

« C'est du gagnant-gagnant. Comme le don du sang »

Marc Subilia, fondateur de l'association Des calories pour la vie



En se privant d'un repas par semaine et en offrant l'argent à une association caritative, Marc Subilia fait coup double.

# DES CALORIES POUR SAUVER DES VIES

**SOLIDARITÉ** Jeûner un soir par semaine pour offrir de l'aide à plus démunie que soi, c'est l'idée de Marc Subilia, médecin et pasteur. Des dizaines de personnes le suivent déjà.

Comme souvent, une idée toute simple peut faire des miracles. Celle de Marc Subilia en fait certainement partie. Partant du constat que nous mangeons trop alors que d'autres ne mangent pas assez, ce médecin et pasteur vaudois à la retraite active a imaginé un engagement très facile à suivre.

Avec son association Des calories pour la vie, fondée il y a une petite année, il propose à tout un chacun de jeûner un soir par semaine et d'offrir à l'association de son choix l'équivalent financier de ce repas sauté. Bête comme chou, on vous l'avait dit.

« C'est du gagnant-gagnant, souligne Marc Subilia. D'un côté, un Suisse sur deux souffre de

surpoids. Et on est prêt à dépenser des fortunes pour maigrir. Dans ce contexte, un jeûne par semaine ne peut pas faire de mal. De l'autre côté, une multitude de gens souffrent de la famine. Avec le léger sacrifice consenti ici, on peut nourrir des populations entières là-bas. »

## Un effet boule de neige

Et une fois de plus, Marc Subilia arrive avec un constat tout bête. « Si vous acceptez cet engagement et que, dans le mois qui suit votre décision, vous trouvez deux personnes qui acceptent aussi de sauter un repas et d'offrir la somme équivalente, au bout

d'un an, environ 4000 personnes seront sauvées de la faim. Seize millions au bout de vingt-quatre mois. Après trois ans, on pourrait éradiquer la famine et sans que personne ne sorte 1 franc de plus que d'ordinaire. »

Médecin et pasteur, Marc Subilia a forcément de l'empathie et un message chrétien basé sur le don de soi et aux autres. Mais ce qui séduit dans sa démarche, c'est qu'elle est ouverte à tous. Et de raconter le cas d'une maman qui ne se voyait pas supprimer le souper à ses enfants. « Elle a trouvé d'elle-même une solution: fini le pop-corn et la

glace systématiques au cinéma. » Le fait de s'impliquer est important, pour le fondateur de l'association. Donner pour donner peut paraître vain à certains.

Marc Subilia ne recommande pas non plus une œuvre plutôt qu'une autre. Dans sa brochure, il en mentionne quatre dignes de confiance, selon lui. Mais le choix est laissé libre aux participants. Quelques dizaines de personnes ont déjà fait le pas en Suisse. Pourquoi pas vous ?

● PHILIPPE MESSEILLER

philippe.messeiller@lematin.ch



Vous pouvez obtenir la brochure d'engagement (6 fr., pour pouvoir la rééditer) à l'adresse suivante: « Des calories pour la vie », Marc Subilia, route du Zéphyr 7, 1817 Brent ou sur le site [www.descaloriespouurlavie.ch](http://www.descaloriespouurlavie.ch)