

Bonsoir à tous,

Force nous est de constater les nombreux problèmes qui semblent vouloir nous étouffer à plus ou moins brève échéance. Ce qui devait prendre un siècle, nous risquons de le subir de notre vivant.

Notre société moderne a produit de graves problèmes mais elle a produit aussi un système d'information très élaboré et complet sur leurs causes. Tout le possible a été fait aussi pour alerter les gouvernements et la population. Beaucoup de personnes de tous les milieux ont cherché et trouvé des solutions. Ce n'est pas comme si nous partions de rien.

Et pour citer John Lennon: «Y'a pas de problèmes , y'a juste des solutions».

Cette Commission a été créée dans le but de rechercher ces solutions et pour cela Elle a le mandat de ratisser grand. L'Espoir est donc de mise.

1-Pour remettre assez rapidement le monde à l'endroit, il serait judicieux ce me semble, de faire l'inventaire et de ressortir les livres et les articles déjà écrits, les émissions déjà produites, les expériences déjà effectuées qui étaient dans le Vrai mais n'ont souvent pu connaître une large diffusion.

En les mettant à l'honneur pour les faire largement connaître du public, il serait plus aisé de gagner sa meilleure collaboration . Au lieu de se retrouver devant une résistance au changement devenu obligatoire, il y aurait collaboration active généralisée.

Prenons la campagne menée contre le tabagisme. Celle-ci fut menée rondement avec grand courage et un tel doigté que ce qui semblait impossible il y a à peine dix ans est maintenant devenu réalité. Plus personne ne fume dans les endroits publics et cela est devenu la norme.

En rééditant des livres tels *La Danse avec le Diable* de Gunther Schwab par exemple qui connut un succès immédiat et fut traduit en plusieurs langues à sa sortie en 1968 et qui est toujours aussi brûlant d'actualité; en le mettant éventuellement à l'étude dans les milieux scolaires; ce genre de livre aurait le potentiel pour devenir un livre-phare de la transmutation de notre mode de pensée, passage obligé pour notre survie, celle de nos enfants et celle de notre si belle planète bleue...

Il y a dans le raisonnement de l'auteur qui, soit dit en passant, a recueilli sa documentation toute sa vie durant, une logique indéfectible susceptible de nous rallier les sceptiques, les indifférents et les ignorants.

En opposant le positif et le négatif il réussit toujours à les mettre en relief l'un par l'autre. Il établit sans équivoque, par des faits passés et présents de l'histoire, comment tout a été inversé:

« Ce qui a de la valeur attire le mépris et ce qui est méprisable prend de la valeur.

Le mensonge règne et la vérité tue celui qui la prononce... Les époques de décadence ont toujours été celles des meilleures affaires. Pourquoi nous en priver? Profitons-en alors qu'il en est encore temps!»

La machine du «Progrès» est devenue indépendante, car elle a grandi hors des

possibilités de contrôle des hommes. Elle marche maintenant toute seule et elle les entraîne avec elle. Et l'homme ne sait pas quand cessera cette danse avec le Diable.» (1)

(La danse avec le Diable, pp12-13)

L'auteur établit très clairement les liens entre la forêt, l'air, l'eau, la terre avec notre alimentation, les maux qui nous accablent, notre dépendance à l'environnement, une très belle synthèse de notre histoire passée, présente et ce qui nous attend au détour... Bref, un «must».

2- Ne serait-il pas d'une importance vitale pour nos enfants de les mettre en contact le plus tôt possible avec la Nature en l'important dans leur cour de garderie et d'école... Leur enseigner le cycle de la Vie dès le plus jeune âge, leur montrer comment les graines germent pour devenir une plante que l'on peut manger et qui produit ses propres graines serait du plus grand intérêt pour eux, éveillerait leur sensibilité pour tout ce qui est vivant et leur serait utile toute leur existence. Leurs vastes cours d'école asphaltées ne pourraient-elles céder un peu de place à des plates-bandes le long des clôtures et dans un espace retiré, tranquille, un jardin créé et entretenu par eux-mêmes où les enfants pourraient venir se réfugier pour se détendre, rêver, lire ou luncher par beau temps. Ainsi, peut-être notre société «hyperformante» pourrait-elle cesser de produire des technocrates déconnectés de la base.

Il est navrant de constater qu'une grande majorité de la population ignore les rudiments du jardinage alors qu'en vérité, tout le monde devrait savoir jardiner et de nos jours incertains, plus que jamais.

