

À première vue, la question de l'alimentation en détention peut paraître anecdotique. Comme dans toute collectivité, elle est pourtant toujours un défi. En Belgique, les personnes détenues reçoivent trois repas par jour, alors, que demander de plus ? En réalité, parce qu'elle rythme leur quotidien et renvoie à des pratiques culturelles et familiales fortes (notamment en période de fêtes), l'alimentation est une préoccupation importante pour les personnes détenues. Dans ce dossier, nous revenons sur cette question majeure de la réalité carcérale et sur les contraintes observées au quotidien. Nous mettons aussi en lumière des projets mis en œuvre en prison par plusieurs asbl au bénéfice des personnes détenues.

## Alimentation en prison

Un enjeu de santé publique majeur  
trop souvent négligé



MARION GUÉMAS - I.CARE ASBL

Contrairement à ce qu'on peut penser au premier abord, les questions d'alimentation et de l'organisation des repas sont des enjeux importants de la vie quotidienne en détention. Malheureusement, loin d'être envisagée à la hauteur de l'enjeu de santé publique qu'elle représente, l'organisation de ce droit fondamental est une fois de plus confrontée au manque de moyens dans les prisons.

« Pour le moment, le fonctionnement de la cuisine n'est pas idéal et efficace ». Voici ce qu'on pouvait lire, en 2018, dans une étude réalisée par HTC Advies à la demande du Service public fédéral (SPF) Justice. Sur la base d'une comparaison de huit établissements représentatifs de la situation dans le pays, il s'agissait d'examiner la situation dans les prisons belges et de faire des propositions d'amélioration afin de rendre le service de restauration en prison plus qualitatif et plus rentable. Force est pourtant de constater qu'il reste encore du chemin à parcourir.

« La restauration souffre d'un grand nombre de points d'amélioration qui empêchent un fonctionnement optimal » (étude de HTC Advies)

Les travailleurs·ses d'I.Care sont en effet régulièrement interpellés par les personnes détenues sur les questions de nourriture. Peu de fruits et de légumes frais, des aliments parfois périmés, des quantités jugées insuffisantes, des repas théoriquement chauds mais servis froids, des repas pour le soir servis en début ou en milieu d'après-midi... Telles sont les plaintes que nous entendons. La qualité de l'alimentation est encore plus dégradée en cas de grève. Or, les personnes détenues n'étant en général pas prévenues en amont, elles ne peuvent souvent pas anticiper la situation et « cantiner » en prévision par exemple. Cette insatisfaction crée des frustrations et peut même conduire à des tensions au sein des prisons. Elle pose également une vraie question de santé publique.

« Plusieurs commissions [de surveillance] font état de plaintes persistantes concernant la nourriture au sein des établissements. Les détenus se plaignent d'une nourriture monotone, insuffisamment variée et pas assez saine et/ou de portions trop petites » (CCSP)

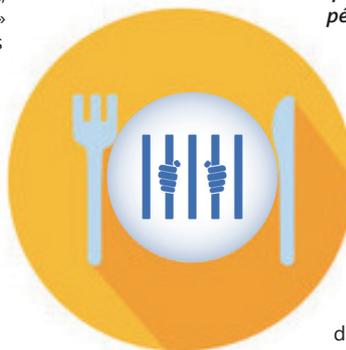
### L'alimentation en prison, un enjeu de santé publique

L'organisation des repas en prison a un impact direct sur la santé des personnes détenues, tant physique que mentale. Par exemple, la composition et la qualité des repas peuvent avoir des effets sur une perte ou une prise de poids excessives. L'image du détenu nourri au pain et à l'eau – qui conduisait bien souvent à une perte de poids – a fait long feu. Comme le constate l'Organisation mondiale de la santé (OMS), les repas riches en aliments transformés et en graisses, la prescription fréquente de médicaments psychotropes ou encore les possibilités limitées de pratiquer de l'exercice physique peuvent avoir pour conséquence une prise de poids chez les personnes incarcérées. Or, le surpoids peut être associé à d'autres pathologies, notamment cardiovasculaires, ou au diabète, ce qui peut avoir pour effet d'augmenter les frais de santé.

Il est pourtant recommandé d'adapter les repas aux besoins spécifiques des personnes détenues et à leurs conditions de détention. Ainsi, en France, le groupe d'étude des marchés de restauration collective et nutrition précise : « en plus des préconisations de portée générale (diminution des acides gras, glucides ajoutés et augmentation des apports végétaux, calciques et ferriques par exemple), une attention particulière aux besoins de la population carcérale est recommandée, notamment pour compenser les carences en vitamines C et D liées au tabac et au manque d'ensoleillement ». Il préconise ainsi une consommation plus importante de fruits, de crudités, de poissons gras et d'œufs. De plus, il arrive également que l'incarcération soit l'occasion de faire un point sur l'état de santé d'une personne et permette ainsi de détecter une pathologie comme le diabète qui oblige à une adaptation des repas.

