TABLE COUVRE-TOI
Sauvetage alimentaire – aide alimentaire

Lecture de Table

Hiver 4.25

À Bâle, des bénévoles récompensés par le Prix schappo pour leur engagement

Chère lectrice, cher lecteur,

Le rapport intermédiaire publié par l'Office fédéral de l'environnement (OFEV) révèle que le gaspillage alimentaire est en léger recul, d'environ 5 %, en Suisse. Ce résultat est nettement en dessous de l'objectif de 25 % visé. Pour mémoire, l'objectif à l'horizon 2030, ambitionné de concert, est de diviser par deux le gaspillage alimentaire en Suisse. Il reste donc encore beaucoup à faire. Nous ne pourrons réaliser des améliorations qu'en œuvrant toutes et tous et tous secteurs confondus. La nouvelle norme applicable aux pommes de terre, qui paraît plus simple qu'elle ne l'est au quotidien pour les parties intéressées, est un bon exemple. Pour en savoir plus sur cette approche et les défis qui y sont liés, lisez l'article pages 6 à 8.

Contribuez, vous aussi, à réduire le gaspillage alimentaire. En faisant par exemple preuve de souplesse dans la gestion de la «date de durabilité minimale» et la congélation rapide des produits «à consommer avant le». La double page 4 et 5 vous en dit plus.

Deux fois par an, le canton de Bâle-Ville décerne le «Prix schappo» à des organisations bénévoles. Je me réjouis pour toutes et tous les bénévoles de la région de Bâle engagés qui ont reçu le 55e Prix schappo en novembre. Sincères félicitations! Cet élan médiatique est pour nous l'occasion d'attirer de nouvelles recrues prêtes à s'engager dans le cadre du projet Grande Festa lors de jours fériés. Nous travaillons à façonner l'avenir également dans notre entrepôt de Granges que nous exploitons avec Netzwerk Grenchen. De même qu'avec notre projet Étoile Romande en Suisse romande, où nous traquons sans relâche optimisations et solutions, avec notre réseau de partenaires, pour sauver encore plus de denrées alimentaires. Pour en savoir plus, consultez les articles pages 9 et 10.

J'adhère à la position de Jane Goodall, primatologue et protectrice de l'environnement récemment décédée: «Les petites décisions que nous prenons quotidiennement peuvent contribuer à créer un monde tel que nous le souhaitons. Chacune ou chacun de nous est concerné. Ne baissons pas les bras. Apportons chaque jour notre petite contribution positive et ne cédons pas à la résignation.» Notre action commune peut faire la différence pour les personnes touchées par la pauvreté, comme le montre clairement le portrait de deux de nos clientes à la page 11.

Je vous souhaite une Lecture de table passionnante et vous remercie chaleureusement pour votre soutien sous toutes ses formes et votre collaboration constructive.

Bonnes fêtes de fin d'année!

Alex Stähli, directeur

P.S.: Une fois que vous aurez lu votre exemplaire de Lecture de table, sa place n'est pas dans la corbeille à papier, mais à la cafétéria ou sur la table de votre salon! ☻ Je suis sûr que certaines ou certains de vos collègues ou membres de votre famille trouveront eux aussi intéressant de le lire.

Table couvre-toi est parrainée par:

TRANSGOURMET PRODEGA · coop · MIGROS · LIDL · ERNST GÖHNER STIFTUNG · secours d'hiver Suisse

Remise du 55e Prix schappo par le Président du gouvernement du canton de Bâle-Ville Conradin Cramer (au centre), avec les responsables de centre de distribution de gauche à droite Catherine Hosang (CD Zwinglihaus), Monika Gerber (CD Matthäuskirche), Lies Manig (CD Thomaskirche) et Hans-Jörg Rudin (CD Elisabethenkirche). *Photo: Martin Friedli, Bâle*

Un prix pour un engagement bénévole exceptionnel

Le Prix schappo est attribué par le canton de Bâle-Ville à des associations ou des groupes qui s'engagent pour d'autres personnes et œuvrent, à travers leur engagement, pour la promotion de la qualité de la vie à Bâle. Le 55e Prix schappo a été décerné à *Table couvre-toi*.

La commission schappo a décidé, en août 2025, d'attribuer le 55e Prix schappo aux bénévoles de *Table couvre-toi* de Bâle-Ville. schappo symbolise l'engagement au quotidien, c'est une initiative du canton de Bâle-Ville avec le soutien de partenaires issus de l'économie, des médias et des institutions d'utilité publique. Les critères d'attribution du Prix sont clairement définis: le projet a un caractère innovant et transmet des impulsions à des personnes à même de transmettre à leur tour à un autre cercle élargi de personnes; les activités sont bénévoles et non rémunérées; elles se fondent sur la durabilité et l'impact à long terme; l'offre s'adresse à un groupe cible clairement défini et n'est pas une fin en soi.

