



Co-funded by  
the European Union



**SSPICE IT!**

Sustainability Skills Program for International Catering  
operators and Entrepreneurs through Integrated Training

## **SSPICE IT! – Programme de formation aux compétences en durabilité pour les opérateurs et entrepreneurs internationaux de la restauration à travers une formation intégrée**

Le projet SSPICE IT! est cofinancé par la Commission européenne dans le cadre du programme Erasmus+.

*Le contenu de cette publication reflète uniquement le point de vue du consortium informatique SSPICE, et la Commission n'est pas responsable de l'utilisation qui pourrait être faite des informations qu'elle contient.*

<b>THÉMATIQUE</b>	<b>Relations entre l'alimentation, les humains et l'environnement</b>	
<b>SOUS THÉMATIQUE</b>	<i>Alimentation durable</i>	
<b>HEURES</b>	15	
<b>OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Reconnaître</b> les principales relations et problèmes entre l'Homme et l'environnement.</li> <li><b>2. Comprendre</b> l'impact environnemental de l'alimentation.</li> <li><b>3. Comprendre</b> le concept d'alimentation durable.</li> <li><b>4. Comprendre</b> la corrélation entre santé et alimentation durable.</li> <li><b>5. Appréhender</b> la complexité du système alimentaire et les enjeux sociétaux qui lui sont associés.</li> </ol>		
<b>ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE</b>		
	<b>Théorique</b>	<b>Pratique</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Lecture</li> <li>✓ Recherche sur le Web</li> <li>✓ Étude de cas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Rechercher les causes, les mécanismes et les conséquences des problèmes environnementaux contemporains</li> <li>✓ Évaluer l'impact des scénarios fictifs sur le système alimentaire mondial</li> <li>✓ Composer des menus innovants selon les principes de durabilité</li> </ul>

## TABLE DES MATIÈRES

<b>INTRODUCTION</b> .....	<b>4</b>
<b>CHAPITRE 1 : L'HUMAIN ET L'ENVIRONNEMENT</b> .....	<b>5</b>
1.1. INTRODUCTION : UNE BRÈVE HISTOIRE DE LA RELATION HOMME-NATURE .....	5
1.2. IMPACT DES HUMAINS SUR L'ENVIRONNEMENT .....	6
1.3. IMPACT DE L'ENVIRONNEMENT SUR LES HUMAINS .....	7
1.4. SOLUTIONS ET PERSPECTIVES .....	7
1.4.1 <i>Le Pacte Vert pour l'Europe</i> .....	7
1.4.2 <i>Au niveau économique : entrepreneuriat social, économie circulaire et alimentation durable</i> .....	8
EXERCICE 1 : PRENDRE CONSCIENCE DES ENJEUX ÉCOLOGIQUES .....	9
<b>CHAPITRE 2 : LES ENJEUX SOCIÉTAUX DE L'ACCESSIBILITÉ ALIMENTAIRE</b> .....	<b>10</b>
2.1. INTRODUCTION : LA COMPLEXITÉ DU SYSTÈME ALIMENTAIRE .....	10
2.2. INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE ET NUTRITIONNELLE : UN APERÇU EUROPÉEN .....	14
2.3. LE DROIT À L'ALIMENTATION .....	15
2.4. AU-DELÀ DE L'EUROPE : LE CONCEPT DE SOUVERAINETÉ ALIMENTAIRE .....	16
EXERCICE 2 : COMPRENDRE LES SUBLTILITÉS DU SYSTÈME ALIMENTAIRE .....	17
EXERCICE 3 : CRÉATION D'UNE CAMPAGNE – SENSIBILISATION AU DROIT À L'ALIMENTATION .....	19
<b>CHAPITRE 3 : ENQUÊTE SUR LES INTERSECTIONS ENTRE L'ALIMENTATION, LA SANTÉ ET L'ENVIRONNEMENT</b> .....	<b>20</b>
3.1. INTRODUCTION : L'EMPREINTE ÉCOLOGIQUE DE L'ALIMENTATION INDUSTRIELLE .....	20
3.2. QU'EST-CE QUE LA NOURRITURE BIOLOGIQUE ? .....	23
3.3. QU'EST-CE QU'UN SYSTÈME ALIMENTAIRE DURABLE ? .....	24
3.4. POURQUOI DEVRIONS-NOUS ADOPTER DES PRATIQUES ALIMENTAIRES DURABLES DANS L'INDUSTRIE ALIMENTAIRE ? .....	26
EXERCICE 4 : CRÉER UNE CHARTE DE DÉVELOPPEMENT DURABLE POUR UN RESTAURANT OU UN CAFÉ .....	28
EXEMPLE : UNE CHARTE DE DURABILITÉ POUR « LE KEBAB VERT » .....	29
3.5. LE RÉGIME ALIMENTAIRE DURABLE .....	30
EXERCICE 5 : MENU SAIN ET DURABLE .....	37
<b>TÂCHE FINALE : UNE CARTE DE DURABILITÉ</b> .....	<b>39</b>
MODULE 1 DE LA TÂCHE FINALE : UNE CARTE DE LA DURABILITÉ .....	39
<b>ÉTUDE DE CAS – TABLE D'HÔTES FORESTO</b> .....	<b>40</b>
<b>EXTRAS</b> .....	<b>44</b>
5.1 RÉSUMÉ DU CHAPITRE .....	44
5.2 LECTURES COMPLÉMENTAIRES .....	45
5.3 GLOSSAIRE .....	46
5.4 REMERCIEMENTS .....	47
5.5 BIBLIOGRAPHIE .....	47

