

# LES ENJEUX PLANÉTAIRES,

# VERS UNE ALIMENTATION DURABLE ...

NOUS SOMMES PLUS DE 7 MILLIARDS D'INDIVIDUS SUR TERRE AUJOURD'HUI. EN 2050, NOUS SERONS 9 MILLIARDS DE BOUCHES À NOURRIR !!!

JE NE VOIS QU'UNE SOLUTION : L'ALIMENTATION DURABLE !!!

LA PLANÈTE ET LES ÊTRES VIVANTS SONT EN DANGER, IL FAUT AGIR !

## L'ALIMENTATION DURABLE, C'EST QUOI ?

C'EST L'ENSEMBLE DES PRATIQUES ALIMENTAIRES QUI VISENT À NOURRIR LES ÊTRES HUMAINS EN QUALITÉ ET EN QUANTITÉ SUFFISANTE, AUJOURD'HUI ET DEMAIN, DANS LE RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT, EN ÉTANT ACCESSIBLE ÉCONOMIQUEMENT ET RÉMUNÉRATRICE SUR L'ENSEMBLE DE LA CHAÎNE ALIMENTAIRE. (FAO 2010)

DEPUIS 50 ANS, LES PRODUCTEURS ET INDUSTRIELS ONT INTENSIFIÉ LA PRODUCTION ALIMENTAIRE POUR RÉPONDRE À CETTE DEMANDE GRANDISSANTE...

... EN AUGMENTANT LA PRESSION SUR LES ÉCOSYSTÈMES... !

**PRÉSERVATION DES RESSOURCES**

**ASSURER UNE ÉGALE RÉPARTITION DE LA NOURRITURE**

**AU NIVEAU MONDIAL**  
DE NOMBREUSES PERSONNES SOUFFRENT DE MALADIES LIÉES À DES EXCÈS ALIMENTAIRES : 660 MILLIONS DE PERSONNES SOUFFRENT D'OBÉSITÉ, DE DIABÈTE, DE MALADIES CARDIOVASCULAIRES...

**QUAND PAR AILLEURS**  
795 MILLIONS D'INDIVIDUS SOUFFRENT DE LA FAÏM.

**DISPONIBILITÉ EN EAU**  
EN FRANCE, 48 % DE L'EAU EST CONSOMMÉE PAR L'AGRICULTURE.

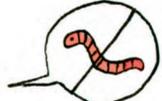
EN FRANCE, LES POPULATIONS D'OISEAUX DES MILIEUX AGRICOLES ONT DIMINUÉ DE 30 % EN 30 ANS.



**DÉFORESTATION**  
L'AGRICULTURE MONDIALE EN EST LA PREMIÈRE RESPONSABLE.

**PRÉSERVER LA FERTILITÉ DES SOLS**  
90 % DE CE QUE L'ON MANGE PROVIENT DES SOLS : DIRECTEMENT (CÉRÉALES, FRUITS ET LÉGUMES...) OU INDIRECTEMENT (VIANDE, PRODUITS LAITIERS, OEUFS...).

**PRÉSERVER LA BIODIVERSITÉ ANIMALE ET VÉGÉTALE**



EN 1 SIÈCLE, 75 % DES ESPÈCES CULTIVÉES ONT DISPARU DE NOS ASSIETTES.

**PÊCHE**  
LA SURPÊCHE CONCERNE 90 % DES POISSONS CONSOMMÉS ET MENACE LA DURABILITÉ DES RESSOURCES HALIÉUTIQUES.

## LIMITER LE CHANGEMENT CLIMATIQUE

1/4 DE NOTRE EMPREINTE CARBONE EN FRANCE EST DUE À NOTRE ALIMENTATION : CONSOMMATION D'ÉNERGIE ET ÉMISSIONS DE GAZ À EFFET DE SERRE.

