

Culture &
Développement asbl

RÉSEAUNANCES

Trimestriel de Culture & Développement - n° 91



4^e trimestre 2022 | Bureau de dépôt Grétry 4030 Liège | P104023

GRATUIT

SOMMAIRE

Édito	3
Le café des voisins Les amis d'Aladdin Visite de l'équipe du Beau-Mur	4
La fresque du climat, un outil pour comprendre La fresque du climat à Charleroi Pascale Smeesters	6
Régime général. Pour une sécurité sociale de l'alimentation	10
Recettes de l' atelier cuisine interculturelle de Pascale Durum aux falafels Chef Arnaud Haricots aux tomates Cheffe Amal Riz aux lentilles Cheffe Iman	12
Des nouvelles des luttes citoyennes	14



FÉDÉRATION
WALLONIE-BRUXELLES

RÉSEAUNANCES - revue trimestrielle publiée avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles

Crédits photos/illustrations : Photographies © Culture & Développement, couverture : unsplash.com ; p. 6 et 9 : Jean-Pierre Cadiat

Editeur Responsable : Thibaut Creppe, rue du Beau-Mur 50 - 4030 Liège
communication@cultureetdeveloppement.be

CULTURE & DÉVELOPPEMENT asbl

Réseau associatif reconnu en Education Permanente réunissant six associations de Bruxelles et de Wallonie.

Siège social : Rue du Beau-Mur 50, 4030 Liège - T 04 358 04 27

www.cultureetdeveloppement.be

L'hiver approche et l'actualité ne réchauffe pas même les cœurs. On ne vous dressera pas le tableau sans couleur d'une réalité que vous connaissez toutes et tous. Les factures d'énergie s'allourdissent et les caddies peinent à se remplir correctement. Plus que jamais, peut-être, ce sont les valeurs de solidarité et de justice que nous voulons défendre. Notre travail, nous l'espérons, ne dit pas autre chose.

Ainsi, chez Culture et Développement, l'équipe du Beau-Mur est allé rendre visite aux Amis d'Aladdin, à la Poissonnerie (Schaerbeek), où les habitant-es du quartier s'entraident et se rencontrent régulièrement au *Café des Voisins*. [p.4]

Côté climat, thématique chère à notre réseau - et ô combien actuelle -, plusieurs associations ont travaillé avec l'outil pédagogique *La fresque du climat*. Un outil inventé par Cédric Ringenbach que Pascale Smeesters, animatrice dans le Hainaut, vous présente en page 7.

Aussi, on a lu pour vous l'ouvrage *Régime Général, pour une sécurité sociale de l'alimentation*. Une analyse sérieuse et critique de nos systèmes alimentaires. Une façon d'appuyer le travail de terrain entrepris de tous les côtés de notre réseau et de faire le lien avec les réflexions permanentes de notre Groupe d'Animation. On vous en parle en page 10.

Puis, comme depuis quelques numéros déjà, vous trouverez quelques recettes de l'atelier cuisine interculturelle de Pascale. Qui nous envoie la photo de son assiette inspirée de ces recettes ?

Enfin, on vous donne quelques nouvelles de luttes citoyennes en page 14. Car, si la morosité est présente, il ne s'agit pas de le nier, on continue encore de se rendre plus fort par l'action collective. C'est aussi, voir surtout, dans les moments de difficulté que l'on gagne à s'émanciper ensemble. Qu'on se le dise !

Thibaut Creppe
Rédaction
Communication



LE CAFÉ DES VOISINS

LES AMIS D'ALADDINS

Dans les locaux de la Poissonnerie, au 214 rue du Progrès, en contrebas des rails du chemin de fer et à quelques pas de la gare du Nord, des habitant-es de Schaerbeek et environs se retrouvent tous les mercredis. Clara et Rhimou, animatrices des Amis d'Aladdin, y organisent le Café des voisins. Au matin du 21 septembre dernier, alors que les syndicats (CSC, FGTB, CGSLB) se rendaient en front commun à Bruxelles pour défendre les intérêts des travailleurs et discuter d'un calendrier d'actions, l'équipe du Beau-Mur s'est rendue à la Poissonnerie pour se joindre au *Café des voisins* du jour.