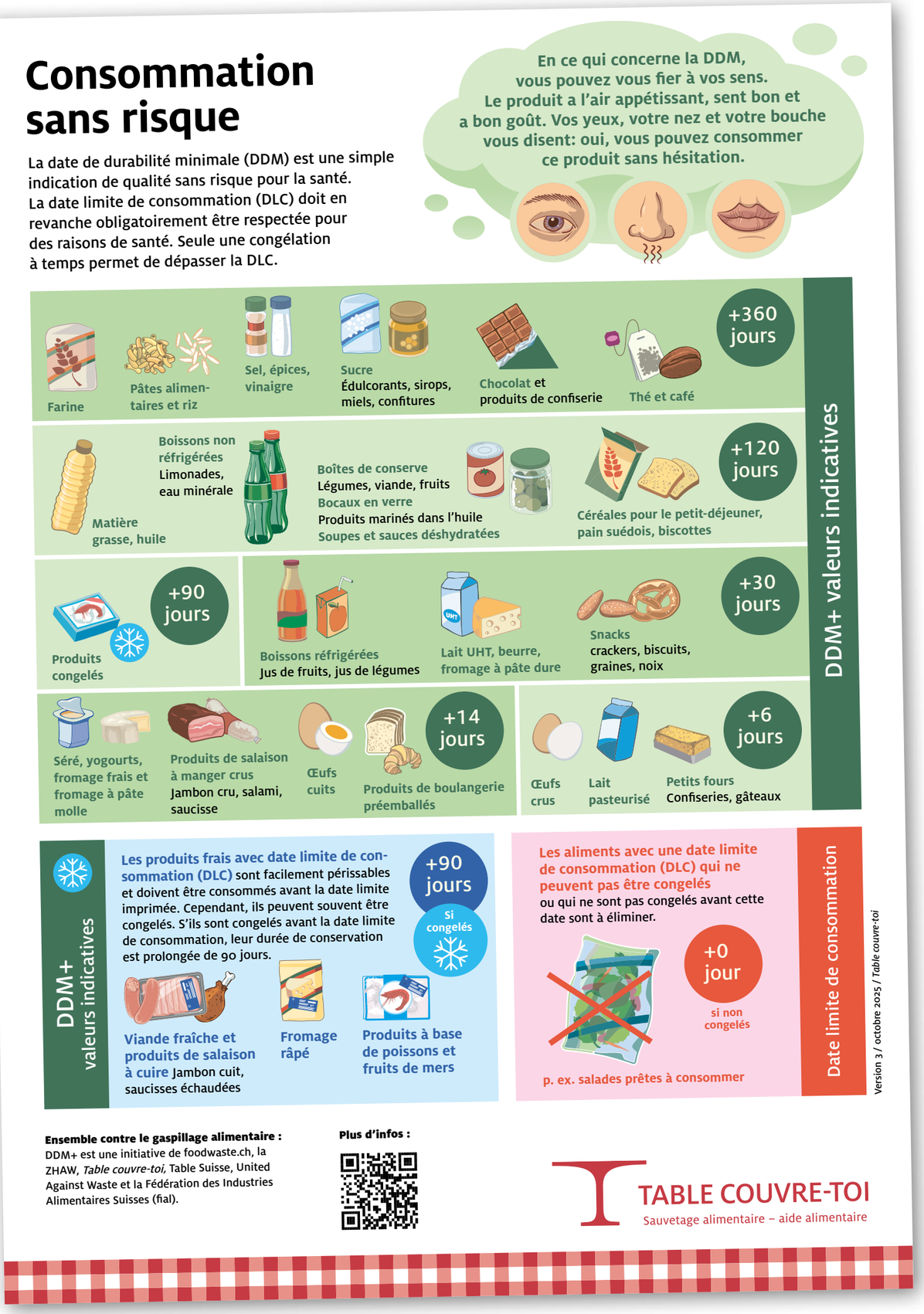
Chapeau!

Daniel Brunner, membre de la commission d'experts schappo, résume: «Nous sommes impressionnés par l'incroyable engagement des bénévoles. Cet engagement inestimable, qui profite aux personnes touchées par la pauvreté et contribue à la cohésion sociale, fait sens et procure en même temps aux bénévoles une grande joie. En décernant ce 55e Prix schappo, la commission schappo récompense cet engagement et remercie chaleureusement toutes celles et tous ceux qui sont impliqués.»