Des recherches ont également mis en évidence le lien entre alimentation et santé mentale. Ainsi, une étude menée au Royaume-Uni auprès de femmes incarcérées a mis en avant que les avantages psychologiques d'une alimentation non nutritive (« malbouffe ») pouvaient parfois être supérieurs aux inconvénients pour la santé physique. « En extrapolant à partir d'entretiens avec 89 femmes dans trois établissements différents, ses conclusions remettent en question le programme de promotion de la santé dans les prisons en suggérant que les aliments non nutritifs peuvent en réalité être des choix émotionnellement et politiquement 'sains' pour les détenues qui souffrent d'une incapacité perçue à contrôler leur vie » note l'OMS à propos de cette étude.

« Les systèmes alimentaires sont un moyen d'influencer les résultats en matière de santé et de comportement dans les milieux pénitentiaires. Favoriser de bonnes habitudes alimentaires chez les personnes incarcérées peut améliorer leur qualité de vie et prévenir un certain nombre de maladies non transmissibles. » (OMS)



Dans ce contexte, le temps passé en détention pourrait être mobilisé comme une opportunité de promotion de la santé. À cet égard, les projets mis en place dans certains établissements montrent tout leur intérêt (voir pages 8 et 9 de ce numéro). L'entrée du numérique en prison, par l'installation d'ordinateurs dans les cellules de certains établissements, pourrait être un outil pour offrir aux personnes détenues un accompagnement sur ces questions et ainsi les rendre actrices de leur santé. Recettes pouvant être mises en pratique selon les conditions d'organisation de la prison (organisation des repas, produits disponibles à la cantine, etc.), outils de sensibilisation sur certaines pathologies et comment adapter ces menus... Autant de perspectives qu'il serait intéressant de développer. Pourtant, comme toute chose en prison, les principes se heurtent bien trop souvent au mur de la réalité.

## L'éternel enjeu du manque de moyens

**3,94 € par jour, c'est le budget prévu par l'administration pénitentiaire belge pour nourrir une personne détenue.**

À l'instar de tous les aspects de la vie en détention, l'organisation des repas pâtit de moyens insuffisants et des contraintes organisationnelles inhérentes à la prison. Sur le terrain, et en l'absence de directive commune à l'ensemble des établissements, cela se traduit par des pratiques et une organisation qui varient sensiblement d'un établissement à l'autre et qui impliquent différent-es professionnel·les : le·la gestionnaire, la personne en charge de l'achat des denrées alimentaires et les personnes en charge de la cuisine. Dans les établissements en partenariat public-privé par exemple, comme c'est le cas à Marche-en-Famenne où I.Care intervient, les repas sont pris en charge par le partenaire privé. Ailleurs, la cuisine est prise en charge par un·e ou plusieurs agent·es (sans qu'ils aient nécessairement reçu une formation spécifique) avec l'aide de personnes détenues. Les modalités de prise de repas varient aussi selon les établissements. Certaines personnes détenues ont ainsi accès à un espace cuisine aménagé qui leur permet donc de cuisiner un petit peu. Ailleurs, tous les repas sont pris en cellule. Certaines personnes décident alors d'améliorer ce quotidien en « bricolant » du matériel de cuisine, parfois par le biais de produits ou matériaux prohibés, s'exposant donc à des sanctions.



*« On ne peut pas se permettre aujourd'hui d'avoir un régime alimentaire à deux vitesses, tout en sachant que plus d'un détenu sur quatre est sans ressources et n'a, par conséquent pas la possibilité – et il n'a pas à le faire – d'acheter lui-même des produits supplémentaires, à côté de ce qui lui est alloué en temps normal », Sophie Rohonyi, députée fédérale devant la Chambre des représentants en juillet 2021.*

Des différences notables peuvent être également être observées quant à la composition des menus et à leur variété (menu végétarien, menu sans porc, menu kasher, etc.). En conséquence, « la qualité du service dépend des connaissances, des compétences, et de l'engagement du personnel de cuisine » explique l'étude de HTC Advies, citée précédemment, qui recommande notamment le recrutement d'un·e nutritionniste au niveau central.

En ce qui concerne le service médical, selon les informations dont nous disposons, il est en général très peu impliqué dans la préparation des menus ; à l'exception des personnes qui ont besoin d'un régime alimentaire spécifique en raison d'une pathologie et qui sont signalées aux agent·es en charge de la cuisine. Le respect de ces prescriptions n'étant pas toujours assuré en pratique lors de la distribution des repas, le personnel médical recommande souvent aux personnes concernées d'apprendre à « trier » le contenu de leur assiette. Il est même arrivé que le service médical demande aux services externes de former les personnes détenues sur ce point. Pour autant, faute de temps et de personnel en nombre suffisant, l'explication précise des enjeux des pathologies et de la nécessité d'adapter les repas n'est souvent pas chose aisée. « La question de l'alimentation n'est clairement pas une priorité du service médical, dont les moyens sont très insuffisants » nous explique une personne ayant précédemment travaillé en prison.

