

Engagements

■ Par Sophie Choquet



Au fil des numéros d'Alternatives végétariennes, faisons connaissance avec celles et ceux qui se mobilisent pour l'AVF !

Samia Falouti déléguée Var et Bouches-du-Rhône

« Devenue végétarienne à l'âge de 12 ans grâce au documentaire de Brigitte Bardot sur les phoques, je suis déléguée de l'AVF depuis 2013 pour le Var et les Bouches-du-Rhône. Avec l'aide d'une bonne équipe de bénévoles – Cyril, Hyacinthe, Samira, Sylvie, Dominique et bien d'autres – j'organise des ateliers de cuisine, des sorties pique-nique, des randonnées dans les magnifiques calanques de Marseille et, en collaboration avec l'équipe Vegoresto (L214), des soirées dans des restaurants. Quelle joie de voir toujours autant de personnes venir à toutes ces sorties ! J'aime aussi venir à Paris pour les grands événements comme le festival Smmmile, le salon VeggieWorld ou la Veggie Pride. J'y rencontre l'équipe des bénévoles parisiens, et les aide sur le stand de l'AVF. C'est toujours motivant de rencontrer les "collègues" des autres départements et d'échanger nos savoir-faire ! »



Camilla Malvestiti créatrice de recettes et animatrice d'ateliers 1,2,3,Veggie

« J'ai découvert l'association en 2012, lors d'une Vegan Place à Paris. J'étais alors en train de développer mon activité de chef et animatrice de cours de cuisine végétale, sous le nom Paint it Green Cuisine Végétale, et ce fut une révélation, une porte d'entrée dans le monde du végétarisme. Mon engagement aux côtés de l'AVF n'a fait que grandir. Je fais partie des blogueurs partenaires qui créent des recettes pour le site 1,2,3,Veggie, ensuite relayées dans la newsletter hebdomadaire et sur la page Facebook dédiée. C'est pour moi un moment privilégié de créativité, et c'est un plaisir de lire les commentaires de ceux qui testent les recettes. J'anime aussi certains des cycles d'ateliers 1,2,3,Veggie à Paris pour les débutants. Je suis ravie de voir la cuisine végétale progresser en France et de faire partie des acteurs de ce progrès aux côtés de l'AVF. »



Hubert de Laubier bénévole à Paris

« Je suis membre de l'AVF depuis novembre 2011, date du premier "Défi VG" organisé par l'association. Je voulais devenir végétarien, mais c'était un gros challenge pour moi, il me fallait trouver de l'aide. Ma transition s'est faite facilement grâce à ce défi et aux coaches qui m'ont accompagné. Maintenant, j'essaie de rendre le service qu'on m'a rendu : je suis moi-même coach sur les sessions du Défi Veggie qui se déroulent à Paris depuis l'automne 2015. Et régulièrement, je donne un coup de main sur des stands d'information, des rencontres et d'autres événements. C'est toujours un plaisir !



L'équipe parisienne est très enthousiaste, disponible et sympathique. Beaucoup de bénévoles sont devenus des amis ! Mon credo désormais, c'est "Je pense donc je suis veggie !", comme l'indique le tee-shirt vert des bénévoles. »



Élisabeth et Martine déléguées en Indre-et-Loire

« L'une est végétarienne depuis quatre ans, l'autre végétalienne depuis cinq ans. Voilà notre binôme du 37. Nous avons plaisir à organiser des animations telles que des sorties, des conférences, des repas partagés, des ateliers cuisine... pour faire découvrir le végétarisme. Ce qui nous motive ? c'est d'accompagner nos adhérents ou sympathisants dans leur changement alimentaire et leur faire découvrir les plaisirs d'une cuisine végétale colorée, savoureuse. C'est aussi faire se rencontrer des personnes qui s'interrogent sur la santé, le climat, la protection animale. Nos rencontres mensuelles informelles durant toute l'année dans un café à Tours nous permettent de toucher en même temps des sceptiques, des engagés, des fidèles... En 2016, nous avons ainsi organisé ou participé à 34 manifestations, avec l'aide d'une trentaine de bénévoles actifs, dont une dizaine très fidèle qu'on remercie vivement ! »