

Montreux



Marc Subilia propose une expérience de vie qui doit profiter à soi-même, mais plus encore aux démunis. VANESSA CARDOSO

Se priver d'un repas pour assurer la survie ailleurs

Ancien médecin et pasteur, Marc Subilia propose de renoncer à un souper par semaine pour lutter contre la faim dans le monde

Karim Di Matteo

Sauver des vies en réduisant son embonpoint, le tout sans déboursier un franc. C'est l'opération «win-win» que propose Marc Subilia à travers son association Des Calories pour la Vie. Ou comment s'engager en deux clics à renoncer à un repas hebdomadaire sur une période donnée et à verser la contre-valeur à une association de lutte contre la faim dans le monde.

En pleine période de carême, la démarche du Montreusien de Fontanivent sonne d'autant plus juste. Lancée en décembre, elle relève autant du spirituel que de la prévention de santé publique. Un mélange des genres à l'image du parcours de son initiateur, médecin de formation puis pasteur durant de longues années.

Si l'homme d'Eglise à la retraite a mûri son idée deux ans

durant, c'est qu'il se refuse à considérer comme inéluctable le paradoxe selon lequel des pays croulant sous l'excédent de calories cohabitent avec d'autres où un simple repas manque cruellement à la grande majorité. «Même les contributions modestes sont utiles. On est dans le sillage du film *Demain*: faire quelque chose à notre échelle pour le bien commun. Concrètement, avec quelques francs, dans certains pays, on aide des bébés sevrés de lait

maternel, l'une des phases les plus vulnérables, à retrouver un poids moins critique. Pour quelques francs encore, un agriculteur peut bénéficier d'une jarre avec couvercle pour protéger ses semences et lui permettre de doubler sa récolte. Ou créer un puits d'eau.»

«Bénéfices immédiats»

Dans l'autre sens, les bénéfices directs sont immédiats, à entendre l'ancien médecin: «A l'heure où

un Suisse sur deux souffre de surpoids, renoncer occasionnellement à un repas et au grignotage soulage le cœur, les articulations, on est moins fatigué. Et on prend mieux conscience de sa façon de se nourrir. En outre, on ressent une grande satisfaction personnelle, un peu comme lorsque l'on donne du sang pour autrui.»

L'action «Offrez des calories pour la vie!» a déjà reçu un bel accueil, à en croire Marc Subilia et les retours qui lui sont parvenus: «Par ailleurs, la petite brochure explicative a été largement distribuée et a même été vendue par centaines au prix de 6 francs. Les recettes permettent d'en imprimer d'autres. Je viens d'en recommander 1500.»

La démarche reste des plus libres et repose sur la seule responsabilisation de chacun. Aucune contrainte de temps ni montant minimum ne sont imposés. Marc Subilia n'a qu'une seule recommandation: «Verser vos dons à une association qui travaille efficacement à lutter contre la faim. Moi-même, j'en propose quatre sur notre site Internet.»

«Offrez des calories pour la vie!», brochures et inscriptions sur www.descaloriespurlavie.ch info@descaloriespurlavie.ch

Faire un don sans cash

● En Suisse, il est d'autres initiatives permettant de venir concrètement en aide à des œuvres caritatives sans déboursier un franc. C'est le cas des dons de points Cumulus que tout client de la Migros se voit créditer sur sa carte du même nom. La Fondation Mère Sofia, à Lausanne, appelle à ce type de dons, de même que la Chaîne du Bonheur. Le succès peut être très relatif: à titre d'exemple, en 2013, 3490 francs en points Cumulus avaient été accumulés par la Chaîne du Bonheur sur un montant total de dons de

52 millions de francs... D'autres organisations invitent également à leur verser des points Cumulus, dont l'Entraide protestante suisse (EPER), Pro Infirmis ou le Secours d'hiver. Migros propose également le transfert de points à des proches, à des amis ou à n'importe quel autre destinataire par le biais d'un compte Cumulus. Le géant orange propose directement de choisir un bénéficiaire dans une liste d'organisations ou d'indiquer le numéro de la carte destinataire.