## Une dimension pourtant cruciale de la vie en détention

S'il s'agit d'une question souvent négligée, l'alimentation est pourtant un enjeu important pour les personnes détenues. Le droit à une alimentation de qualité fait en effet partie de ceux dont elles peuvent se prévaloir (voir ci-contre). La loi de principes de 2005 reprend notamment celui-ci dans son article 42 qui prévoit que « l'alimentation du détenu doit être fournie en quantité suffisante, respecter les normes d'hygiène modernes et, le cas échéant, être adaptée aux exigences de son état de santé ». Dans son dernier rapport annuel, le Conseil central de surveillance pénitentiaire (CCSP) recommande notamment de fournir au moins deux fruits par jour et une quantité de légumes suffisante aux personnes détenues.

Au-delà de ces questions d'équilibre nutritionnel, l'alimentation a également une fonction importante dans l'organisation de la prison. En effet, comme pour d'autres dimensions de la vie quotidienne,

les personnes incarcérées perdent une part de leur autonomie en ce qui concerne les repas dès lors que ce qu'elles mangent et l'heure à laquelle elles mangent sont, souvent, déterminés par l'administration de la prison. Différentes études ont toutefois examiné la façon dont les personnes détenues se saisissent de cette situation. La nourriture peut ainsi être mobilisée dans la construction de leur identité, dans l'affirmation de leurs différences ou ressemblances avec les autres personnes incarcérées ou par rapport à l'institution carcérale. Ainsi que l'explique l'OMS, « les recherches qualitatives sur la vie en prison décrivent comment les détenus utilisent la nourriture pour négocier le pouvoir et organiser les réseaux sociaux. Cette recherche suggère que le genre et l'identité ethnique façonnent le comportement individuel lié à la nourriture. Comprendre les innombrables rôles de l'alimentation en milieu carcéral et la gestion efficace de leurs systèmes alimentaires peuvent aider les administrateurs correctionnels à maximiser la santé et la sécurité de ces institutions ». Une étude menée au Danemark a par exemple mis en exergue le rôle de la préparation des repas dans les enjeux de pouvoir entre personnes détenues et dans la constitution d'une hiérarchie sociale ; les personnes incarcérées pour des infractions à caractère sexuel étant par exemple, dans ce contexte comme dans d'autres, ostracisées de ces interactions.

L'organisation des repas en prison – comme dans tous les lieux de restauration collective – représente un véritable défi. Loin d'être secondaire, la question de l'alimentation est centrale dans la vie des personnes détenues et mérite donc un engagement à la hauteur. S'il reste encore du chemin à parcourir pour garantir une alimentation saine, variée et équilibrée, il paraît nécessaire de se saisir des opportunités offertes par les évolutions numériques et d'encourager les initiatives tendant à améliorer le quotidien des personnes détenues.

Pour aller plus loin :

HTC Advies, « Analyse. Restauration d'alimentation établissements pénitentiaires », 2018.

OMS, « Food systems in correctional settings. A literature review and case study », 2015.

## Recommandations internationales en matière d'alimentation des personnes détenues

Les normes internationales relatives aux droits fondamentaux des personnes détenues encadrent également la question de leur alimentation.

Ainsi, en application des règles Mandela et des normes du Comité européen pour la prévention de la torture (CPT), tout·e détenu·e doit recevoir de l'administration pénitentiaire aux heures habituelles une alimentation de bonne qualité, bien préparée et servie, ayant une valeur nutritive suffisante au maintien de sa santé et de ses forces et doit disposer d'eau potable lorsqu'il en a besoin. Par ailleurs, ces textes prévoient que le médecin ou l'organisme de santé publique compétent doit faire des inspections régulières et conseiller le·la directeur·rice de la prison en ce qui concerne la quantité, la qualité, la préparation et la distribution des aliments. Enfin, il est prévu que le service de santé pénitentiaire doit être en mesure d'assurer les traitements médicaux et les soins infirmiers, ainsi que les régimes alimentaires dans des conditions comparables à celles dont bénéficie la population en milieu libre. Les effectifs en personnel médical, infirmier et technique, ainsi que la dotation en locaux, installations et équipements, doivent être établis en conséquence.

Les règles pénitentiaires du Conseil de l'Europe donnent plus de précisions. Elles indiquent notamment que « trois repas doivent être servis tous les jours à des intervalles raisonnables » mais également que les personnes détenues doivent bénéficier d'un régime alimentaire qui tient notamment compte de leur âge, de leur religion et de leur culture. Les critères de qualité du régime alimentaire, « en précisant notamment son contenu énergétique et protéinique minimal » doit être déterminé par le droit interne.

# Des rencontres autour de l'alimentation en prison, une plus-value pour les personnes détenues ?

Le SES a pour finalité d'implanter durablement une démarche de promotion de la santé auprès de publics en situation de vulnérabilité, spécifiquement en milieu carcéral et interculturel en région wallonne. Son siège social se situe à Huy.

En milieu interculturel, le projet « Prendre ma santé en main » permet d'aborder différents thèmes de santé globale par le biais de tables de conversation. Nous intervenons principalement dans des cours de français langue étrangère (FLE), d'alphabétisation ou de citoyenneté, dispensés par des associations wallonnes. Nos tables de conversation permettent un espace d'échanges et l'acquisition de savoirs et de pratiques afin de soutenir et renforcer les compétences des participants en matière de santé, dans le but de limiter les inégalités sociales de santé.