À notre arrivée, quelques femmes sont déjà attablées et le café est déjà prêt. Ensemble, on parle des enfants, des familles, de la vie quotidienne, et puis aussi de la grève qui remue Bruxelles du côté de la gare centrale.

Tout le monde ne parle pas le français aisément et les animatrices s'inquiètent de savoir si les écoles ont bien communiqué sur l'actualité - la journée d'école est un peu perturbée aujourd'hui. Une animatrice explique que les syndicats sortent dans la rue pour revendiquer des droits quant au pouvoir d'achat. Chacune se sent alors concerné-e par la lutte sociale, dans ce quartier où beaucoup sont issus de l'immigration et où, bien sûr, les problèmes ne manquent pas.

D., un homme d'une cinquantaine d'années, vient pour la première fois au Café des voisins. Il connaît la Poissonnerie parce qu'il est déjà venu écouter des concerts et des soirées slam. La Poissonnerie, c'est aussi un lieu connu pour ses événements culturels dans le quartier. D. évoque la crise économique : « A Bruxelles, les gens n'ont pas l'air de se rendre compte de

ce qui va nous arriver, ça va devenir très compliqué dans le quartier ». Ce sont les factures énergétiques et la guerre en Ukraine qui le tracassent. Dans le quartier, les loyers sont chers et les dernières augmentations étouffent de plus en plus les habitant-es. Un autre homme du quartier, vient appuyer son voisin: son loyer passe de 700 euros à 770 euros, et le propriétaire ne semble pas compréhensif. « Je ne pourrais plus payer bientôt. En plus, l'ascenseur est cassé, ma voisine âgée



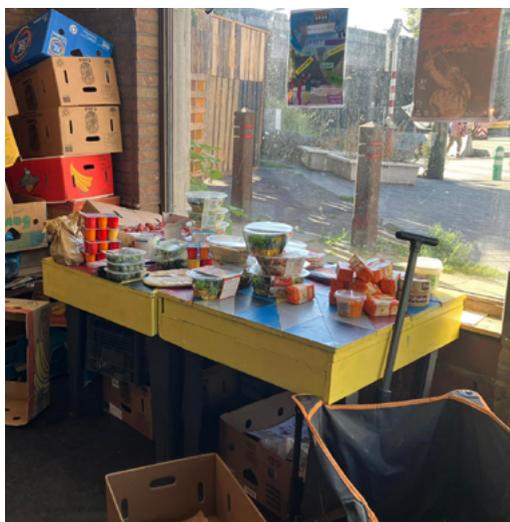
doit faire plusieurs étages par l'escalier, et ça fait des années que ça dure. Rien n'est aux normes, on ne se sent pas en sécurité ». Et ils échangent ensemble, se conseillent sur les bonnes démarches à entreprendre, ils se rassurent, s'entraident, puis ils rient un peu en buvant leur café. Le second ne tarde pas, il a de la paperasse à mettre en ordre.

De l'autre côté de la table, un écrivain public écoute attentivement une dame qui voudrait des conseils administratifs. Bien sûr, on n'entendra pas ce qu'ils se disent, le groupe n'est pas concerné, mais chacun-e sait qu'il-elle pourra, à son tour, demander des conseils.

Vers onze heures, une bénévole entre dans la Poissonnerie avec un caddie rempli de légumes et de produits invendus. Quelques-un-es se lèvent et vont l'aider. En quelques minutes, les marchandises sont réparties équitablement dans des colis que ne tardent pas à venir chercher les bénéficiaires. L'aide alimentaire est essentielle pour beaucoup ici - durant les périodes de confinement, elle l'a été d'autant plus.

L'entraide est aux quatre coins de la Poissonnerie. Ici, un conseil amical, un encouragement à ne pas baisser les bras, là-bas une distribution de nourriture. D'autres passent aussi quelques minutes pour regarder les tringles de vêtements – La Poissonnerie accueille un projet de Friperie, projet d'initiatives citoyennes où sont redistribués des vêtements donnés.