## INTRODUCTION

Bienvenue dans la formation **SSPICE IT !** Nous espérons que vous apprécierez ce voyage épicé dans le monde savoureux de l'alimentation durable. Dans ce premier chapitre, vous apprendrez les bases des principaux sujets abordés dans notre formation : changement climatique, durabilité du système alimentaire, régimes alimentaires sains et éco-responsables, etc.

L'objectif de ce chapitre est de vous donner le contexte nécessaire pour comprendre les enjeux de cette formation. Ainsi, afin de mieux saisir les problématiques de durabilité, nous nous concentrerons sur trois acteurs clés et leurs interactions : les personnes, l'environnement et le système alimentaire mondial. Nous espérons que ce module vous incitera à rendre le monde meilleur, une cuillerée à la fois !

## CHAPITRE 1 : L'humain et l'environnement



Fig. 1 – Illustration. Source : <https://www.pexels.com/fr-fr/photo/moulin-a-vent-blanc-414837/>

### 1.1. Introduction : une brève histoire de la relation homme-nature

Si nous devons résumer la relation entre les sociétés humaines et l'environnement, nous pourrions dire qu'il s'agit d'une tentative constante des humains de se libérer des contraintes naturelles. Aux premiers âges de l'histoire humaine, la subsistance reposait sur la cueillette et la chasse. La nature était perçue comme une force mystique, source de vie mais aussi de mort. Avec le développement de l'agriculture ( il y a -8 000 ans environ) et l'émergence progressive de la propriété, les humains sont passés à une exploitation plus régulière et organisée des ressources naturelles. Posséder des terres est devenu à travers les siècles une marque de richesse et plus seulement un moyen de subsistance. En conséquence, la nature a arrêté d'être incontrôlable à l'œil humain mais elle est devenue un espace d'enrichissement certain.

Cependant, ce n'est qu'avec les deux révolutions industrielles en Europe, en particulier au XIXe siècle (vers 1830), que l'utilisation des ressources naturelles s'est transformée

en exploitation à grande échelle. L'extraction et la transformation des ressources étaient motivées par des ambitions économiques, et il n'y avait plus de limites éthiques à cette exploitation dans l'imaginaire collectif. La nature semblait inépuisable. Les deux guerres mondiales et la période de croissance des "Trente Glorieuses" (trente années prospères entre 1945 et 1975) n'ont fait que renforcer ce modèle productif du "toujours plus, toujours plus vite".

Néanmoins, les années 1970 ont marqué le début d'une prise de conscience de l'impact néfaste de l'activité humaine sur la nature. Ce fut le début des premiers rapports scientifiques et des conférences internationales, telles que la Conférence de Stockholm en 1972, qui ont introduit l'idée de la protection de l'environnement comme une préoccupation sociale. Aujourd'hui, les concepts de changement climatique et d'écologie ont été intégrés par une part significative de la population, conduisant à des actions d'efficacité variable.