Une équipe forte, un puissant impact à Bâle

La présence de *Table couvre-toi* à Bâle ne date pas d'hier. Le premier centre de distribution, Bâle Elisabethenkirche, a en effet ouvert ses portes en 2004. Puis ce fut au tour des centres de Bâle Matthäuskirche, en 2006, Bâle Zwinglihaus en 2008 et Bâle Thomaskirche en 2018. Quelque 105 bénévoles œuvrent actuellement chaque semaine. En 2024, ils ont cumulé 15 120 heures de bénévolat et distribué pas moins de 164 tonnes de denrées alimentaires sauvées du gaspillage à des personnes touchées par la pauvreté, soit plus de 950 personnes chaque semaine. Catherine Hosang, coresponsable du centre de distribution Zwinglihaus, exprime ce que ressentent, au fond du cœur, de nombreux bénévoles: «À chaque mission, je me réjouis que grâce à notre engagement nous puissions contribuer à améliorer modestement le quotidien des familles dans le besoin.» Le Prix schappo honore et réjouit l'aide alimentaire. Il nous incite à poursuivre et étendre cette activité indispensable. **RS**

Portraits de projets récompensés antérieurement et autres informations: www.schappo.bs.ch



Consommation sans risque – mode d'emploi du flyer DDM+

Le flyer DDM+ explique comment mieux évaluer les denrées alimentaires pour en jeter moins. Il énonce la différence entre la date de durabilité minimale (DDM) et la date limite de consommation (DLC), il classe les groupes de denrées alimentaires par couleurs et renvoie au test sensoriel: l'aspect, l'odeur et le goût. Connaître ces différences permet d'utiliser plusieurs kilos de nourriture par an au lieu de les gaspiller, tout en faisant un geste pour l'environnement et son porte-monnaie. JK

Le flyer sur la date de durabilité minimaleDDM est disponible au format PDF imprimable sur le site Internet de *Table couvre-toi*.

DDM vs. DLC – le principe de base

La date du produit expire demain, alors je le jette à la poubelle? Pas nécessairement! Cela dépend si la date est une DDM ou une DLC et du résultat de votre propre test sensoriel. La DDM est une garantie du fabricant, une indication de qualité, ce n'est pas un avertissement en termes de santé. Elle indique la durée pendant laquelle un produit stocké dans des conditions optimales reste de qualité irréprochable. La DLC quant à elle concerne les produits facilement périssables: la viande, le poisson, la volaille, les produits contenant de la crème, les salades toutes prêtes ou les desserts à base d'œufs. Des germes peuvent s'y former, sans qu'ils soient visibles. Une fois la DLC expirée, les produits ne peuvent plus être vendus ni distribués, sauf s'ils ont été congelés à temps.

Nota bene: la DDM est une recommandation – la DLC une limite. **Information:** les produits avec DDM sont clairement indiqués en vert et avec DLC en rouge ou bleu.

+0, +30, +90 ou +360 – ce que signifient ces chiffres

Les chiffres indiqués sur le flyer indiquent combien de temps les produits peuvent être consommés après expiration de la DLC s'ils sont conservés correctement. Ils reposent sur l'interaction des caractéristiques du produit, notamment la teneur en eau, l'acidité ou la teneur en matières grasses. Les produits secs ou acides se conservent très longtemps, les produits fragiles moins longtemps. Pour un produit congelé avant expiration de la DDM et de la DLC, la durée de conservation augmente d'au moins 90 jours.

Exemple: les pâtes ou le chocolat = +360 jours, le fromage râpé congelé =+90 jours, jus de fruits = +30 jours et le fromage frais = +14 jours
Information: ces indications figurent dans les cercles ronds pour chaque catégorie de produits.
Nota bene: congeler, c'est comme appuyer sur la touche pause : la formation de bactéries est stoppée, la durée de conservation est prolongée.
Attention: la formation de bactéries redémarre à la décongélation.

Photo: *Raisa Durandi*

Le test sensoriel: faire confiance à ses propres sens

Le flyer rappelle que nos sens sont le meilleur moyen de contrôle. L'aspect, l'odeur, le goût: ce sont eux qui nous disent si un produit DDM est encore consommable ou non. Les changements de couleur ou l'apparition de «poils de chat» indiquent que l'on est en présence de moisissures, les produits laitiers deviennent aigres avec le temps, signe d'un début de fermentation. Attention: ne goûter que si l'aspect et l'odeur ne sont pas suspects.

Astuce: on trouve sur le site foodwaste.ch un système de feu tricolore qui aide à l'évaluation des produits. **Information:** le nuage en haut du flyer symbolise le test sensoriel. **Nota bene:** nos organes sensoriels sont la meilleure date de durabilité minimale.

DDM+ s'utilise chez soi

«Si toutes et tous nous utilisions le flyer, nous pourrions éviter chaque année des dizaines de milliers de tonnes de gaspillage alimentaire à la maison», selon Claudio Beretta, Président de foodwaste.ch.