En proposant des moments collectifs tels que le *Café des Voisins*, Les Amis d'Aladdin et la Poissonnerie contribuent à maintenir un lien social important dans le quartier. Des actions citoyennes naissent des rencontres entre les habitant-es et les animatrices. Par les temps qui courent et dans la morosité ambiante, on aurait du mal à ne pas percevoir l'importance fondamentale de tels lieux de vie. Le *Café des voisins* s'adapte constamment à la population, à ses besoins et ses demandes. Sans doute, il y a dans ce coin de Bruxelles de quoi faire résonner encore ces mots de Paulo Freire : *Personne n'éduque autrui, personne ne s'éduque seul, les hommes s'éduquent ensemble par l'intermédiaire du monde.*





LA FRESQUE DU CL!MAT

UN OUTIL POUR COMPRENDRE

L'association La fresque du climat a conçu un outil collaboratif et créatif : la Fresque du climat. L'idée de Cédric Ringenbach, le créateur, c'est de permettre à tous les publics de s'approprier le sujet du changement climatique, sans être trop simplificateur.

L'intérêt de ce jeu réside dans le fait qu'il permet d'exercer des compétences multiples :

- Raisonner : comprendre les données, manipuler les chiffres, les graphiques, déduire les liens de cause à effet...
- Formaliser : structurer sa réflexion sous forme d'un schéma et expliquer aux autres ce qu'on a appris
- Imaginer : visualiser les interactions existant entre les différents éléments et décorer la fresque dans la phase de créativité
- Ressentir : exprimer ses émotions face aux enjeux climatiques et échanger avec les autres joueurs.

Le temps de l'animation est estimé à 3 heures et un animateur-trice est conseillé-e pour 5 à 14 participants.



Comment se déroule une partie ?

Il faut compter un jeu de cartes pour maximum 8 joueurs et le jeu se déroule en différentes phases :

1. Réflexion : découvrir les cartes, les mettre en lien et co-construire la fresque en disposant les cartes de manière à mettre en évidence les liens de cause à effet qui existent entre elles (1h – 1h30)
2. Créativité : s'approprier la fresque en y ajoutant des illustrations, des dessins, des collages ... et en imaginant un titre (30')
3. Synthèse : partager ce qu'on a appris en en faisant l'exposé devant les autres participants (15')
4. Échange : exprimer les émotions suscitées par le jeu et échanger sur les solutions et les actions possibles (1h)

Cet outil pédagogique, l'asbl **De Bouche à Oreille** ainsi que l'asbl **El Maujone**, toutes deux membres de Culture et Développement, l'ont expérimenté en septembre dernier.

LA FRESQUE DU CLIMAT À CHARLEROI

PASCALE SMEESTERS

Pascale Smeesters, animatrice à Châtelineau (Charleroi), nous parle de cette animation :

Cela fait plusieurs étés que la météo me fait l'effet d'un coup de poignard dans le ventre. Canicules, sécheresses, inondations, canicules, sécheresses... Les feuilles des arbres qui tombent en plein été, l'herbe roussie en Belgique, les forêts qui brûlent, les champs qui s'érodent, l'impact sur les humains et sur la faune... Le réchauffement climatique est devenu incontournable et nous prend aux tripes. Pourtant, si peu est fait pour le limiter. Manque-t-on de connaissances ou de volonté de changer nos modes de vie ? Ou peut-être des deux ?

J'ai d'abord eu connaissance de la Fresque du climat lors d'une animation réalisée dans ma commune lors d'une université d'été d'une association pour la défense de l'environnement. Une animatrice était venue animer une Fresque simplifiée : elle posait des questions au groupe et mettait elle-même les cartes sur la table. Je pensais avoir une bonne connaissance du phénomène du réchauffement climatique : je me suis vite rendu compte que mes connaissances n'étaient que sommaires... Je n'avais pas connaissance, par exemple, du phénomène d'acidification des océans et de ses conséquences dramatiques pour la biodiversité marine. A la fin de l'atelier, l'animatrice rajoutant de surcroît une bonne dose de pessimisme et de fatalisme, le groupe était bien déprimé.

