



COMMUNE DE
L'ANSE-BERTRAND

ANCIEN
CAMP MILITAIRE

2016
ANNÉE INTERNATIONALE
DES LÉGUMINEUSES

Dim. 18
DEC.
dès 9h30



JOURNÉE DES POIS

- ANIMATIONS POUR LES ENFANTS
- MARCHÉ AUX POIS
- CONCOURS CULINAIRE
- BIK À PAWOL "PWA AN TOUT SOS"

AVEC PIERRE LOMBION, SULLY GABON (AGRONOME),
FELIX LUREL (BOTANISTE) ET LE DR. PRIEUR (NUTRITIONNISTE)



2016

L'Année Internationale des Légumineuses, proclamée par les Nations Unies, vise à sensibiliser l'opinion publique sur les bienfaits tant écologiques que nutritionnels des légumineuses.

Elle sera célébrée dans la commune de l'Anse Bertrand, le dimanche 18 décembre, autour d'animations sur le thème « Pwa an tout' sos' ».

La commune de l'Anse-Bertrand a l'ambition de relancer sur son territoire la consommation des pois
(en particulier les pois de bois) à travers plusieurs orientations :

- ✓ à court terme : mise en place de la journée annuelle des pois ;
- ✓ à moyen terme : mise en place de jardins vivriers dans les écoles et développement de la production et de la consommation des pois ;
- ✓ à plus long terme : développement de l'agro-transformation autour des pois.

Par ailleurs, la communauté d'agglomération du nord Grande-Terre envisage pour fin 2017 une structure de transformation visant à fournir la cuisine centrale en produits du terroir.

La commune de l'Anse Bertrand a choisi l'accompagnement du Parc national de la Guadeloupe qui, par l'intermédiaire de la Charte de territoire et de ses convention d'application, œuvre pour un développement durable des communes de l'aire d'adhésion

Ce programme rentre également pleinement dans le cadre de la **Réserve de Biosphère** et du **programme de l'UNESCO** sur l'homme et la Biosphère.

La Journée des Pois :

Dans ce contexte, la première édition de « Pwa an Tout Sos » proposera plusieurs animations à un large public, avec :

- **La valorisation des initiatives locales** : remise des prix du concours des plus beaux jardins (sélection en amont)
- **L'encouragement à la production** : marché de produits bruts et transformés, artisanat à base de pois
- **La découverte gustative** : stands de restauration et « soup a congo » collective
- **L'échange et la pédagogie** : « bik a pawol » autour des pois, entre nutrition, santé et valeur patrimoniale

Le **Bik A Pawol**, hérité de la tradition orale, permet de confronter les expertises (scientifiques, empiriques, traditionnelles), en partageant la parole et les expériences. Elle permet également de retisser les liens sociaux, notamment transgénérationnels, et valoriser des contributions variées en toute convivialité. Le Parc national l'a d'ailleurs expérimenté à plusieurs reprises avec succès dans le cadre de ses actions de communication envers le public pré et post charte.

Plusieurs **thématiques y** seront abordés :

- **Volet culturel** : quels produits, quelles origines, quelles pratiques culinaires et culturelles?
- **Volet santé** : quel apport nutritionnel, quels bienfaits ?
- **Volet agro-économique** :
 - les pois de la terre à l'assiette, quelles semences, quelles pratiques agricoles, santé et fertilité des sols.
 - Quelle valorisation économique et sociale de cette production, opportunité d'une relance ?

Pour passer de la parole aux actes, au cours du bik a pawol, les personnes qui y assisteront se verront remettre un lot de pois qu'ils pourront éplucher pendant la conversation et emporter chez eux.

Les **légumineuses**, présentes dans l'alimentation des Guadeloupéens depuis des générations, sont aussi bonnes pour le corps de l'homme que pour sa terre...

Un plat composé d'une légumineuse et d'une céréale remplacent l'apport nutritionnel d'une viande



Les légumineuses sont les légumes les plus riches en protéines

C'est l'association avec une bactérie du sol qui permet la fixation de l'azote par les légumineuses, dans les **nodules**, petits renflements dans les racines.

Des bienfaits pour les sols :

Les fabacées ont par nature, la capacité à capter l'azote de l'air, à le fixer dans le sol avant de le réutiliser en partie pour leur propre synthèse protéique. Elles permettent donc de fabriquer des protéines et d'enrichir le sol en azote sans apport extérieur d'engrais.

Des bienfaits pour la santé :

Les lentilles, les haricots, les pois et autres poacées constituent une part essentielle du panier alimentaire de base de nombreuses populations. Les légumineuses sont une source essentielle de protéines et d'acides aminés d'origine végétale pour tous les habitants de la planète et devraient être consommées régulièrement pour un régime alimentaire équilibré.

Aujourd'hui délaissés, peu nombreux sont les enfants connaissant les différentes variétés de pois...

Zoom sur :

Le Pois d'Angole

Le Pois d'Angole, *Cajanus cajan*, aussi appelé Pois bois dans les Antilles françaises, ou encore *Pwa di bwa* en créole, est un arbuste à fleurs de la famille des fabacées.

Il est cultivé depuis des milliers d'années, et fait partie intégrante de la culture Guadeloupéenne. En particulier, il est consommé comme accompagnement principal du repas de Noël chez les familles Antillaises.

Et pour cause, *antan lontan*, l'écosage des pois d'Angole était une activité qui rassemblait les amis et les familles. Une tradition qui appelle à la convivialité et au partage, parfaitement adaptée à l'ambiance de Noël...

Programme de la journée :

9h : Accueil & Petit-déjeuner

9h30 : Allocutions de bienvenue

- Monsieur le Maire : Edouard Delta
- Monsieur le Directeur du Parc national de la Guadeloupe : Maurice Anselme

10h à 12h : Animation pour les enfants

Ateliers, concours, plantation de pois, jeux... autour du pois.
(Ainsi que de nombreux lots à gagner!)

10h : Ouverture des stands

- Prévention santé (prise de tension artérielle, glycémie,...)
- Marché des produits bruts et transformés
- Artisanat d'art

10h45 à 11h : Animation Gwo-ka (danse et musique) avec Kazawoka

11h à 13h : Bik à Pawol « PWA AN TOUT SOS »

Volets santé, culturel et agro-économique

Intervenants : Pierre Lombion (*Président du Conservatoire botanique*), Sully Gabon (*Agronome*), Félix Lurel (*Botaniste*), Docteur Patrick Prieur (*Nutritionniste*), Rosie Zénon (*Diététicienne*), Henri Vingataramin (*Producteur de Marie-Galante*), Associations *les Colibris* et *les Immortels* de l'Anse-Bertrand.

13h : Déjeuner & Vente de repas sur place (5 €)

- Riz /pois d'angole et viande de porc
- Dombré - pois savon et viande de porc
- Soupe d'igname, pois et viande de cochon salée
- Riz, pois et poule sur pieds ou avec viande de cochon...

14h45 : Remise des prix et récompenses aux écoles

15h15 : Partage et convivialité autour de notre patrimoine culturel

- Danse traditionnelle **impériale** avec l'association *les Immortels*
- Danse traditionnelle **quadrille** aux commandements avec l'association *les Colibris*
- Danse **moderne** avec les jeunes de l'association *les Colibris*
- Prestation danse **Gwo-Ka** avec *Kazagwoka*