Le flyer a été conçu pour une utilisation chez soi, dans les écoles ou les entreprises. Il peut se fixer sur un réfrigérateur, un tableau d'information ou s'afficher dans les centres de distribution.

Ça bouge dans la branche de la pomme de terre

Les entreprises produisant des pommes de terre pourront désormais en livrer de plus grandes quantités aux entreprises de transformation: une étape cruciale dans la lutte contre le gaspillage alimentaire.

Même si les conditions de prise en charge ont été assouplies, les producteurs doivent continuer de miser sur la qualité haut de gamme.

Photo: *swisspatat*

Il y a pomme de terre et pomme de terre. On compte presque 4000 producteurs de pommes de terre en Suisse, ils cultivent de nombreuses variétés de ce tubercule. Il en existe à la chair farineuse et à la chair ferme, d'autres encore sont commercialisées sous forme de chips ou de frites dans le commerce de détail et dans la restauration. Au total, la production suisse de pommes de terre couvre environ 80 % des besoins, plus ou moins 20 % selon la récolte.

Deux filières

«Le marché de la pomme de terre se divise en deux filières», explique Christian Bucher, gérant de l'interprofession du secteur suisse des pommes de terre swisspatat. On a d'abord les pommes de terre de table: les producteurs les cultivent dans leurs champs et une fois récoltées, les pommes de terre partent généralement chez un intermédiaire. «En Suisse, les producteurs classiques de pommes de terre ne livrent pas directement le commerce de détail», selon Christian Bucher. Les pommes de terre sont stockées, lavées, triées, conditionnées chez un intermédiaire puis transportées chez le client. Il en va de même pour les pommes de terre destinées à l'industrie de la transformation, à la différence près que celles-ci ne passent pas toujours par des intermédiaires, mais sont directement acheminées vers les usines pour y être transformées.

Les conditions sont négociées

Les prix indicatifs des pommes de terre sont négociés chaque hiver pour l'année à venir entre les acteurs du marché. Pour les exploitantes et exploitants agricoles, c'est une sorte de sécurité de revenu assurée. Tandis que les pommes de terre de transformation sont soumises à des prix fixes, c'est une fourchette de prix qui s'applique aux pommes de terre de table. En fonction de l'offre et de la demande, les prix peuvent varier dans les limites de cette fourchette de prix. «La demande est stable cette année et, après une bonne récolte, l'offre est importante», selon Christian Bucher. «Les prix indicatifs se situent donc plutôt en bas de la fourchette.» Les variétés à chair ferme sont généralement plus chères que celles à chair farineuse, une conséquence de chaque quantité récoltée. La branche de la pomme de terre n'exerce aucune influence sur la fixation des prix dans le commerce de détail. Néanmoins, la loi du marché de l'offre et de la demande s'applique généralement ici aussi, les fluctuations de prix à la hausse et à la baisse se situant dans une fourchette de quelques centimes.

Conditions de prise en charge assouplies

Ça a bougé cette année sur le marché suisse de la pomme de terre, non pas au niveau des prix mais parce que les acteurs du marché ont convenu d'assouplir les conditions de prise en charge pour les pommes de terre de transformation. Pour l'association en tant que cosignataire de l'accord intersectoriel visant à réduire les pertes alimentaires, c'est une étape cruciale vers la prévention du gaspillage alimentaire. Christian Bucher: «Pour nous, les normes de qualité sont le meilleur levier dont nous disposions, à tous les niveaux.» Entre autres, la tolérance en matière d'écarts de taille a été augmentée de 6 à 10 %; pour les pommes de terre destinées à la fabrication de frites, la limite supérieure de calibre a été supprimée pour toutes les variétés. Le calibre désigne le diamètre exprimé en millimètres des pommes de terre. Pourquoi a-t-on besoin de directives relatives au calibre des pommes de terre qui seront transformées? «Les restaurateurs, consommatrices et consommateurs ont des exigences en matière de chips et de frites», explique Bucher, «les produits de trop petite taille ne se vendent pas.»

«La demande est stable cette année et, après une bonne récolte, l'offre est importante. Les prix indicatifs se situent donc plutôt en bas de la fourchette.»

Christian Bucher, gérant de l'interprofession du secteur suisse des pommes de terre swisspatat

Photo: *swisspatat*

Une bénédiction pour la production, mais pas pour la transformation

Renate Schaffner, responsable marketing/ventes & durabilité et membre de la direction de l'entreprise frigemo est du même avis: pour les producteurs, l'assouplissement des conditions de prise en charge pour les pommes de terre de transformation est avant tout un outil efficace dans la lutte contre le gaspillage alimentaire. L'entreprise, dont le site de production se trouve à Cressier (NE), est leader du marché suisse pour la production de produits frais et surgelés à base de pommes de terre. «Les producteurs peuvent ainsi livrer plus de marchandise aux industriels», explique-t-elle. Pour des entreprises industrielles telles que frigemo, contraintes de produire en respectant les normes de qualité des clients et dans l'incapacité de répercuter les «défauts», cela entraîne toutefois un surcoût. «Le comportement des consommatrices et consommateurs définit les exigences de qualité auxquelles doivent répondre les produits fabriqués par frigemo», poursuit-elle. «Si nous parvenons à amener progressivement les consommateurs à faire preuve d'une plus grande tolérance vis-à-vis des variations susceptibles de toucher les produits, notre clientèle pourra également adapter progressivement ses exigences de qualité vis-à-vis des produits fabriqués dans notre usine.»