**RÉDUIRE LA POLLUTION**

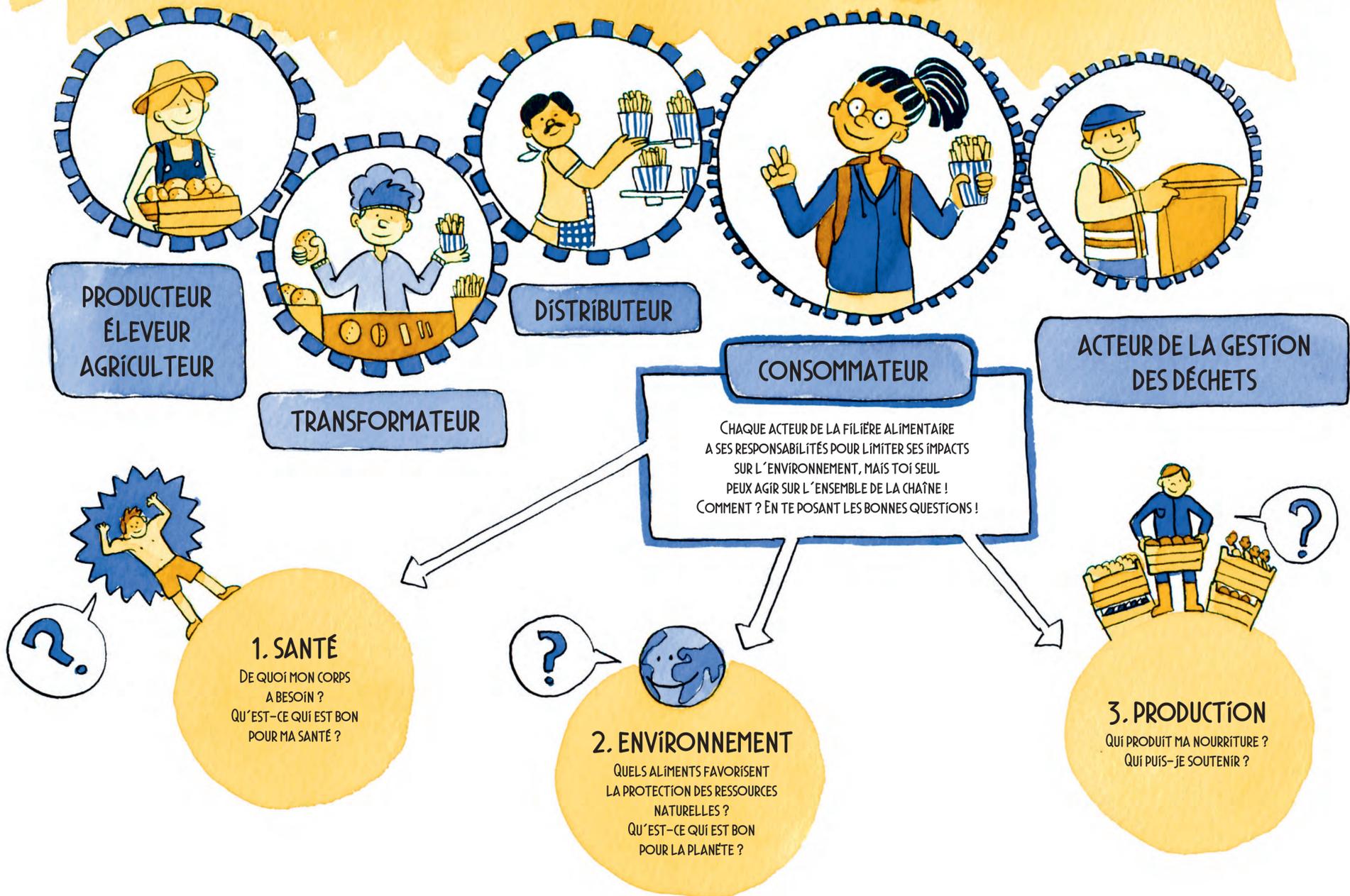


EN RÉALITÉ, PAS BESOIN D'ÊTRE UN SUPER HÉROS POUR AGIR !