Qu'à cela ne tienne, je me suis inscrite à un autre atelier, cette fois la version longue, complète. Un animateur bénévole, lui-même formé à la Fresque, nous le proposait gratuitement à Gembloux. En petit groupe, nous avons

reconstruit nous-mêmes, pas à pas, le cercle destructeur dans lequel nous sommes coincés. En manipulant moi-même les cartes, en les posant sur la table, en dessinant les flèches, j'ai encore appris des choses supplémentaires que je n'avais pas comprises précédemment. Et je mesurais aussi tout ce que je n'avais pas encore compris. Décidément, le réchauffement climatique est un sujet complexe, technique. Mais comme il est crucial que chacun puisse en comprendre les tenants et aboutissants !

En même temps, je voyais les limites de l'outil. Ne donnant pas d'ordre de grandeur (quel est l'impact de telle augmentation précise de la température), il pouvait laisser croire que tout est déjà foutu, et qu'agir serait donc inutile. Car si bien sûr le réchauffement est en cours et que nous en subissons déjà les conséquences, chaque demi degré de plus augmentera encore ses conséquences dévastatrices. D'où l'importance d'un bon débriefing, informé et chiffré, avec l'animateur·trice après la Fresque. La Fresque ne donne pas non plus de solutions, elle se contente de donner les faits scientifiques énoncés par le GIEC. C'est donc aux participant·es et à l'animateur·trice de chercher des pistes d'actions et de s'informer sur leur impact réel. Par ailleurs, j'étais un peu sceptique quant à la phase « créative » de la Fresque. Face à une réalité si sombre, « décorer » et « embellir » la Fresque relevait pour moi de la dissonance cognitive. À moins d'exprimer par l'art ses sentiments négatifs...

Consciente de ces limites, j'ai tout de même souhaité faire vivre cet outil aux membres des différents groupes à Châtelet et à Châtelineau, ce sujet étant brûlant d'actualité. Je me suis donc formée à son animation grâce à un dossier que m'a gentiment envoyé l'animateur

de la Fresque à laquelle j'avais participé (des formations en présentiel payantes sont aussi disponibles), et j'ai imprimé en couleur le jeu qui est téléchargeable en ligne sur le site de l'association. Comme les participant-es ne maîtrisent pas tous-tes le français, et que le vocabulaire utilisé est de haut niveau, j'ai imprimé le jeu en différentes langues (car des bénévoles l'ont traduit en plein de langues différentes, ce qui est vraiment une plus-value !). Je me suis aussi beaucoup informée par moi-même pour tenter de mieux comprendre le sujet : j'ai par exemple lu les conclusions du GIEC.

J'ai eu l'occasion d'animer à 3 reprises la Fresque du Climat. : une fois pour le groupe du potager collectif de Châtelineau, et deux fois à El Maujone. Comme il s'agit avant tout d'un outil d'intelligence collective, et même si le contenu scientifique est le même, chaque Fresque était une aventure différente !

Déjà, l'intérêt des participant-es pour le sujet est un facteur crucial pour le succès de l'animation. Il faut vouloir se confronter à la réalité du réchauffement climatique pour l'accepter (la digérer, c'est autre chose). Sinon, les mécanismes de déni se mettent très vite en place : « Et si on parlait d'autre chose ? ». Le groupe des potagistes était le plus motivé : l'atelier a été un beau moment d'intelligence collective, d'entraide et de mobilisation.

Ensuite, le nombre de participant-es a également un impact : l'idéal est d'avoir un petit groupe d'environ 5 personnes. En petit comité, chacun participe pleinement à l'atelier et peut bien s'approprier le sujet. L'échange des émotions à la fin en est également facilité,

surtout si l'animateur-trice connaît déjà bien les participant-es. Quand le groupe est plus grand, il peut être possible de faire plusieurs Fresques en même temps, mais l'animateur-trice doit alors passer d'un groupe à l'autre et cela diminue le temps qu'il peut leur consacrer. En effet, les cartes de la Fresque sont distribuées par lot : une fois un lot placé sur la table par les participant-es, l'animateur-trice vérifie qu'il n'y a pas d'erreur, réexplique au besoin puis distribue les cartes du lot suivant pour construire la Fresque.