«Le comportement des consommatrices et consommateurs définit les exigences de qualité auxquelles doivent répondre les produits fabriqués par frigemo.»

Renate Schaffner, responsable marketing/ventes & durabilité et membre de la direction de l'entreprise frigemo

Photo: *frigemo*

Des soupapes contre le gaspillage alimentaire

Mais les transformateurs ne jettent pas pour autant sans autre forme de procès les pommes de terre éliminées au tri. Il n'est pas rare qu'elles arrivent sur le marché plutôt sous forme de rösti ou de purée de pommes de terre en flocons. Pour Christian Bucher, ces deux canaux sont comme les soupapes dans la lutte contre le gaspillage alimentaire. Si la récolte est bonne, il se peut que la mise sur le marché de toutes les pommes de terre récoltées ne soit pas

Grâce aux conditions de prise en charge assouplies pour les pommes de terre de transformation, la branche de la pomme de terre peut réduire le gaspillage alimentaire.

Photo: *frigemo / Guillaume Perret*

Photo: *Inoverde*

«Une attitude négligente dans la culture augmenterait le risque de pertes supplémentaires et donc le gaspillage alimentaire.»

Raphael Müller, category manager pommes de terre/légumes frais et membre de la direction de l'entreprise Inoverde

possible. En Suisse, la consommation de pommes de terre par habitant est d'environ 45 kilos. «Ce n'est pas parce qu'une récolte est plus importante que l'on consomme davantage de pommes de terre», conclut Bucher.

Maintenir la qualité, réduire le gaspillage alimentaire

Raphael Müller, category manager pommes de terre/légumes frais et membre de la direction de l'entreprise Inoverde, négociant en fruits et légumes, sait lui aussi qu'une bonne récolte peut être à double tranchant. Selon lui, «Nous nous réjouissons de chaque année faste pour la récolte, tant que les segments souhaités, frites, chips ou pommes de terre de table par exemple, peuvent absorber les quantités». Inoverde stocke en moyenne 150 000 tonnes de pommes de terre. L'assouplissement des conditions de prise en charge décidé est certes innovant, mais pourrait se traduire par des quantités excédentaires impossibles à vendre les années de bonne récolte. «Nous essayons de distribuer les quantités invendables par le biais de *Table couvre-toi*», explique Raphael Müller. «Si ce n'est pas possible, le reste part dans des usines de production d'aliments pour animaux ou de biogaz.» Mais l'objectif reste de produire une marchandise de qualité et de réduire en permanence le pourcentage de produits non utilisés; les productrices et producteurs doivent continuer à l'avenir de miser sur un niveau de qualité élevé. Raphael Müller en est convaincu, «Une attitude négligente dans la culture augmenterait le risque de pertes supplémentaires et donc le gaspillage alimentaire».

L'avenir de la pomme de terre, c'est sa résistance aux maladies

Il est à craindre que les défis posés à la branche de la pomme de terre augmentent à l'avenir, le changement climatique induisant en effet des conditions climatiques extrêmes que la pomme de terre n'apprécie pas. La pomme de terre ne supporte pas plus les fortes chaleurs et la sécheresse que l'humidité à l'origine du mildiou touchant aussi bien le feuillage de la plante que ses tubercules. Le changement climatique aggraverait donc le gaspillage alimentaire? «Nous avons conclu avec la Confédération un accord prévoyant de cultiver des variétés plus résistantes sur 80 % des surfaces de culture suisses d'ici 2040, des variétés qui supportent mieux les conditions extrêmes», explique Christian Bucher. Beaucoup de choses ont déjà été mises en place au cours des cinq dernières années. Mais l'approvisionnement en quantité suffisante de ces variétés résistantes n'est pas encore garanti. **EB & ML**

Les clientes et clients ont eux aussi le pouvoir de décider si les pommes de terre seront commercialisées sous forme de tubercule ou transformées.

Photo: *fenaco*

Remplacement complet de l'infrastructure frigorifique à Granges

Des cellules frigorifiques performantes sont un élément essentiel pour le sauvetage alimentaire de *Table couvre-toi*. Une révision générale était nécessaire sur la plateforme logistique de Granges.

