



COMPTE RENDU

CONFÉRENCE EN LIGNE N°3 L'ALIMENTATION FACE AUX ENJEUX ENVIRONNEMENTAUX ET DE SANTÉ

Sur notre territoire, les productions agricoles sont diversifiées, riches et les consommateurs sont globalement sensibles à la qualité de leur assiette. De plus en plus de modes de productions durables émergent et une alimentation plus éthique et équilibrée se développe. La question de la durabilité de nos assiettes et de nos modes de productions pour faire face aux défis futurs est posée.

100 PARTICIPANTS

2 EXPERTS

Nicolas Bricas

Socio-économiste de l'alimentation, titulaire de la Chaire Unesco Alimentations du monde..., il évoque le contenu de nos assiettes et ses problèmes de durabilité en insistant sur l'aspect environnemental et social. Il parle également d'actions individuelles et d'engagements politiques. Il répond ainsi à des questions largement partagées : Que peuvent faire les consommateurs ? Comment changer les comportements ?

Denis Lairon

Nutritionniste, directeur de recherche émérite à l'INSERM et expert en nutrition humaine, il s'intéresse aux aspects sanitaires et nutritionnels de l'alimentation.

3 ACTEURS DU TERRITOIRE

Anne Portier

Naturopathe, elle explique comment elle travaille avec ses patients, le lien entre alimentation et santé et quelles évolutions elle observe en termes de pratiques alimentaires.

Fanny Larroque

Animatrice pour l'association de cuisine et d'éducation populaire « Du beurre dans les épinards », elle réalise des ateliers auprès de personnes en situation de précarité. Elle présente l'intérêt de ces ateliers en termes d'apprentissages, de partages et d'émancipation sur les pratiques alimentaires.

Benoît Pras

Cuisinier dans une cantine scolaire, ambassadeur du bio et local dans les cantines, il raconte comment avec cette démarche il a retrouvé le goût du métier, comment il a su convaincre les enfants et leurs parents qu'on pouvait bien manger à la cantine avec des produits de qualité.

Vos intercommunalités s'associent et se mobilisent

Une action co-organisée
avec l'association des acteurs de Biovallée
et la Commission Locale de l'Eau



A RETENIR

LES CONSTATS

- L'assiette alimentaire d'aujourd'hui est le fruit de l'industrialisation du système alimentaire ;
- Depuis 1950, la consommation de produits animaux est en augmentation, tout comme celle de sucre, de sel, de lipides et d'aliments transformés. Par contre, nous mangeons moins de produits végétaux (ex. : céréales, pommes de terres, légumes secs) ;
- L'assiette d'aujourd'hui présente des limites environnementales, sanitaires et sociales ;
- Le système alimentaire (production, transformation, transport) représente 30 % des émissions de gaz à effet de serre (en majorité liés aux conditions de l'élevage actuel) principalement du fait de la production de méthane et de protoxyde d'azote qui ont des pouvoirs de réchauffement 30 et 300 fois plus important que le dioxyde de carbone (CO₂) ;
- Par rapport à une alimentation de consommateurs non-bio, un consommateur achetant 60 % de ses aliments en bio a une alimentation produisant 37 % de moins de gaz à effet de serre et utilisant 25 % de moins d'énergie ainsi que 23 % de moins de surface ;
- Nous ne mangeons en moyenne pas assez de fruits et légumes ainsi que de féculents, mais trop de lipides, de sucre, de sel et de protéines (nous consommons deux fois plus de protéines animales que de protéines végétales alors qu'elles sont plus nocives pour la santé). Mais surtout, nous ingérons trop d'énergie par rapport à nos besoins. Nous manquons généralement, et notamment les femmes, de minéraux (ex. : fer, calcium, magnésium), de vitamines et de fibres alimentaires ;
- On observe, dans tous les pays une augmentation des maladies non-transmissibles liées à l'alimentation (ex. : surpoids, obésité, diabète T2, maladies cardio-vasculaires, cancers, allergies, maladies neurodégénératives, dépressions). On estime qu'en France, les coûts en lien avec ces pathologies s'élèvent à plus de 90 milliards par an ;
- Tous les adultes français ont dans leur organisme 22 à 23 résidus de pesticides ;
- Au 4^{ème} siècle avant JC Hippocrate a déclaré : "que ton aliment soit ton médicament et que ton médicament soit ton aliment" ;
- Les nouvelles recommandations du ministère de la Santé encouragent à diminuer la consommation de produits animaux de manière importante, à privilégier les huiles végétales et à diminuer les produits sucrés et le sel. Pour tous les produits végétaux, il est conseillé de privilégier les produits bio afin de diminuer l'exposition aux pesticides ;
- On observe des inégalités dans le système alimentaire et l'augmentation de la précarité alimentaire ;
- La consommation de produits locaux et biologiques représente aujourd'hui 5 % des dépenses alimentaires avec une augmentation de 15 % par an ;
- Dans la recherche, il y a un consensus mondial pour pousser à des systèmes de production alimentaire basés sur l'agroécologie.

