

## TÉMOIGNAGE

Devenir étudiante, ça signifie pour moi partir de chez mes parents. Donc être indépendante. Donc devoir se nourrir 3 fois par jour pendant 1 an. Au-revoir délicieux plats de papa préparés comme par magie ! Au-revoir choux, carottes et poireaux bio (mon père et maraîcher-agriculteur bio) !

Je suis étudiante à Besançon en arts du spectacle, je reçois une bourse et je fais un service civique avec le MRJC, donc je reçois plus ou moins 1000€ par mois. Pour un(e) étudiant(e) qui ne cherche pas à cuisiner compliqué et varié c'est suffisant. Pour une étudiante comme moi qui adore manger, qui aime avoir des produits bio et/ou locaux, c'est un peu juste mais c'est possible.

J'aime prendre du temps pour cuisiner quand il y a plusieurs personnes, mais je cuisine rarement pour plusieurs personnes et je n'ai pas la motivation de me préparer à manger 3 fois par jour pour moi toute seule. De plus, niveau budget ce n'est pas illimité. Alors souvent, le soir et le midi je me prépare des pâtes, du riz, de la salade, des pâtes, des sandwiches, de la salade, du riz, des pâtes... Je mange donc plus souvent gras, plus souvent sucré, plus de féculents que lorsque j'habitais chez mes parents. C'est comme ça pour la plupart des étudiants qui sont partis de chez leurs parents et qui n'ont pas un gros budget nourriture.

J'ai plusieurs envies : manger plus varié, plus équilibré et cuisiner des produits bio et/ou locaux. À mon grand bonheur, je vais bientôt avoir un panier de légumes bio pas très cher, toutes les deux semaines, car je suis en lien avec un projet MRJC à Besançon. Et quand je vais voir mes parents, je ramène le plus de choses possibles chez moi !

Alors voilà, c'est ça l'alimentation d'une étudiante. J'essaye de trouver des solutions pour bien manger parce que c'est important pour moi, j'essaye de payer moins cher, je mange souvent des pâtes, mais je réponds aussi le plus possible à mes envies !

Nina LEROY