En outre, même si les cartes sont traduites dans leur langue maternelle, le vocabulaire n'est parfois pas accessible à tout le monde. Il faut une certaine culture scientifique de base pour arriver à comprendre certains phénomènes décrits dans la Fresque. Et ce, même en supprimant les cartes « avancées » de la Fresque.

Enfin, j'ai été frappée de voir la réaction parfois fataliste de certain-es participant-es : « C'est ainsi, j'accepte la réalité ».

Je me suis alors rappelé que beaucoup ont déjà vécu les catastrophes dont parle la Fresque du climat : guerre, migrations, famines, sécheresses... Et ont dû apprendre à vivre avec, à les accepter. Comment arriver à mobiliser dans ce contexte ?

Après la Fresque, lors du débriefing, je montrais aux participant-es un graphe qui quantifie l'emprise qu'un individu peut avoir sur son empreinte carbone. Selon une étude de Carbone 4, 1/4 de la diminution nécessaire de son empreinte carbone pour limiter le réchauffement climatique peut être réalisée par un individu sans toucher à son portefeuille, principalement en devenant végétarien, mais



aussi en privilégiant le vélo et en ne prenant plus l'avion. Le 1/4 suivant, l'individu peut le réaliser avec l'aide de l'État : isoler sa maison par exemple (grâce à des primes), ou prendre les transports en commun (qui doivent être accessibles), ou encore changer son véhicule. Il reste encore la moitié de l'effort à faire : c'est l'État et les entreprises qui peuvent agir à ce niveau, en décarbonant l'industrie, l'agriculture, les services publics, etc. Les individus ne peuvent que tenter d'influer sur

ceux-ci, via le vote, les manifestations, les pétitions, les interpellations...

Pour conclure, la Fresque du Climat est un outil intéressant qui m'a beaucoup appris, même s'il a, comme tout outil, ses limites. J'invite en tout cas ceux qui ne l'ont pas encore vécu à tenter l'expérience, et ceux qui l'ont vécu à l'animer, car comme on dit : c'est en fresquant qu'on devient fresqueur !

Pascale Smeesters



QU'EN ONT PENSÉ LES PARTICIPANT-ES ?

Je trouve cette animation très intéressante, on apprend pas mal de choses ! Ce qui est génial avec cet outil c'est qu'on comprend tout de suite, pas besoin d'avoir fait des grandes études. On est en train de détruire la planète, il est temps que tout le monde en prenne conscience ! Il faudrait trouver des solutions sans tarder. A titre personnel, en tout cas, ça m'a fait beaucoup réfléchir. J'essaie de changer un peu mes habitudes, notamment en ce qui concerne la consommation de viande. Normalement j'en suis un gros consommateur, mais maintenant j'en mange moins et moins souvent. De toute façon nos ancêtres en mangeaient moins et ils n'en sont pas morts ! Et puis pour une petite course j'essaie d'aller à pied plutôt que de prendre la voiture. Le problème, c'est que d'autres personnes qui ont plus de pouvoir que nous ne réfléchissent pas à cette question !

Alain, participant du projet potager, Châtelaineau

J'ai été choquée et surprise d'apprendre la gravité de la situation. J'en avais déjà entendu parler, j'avais déjà remarqué des changements au niveau de la météo, mais je ne me rendais pas compte que c'était aussi grave. Ça a créé un déclic en moi. Je pense qu'on doit réagir. J'irai à la manifestation climat du 23 octobre, c'est la moindre des choses. Car je pense que c'est notre responsabilité à tous. Mais les gens ne connaissent pas la gravité de la situation, c'est ça le problème...

Rahma, participante aux ateliers d'El Maujone, Châtelet



RÉGIME GÉNÉRAL

POUR UNE SÉCURITÉ SOCIALE DE L'ALIMENTATION

LAURA PETERSELL - KÉVIN CERTENAIS

Membres militants de l'association d'éducation populaire Réseau Salariat, Laura Petersell et Kévin Certenais, ont publié en 2022 *Régime Général. Pour une sécurité sociale de l'alimentation* (Riot Editions). L'ouvrage rend tangible et désirable un système alimentaire postcapitaliste qui contribuera à la lutte contre le patriarcat et le néocolonialisme.

