

POURQUOI PROPOSER DES MENUS VEGETARIENS EN ALIMENTATION DURABLE?



LES CANTINIERS

En un siècle, notre consommation de viande a triplé. Par contre, le budget que nous allouons à l'achat de viande a diminué de 12% en 25 ans, Nous mangeons **plus de viande** en y accordant **moins d'argent** ! Quid de la qualité de la viande dans nos assiettes ? De plus, le belge mange en moyenne **plus de viande que ce qui est recommandé** pour sa santé.

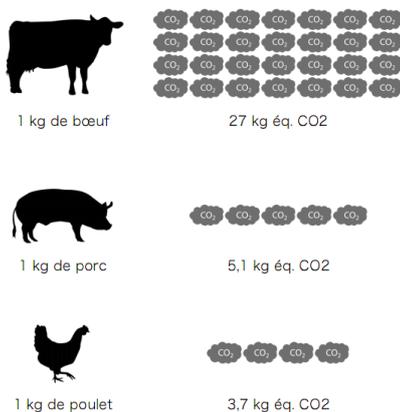
Dans la démarche de l'alimentation durable, il est important de revoir les grammages en viande de nos assiettes afin de réduire l'impact de notre alimentation sur les 3 piliers de l'alimentation durable : Environnement, Santé et Economie.

ENVIRONNEMENT

La surconsommation de viande et le développement de l'élevage industriel engendre des problèmes environnementaux :

- Emissions de gaz à effet de serre (GES)

- o 18 % des émissions mondiales de gaz à effet de serre sont imputables à l'élevage, selon la FAO
- o Les ruminants produisent du CH_4 , un gaz à effet de serre 25 fois plus impactant que le CO_2 (MAIS, les ruminants valorisent les prairies, qui sont des puits de carbone)

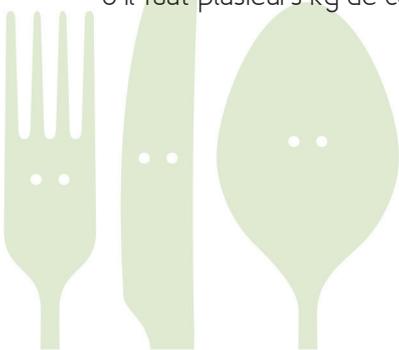


- Pollution des sols et de l'eau

- o L'élevage émet des quantités importantes de polluants par l'accumulation de déchets animaux: nitrates, phosphates et autres substances qui s'accumulent dans l'eau et au sol.
- o L'élevage génère d'autres pollutions tels que des antibiotiques, hormones... qui se retrouvent dans l'eau.

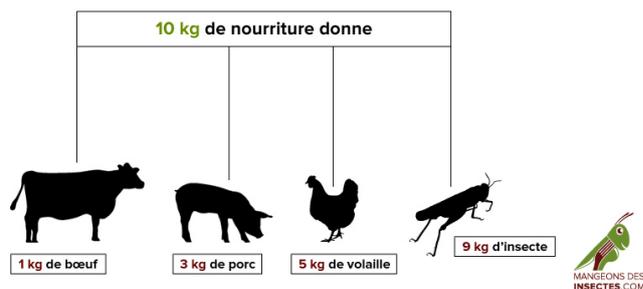
- Consommation importante des ressources naturelles

- o Consommation d'eau : Le besoin en eau des aliments peut être calculé selon plusieurs méthodes. Quelle que soit la méthode, produire 1 kg de viande nécessite nettement plus d'eau que produire 1 kg de denrées végétales.
- o Il faut plusieurs kg de céréales pour produire 1 kg de viande (10 kg de céréales pour 1 kg de bœuf...)





LES CANTINIERS



SANTE

L'Organisation Mondiale de la Santé a publié en 2015 un rapport sur les liens entre la surconsommation de viande et le cancer. La surconsommation de viande est mise en cause également dans le développement de maladie cardiovasculaire.

Les recommandations nutritionnelles suggère une consommation de 75 g à 100 g de viande (cuite) par jour.

→ Proposer une repas végétarien une fois par semaine permet de rééquilibrer les apports.

ECONOMIE

- Portefeuille

Limiter la quantité de viande dans l'assiette permet de faire des économies. Ces dernières peuvent alors être réinjectées dans l'achat de viande de qualité (biologique, élevage en plein air, élevage extensif).

→ Manger moins de viande, mais plus de meilleure qualité !

- Economie mondiale

Pour produire de la viande, il faut des espaces pour produire de la nourriture pour les animaux. Le pâturage occupe 26% de la surface émergée de la terre, la production fourragère requiert 1/3 de toutes les terres arables. Ces espaces sont parfois en concurrence avec les espaces disponibles pour la production d'alimentation humaine. La situation est telle que l'élevage empêche certaines populations d'assurer leur propre souveraineté alimentaire.

Un européen a besoin de 60 à 85 ares de surface agricole pour se nourrir. Un thaïlandais se contente de 8 à 10 ares pour assouvir ses besoins alimentaires. La grande différence réside dans la proportion de produits animaux dans l'assiette. On estime que 2 milliards de personnes se partagent la moitié de la production alimentaire planétaire. Les 5 milliards restant doivent se partager l'autre moitié (Source : Guide pratique Cantine Durable)

