTerre. La dynamique à l'œuvre questionne le système de production dans son ensemble. Elle ne se limite pas à l'assiette de l'un ou de l'autre.

Ainsi, l'approche de l'alimentation « dans le respect de la nature » fait mouche. On ne saurait en effet ignorer la conscience croissante de citoyens dans les jeunes générations notamment pour les impacts environnementaux de nos modes de consommation modernes. Et peut-être en particulier dans des villes comme Louvain-la-Neuve où le contexte semble propice à ce type de réflexion. Dans les cuisines, la sensibilisation au « gaspillage alimentaire » prend sa place et, au moment des achats de nourriture, le « zéro déchets » a la cote. En tout cas dans nombre de consciences. Même si dans les actes, cela peut rester timide.

Anti-gaspi et solidaire

En 2016, dans la rue de la Baraque où se trouve le magasin d'alimentation bio géré par l'asbl AlimenTerre, a été placé un frigo solidaire. Le principe : mettre à disposition des aliments, surplus de particuliers, invendus de magasins... Le tout accessible gratuitement à quiconque le souhaite. Dans un premier temps, le frigo était « grassement nourri par de bonnes âmes ». Puis, l'approvisionnement s'est estompé. Certains magasins tels qu'EXKI l'alimentent de temps à autre avec des invendus ; des particuliers avant leur départ en vacances ont le réflexe de passer par le frigo solidaire. Mais pour AlimenTerre, il faudrait instaurer une régularité. Avec le soutien d'Action Vivre Ensemble, l'association a investi récemment dans un « triporteur » afin de récolter les dons alimentaires. Le vendredi, par exemple, quand la majorité des étudiants kotteurs rentrent chez leurs parents pour le week-end. Le principe : coupler frigo et triporteur pour assurer le ravitaillement.

Son action, l'ASBL ne peut la mener en laissant de côté ses préoccupations fortes pour la santé des individus et de la planète. « Nous sommes conscients que les dons sont de qualité variable, parfois même mauvaise. Mais nous partons du principe qu'il faut d'abord rester ouvert, le temps que les habitudes de donner s'installent, pour progressivement 'guider les dons' afin d'aller vers des aliments toujours plus sains. »

« Sauver du pain industriel, j'ai un peu de mal », avoue Muriel même si cela évite le gaspillage et aide des personnes dans le besoin. Elle en est convaincue : c'est au niveau de la production qu'il faut agir.

D'autres initiatives

La préoccupation pour l'alimentation des étudiants gagne pourtant du terrain sur les différents campus. « (...) les établissements d'enseignement supérieur (...) essaient, dans la mesure du possible, de proposer sur leurs campus des lieux de restauration à prix



abordables, dans le but de favoriser une meilleure alimentation chez les étudiants, qu'ils soient en situation de précarité ou non », relate l'étude sur les conditions de vie étudiante en Fédération Wallonie-Bruxelles. « Certains services sociaux intègrent une allocation 'repas' dans l'aide financière allouée, voire offrent des repas aux étudiants dans les situations les

5

plus précaires ». On voit également se développer des initiatives d'épicerie solidaires. C'est le cas à Bruxelles avec l'Association pour la solidarité étudiante de Bruxelles (ASEB ASBL) qui a ouvert une sixième « épicerie solidaire » pour les étudiants bruxellois en octobre dernier⁷. En région liégeoise, le sujet est sur la table, comme le montre la démarche du Pôle académique Liège-Luxembourg qui ouvre le débat : « vers la création d'une épicerie solidaire pour les étudiants du supérieur en province de Liège », en organisant une rencontre qui aurait dû se tenir sur ce thème, ce 27 mars 2020⁸. Gageons qu'elle n'est que reportée.

Conclusions

La problématique environnementale n'échappera pas à ceux qui empoignent le sujet de l'alimentation des étudiants. Elle se fait entendre en filigrane ou de manière évidente. Le projet d'épicerie solidaire émergent à Liège se dit ainsi « résolument ancré dans une approche de durabilité sociale et environnementale ». Tandis que les étudiants de l'ASEB s'interrogent sur les manières « d'allier climat et solidarité ». Et comme Thomas, stagiaire auprès d'AlimenTerre en ce début d'année 2020, ils sont quelques-uns à vouloir se mobiliser pour de meilleures interactions entre « social » et « environnemental ».

Par contre, aujourd'hui, dans les caddies, la mise en œuvre n'est pas si évidente. Et le choix cornélien au moment de penser son repas se répète entre le prix, la juste rémunération pour le producteur, la distance parcourue par le produit, la qualité de celui-ci...

⁷ L'initiative s'adresse « tant aux étudiants belges qu'aux non-résidents inscrits à l'Université Libre de Bruxelles, à Saint Louis, à la HELB et à la HELDB en situation de fragilité, en difficultés financières et dont la situation sociale nécessite un soutien direct ». Voir <http://www.aseb-brussels.be/>

⁸ <https://poleliegelux.be/fr/evenements/table-ronde-vers-la-creation-dune-epicerie-solidaire-pour-les-etudiants-du-superieur-en>

Les initiatives comme celles d'AlimenTerre poussent vers un cercle vertueux et entendent permettre à tous - aux étudiants y compris et en particulier ceux de plus en plus nombreux qui font face à des difficultés financières – de se nourrir dans le respect de l'environnement, des producteurs, etc. Mais on les voudrait plus nombreuses, plus influentes...

A elles seules, elles ne régleront pas le problème du nombre croissant d'étudiants en situation de précarité, ni de leur alimentation. Il s'agirait d'agir sur l'ensemble du « portefeuille » étudiant, du coût des études dans toutes ses dimensions. Elles ont par contre le mérite d'éclairer une part négligée de la débrouille estudiantine et de montrer une voie solidaire, tout en critiquant le modèle dominant de production, de consommation.

Catherine Daloze
Chargée d'études et de projets pour Action Vivre Ensemble



Avec le soutien de



Disponible sur www.vivre-ensemble.be
Exemplaires sur demande : info@vivre-ensemble.be ou 02 227 66 80