Martin Hächler (à gauche) et Roger Bochinski, équipe responsable de la logistique de Netzwerk Grenchen, dans la nouvelle cellule de congélation.

Photo: *Table couvre-toi*

Notre plateforme logistique régionale de Granges pour l'Espace Mittelland approvisionne chaque semaine 43 centres de distribution dans les cantons de Berne, Soleure, Fribourg, Jura et Vaud en denrées alimentaires sauvées du gaspillage. Ayant atteint l'âge d'une vingtaine d'années, les cellules de congélation, ainsi que celles dédiées aux produits frais et aux légumes avaient besoin d'être remplacées. La consommation d'électricité des cellules frigorifiques vétustes était trop élevée, le coût ainsi généré également. Sans parler du risque de dysfonctionnements et de pannes, potentiellement dangereux pour l'environnement. L'état de la cellule de congélation, dont ni le groupe frigorifique ni les parois réfrigérantes ne répondaient aux exigences actuelles, a également été déterminant.

«Les avantages se situent au niveau des économies réalisées sur la consommation électrique et au niveau de l'éco-efficacité.»

Martin Hächler, responsable logistique dans la région du Mittelland

La gestion de l'espace a été modifiée

Un concept d'utilisation entièrement nouveau a été élaboré en concertation avec des spécialistes de la technologie du froid. Le grand hall dédié aux produits frais a été remplacé par une cellule frigorifique avec trois zones climatiques (5 °C, 12 °C et -20 °C). Après réception de l'autorisation délivrée par la commune de Granges, les travaux de transformation ont débuté le 1er juillet 2025 et dureront jusqu'au début du mois de novembre. Depuis la mise en place de la nouvelle installation frigorifique, la consommation électrique a baissé d'environ 70 %. Le volume d'investissement dans la transformation s'élève à presque 400 000 francs. Différentes fondations ont apporté leur contribution financière à ce vaste projet. La Fondation pour la protection du climat et la compensation de CO_2 KliK a par exemple accordé une subvention pour le froid respectueux du climat.

Un nouveau départ après la phase de construction

La phase de construction a nécessité énormément d'ajustements logistiques dans les processus de travail. Roger Bochinski, responsable spécialisé dans la logistique et collaborateur de Netzwerk Grenchen, l'exprime de cette manière: «Les travaux ont considérablement réduit l'espace disponible et les collaborateurs ont dû faire preuve d'une grande flexibilité. Nous avons par exemple réussi à nous procurer des congélateurs destinés à recevoir les dons de produits et pu poursuivre l'activité aussi normalement que possible. Il ne faut pas oublier que les livraisons hebdomadaires aux centres de distribution et pour nos bénéficiaires ont continué.» Pour Martin Hächler, responsable logistique dans la région du Mittelland et lui aussi collaborateur de Netzwerk Grenchen, les frais sont justifiés: «Les avantages se situent au niveau des économies réalisées sur la consommation électrique et au niveau de l'éco-efficacité. Les produits réfrigérants utilisés satisfont aux exigences et normes environnementales les plus récentes.» Le projet de transformation de Granges s'est achevé avec succès, ses objectifs sont atteints: réfrigération et stockage conformes à la législation des produits alimentaires sauvés du gaspillage, installation performante et moderne et gestion économique des coûts. **RS**

Étoile Romande – un projet durable et caritatif unique

Le projet Étoile Romande repose sur les trois piliers de l'action de *Table couvre-toi:* sauver des aliments du gaspillage, soutenir des personnes en situation de pauvreté, contribuer à la réinsertion professionnelle. Un succès qui réunit un réseau de partenaires forts dans toute la Suisse romande.

Nils Tuchschmid, Responsable Production, Infrastructure & Sécurité auprès de Mode d'emploi et responsable de la coopération avec *Table couvre-toi.*

Les bases du projet

La plateforme logistique de *Table couvre-toi* à Penthalaz (au Venoge Parc non loin de la gare CFF Cossonay-Penthalaz) a été mise en service en mai 2021. Cet engagement dans la partie francophone de notre pays s'est concrétisé sous le nom d'Étoile Romande. Le projet consiste à fournir des denrées alimentaires sauvées de la perte à des organisations d'aide alimentaire bien établies et reconnues en Suisse romande: La CA-RL, Centrale alimentaire de la région lausannoise et les Cartons du Cœur dans le canton de Vaud, Tables du Rhône dans le Valais, la Fondation Table Suisse sur plusieurs cantons et la Fondation Partage à Genève. La collaboration avec la Centrale de distribution Coop à Aclens est un élément central du projet Étoile Romande. Les retours d'invendus de fruits et légumes des magasins Coop de la Suisse romande arrivent à Aclens et sont récupérés plusieurs fois par jour au moyen d'un véhicule frigorique de *Table couvre-toi.*