Il existe d'excellents ouvrages sur le jardinage, mais j'aimerais en proposer un qui je crois plairait particulièrement aux enfants et aux citadins qui disposent de peu d'espace qu'ils veulent bonifier au maximum. Ce livre est complet, on peut faire pousser un peu de tout dans un ordre successif et complémentaire. Pas besoin de gros outillage, la récolte est continue avec un minimum de temps et d'efforts. Cela s'appelle :

Le jardinage en carrés, de Mel Bartholomew
Édition française Edicompo Inc., Ottawa 1984

3- Maintenant que « le Canada est devenu un pays de citadins à 80% , alors que jusqu'au début des années 1930, la population vivait en majorité dans les régions dont l'économie reposait sur l'agriculture, les forêts et les mines »(journal du Québec, (14-03-07), que l'automobile s'est approprié notre espace vital, il faudrait au moins tenter de rétablir l'équilibre en créant partout des jardins communautaires bien organisés avec des endroits pour des activités connexes et pour le compostage de nos déchets organiques qui seraient mis en valeur plutôt que d'encombrer les dépotoirs.

(Journal du Québec, 14/03/07)

4- Il est impensable qu'un pays agricole comme le nôtre s'en remette à d'autres pays pour le nourrir. Il ne faut pas avoir de fierté ni de coeur pour nous pousser dans cette direction.

Déjà les producteurs de l'Île d'Orléans, si réputée pour ses fraises, ont commencé à abandonner cette production étant donné la compétition des américains, le peu de soutien des consommateurs, des épiciers et des gouvernants et la difficulté à se trouver des cueilleurs en saison.

Pourquoi aussi créer tant de difficultés à un assisté social qui pourrait se gagner un petit supplément occasionnel à la sueur de son front ? Non, pas question, il devra travailler au noir, honteux, sous un faux nom, plutôt que d'être fier de son travail qui est souvent pour lui toute une victoire sur les difficultés qu'il éprouve à entrer dans le monde du travail. Qui sait? Peut-être serait-ce pour cette personne le début d'une motivation, la chance d'acquérir des habiletés au travail, de pouvoir s'organiser, de se découvrir des goûts, des aptitudes? Mais non, on paie des billets d'avion à des Mexicains pour venir faire les récoltes à notre place! Vraiment... c'est pas fort fort!

5- Il est devenu plus qu'évident que chaque région devrait s'auto-suffire dans tout ce qu'elle est capable de produire et pouvoir échanger avec les autres régions du territoire québécois pour atteindre l'autonomie alimentaire dans notre belle province. Les régions devraient aussi pouvoir disposer d'entrepôts pour ses besoins annuels et pour sa sécurité alimentaire.

Qui sait quand pourrait survenir une crise avec tous les tracasseries que notre gros voisin du Sud nous fait subir.

Nous pouvons et devons réorganiser et protéger notre milieu de vie, nos emplois, notre santé physique mentale et financière, non seulement pour nous mais pour les générations futures. Et l'agriculture est le coeur et la base de toute activité humaine que nous en soyons conscients ou pas.

Les épiceries nous vendent des produits quasiment frais quatre fois le prix, quitte à en jeter la moitié aux poubelles. Tant de gaspillage! C'est effarant quand on s'arrête à en imaginer l'ampleur à la grandeur du continent...

Les fruits et légumes frais sont devenus tellement chers qu'ils sont inabordable pour bien des personnes. On préfère jeter que de baisser les prix...

Finalement on laboure deux fois trop, on sème et on arrose deux fois trop, on engraisse deux fois trop, on récolte et on transporte aller-retour deux fois trop pour payer plusieurs fois trop puisque les pertes sont comptées dans le prix de vente. Un beau cercle vicieux et un gaspillage astronomique!

On fait croire aux gens qu'il leur est tellement indispensable de manger des fraises fraîches à l'année longue qu'une fois rendus en saison au Québec, ils n'en ont aucune envie. Et qui peut se payer un céleri ou des fraises de la Floride à 3.99\$ en hiver pour une quinzaine de fraises même pas mûres... Où est la logique?

6- Des marchés publics permanents devraient exister dans chaque ville-centre . Tous les producteurs petits et gros, les artisans, les artistes, les recycleurs, pourraient venir y écouler leurs produits, à l'année. Cela dynamiserait les régions en les rendant plus autonomes, créerait un intérêt pour le tourisme, éviterait le transport par des camions polluants et destructeurs de notre réseau routier.