En s'appuyant sur l'une des grandes conquêtes de la classe ouvrière - le régime général de Sécurité Sociale -, Laura Petersell et Kévin Certenais déploient une profonde réflexion autour de cinq axes : travail, propriété, gouvernance, investissement et finalités. Bien que français, l'ouvrage s'applique à penser les problématiques au-delà des frontières de l'Hexagone. En effet, il serait erroné d'envisager le système alimentaire uniquement à une échelle nationale car la filière alimentaire est mondialisée. De plus, puisque publié en 2022, *Régime Général* inclut dans sa réflexion la crise du Covid-19 et ses conséquences sur l'aide alimentaire en forte augmentation ces dernières années : *le problème n'est donc pas la quantité de nourriture produite chaque année à travers le monde, mais plutôt qui produit, où, comment, pour qui et pourquoi ? L'argument selon lequel le développement de l'agriculture industrielle permettrait de nourrir le monde est obsolète et irrecevable.*

Vastes questions d'une actualité criante que prennent donc à bras-le-corps Laura Petersell et Kevin Certenais en promouvant une véritable Sécurité sociale de l'alimentation dans cet ouvrage qu'on vous conseille fortement ! Une version numérique est d'ailleurs disponible en ligne ! - Ci-contre, vous trouverez quelques extraits choisis de l'ouvrage.



Ce livre fait écho, pour Culture et Développement, aux actions entreprises par notre Groupe d'Animation depuis plus de deux ans. En effet, comme nous l'expliquions dans les numéros précédents de Réseanances, nous avons suivi un parcours de réflexions important ces dernières années. Il y eut pour nous les visites « Bulles d'air » organisées durant les différents confinements en 2020-2021 (voir Réseanances n°85 - 86) autour des projets écologiques du réseau. Ensuite, nous avons voulu politiser davantage nos réunions en organisant une lecture collective de la carte blanche de Christine Mahy (Réseau Wallon de Lutte contre la Pauvreté) : *Alimentation de qualité : pourquoi pas un droit garanti par la sécu ?* ainsi qu'un arpentage du livre *Reprendre la terre aux machines* de l'Atelier Paysan (voir Réseanances n°88). Enfin, nous avons réuni, en mai dernier, une soixantaine de participant-es à une *journée réseau* (Voir Réseanances n°90) au cours de laquelle nous avons évoqué la problématique du prix de l'alimentation, ses enjeux et des pistes de solutions... parmi lesquelles la sécurité sociale alimentaire.

Encore : **Agir local, penser global !**

Le sujet de l'alimentation nous montre à quel point il n'est pas possible de se dire « écologiste » sans combattre le système capitaliste. Le système économique dans lequel nous évoluons à ce jour repose sur le **mythe de la croissance illimitée** : produire encore et toujours plus pour vendre encore et toujours plus et engranger du profit, toujours du profit. Si nous admettons collectivement qu'une bonne partie de ce qui est produit par le système, y compris en matière d'alimentation, est inutile voire nocif – pour les personnes qui travaillent, pour notre santé et pour notre planète –, la proposition de sortie du système capitaliste que nous développons ici sous la forme d'une Sécurité sociale de l'alimentation prend toute sa **dimension écologique**.

p.58

Les fausses solutions consistent à s'émerveiller de l'agriculture paysanne en circuits courts (qui, en réalité, ne permet aujourd'hui de nourrir que 10 % de la population) et à monter des ateliers-cuisine pour apprendre à certaines d'entre nous à « mieux manger », en toute condescendance de classe, bien souvent doublée d'un profond racisme et sexisme. C'est le discours de nombreuses personnes « bien-pensantes » et le logiciel des politiques publiques en France avec leurs « conseils nutritionnels » qui font peser toute la responsabilité sur les comportements individuels au lieu d'analyser les conditions matérielles de vie et les chaînes d'approvisionnement. **Attachons-nous à ne pas seulement lutter contre les conséquences, mais bien contre les causes**, et à ne pas oublier la vision globale quand on célèbre des initiatives locales.

p.95

Je te pique une partie de ce que tu produis, je te prête ce que je viens de te piquer, tu me rembourses : le capitalisme expliqué en trente secondes.