Investissements et infrastructure

L'équipement et la surface de la plateforme logistique ont été développés par étapes successives. Depuis 2022, avec l'installation des chambres froides et de congélation, jusqu'en 2025 avec l'agrandissement des surfaces et l'ajout de rayonnages pour palettes. Le train d'investissements se poursuivra en 2026 avec l'acquisition d'un nouveau véhicule frigorifique électrique de catégorie B pour le transport des denrées alimentaires sauvées. Cette politique d'expansion a porté ses fruits. La quantité d'aliments sauvés et redistribués par Penthalaz n'a cessé de croître et atteindra près de 1000 tonnes à fin 2025; une augmentation d'environ 30 % par rapport à l'année précédente. Un résultat qui bénéficie directement aux personnes qui reçoivent l'aide alimentaire par les partenaires d'Étoile Romande.

Un travail utile

La Fondation Mode d'emploi est un maillon essentiel du projet Étoile Romande. Car c'est sous sa responsabilité et avec ses équipes de participant:es à des programmes de réinsertion professionnelle que le travail de tri, de stockage et de distribution aux partenaires s'effectue au quotidien. Nils Tuchschmid, Responsable Production, Infrastructure & Sécurité auprès de Mode d'emploi, souligne les avantages de cette collaboration: «L'atelier *Table couvre-toi* offre aux participant:es un cadre de travail valorisant qui leur permet de retrouver confiance et dignité tout en contribuant activement à deux causes importantes: réduire le gaspillage alimentaire et la pauvreté en Suisse.» Chaque année, environ 100 participant:es passent entre 3 et 6 mois en moyenne dans la plateforme logistique en exerçant les activités de Chef d'équipe, Chauffeur, Cariste, Magasinier ou Opérateur de Production. Étoile Romande est parfaitement alignée avec la stratégie de *Table couvre-toi*: Ensemble nous pouvons faire de grandes choses. **RS**

Reynald Roberti, Maître socioprofessionnel auprès de Mode d'emploi et aux commandes de la plateforme logistique de Penthalaz.

Photos: *Table couvre-toi*

Deux femmes, deux chemins et un lieu plein d'espoir

Le centre de distribution de Lucerne est le carrefour de nombreuses histoires personnelles. Deux femmes racontent comment elles sont arrivées chez *Table couvre-toi.*

On est jeudi après-midi, il fait grand soleil, il est pile 14h30 quand la porte du centre de distribution de Lucerne s'ouvre. Therese Bruhin, qui remplace le responsable Roland Vogel, salue les bénéficiaires. Elles et ils arrivent les uns après les autres, dont deux femmes au parcours très différent. En commun, elles ont le courage d'aller de l'avant. Maladies, fuite, problèmes financiers, elles ont appris qu'accepter de l'aide n'est pas une faiblesse.

Photo: *Table couvre-toi*

Se trouver soi-même

Elif* rit de bon cœur, parle calmement et a un lourd passé derrière elle. Née à Lucerne de parents gréco-turcs, elle était en parfaite santé et active quand elle était enfant. C'était avant la maladie et plusieurs tumeurs. Les médicaments censés l'aider ont modifié son corps. Elif a pris beaucoup de poids. Elle a eu des problèmes cardiaques et développé un diabète, jusqu'au jour où travailler n'a plus été possible. Le diagnostic a été posé: obésité. C'est au Centre de l'obésité de Lucerne qu'elle a entendu parler de *Table couvre-toi*. Depuis, c'est là qu'elle s'approvisionne en produits alimentaires, pour elle-même et pour sa famille: son mari et son fils. S'il y a des jours où se rendre au centre de distribution lui coûte, la gratitude reste entière. «La motivation est essentielle, il faut aller de l'avant, se battre et apprécier la nature», dit Elif en souriant. «Ma mère disait toujours: quand on ne va pas bien, il faut faire quelque chose, ne pas rester les bras croisés. Je lui suis très reconnaissante de ce sage précepte.»

«Ma mère disait toujours: quand on ne va pas bien, il faut faire quelque chose, ne pas rester les bras croisés.»