CHACUN PEUT AGIR À SON ÉCHELLE ! VIENS VOIR.

ENSEMBLE, SOUTENONS

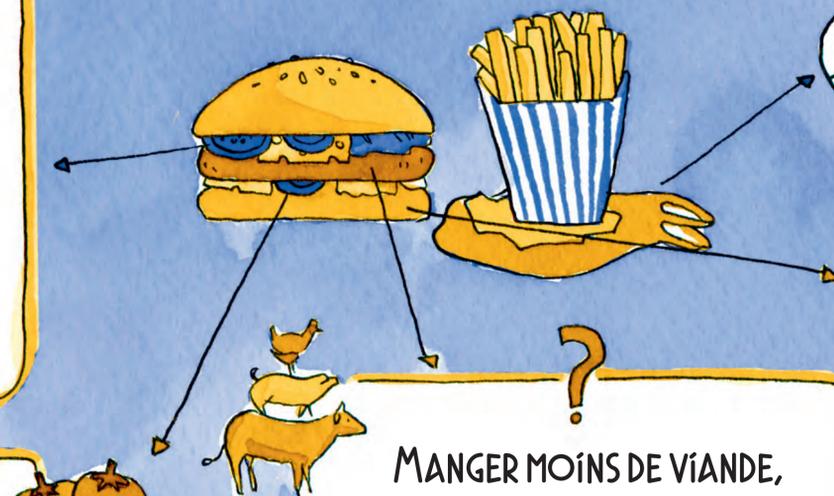
# LES FILIÈRES RESPONSABLES DE DEMAIN !



## DES PRODUITS ISSUS D'UNE AGRICULTURE PLUS DURABLE

LES MODES DE PRODUCTION DE TES FRUITS ET LÉGUMES N'ONT PAS TOUS LES MÊMES IMPACTS ! LES PRODUITS ISSUS DE L'AGRICULTURE BIOLOGIQUE T'ASSURENT DES PRATIQUES AGRICOLES PLUS RESPECTUEUSES. ELLE INTERDIT L'USAGE DE PESTICIDES CHIMIQUES POUR PRÉSERVER LA BIODIVERSITÉ.

## PAR EXEMPLE POUR TON BURGER FRÎTES



## LE MEILLEUR DÉCHET EST CELUI QUI N'EXISTE PAS

TU ES LIBRE DE VENIR AVEC TES PROPRES SACS OU CONTENANTS POUR FAIRE TES COURSES ET DE DEMANDER À CE QUE L'ON NE TE DONNE PAS D'EMBALLAGE SUPPLÉMENTAIRE.

## CONSOMMER LOCAL ET DE SAÏSON

ÉVITE LA TOMATE EN HIVER, PRODUITE SOUS SERRE CHAUFFÉE ET QUI FAIT DES KILOMÈTRES EN CAMION POUR TE NOURRIR ! EN PLUS TU SOUTIENDRAS TON VOISIN LE PRODUCTEUR !

**TOMATE HORS SAISON :**  
• 4 X PLUS D'EAU  
• 10 X PLUS D'ÉNERGIE

## MANGER MOINS DE VIANDE, MAIS DE MEILLEURE QUALITÉ !

L'ÉLEVAGE REPRÉSENTE, DANS LE MONDE, 13 % DES ÉMISSIONS DE GAZ À EFFET DE SERRE ET CONSOMME BEAUCOUP DE RESSOURCES, NOTAMMENT POUR L'ALIMENTATION DES ANIMAUX. IL FAUT DE PRÉFÉRENCE MANGER LA VIANDE DE QUALITÉ (LABELLISÉE, ÉLEVÉE EN PÂTURAGE OU EN PLEIN AIR) !