## **1.2. Impact des humains sur l'environnement**

Au cours des cinq dernières décennies, les données scientifiques sur les effets de l'activité humaine sur l'environnement se sont considérablement multipliées. Ces effets sont désormais visibles et indéniables. La principale conséquence des modes de production et de vie humains est le changement climatique. Celui-ci est principalement dû aux émissions de gaz à effet de serre (CO<sub>2</sub>, méthane, etc.). En 2019, la température moyenne mondiale était supérieure de 1,1°C aux niveaux préindustriels, et cette augmentation n'est pas un phénomène naturel. L'humanité est en effet devenue une force géologique, capable d'altérer les équilibres environnementaux mondiaux, notamment les températures.

Concrètement, ce réchauffement entraîne la prolifération de phénomènes climatiques extrêmes, tels que les ouragans/tempêtes, les inondations (notamment en Asie du Sud-Est), les sécheresses et des incendies de forêt spectaculaires. Dans l'Union européenne, près de 400 000 hectares de forêts sont partis en fumée. Cela s'accompagne de la disparition de nombreuses espèces animales, due à l'empiètement humain sur les habitats sauvages. Entre 1970 et 2018, 68 % des populations de vertébrés sauvages ont disparu (mesuré en nombre d'individus, et non en espèces - WWF). Cela s'explique par la détérioration des espaces naturels, notamment la déforestation pour l'agriculture, la pollution (déchets, plastique, eaux usées, etc.), l'urbanisation, la surpêche, et bien d'autres facteurs.

### 1.3. Impact de l'environnement sur les humains

Toutes les répercussions et modifications environnementales attribuées aux humains ne sont pas sans conséquences pour eux. D'ici 2030, on pourrait compter 230 millions de réfugiés climatiques, et jusqu'à 1,2 milliard d'ici 2050, selon les estimations du Haut-Commissariat des Nations unies pour les réfugiés. Plusieurs phénomènes en sont responsables. Le changement climatique provoque l'élévation du niveau de la mer et la disparition de certains territoires. De plus, les sécheresses rendent certaines zones inhabitables, avec une incapacité d'accès à une alimentation adéquate et même à l'eau potable. L'augmentation du nombre de réfugiés soulève des questions sur leur accueil, ce qui peut poser problème. Par ailleurs, à mesure que les réserves d'eau douce diminuent, les besoins agricoles deviendront de plus en plus difficiles à satisfaire. L'acidification des océans et la diminution du taux d'oxygène dans certaines zones entraînent une baisse des populations animales, sans parler de la surpêche. Par conséquent, des pénuries alimentaires sont attendues, ainsi que des conflits liés à l'exploitation des ressources.

Enfin, en raison du réchauffement climatique, les catastrophes naturelles deviennent plus fréquentes et plus intenses, entraînant un nombre plus élevé de victimes. Par exemple, en mars 2019, le cyclone Idai a fait plus de 1 000 morts au Zimbabwe, au Malawi et au Mozambique, sans compter les victimes des pénuries alimentaires qu'il a engendrées. En 2022, on estime que les inondations au Bangladesh ont touché plus de 7,2 millions de personnes. Il est important de noter que les premières victimes du réchauffement climatique sont souvent les individus les plus vulnérables et précaires.

En conclusion, le changement climatique n'est pas seulement une catastrophe environnementale, mais aussi une catastrophe sociale.

### 1.4. Solutions et perspectives

#### 1.4.1 Le Pacte Vert pour l'Europe

Face à l'urgence climatique et environnementale, les États et les organisations internationales prennent des mesures proactives pour changer de cap et limiter le réchauffement climatique ainsi que la destruction des espaces naturels.

À l'échelle européenne, un exemple emblématique de cette transition est le **Pacte vert pour l'Europe**, lancé en avril 2021. Ce programme comprend un ensemble de mesures juridiquement contraignantes engageant l'Union européenne (UE) à atteindre la **neutralité climatique d'ici 2050** et à **réduire de 55 % ses émissions de gaz à**

**effet de serre (GES) d'ici 2030.** Ces initiatives couvrent tous les secteurs économiques, de l'agroalimentaire aux transports en passant par l'énergie.

La réduction des GES se fera notamment grâce à des actions telles que la **rénovation des bâtiments**, la **réforme du marché du carbone**, et le **développement des énergies vertes**. L'objectif est de promouvoir une croissance économique durable et respectueuse de l'environnement.

Le Pacte vert succède au **Paquet Climat**, adopté initialement en décembre 2008 et révisé en 2014, qui visait déjà à lutter contre le changement climatique en fixant des objectifs de réduction des émissions de GES et d'amélioration de l'efficacité énergétique avec des échéances pour 2020 et 2030. Aujourd'hui, le Pacte vert semble plus ambitieux et global que le Paquet Climat, mais son efficacité sera jugée en fonction de sa mise en œuvre et de ses impacts à long terme.