Il serait normal d'y intégrer des cuisines communautaires, dirigées par quelques personnes permanentes mais qui seraient utilisables par et pour la communauté pour la transformation des récoltes en préparations de base à congeler et autres produits santé, la production de jus frais du jour, de mets cuisinés; pour des rencontres, des levées de fonds, des fêtes et occasions spéciales, pour soutenir les personnes défavorisées ou démoralisées... Il pourrait s'y donner des ateliers, des cours de cuisine et d'alimentation naturelle à la population, aux enfants... La Vie quoi!

D'ailleurs, il n'est pas compliqué de convertir une recette « classique » en recette «naturelle». La technique est pareille, les quantités sont souvent les mêmes. On remplace les ingrédients industriels de qualité dégradée par d'autres naturels de première qualité et le résultat ne peut être que convaincant.

Il serait si simple de démystifier la cuisine faite à partir d'ingrédients naturels. Les gens sont souvent mal à l'aise de changer leurs habitudes alimentaires pour quelque chose d'inconnu. En facilitant la transition , beaucoup seraient heureux d'opérer le changement. Il s'agirait de partir un mouvement d'un minimum d'envergure et tout le reste s'ensuivrait.

Je viens d'apprendre qu' à St-Théophile une cuisine collective vient tout juste de démarrer grâce à une subvention accordée dans le cadre de la Politique nationale de la ruralité.(Éclaireur-Progrès, 23/03/07).

Le plus gros des récoltes est actuellement transformé en aliments industrialisés, tous agrémentés d'une quantité considérable de sucre blanc, de colorants, d'agents de préservation dans des beaux petits contenants attrayants, pour lesquels il a fallu faire de la publicité pour les faire adopter et qui réussissent quand même à coûter moins cher que les produits frais. Mais ils sont encore trop chers pour ce qu'ils valent en réalité. Le marché de l'alimentation est faussé du début à la fin.

Les gens de toutes classes sociales devraient pouvoir se gaver de fruits et légumes frais et regagner ainsi la santé .

Les aliments industrialisés semblent économiques mais par leur peu de valeur nutritive, ils nous font manger trop. S'ils nous occasionnent toutes sortes de problèmes de santé, nous obligent à suivre des régimes ou à changer notre garde-robe, pour finalement devoir prendre des médicaments qui ne règlent rien , alors dites-moi donc où est l'économie?

Si on attend après les grosses compagnies pour régler nos problèmes, on va mourir avant. C'est leur intérêt qui compte en premier comme en dernier et ils n'ont guère

envie de bouleverser leur système savamment élaboré et dont ils sont probablement très fiers, peu importe ce que nous pouvons en penser.

Les récents efforts de l'industrie alimentaire pour prendre un virage santé et anti-obésité n'ont guère impressionné Lyne Mongeau, nutritionniste et conseillère scientifique à L'Institut national de santé publique.

« La conclusion est désolante: elles ne prennent pas la santé des consommateurs assez au sérieux. L'industrie alimentaire se défile, dit qu'elle donne au consommateur ce qu'il réclame». (leSoleil, 13/02/07)

Et le nouveau *Guide alimentaire canadien* en a laissé plusieurs sur leur faim. Pendant ce temps on continue d'ajouter à la farine de blé entier vendue en épicerie (Five Roses ou Sélection Mérite), un mélange d'acide ascorbique, azodicarbonamide, amylase, et chlorhydrate de L-cystéine .

Juste à côté sur la tablette, la farine de sarrasin, moulue sur meule de pierre de la compagnie Moulin Bleu, n'a pas besoin de liste d'ingrédients parce que le seul ingrédient est la farine de sarrasin!

En passant, les étiquettes de valeur nutritive, c'est un gros coup d'argent pour les laboratoires, pour nous, c'est zéro. Cela ne nous donne aucune idée de la qualité des ingrédients et qui peut affirmer en comprendre vraiment la signification?

Certaines fermes, grandes et petites pourraient développer une spécialité en offrant l'hospitalité aux personnes ayant besoin de repos, de grand air ainsi que d'une nourriture de première fraîcheur. La Nature est bien plus en mesure de nous guérir réellement .

J'ai fait toute une trouvaille . Je suis tombée sur un petit livre datant de 1923, (une dixième édition, la première datant de 1905), écrit par un médecin qui soignait les malades avec une cure au lait cru. Voici ce qu'il en dit:

--Le lait doit être très propre et très pur. On n'y doit rien ajouter ni retrancher. Pas de lait bouilli, ni pasteurisé, ni stérilisé, ni conservé d'aucune façon !