## PRIVILÉGIER DES PRODUITS MOÏNS TRANSFORMÉS !

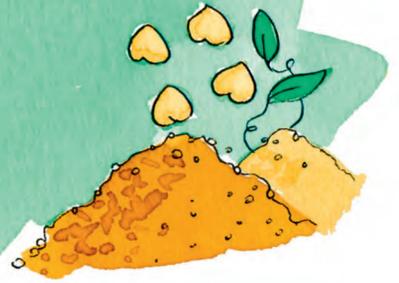
SEL, SUCRES, ACIDES GRAS SATURÉS, ADDITIFS, COLORANTS ? LIS LES ÉTIQUETTES DE TES PLATS PRÉPARÉS ET AUTRES ALIMENTS EMBALLÉS. POUR AVOIR UN BON PAIN DANS TON BURGER PAR EXEMPLE, FARINE DE BLÉ, EAU, SEL ET LE SAVOIR-FAIRE DE TON ARTISAN BOULANGER SUFFIRONT !

À TRAVERS TES CHOIX DE CONSOMMATEUR, TU AS LE POUVOIR DE SOUTENIR DES PRATIQUES RESPECTUEUSES DE L'ENVIRONNEMENT, DES ÊTRES HUMAINS, DE TA SANTÉ ET AINSI RÉDUIRE TON IMPACT SUR L'ENVIRONNEMENT À TON ÉCHELLE !



# DIVERSIFIONS NOTRE RÉGIME ALIMENTAIRE

## LE VÉGÉTAL, C'EST PAS SI MAL !

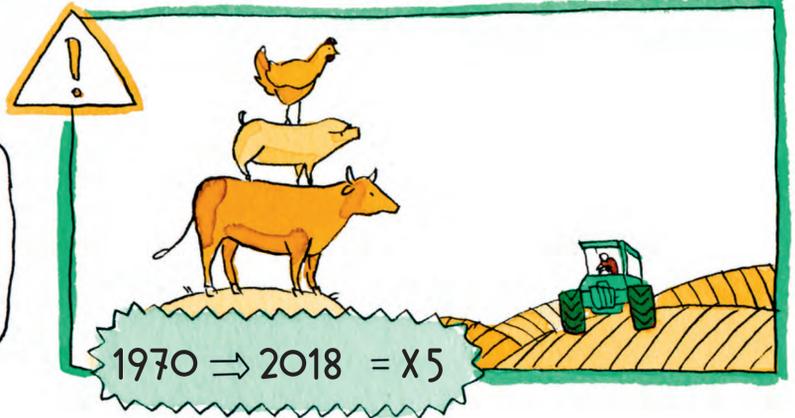


QUI VEUT GOÛTER UN FALAFEL ?



UN FALAFEL ? À BASE DE POIS CHICHE ? NON MERCI, JE PRÉFÈRE MON BURGER COMME D'HAB' : JE SUIS SÛR DE NE PAS ÊTRE DÉÇU !

C'EST IMPORTANT DE MANGER VARIÉ TU SAIS, ET PUIS LES IMPACTS SUR LA PLANÈTE NE SONT PAS LES MÊMES, IL FAUT Y PENSER...



1970 => 2018 = X5



BIEN MANGER, C'EST ADOPTER UNE ALIMENTATION VARIÉE ET ÉQUILIBRÉE, C'EST-À-DIRE MANGER DE TOUT MAIS EN QUANTITÉ ADAPTÉE. LES PROTÉINES ALIMENTENT LES BESOINS DU CORPS EN ACIDES AMINÉS. AUJOURD'HUI, NOUS LES CONSUMONS PRINCIPALEMENT VIA LES PRODUITS ANIMAUX MAIS IL EST POSSIBLE D'EN TROUVER AILLEURS...

À GAUCHE : DU POULET AU CURRY ÉLEVÉ EN PLEIN AIR, AVEC RIZ DE CAMARGUE BIO ET DES FRAISES LOCALES ET DE SAISON (ÉTÉ).