LES PERSPECTIVES

- On peut imaginer que l'assiette alimentaire durable de demain serait plus végétale (ex. : légumes, légumineuses, huiles végétales), plus bio, moins transformée, moins grasse, moins salée, moins sucrée et moins carnée ;
- Il s'agit de penser une politique alimentaire pour tous, en tenant compte de la diversité des cultures et des pouvoirs d'achat ;

Vos intercommunalités s'associent et se mobilisent

Une action co-organisée
avec l'association des acteurs de Biovallée
et la Commission Locale de l'Eau



- C'est l'environnement alimentaire (ex. : magasins, publicités) qui façonne les comportements, c'est l'offre qui crée la demande et c'est la norme sociale qui fait que l'on adhère ou pas à une alimentation durable ;
- Il s'agit de ne pas culpabiliser les personnes et mettre auprès d'elles une injonction à la transformation individuelle mais de favoriser un retour des valeurs du bien manger ;
- Il s'agit de déplacer le curseur concernant la question de la responsabilité de l'amélioration du système alimentaire. La responsabilité doit être partagée entre les citoyens et les offreurs ;
- La défiscalisation en lien avec les dons alimentaires des entreprises encourage la surproduction. On abandonne peu à peu l'idée de gérer la précarité alimentaire par des dons alimentaires pour les remplacer par des dons en argent pour permettre aux personnes d'acheter ce qu'elles veulent ;
- Des contre-pouvoirs à la politique dominante actuelle, influencée par les intérêts des actionnaires, émergent au niveau des villes et des conventions citoyennes ;
- Il existe des actions concrètes portées par les citoyens, les associations et les ONG mais les pouvoirs publics et les acteurs du monde agroalimentaire sont encore attendus afin de créer des politiques alimentaires avec une approche systémique ;
- Il est possible de construire un système de sécurité sociale alimentaire en utilisant l'argent qui pourrait être économisé grâce aux améliorations du système alimentaire (ex. : moins de dépenses de santé en lien avec les maladies non-transmissibles liées à l'alimentation) ;
- Un grand nombre d'initiatives ont lieu en Biovallée. Par exemple, la cantine scolaire de Piégros, qui réalise 150 repas par jour, effectue 50 % du volume de ses achats en bio et 70 % soit bio, soit locaux, soit labellisés ;
- Notre territoire a la capacité d'alimenter sa population en produits locaux d'avantage bio, tout en gardant des surfaces pour des productions qui pourraient continuer à être exportées (ex. : ail, oignon, vin, viande de brebis).
- Il s'agit de ne plus chercher à maîtriser le sauvage, mais à travailler avec lui ;
- Il est possible de produire en qualité et en quantité tout en favorisant la biodiversité et la lutte contre le changement climatique à condition de pratiquer une polyculture-élevage diversifiée tout en préservant des habitats pour la biodiversité.

INFO ET REPLAY

→ WWW.VALDEDROME.COM/ALIMENTATION2050

Avec la participation et le soutien de :



Vos intercommunalités s'associent et se mobilisent

Une action co-organisée avec l'association des acteurs de Biovallée et la Commission Locale de l'Eau