A part les microbes pathogènes qu'il peut contenir, et qu'il ne contient, hélas ! Que trop souvent à cause de l'incurie criminelle de certaines gens, le lait contient aussi beaucoup de germes utiles, et il arrive souvent qu'en voulant détruire les premiers, on ne les détruit pas du tout et on anéantit les seconds. Si on fait bouillir le lait assez longtemps, on le stérilise, c'est-à-dire on tue tous les germes qu'il contient, bons ou mauvais. Mais le lait bouilli n'est pas une nourriture.

Si on le pasteurise, c'est-à-dire si on le chauffe à une température de 150 degrés Fahrenheit ou à peu près, on ne détruit aucunement les microbes pathogènes tandis qu'on prive le lait de certaines qualités nutritives Nourrissez deux jeunes chiens, l'un avec du lait pasteurisé et l'autre avec du lait ordinaire, et vous verrez la différence. »

LA CURE AU LAIT a été traduite de l'anglais par l'abbé ANSELME BOIS qui avait suivi ce traitement en Californie et guéri de graves séquelles laissées par la grippe

espagnole. Cette cure a par la suite été offerte par les soeurs à l'Hospice du Sacré-Coeur à Sherbrooke . Mais la guerre et l'imposition intransigeante de la pasteurisation du lait à tout prix ont sûrement eu raison de cette forme de cure malgré ses bienfaits indiscutables.

Il serait grand temps de réhabiliter le lait nature, crû ou non pasteurisé dont la vente ou même le transport hors de la ferme est interdit.

Il y a bien le Dr Carol Vachon, auteur du livre «Pour l'amour du bon lait», qui s'est battu à peu près seul contre une loi qui n'a plus sa raison d'être aujourd'hui avec toutes les mesures d'hygiène et les inspections régulières sur les fermes , les systèmes de réfrigération... Mais il se bat contre un géant qui défend son monopole sans se poser de questions.

Les enfants et les adultes sont devenus allergiques au lait, ils sont de plus en plus malades, le lait seul a un goût affreux, on doit annoncer le lait pour en encourager la consommation , nous avons une industrie laitière très bien structurée, mais rien n'y fait , il n'y a aucune espèce d'ouverture envers le lait crû, pas l'ombre d'une expérience, cela demeure un aliment dangereux pour la santé publique!

Il y a eu dans les années '40 un certain docteur Emile Nadeau, qui affirmait lui, dans ses douze messages aux ménagères canadiennes de la Province de Québec « AU SUJET DU LAIT PASTEURISÉ » que:

«Les experts en nutrition les plus réputés, tant en Angleterre qu'aux États-Unis et au Canada, ont fait des recherches et des expériences nombreuses , sur les animaux et les humains, qui ont démontré à l'évidence que la pasteurisation ne détruit en aucune façon les substances nutritives du lait ou les vitamines.

«...il nous semble que le résultat des recherches de ces hommes de science et l'opinion unanime de tous les hygiénistes désintéressés devrait prévaloir contre la prétention erronée de certains retardataires qui, par intérêt ou par esprit de routine prétendent, sans preuves à l'appui, que le fait de chauffer le lait à 143o F, pendant ½ heure, peut détruire les principes nutritifs et surtout les vitamines.»

Mais, il est bien écrit dans son message no.2 :

« En attendant que toutes ces maladies soient extirpées des troupeaux laitiers et que par l'éducation et d'autres méthodes, la traite soit faite dans des conditions de parfaite propreté, UN SEUL MOYEN est actuellement à notre disposition pour la protection du public: C'EST LA PASTEURISATION DU LAIT.»

Ce qui donnerait le droit ,si je comprends bien, aux producteurs laitiers respectueux des normes actuelles d'hygiène avec tout l'équipement existant de nos jours et ayant des vaches en bonne santé, passant les tests de salubrité du lait pour la protection du public, ils auraient donc parfaitement le droit de vendre du lait cru. Ils n'auraient actuellement besoin que d'un permis...

Merci de votre attention. Il y a énormément de belles énergies au Québec, dans toutes les sphères de la société. J'ai confiance qu'avec toute la bonne volonté démontrée dans cette Commission, nous serons capables de réaliser les changements nécessaires à notre qualité de vie ainsi qu'à notre survie en tant que peuple encore libre. Tout passe par l'agriculture.

Andrée Carignan
13525, 1^{ière} ave
St-Georges
G5Y 2E8
418-228-1301