À DROITE : UN STEAK ISSU D'ÉLEVAGE NON RAISONNÉ, DES FRITES SURGELÉES ET DE L'ANANAS TRANSPORTÉ PAR AVION.



FAIS TOI-MÊME LA BALANCE.

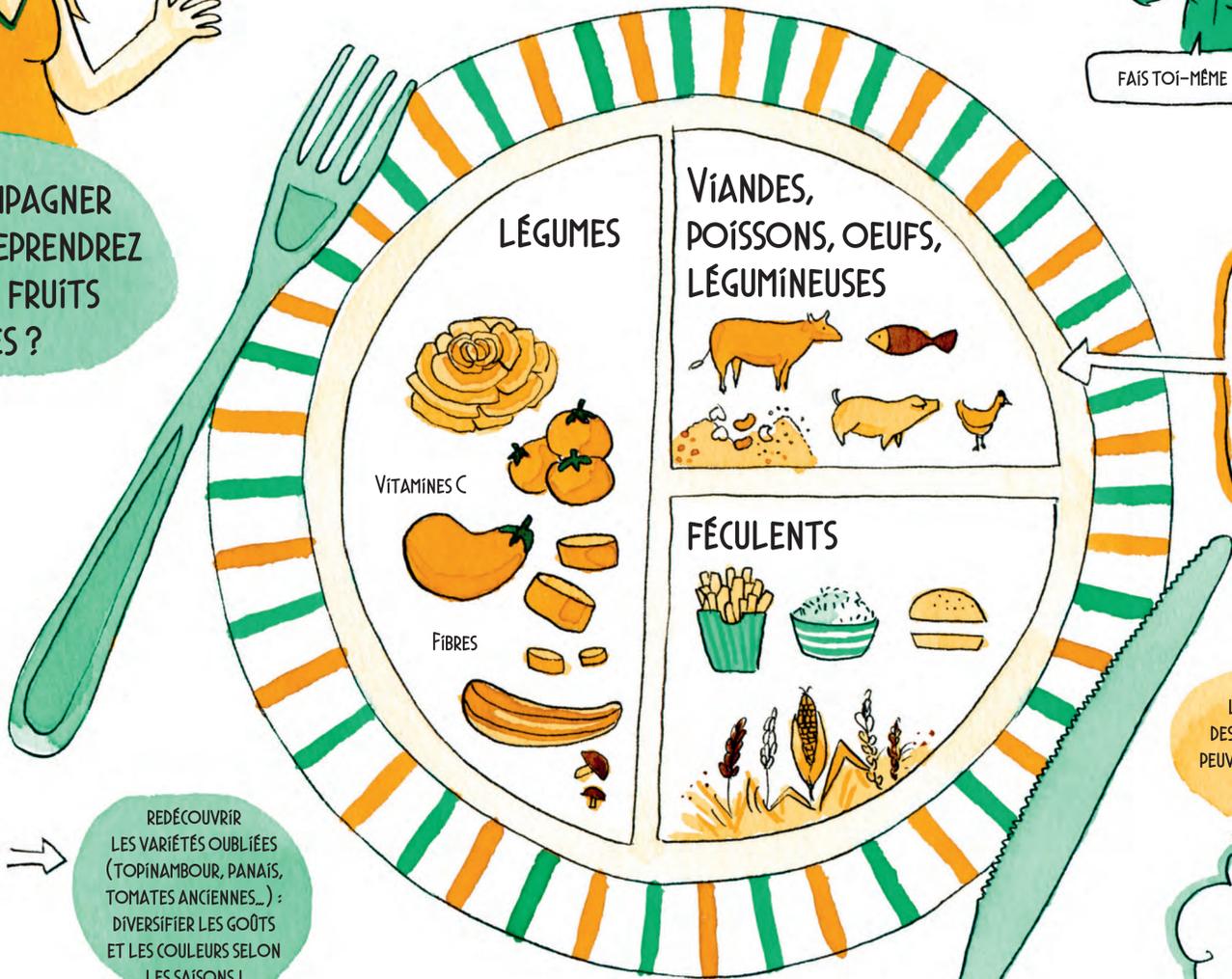
ET POUR ACCOMPAGNER TOUT ÇA, VOUS REPRENDREZ BIEN UN PEU DE FRUITS ET LÉGUMES ?