Bernard Friot

Si le seul point de vue adopté est celui de la réforme de l'aide alimentaire, alors battons-nous pour une **revalorisation conséquente des salaires** et des **minimas sociaux**, pour le **gel des loyers**, la mise en place d'un **service public de l'énergie** et la gratuité des transports en commun. Ainsi, nous aurons une part suffisante de nos budgets à consacrer à l'alimentation.

p.95

EXTRAITS DE
RÉGIME GÉNÉRAL
POUR UNE SÉCURITÉ
SOCIALE DE
L'ALIMENTATION



RECETTES DE L'ATELIER

CUISINE INTERCULTURELLE DE PASCALE

Recette du durum aux falafels
Chef Arnaud

Falafels

Ingrédients

- Pois chiches secs (50g/p.)
- Sel, poivre noir
- Poudres de cumin, paprika, sumac
- Graines de carvi, sésame, nigelle, fenugrec, coriandre
- Feuilles de coriandre, persil plat en petits morceaux
- Ail en petits morceaux ou mixés (1 gousse/p.)
- Oignon blanc en petits morceaux ou mixés
- Huile de friture (tournesol par exemple)

Recette

Faire tremper les pois chiches dans beaucoup d'eau pendant 24h. Rincer les pois chiches, les sécher, puis les mixer jusqu'à arriver à une texture granuleuse. Rajouter les autres ingrédients et bien mélanger. (Technique longue : laisser fermenter les pois chiches égouttés avec les épices secs pendant 24h supplémentaires. Cela donne un goût plus fort et aide à digérer.)

Faire des boulettes et les faire frire dans de l'huile bouillante jusqu'à ce qu'elles aient une belle couleur dorée.



Sauce à l'ail (tarator en arabe)

Ingrédients

- Yaourt de vache gras
- Ail (1 gousse/p.)
- Huile d'olive
- Sel

Recette

Mixer l'ail avec le yaourt. Incorporer l'huile d'olive petit à petit, comme pour faire une mayonnaise.

Les autres garnitures du durum

- Pain syrien (aussi appelé pain libanais)
- Crudités : tomates, concombres
- Légumes en saumure : cornichons, navets
- Menthe
- Citron en tranches
- Houmous
- Graines de grenade
- Pois chiches
- Petits piments verts
- Persil plat

Faites votre durum en tartinant votre pain d'houmous, en y écrasant quelques falafels, ajoutez la sauce et les autres garnitures. Dégustez !



Recettes de haricots aux tomates par cheffe Amal

Ingrédients

- Haricots 1kg
- Tomates en conserve 1kg (ou tomates fraîches)
- 1 oignon
- 1 tête d'ail
- Huile d'olive
- Sel
- Coriandre en poudre

Recette

Laver les haricots et couper les queues. Couper les haricots en morceaux. Mettre un verre d'huile d'olive dans une casserole, et y faire revenir l'oignon coupé en morceaux. Ajouter les haricots et bien les cuire. Ajouter les tomates et l'ail coupé en petits morceaux. Ajouter du sel et 1cc de coriandre en poudre. Faire cuire 30 minutes à feu doux.



Recette de riz aux lentilles par cheffe Iman

Ingrédients

- Riz 1kg
- Lentilles brunes 500g
- Sel
- Poivre blanc
- Oignons
- Huile d'olive 1 verre

Recette

Laver les lentilles, les recouvrir d'eau puis les cuire pendant 15 minutes à feu doux. Couper les oignons en lamelles. Mettre de l'huile d'olive dans une poêle et faire frire les oignons. Laver le riz et le mettre sur les lentilles cuites, rajouter de l'eau si nécessaire. Ajouter du sel et du poivre blanc. Cuire le tout pendant 15 minutes à feu doux, puis ajouter un verre d'huile d'olive et mélanger. Mettre le tout dans un plat et parsemer d'oignons frits.

Note : Cheffe Amal propose de remplacer le riz par du boulgour, c'est très bon aussi !





DES NOUVELLES DES LUTTES CITOYENNES

DES NOUVELLES D'IN MY NAME UNE LOI CITOYENNE POUR LA RÉGULARISATION

La proposition de loi d'In My Name sera entendue en commission intérieure le 8 novembre prochain.