Durant ces tables de conversation, les participant-es peuvent également renforcer leurs compétences en expression orale de la langue française.

En milieu carcéral, une approche participative et communautaire est privilégiée pour améliorer la qualité de vie des personnes durant leur détention (contribuer à un mieux-être physique, psychique et social) et ce, afin de réduire les inégalités sociales de santé renforcées par les conditions de détention et de permettre l'acquisition de savoirs et de savoirs-être les encourageant à devenir acteurs de leur santé.



Photo : Rencontre alimentation autour des 5 sens – 2021

Nos modules d'animations comprennent différents projets :

- « **Éducation des pairs par les pairs** » : formation au sein de la prison de relais santé (Détenue Contact Santé et Agent-es Relais Santé) et mise en place d'actions/projets de prévention au sein de leur prison.
- « **Référent-e promotion de la santé en milieu carcéral** » : mise à disposition d'une personne de référence en promotion de la santé dans la prison qui initie et/ou développe des concertations, des synergies et des collaborations avec les acteur-rices de santé intramuros (directions, équipes soins...) en vue d'accompagner la mise en place d'actions de promotion de la santé au sein de ces établissements.
- « **Rencontres Santé** » : séances d'échanges et d'informations sur le bien-être global, l'alimentation, l'hygiène, le VIH/sida, les hépatites virales, la tuberculose, la gale, les consommations problématiques avec les personnes détenues.
- « **Rencontres Mieux-être** » : cycle d'animations de promotion de la santé mentale alliant des ateliers de réflexion et des ateliers pratiques.
- « **Pause-café** » : animations visant à réfléchir et à débattre en groupe sur les assuétudes selon une approche de réduction des risques.
- « **Rencontres alimentation** ».

## Les rencontres alimentation

Notre association propose depuis de nombreuses années des rencontres autour de l'alimentation.

Bien que les personnes détenues aient peu de prise sur la qualité des repas que l'établissement leur propose, de nombreux-ses détenu-es cuisinent dans leur cellule par le biais du cantinage, le catalogue d'achats alimentaires propre à l'établissement pénitentiaire. Cependant, le manque éventuel de connaissances, l'accès limité à du matériel de cuisine diversifié et adéquat ainsi qu'un choix de denrées alimentaires restreint et plus cher que dans la société libre réduisent l'accès à une alimentation plus saine.

Le but poursuivi par ces rencontres est d'inciter la personne détenue, sur base de sa réalité, à adapter ses habitudes alimentaires dans un contexte convivial et participatif. Nous favorisons



SERVICE ÉDUCATION POUR LA SANTÉ ASBL

l'apprentissage de techniques culinaires et de connaissances nutritionnelles. Nous dirigeons également nos actions vers le renforcement des capacités psychosociales (confiance en soi, savoir-vivre...) et le développement de pratiques qui tendent vers l'alimentation durable. Ces ateliers permettent de respecter l'autonomie des personnes et leur pouvoir de décision qui se voient bafoués par l'institutionnalisation.

À cet effet, notre asbl a développé plusieurs types de Rencontres Alimentation afin de répondre au mieux aux besoins des différentes populations carcérales ainsi qu'aux différentes contraintes logistiques, budgétaires et structurelles des établissements.

Par exemple, nos rencontres « *Cuisine santé & convivialité* » proposent dix ateliers culinaires coconstruits avec les participant-es durant lesquelles ils/elles reçoivent des informations nutritionnelles, réalisent et dégustent les préparations qu'ils/elles auront élaborées.

Les rencontres « *Alimentation dans tous ses états* » dispensent par contre des ateliers sur des thématiques plus ciblées telles que les bases d'une alimentation saine et équilibrée, l'apprentissage de la lecture d'étiquettes, la réalisation de recettes anti-gaspi, la conception d'un menu à petit budget et l'hygiène en cuisine.

Enfin, les rencontres basées sur « *Les 5 sens* » sont destinées plus spécifiquement aux personnes séjournant dans les annexes psychiatriques et de défense sociale. En effet, en prison, tous les sens sont altérés. Certains sont exacerbés, comme l'ouïe ou l'odorat, d'autres presque inhibés comme la vue ou le toucher.

Globalement, tous nos modules proposent à un même groupe de personnes détenues volontaires de préparer et de savourer des plats simples et bon marché à partir de légumes et fruits de saison. Le contenu de chaque module est différent car il est coconstruit avec les participant-es et varie en fonction de leurs attentes de départ.

Ces séances de pratiques culinaires s'adressent aux personnes incarcérées quel que soit leur degré d'instruction ou leur langue maternelle. Par le biais de ces rencontres, nous stimulons ainsi leurs sens et leur plaisir perdu, trop souvent oubliés.

## Les résultats de nos rencontres alimentation

L'impact de nos rencontres est difficile à évaluer sur le long terme. Néanmoins, les retours de nos participant-es nous incitent à croire aux bienfaits de ces animations sur différents aspects.

Outre certains changements de comportements rapportés, quelques prises de conscience et l'acquisition de connaissances exprimées pendant les ateliers, nos participant-es nous témoignent avoir passé un vrai temps de pause, dans une ambiance sereine et familiale.