CHOISIR DES FRUITS DE SAISON CUEILLIS À MATURITÉ : LES CIRCUITS DE PROXIMITÉ.

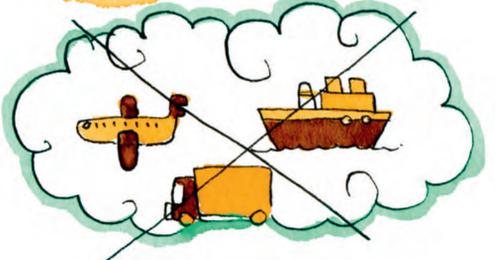


REDÉCOUVRIR LES VARIÉTÉS OUBLIÉES (TOPINAMBOUR, PANAI, TOMATES ANCIENNES...) : DIVERSIFIER LES GOÛTS ET LES COULEURS SELON LES SAISONS !



LÉGUMINEUSES (PROTÉINES + FIBRES) + CÉRÉALES = UN APPORT DE PROTÉINES DIVERSIFIÉ À ALTERNER AVEC LA VIANDE ET LE POISSON !

LA MAJORITÉ DES LÉGUMINEUSES PEUVENT SE CULTIVER EN FRANCE ! → MOINS DE TRANSPORTS = MOINS DE CO<sub>2</sub> !!!



CULTURE AVEC MOINS D'ENGRAIS AZOTÉS. → AUGMENTE LA FERTILITÉ DES SOLS ET LIMITE LA POLLUTION DES COURS D'EAU !!!



LES LÉGUMINEUSES (LENTILLES, HARICOTS SECS, POIS...) ONT D'AUTRES AVANTAGES : ON PEUT LES CONSERVER LONGTEMPS ET EN MANGER TOUTE L'ANNÉE ET SOUS DIFFÉRENTES FORMES : FALAFEL, HOUMOUS, STEAK...



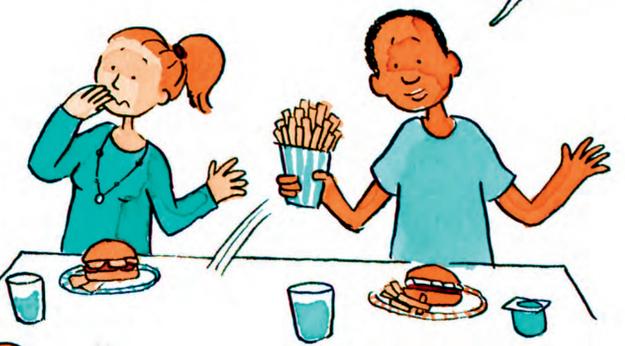
# ÇA SUFFIT LE GÂCHIS, ÇA DÉBORDE !