Elif

De l'Afghanistan à Lucerne

Une femme est en train d'emballer les derniers raisins et s'assied sur une chaise à côté du centre de distribution. Voilà huit ans que Naima* vient ici chercher des produits alimentaires pour ses quatre enfants et son mari. Elle est la petite dernière d'une fratrie de 18 enfants, elle a grandi en Afghanistan où elle n'avait pas le droit de travailler. Naima s'est mariée à 15 ans et la famille a fui la guerre, s'établissant d'abord en Iran. Quelque temps après, ils sont venus s'installer en Suisse. Ils ont été motivés par la crainte que leur fils étudiant ne doive retourner en Afghanistan, le pays souhaitant rapatrier ses diplômés. Son mari a été victime d'un AVC en Suisse et a dû subir plusieurs interventions. C'est une collaboratrice de la Croix-Rouge qui lui a parlé de *Table couvre-toi*. Aujourd'hui, Naima vit avec sa famille à Lucerne, travaille ponctuellement dans divers domaines et est reconnaissante pour le soutien, son mari ne pouvant plus travailler. «Je viens ici depuis huit ans. C'est une aide précieuse pour nous, pour les denrées alimentaires mais aussi parce que l'on sent que l'on n'est pas seul. Nous sommes très heureux.» **JK**

*Noms modifiés.

Table couvre-toi dans une histoire pour enfants

Le gaspillage alimentaire et la pauvreté en Suisse sont des sujets sombres. Le livre «Knolles Reise – Abenteuer bei *Tischlein deck dich*» (le voyage de Knolle, une aventure chez *Table couvre-toi*) montre comment aborder ces sujets avec les enfants, en faisant preuve de créativité et de drôlerie tout en restant respectueux. L'autrice Nicole Bösch connaît l'aide alimentaire, elle en a elle-même fait l'expérience.

L'autrice Nicole Bösch et Knolle, le petit bonhomme à la pipe.
Photo: *Div*

Le Räuchermännchen Knolle, un petit bonhomme fumant la pipe, un esprit de la forêt, a déjà vécu un tas d'aventures: un périple tout autour d'Illnau dans l'Oberland zurichois, de mystérieux évènements au zoo, et maintenant, dans le troisième ouvrage, il apprend plein de choses sur les denrées alimentaires et aussi que tout le monde n'a pas les moyens de manger à sa faim. Le livre «Knolles Reise – Abenteuer bei *Tischlein deck dich*» est destiné aux enfants de 6 à 11 ans ainsi qu'à toutes celles et tous ceux qui aiment le monde imaginaire des enfants.

Avec ce nouveau livre de la série Knolle, l'autrice Nicole Bösch s'attaque au sujet du gaspillage alimentaire: «Je pense qu'il est important que la sensibilisation au sujet du gaspillage alimentaire commence dès l'enfance: *Table couvre-toi* apporte une contribution essentielle à notre société. J'aimerais soutenir cette action.» Elle est bénévole au centre de distribution d'Effretikon: «À chacune de mes missions auprès de *Table couvre-toi*, je suis impressionnée par l'engagement des bénévoles et l'estime témoignée aux bénéficiaires.» Son bénévolat au centre de distribution lui a permis de découvrir l'activité opérationnelle et d'enrichir l'histoire de Knolle de faits solidement recherchés.

Le livre est né d'une initiative personnelle de l'autrice. L'association *Table couvre-toi* a fourni des informations et assuré un suivi du manuscrit. Grâce à cette aventure de Knolle, les enfants peuvent plonger dans l'univers de *Table couvre-toi* et acquérir des connaissances adaptées à leur âge sur le thème du gaspillage alimentaire. **RS**

80 pages, illustrations de Nadine Niemeyer-Dübi, paru aux éditions: BoD – Books on Demand, novembre 2025. À commander via le formulaire de contact du site web: www.knollesreise.ch au prix de 22 francs (frais de port compris). Plus d'informations: info@knollesreise.ch

Mentions légales
Éditeur: *Table couvre-toi*
Rudolf-Diesel-Strasse 25, 8404 Winterthour
Téléphone 052 224 44 88, info@tischlein.ch
www.tablecouvretoi.ch

Compte pour les dons:
IBAN CH28 0900 0000 1591 0573 5

tischleindeckdich
tischleindeckdich_schweiz
Tischlein deck dich

Rédaction: Reto Schlegel (RS), Josephine Kempf (JK), Textbüro Leutenegger: Erik Bühlmann (EB), Marius Leutenegger (ML)
Traduction: sein gmbh, Rüti ZH
Fréquence de parution: trimestrielle
Illustrations/mise en page: A4 Agentur AG, Rotkreuz
Tirage: 59 500 exemplaires (all., fr., it.)
Prochaine édition: avril 2026
Photo de couverture: Martin Friedli, Bâle
Droits d'image vérifiés par *Table couvre-toi* (Div)

L'abonnement de 20 francs par an est inclus dans la cotisation des membres et des donatrices/donateurs.

Table couvre-toi est soutenue par:
coop
MIGROS
LIDL
TRANSGOURMET PRODEGA
ERNST GÖHNER STIFTUNG
secours d'hiver Suisse

Aidez-nous au sauvetage alimentaire!

E-Banking

Maintenant faire un don! Scannez le code QR avec votre application bancaire ou avec TWINT.

TWINT