Les participant-es nous confient regretter que le module ne dure pas plus longtemps, qu'il fut « un vrai moment d'évasion ». Ils témoignent d'un moment de plaisir procuré par la sensation de partager un repas « comme à la maison ».

Chaque année, nos modules sont accueillis avec enthousiasme dans les différentes prisons wallonnes.

Riches en partage d'expériences et en réflexions sur la thématique large de l'alimentation, ces rencontres stimulent le respect mutuel, la mise de côté des préjugés, le partage des tâches, l'entraide, la convivialité, le regain de confiance en soi...

C'est donc à la fois un lieu d'apprentissage mais aussi un lieu propice à la relâche, au plaisir, à la convivialité et à la confiance grâce à l'instauration progressive d'un climat de confiance.



Outre les projets travaillant la promotion de la santé par l'alimentation, certaines associations abordent ces questions sous le prisme de la création d'espaces de vie, ou de moment de convivialité...

## Les Gastrosophes

**Une asbl qui s'inscrit dans une démarche d'économie sociale et solidaire**

« *Gastrosophes* : n.m. pl. XIXe s. de « *gaster* » le ventre et « *sophia* » la sagesse. *Hurluberlus soumis à la sainte trinité du cœur, de l'esprit et du ventre. Épicuriens par foi. Verbe « Gastrosopher » manger ou préparer à manger avec amour et générosité. Être heureux.* »

Les Gastrosophes récupèrent les invendus bios et locaux des différent-es professionnel·les du secteur (producteur·rices, maraîcher·es, supermarchés), les transforment et les offrent lors d'événements. Iels sont traiteurs de choix (à l'attention des client·es privé·es et des institutions publiques), traiteurs socio-culturels et traiteurs sociaux. Les deux premiers types d'événements leur permettent de dégager des fonds pour organiser le volet « traiteur social ».

L'asbl lutte contre le gaspillage alimentaire et contre la précarité. Elle promeut également l'usage de circuits courts et la production locale et biologique. Mais surtout, la démocratisation des Arts de la Table et l'accès à une alimentation de qualité pour tous·tes.

### Après Berkendael... Forest !

L'équipe des Gastrosophes prône l'accès à une alimentation de qualité pour tous·tes, peu importe le milieu social, le genre... Le bien manger étant un luxe nécessaire auquel chacun·e doit pouvoir bénéficier.

« *Quand I.Care nous a proposé le projet on a tout de suite accepté de s'engager dans le partenariat. On se sentait déjà concerné·es par les questions carcérales : on a soutenu la ZAD de Haren, mais on n'avait encore jamais eu la possibilité d'entrer en prison pour une action.* » (Perrine, Les Gastrosophes)

Après une première expérience réussie à Berkendael, en collaboration avec I.Care, les Gastrosophes ont investi les cuisines de la prison de Forest le 30 juin 2021, et ont pu cuisiner avec les personnes détenues travaillant en cuisine, pour offrir un goûter et un souper aux personnes incarcérées. Un des objectifs de l'asbl est ainsi atteint : des produits et des plats cuisinés ont été rendus accessibles à un public souvent oublié.

« *On a essayé de répondre à un besoin exprimé par les personnes détenues : manger des pâtisseries. Il n'y en a jamais dans les menus de la prison, et très peu en cantine.* » (Perrine, Les Gastrosophes)

Du basilic a pu être offert aux personnes incarcérées en « souvenir » de ce moment convivial partagé. Effectivement, il est important pour les Gastrosophes qu'il y ait un « après » lors de leur passage. Certaines personnes détenues ont pu témoigner de leur plaisir de recevoir ce présent. Le chef cuisinier a ainsi été touché de pouvoir réaliser son propre pesto.

« *Ça fait plaisir d'avoir accès à un repas sain comme ça. Revenez plus souvent pour faire ça !* » (Monsieur F.)

L'asbl continue de réfléchir à des questions en lien avec la cuisine en collectivité, mais également la cuisine individuelle, en ayant toujours pour ambition de lutter contre la précarité alimentaire, où qu'elle soit.

« *Vivre en milieu carcéral est une punition suffisamment difficile à vivre. Nous, on considère que l'amélioration de l'alimentation est nécessaire et doit être un des objectifs premiers, tout comme l'amélioration des conditions de détention, l'amélioration des soins de santé... On est motivé·es à aider, à faire avancer ces questions-là.* » (Perrine, Les Gastrosophes)



NATHALIE VAN WETTER

### Cultiver la vie... à l'ombre !

*Animatrice potager (à Lantin et à l'établissement de défense sociale de Paifve) de l'asbl Vent Sauvage  
Création et animation de potagers en milieux particuliers.*



Credit photos : Vent Sauvage

Cultiver un potager, où que nous soyons, c'est avant tout cultiver la vie, en semant, en plantant, en repiquant, en récoltant les légumes et les fruits.

Cultiver un potager dans un univers carcéral c'est incontestablement mettre des couleurs, des saveurs, des odeurs, des petites bêtes, du beau, du bon, de la créativité et des sourires dans un lieu absolument pas prévu pour cela.