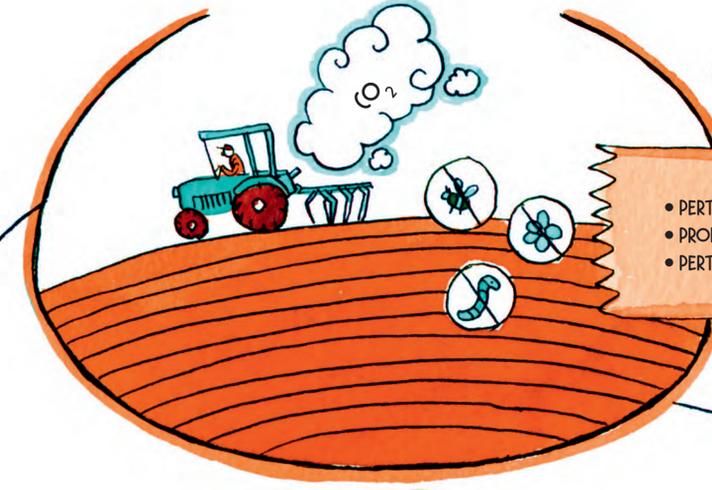
**1/3 DE LA PRODUCTION MONDIALE DE NOURRITURE EST GASPILLÉE !**

C'EST PARCE QUE LE GASPILLAGE EXISTE À CHAQUE ÉTAPE DE NOS FILIÈRES AGROALIMENTAIRES. PRENONS L'EXEMPLE DES FRITES QUI ACCOMPAGNENT TON BURGER...

UN TIERS ? MAIS C'EST ÉNORME !!! COMMENT C'EST POSSIBLE ?



## PRODUCTION



- PERTE LORS DE LA RÉCOLTE AUX CHAMPS
- PRODUITS MOCHES, PAS CALIBRÉS
- PERTES DUES AUX INTÉMPÉRIES



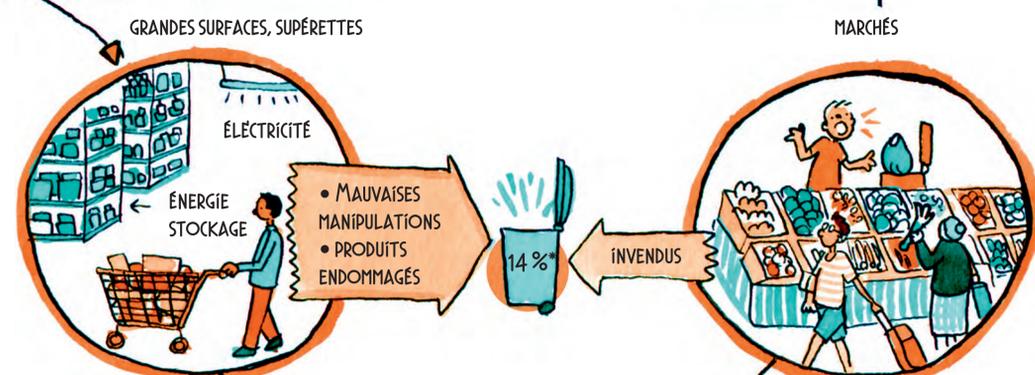
## TRANSFORMATION



- MAUVAIS CONDITIONNEMENT
- STOCKAGE
- PROCESSUS DÉFECTUEUX
- SOUS-PRODUITS NON UTILISÉS



## DISTRIBUITION



- MAUVAISES MANIPULATIONS
- PRODUITS ENDOMMAGÉS



## TON ASSIETTE

MAISON, CANTINE, RESTAURANT

- QUANTITÉ NON ADAPTÉE À TA FAIM
- PRODUITS OUBLIÉS AU FOND DU PLACARD / FRIGO
- PERTE LORS DE LA PRÉPARATION DES REPAS



\*DU GASPILLAGE TOTAL

## FIN DE VIE DES DÉCHETS

PLUSIEURS VALORISATIONS POSSIBLE :

- MÉTHANISATION,
- COMPOSTAGE,
- INCINÉRATION,
- ...

## RÉSULTAT

**10**

MILLIONS DE TONNES/AN DE DÉCHETS ALIMENTAIRES = 100 % DU GASPILLAGE TOTAL

ET C'EST LÀ QUE NOUS POUVONS AGIR !!!

EXACTEMENT !!!

**LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE, C'EST AUSSI DE L'EAU, DE L'ÉNERGIE ET DU TEMPS DE TRAVAIL CONSOMMÉS INUTILEMENT !**