Le 17 mai dernier, les militant-es portaient au parlement les signatures de plus de 35 000 citoyen-ne-s qui soutenaient leur proposition. L'objectif du projet est d'obtenir des critères clairs de régularisation pour les personnes sans papier.



UN ACCORD POUR LA CHARTREUSE À LIÈGE !

Cela faisait des mois que des militant-es occupaient le parc de la Chartreuse à Liège pour lutter contre les projets immobiliers de Matexi. Fin septembre, un accord a été conclu entre la ville, les occupants du site, l'association «Un air de Chartreuse» et le promoteur Matexi : le projet immobilier ne verra pas le jour ! Une victoire pour les occupants de la ZAD de la Chartreuse et tous leurs soutiens ! La mobilisation citoyenne a payé !

LUTTE CONTRE ALIBABA À L'AÉROPORT DE LIÈGE

Alibaba, le géant chinois de l'e-commerce, le Amazon chinois, n'est toujours pas le bienvenu à Liège pour les militant-es du collectif *Stop Alibaba and co* et ses soutiens. Le 25 septembre dernier, iels étaient plus de 2000 à le faire savoir dans le quartier des Guillemins et à faire entendre leurs revendications :

- Moratoire sur tous les projets d'extension de l'aéroport
- Réalisation d'une véritable étude d'incidence globale et d'une étude de faisabilité sur les alternatives possibles
- Organisation d'un véritable débat démocratique

La lutte continue !



Désormais, suivez-nous sur Facebook pour rester informé de nos activités !

Culture et Développement asbl

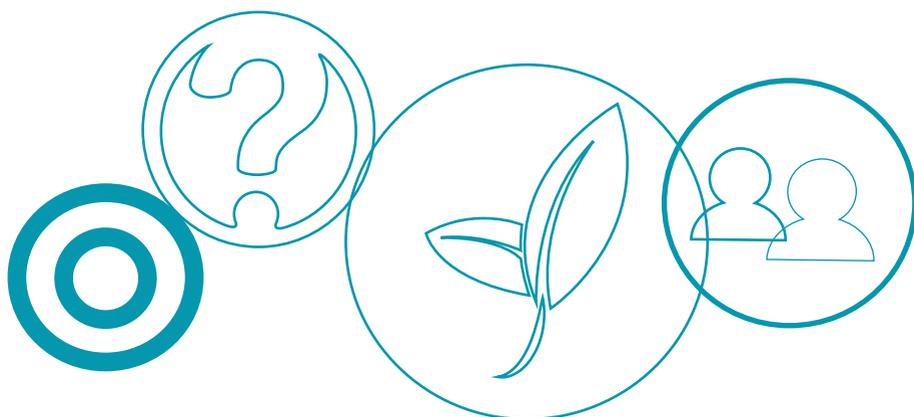


**Parler d'un événement, d'une activité,
d'un projet dans notre revue ?**

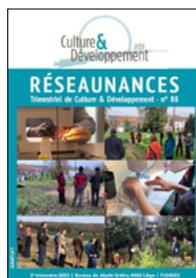
Contactez-nous

communication@cultureetdeveloppement.be

04 358 04 27



Pour consulter les numéros précédents de Réseanances, rendez-vous sur le site de Culture et Développement : www.cultureetdeveloppement.be, dans l'onglet « Notre revue ».



CULTURE & DÉVELOPPEMENT



Les Amis d'Aladdin

Rue Destouvelles 18 - 1030 Bruxelles
02/203 95 84
amis.aladdin@yahoo.fr



Le Centre Liégeois du Beau-Mur

Rue du Beau-Mur 48 - 4030 Liège
04/349 01 44
info@beaumur.org



De Bouche à Oreille

Verte Voie 13 - 4890 Thimister
087/44 65 05
secretariat@dbao.be



El Maujone

Rue du Mayeur, 71 - 6200 Châtelet
071/50 57 48
elmaujoneasbl@gmail.com



GAFFI

Rue de la Fraternité 7 - 1030 Bruxelles
02/221 10 10
coordination@gaffi.be



Groupe Belge Education Nouvelle

<https://gben.be>