Cultiver un potager c'est laisser la nature reprendre une part de ses droits, dans un lieu où ce mot revêt bien d'autres sens. C'est s'en remettre à l'ordre des saisons, du climat, de la météo, de la terre et de tout ce vivant que nous les humains, nous ne pouvons contrôler et maîtriser, dans un univers où le bon ordre, le contrôle et la maîtrise sont rois. Cultiver un potager exige une bonne dose de lâcher prise... Bel exercice de style quand on est à l'ombre.

Cultiver un potager c'est observer, réfléchir, planifier, s'organiser, s'activer, faire les choses dans l'ordre, créer, faire preuve d'imagination, mettre en route sa créativité, accomplir, appliquer des techniques, agir avec précision et gout du travail bien fait. Toutes actions qui font sens à celui ou celle qui les entreprend et lui procure la fierté et la valorisation indispensables à tout être humain.

Cultiver un potager et cuisiner puis manger les légumes et fruits récoltés, c'est reconnecter l'humain à ses fonctions essentielles. Les participant·es qui découvrent ou redécouvrent le bon goût des légumes, apprécient vraiment cela. C'est bon, ça sent bon (déjà ça sent quelque chose tout simplement !), ce sont des petits plaisirs simples et rares à l'ombre.

Cultiver un potager c'est remettre le temps en perspective, en un lieu où le temps est « infini ». Qu'est-ce qu'une semaine, un mois, une saison ?

Une semaine pour que nos haricots germent, un mois et nos chicons seront prêts à manger, une saison et le potiron sera mûr et prêt pour la soupe.

À table ! Nous allons déguster la vie... même à l'ombre. <http://ventsauvage.be/>

# La cantine : des commandes qui cataloguent ?



CAMILLE COUETTE - I.CARE ASBL

Si dans le langage commun, le terme « cantine » est connu comme étant un lieu où l'on mange en collectivité, en prison, la cantine peut être une porte vers une alimentation variée et diversifiée.

## Un système de commande particulier

À leur arrivée en prison, les personnes détenues reçoivent un kit d'entrée, dont la composition varie selon les établissements, principalement composé d'une tenue pénale, d'un kit d'hygiène (distribué lorsque les établissements en ont les moyens), ainsi que des règlements administratifs. La prison se charge de meubler les cellules (lit et armoire) et de servir aux personnes incarcérées 3 repas par jour. Pour le reste, il est possible de louer des biens (frigo, télévision... bien que, dans certains établissements, cette possibilité soit une obligation), et d'acheter différents produits auprès de « la cantine ».

Ainsi, une fois par semaine, les personnes détenues peuvent passer commande, via le catalogue fourni par l'établissement, de produits périssables (fruits, légumes, viande, sodas, confiseries, etc.) et non périssables (produits d'hygiène, électroniques ou encore des produits qui étaient délivrés auparavant par le service médical, comme les crèmes en cas de douleur, les patchs nicotines, etc.).

L'organisation de la cantine est propre à chaque établissement, tout comme le choix du prestataire de commandes et des produits proposés.

## L'objet de toutes les différences

En analysant les différents catalogues de cantine proposés aux personnes incarcérées, force est de constater que les critiques émises par les personnes détenues se confirment. L'offre de produits est limitée. En effet, certains produits ne sont pas du tout disponibles (par exemple, dans certaines prisons, il est impossible de cantiner des produits frais) ou bien, pour certains, n'est proposée qu'une « sous-marque », ou bien au contraire qu'une marque. Par ailleurs, les prix proposés sont plus élevés que dans les magasins à l'extérieur, ce qui rend l'accès à la cantine compliqué bien qu'indispensable au regard des repas fournis par les différents établissements.

## Dans les produits proposés

Une première différence peut être constatée lorsque l'on compare les catalogues des cantines en eux-mêmes : certains établissements se fournissent chez l'une ou l'autre enseigne, ce qui engendre directement un biais dans l'offre proposée. Selon la direction d'une prison interrogée, une attention particulière est portée sur le fait qu'un produit blanc (sans marque) soit toujours proposé dans les cantines appelées « ordinaires » (où sont proposés les produits « classiques »).

Certaines prisons permettent aux personnes détenues de cantiner dans des « cantines extérieures » : ainsi, il leur est possible d'acheter par exemple chez Di®, chez Action® ou encore Décathlon®. Ceci n'est pas proposé dans tous les établissements parce que cela nécessite des forces vives du côté des agent-es, qui devront se déplacer dans les diverses enseignes pour réaliser les achats. De même, certaines prisons proposent des cantines « frais », « musulmane » ou encore « vêtements », là où certaines se limitent à de la « cantine ordinaire ». Cela peut parfois être source de frustration pour les personnes incarcérées lorsqu'elles sont transférées vers un établissement où l'offre proposée est moindre.

Des différences quant aux produits proposés à la vente dans les établissements « pour hommes », et ceux « pour femmes » sont également notables. Par exemple, dans certains catalogues des établissements où il y a des sections femmes, une offre plus importante de produits de beauté et d'entretien est proposée par rapport aux établissements où seuls des hommes sont incarcérés.

Dans les sections femmes, des protections périodiques sont proposées à la vente. Cependant, la diversité de cette offre laisse à désirer : très souvent, il n'y a qu'une seule marque de serviettes hygiéniques ou de tampons, les différents types de flux ne sont pas tous proposés, etc.

## Sur les prix pratiqués

Les prix proposés dans les cantines des prisons sont, de manière générale, sensiblement supérieurs, pour un même produit, à ceux dans la société libre.

Ce constat a également pu être réalisé par différentes commissions de surveillance (CdS) des établissements pénitentiaires. Par exemple, la CdS de Lantin mentionne, dans son rapport annuel de 2020, le fait qu'elle reçoive de nombreuses plaintes « concernant le coût excessif des produits de cantine ».



« La cantine, c'est simple : c'est mal fourni et très cher » (Monsieur C)

Par exemple, dans un établissement, les produits vendus étaient en moyenne 50 % plus cher qu'en société libre, la médiane se trouvant à 42 %. Certains produits sont vendus jusqu'à 200 % plus cher en prison, notamment des produits d'hygiène ou alimentaires.

Par ailleurs, les personnes détenues n'ont jamais accès aux promotions qui peuvent être pratiquées dans les magasins.

Ce tableau reprend quelques différences de prix qui peuvent être pratiquées en prison. Dans un souci de confidentialité, les noms des établissements ne sont pas dévoilés.



	1 bouteille d'1,5l d'eau pétillante	Un pot de café soluble Nescafé®	Un déodorant roll-on Sanex®	Une bouteille de shampooing sans marque
Prison A	0,66 €	7,48 €	6,83 €	1,35 €
Prison B	0,42 €	6,74 €	3,52 €	1,41 €
Prison C	0,99 €	/	7,27 €	1,39 €
Prison D	0,65 €	11,90 €	/	1,65 €
Prison E	Impossible d'acheter une bouteille seule, il faut acheter 1 pack de 6 (4,13€)	8,24 €	3,59 €	1,39 €

Selon le CCSP, dans une lettre du 16 septembre 2013, l'administration pénitentiaire justifie ces différences en invoquant : « la taille de l'établissement, la situation géographique, l'intérêt ou le désintérêt de certains fournisseurs à travailler avec les prisons (ou avec certaines d'entre elles et pas d'autres pour une raison que nous ne connaissons pas), la culture de l'établissement ou du lieu dans lequel la prison est située ». Par ailleurs, l'administration a également affirmé que réglementairement, l'établissement est « libre d'appliquer une augmentation (maximale de 10 %) des tarifs », ce qui a pu être nuancé dans notre analyse.

## Des prix souvent incompatibles avec la précarité des personnes détenues



« Moi je trouve que c'est super cher ! Je dépense presque 1 000 euros en prison tous les mois. Je dépensais jamais autant en courses quand j'étais libre » (Monsieur H)

Un arrêté royal du 26 juin 2019 fixe, entre autres, le montant et les conditions d'octroi des revenus du travail en détention. Le montant de l'heure est fixé à un minimum de 0,75 € et à un maximum de 4 €. Pour les rémunérations à la pièce, le maximum est également fixé à 4 € de l'heure. Ainsi, les personnes détenues qui travaillent – une minorité des personnes incarcérées – peuvent espérer toucher entre 200 et 400 € par mois de « gratification » ; le travail en prison n'étant pas régi par un contrat de travail, les revenus ne peuvent pas être appelés « salaires ».

À ce montant, peuvent être soustraites les dépenses « obligatoires » d'une détention comme, par exemple, le crédit téléphonique pour contacter ses proches (0,11 cts la minute pour un appel national), la location de la télévision (19 €/mois par personne, même quand plusieurs personnes sont dans une même cellule), ou encore celle du réfrigérateur (7 €). Le montant qu'il reste pour cantiner est alors encore moindre.

Les personnes détenues ne pouvant pas toutes compter sur la présence de proches à l'extérieur pour les aider

financièrement au cours de leur détention, ce décalage entre les prix proposés par les cantines et les moyens financiers des personnes détenues peut renforcer la précarité dans laquelle beaucoup sont déjà.

### Une livraison parfois surprise

« Ici, on a un congélateur par aile où on peut stocker la viande qu'on achète. C'est les agents qui ont les clés du cadenas et qui marquent sur un carnet qu'est-ce qui appartient à qui. La dernière fois, sur les 16 commandes qu'il y avait, 9 avaient disparu. Y'a un gars qui a retourné le congélateur tellement il était énervé d'avoir perdu sa viande et autant d'argent » (Monsieur N)

Outre les produits proposés ainsi que leur prix dans les divers catalogues de cantine, il reste la question de l'effective commande et de sa livraison. En effet, il ne semble pas rare que certains produits ne soient pas livrés (ou soient différents) aux personnes incarcérées, la commande étant réalisée par la personne du personnel en charge de cette tâche de manière hebdomadaire pour certaines cantines, ou bien mensuelle pour d'autres. Ainsi, parfois le produit désiré n'est plus disponible alors il n'est pas acheté, ou bien un homologue est pris ; parfois un « clic de trop » entraîne l'achat de deux produits à la place d'un seul... Il a parfois également été noté que des produits périmés étaient livrés : certains établissements faisant des commandes « en gros » de produits souvent cantinés, il est alors possible que l'article demandé par la personne détenue soit pris dans ce stock et que la date de péremption ne soit pas vérifiée.

### Des produits cantinés, mais quel accès pour cuisiner ?

Bien que les personnes détenues puissent acheter des produits alimentaires, la préparation de ceux-ci peut s'avérer difficile. Effectivement, le matériel de cuisson nécessaire à la confection de certains plats n'est pas disponible ou pas autorisé dans les cellules.

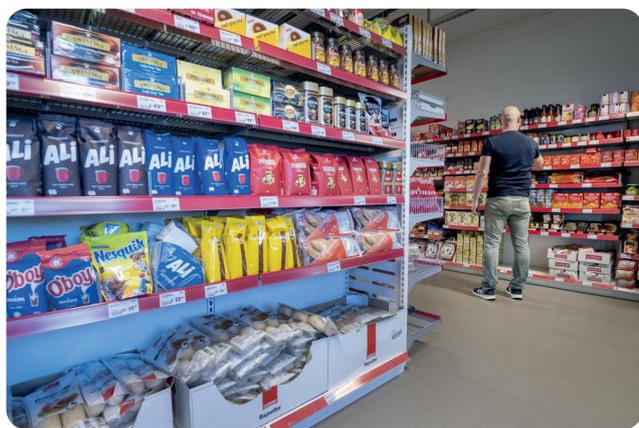
Lorsque ce n'est pas possible – dans le cas des maisons d'arrêt – certaines personnes incarcérées s'emploient à des pratiques dangereuses (et interdites), comme celle du « toto » (où un objet en métal est relié à de l'électricité pour faire bouillir de l'eau) ou bien improvisent un réchaud à l'aide de boîtes de sardines et de tubes d'harissa.

Des espaces collectifs pour cuisiner sont cependant mis à disposition des personnes incarcérées dans certains établissements ; du matériel peut être loué ou acheté dans les maisons de peine, aux frais, de nouveau, des personnes détenues.

### Un détour par la Norvège

Le système carcéral norvégien, basé sur la réhabilitation et la responsabilisation des personnes détenues, offre une alternative au système de cantine que l'on connaît en Belgique. Dans ces prisons, les personnes détenues sont amenées à aller une fois par semaine dans le « supermarché » de la prison, afin de faire leurs courses. Selon les informations que nous avons pu trouver, les lieux ne sont pas contrôlés par des caméras (sans que des vols soient pour autant remarqués), et les personnes détenues règlent leurs achats avec une carte reliée à leur compte personnel de la prison.

À ce titre, dans son rapport annuel 2020, le Conseil central de surveillance pénitentiaire « recommande d'étudier, en tant que projet pilote, la possibilité d'ouvrir des magasins dans les prisons, dans lesquels les détenus pourraient faire leurs courses. »



Cantine de la prison de Romerike (Norvège), Photo NTB

### Recommandations d'I.Care



Garantir une alimentation saine, équilibrée et en quantité suffisante ainsi que respecter les régimes particuliers (diabétiques et autres).

Garantir une cantine dont les prix ne sont pas plus chers que dans la société libre, notamment en ce qui concerne les produits de première nécessité.

Garantir une équité entre les catalogues de cantine des différents établissements.

Garantir la transparence dans la taxe prélevée pour alimenter la caisse d'entraide sociale et informer les personnes détenues ainsi que le grand public de la manière dont ces fonds sont utilisés.

#### Caisse d'entraide sociale

À la cantine, les prix « hors prison » sont majorés, ce qui permet, en partie, d'alimenter la caisse d'entraide sociale. Cette caisse prend en charge des frais qui auparavant étaient supportés par d'autres budgets de la direction générale des établissements pénitentiaires comme l'achat de télévisions ou d'autre petit matériel, l'abonnement aux chaînes de télévision...

Cette caisse d'entraide sociale permet également de prendre en charge les personnes incarcérées considérées comme « indigentes », qui sont les personnes qui n'ont pas ou peu de rentrées d'argent en prison (en général, en dessous de 100 € par mois). La caisse d'entraide sociale prête entre 35 et 50 € – cela varie selon les établissements – par mois à ces personnes. Cependant, cette aide est à rembourser lorsqu'un mouvement sur le compte bancaire de la personne détenue est réalisé (un pourcentage est prélevé et l'aide n'est plus allouée).

L'Observatoire international des prisons, dans ces différentes notices, mentionne tout de même que « dans la plupart des établissements, les critères d'accessibilité à la caisse d'entraide ainsi que la fréquence à laquelle on peut en faire usage manquent de transparence. »

À cet égard, les commissions de surveillance témoignent des mêmes réalités, certaines démontrant même des détournements d'argent : cette caisse d'entraide n'est effectivement pas contrôlable par la Cour des Comptes et l'est difficilement par les CdS, puisqu'aucune loi ne l'impose.