#### **1.4.2 Au niveau économique : entrepreneuriat social, économie circulaire et alimentation durable**

Pour contribuer à la lutte contre le changement climatique, les acteurs économiques privés du secteur alimentaire peuvent adopter la philosophie d'une transition juste. Ce cadre intègre l'alimentation durable, l'entrepreneuriat social et l'économie circulaire avec pour objectif de créer une économie plus verte, plus durable et plus équitable.

- **Alimentation durable** : Un système alimentaire durable est un système qui utilise les ressources de la Terre de manière raisonnée, permettant à la planète de régénérer les ressources consommées chaque année. Il prend en compte divers enjeux tels que la sécurité de l'approvisionnement alimentaire, la santé, la sécurité alimentaire, l'accessibilité, la qualité, l'emploi dans l'industrie agroalimentaire, tout en préservant l'environnement en termes de changement climatique, biodiversité, qualité de l'eau et des sols.
- **Entrepreneuriat social** : L'entrepreneuriat social est une forme d'entrepreneuriat qui poursuit des objectifs d'intérêt général, comme la lutte contre le changement climatique, et qui réinvestit la majorité de ses bénéfices pour soutenir cette mission. Vous en apprendrez davantage dans les Modules 5 et 6.
- **Économie circulaire** : L'économie circulaire est un modèle économique visant à minimiser le gaspillage des ressources naturelles en favorisant le recyclage, l'utilisation des énergies renouvelables, le partage, la réparation des produits

cassés, les circuits courts, et plus encore. Elle fonctionne selon un principe de boucle fermée, où les déchets ne sont plus considérés comme des déchets, mais comme des ressources potentielles pouvant être réutilisées. Vous en apprendrez plus dans les Modules 2 et 3.

Ces concepts seront développés plus en détail dans la formation suivante, qui expliquera comment les appliquer à l'échelle d'une entreprise du secteur alimentaire ainsi qu'au niveau individuel.

<b>Exercice 1 : Prendre conscience des enjeux écologiques</b>	
<b>Pré-requis</b>	/
<b>Temps</b>	3 heures
<b>Outils</b>	PC ou Smartphone, connexion internet
<b>Objectifs</b>	1. Comprendre les enjeux écologiques actuels et leurs conséquences sur les sociétés humaines
<b>Instructions</b>	
<p>1. Étape 1 : Choisissez l'un des sujets suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Changement climatique</li> <li>• Déboisement</li> <li>• Perte de biodiversité</li> <li>• Pollution</li> <li>• Acidification des océans</li> <li>• Destruction de l'habitat naturel</li> <li>• Surpêche</li> <li>• Pénurie d'eau</li> <li>• Espèces invasives</li> </ul> <p>2. Étape 2 : Faites des recherches sur le sujet choisi.</p> <p>3. Étape 3 : Faites une courte présentation à vos camarades de classe sur le sujet que vous avez choisi. La présentation doit durer 5 à 10 minutes. Dans votre présentation, mettez en évidence</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Les causes du phénomène.</li> <li>b. Le mécanisme sous-jacent (de manière simplifiée).</li> <li>c. Les conséquences pour les sociétés humaines.</li> </ol>	

## CHAPITRE 2 : Les enjeux sociétaux de l'accessibilité alimentaire

### 2.1. Introduction : La complexité du système alimentaire

Par "**système alimentaire**", nous entendons **l'ensemble des étapes liées au fait de nourrir une population** : la **production, la transformation, la distribution, la promotion et la vente des aliments** ; leur **consommation par les citoyens** (à domicile ou en extérieur) ; les **politiques publiques liées à ces actions** ; ainsi que **tous les domaines qui influencent ou sont influencés par le secteur alimentaire** (santé, technologie, économie, environnement, démographie, etc.).

Pour mieux comprendre la complexité de ce système, nous pouvons observer ce schéma produit par le HLPE<sup>1</sup>:

---

<sup>1</sup>HLPE signifie High-Level Panel of Experts on Food Security and Nutrition (Groupe d'experts de haut niveau sur la sécurité alimentaire et la nutrition), un groupe scientifique créé par les Nations Unies pour fournir des orientations et des recommandations politiques sur les questions de sécurité alimentaire et de nutrition.

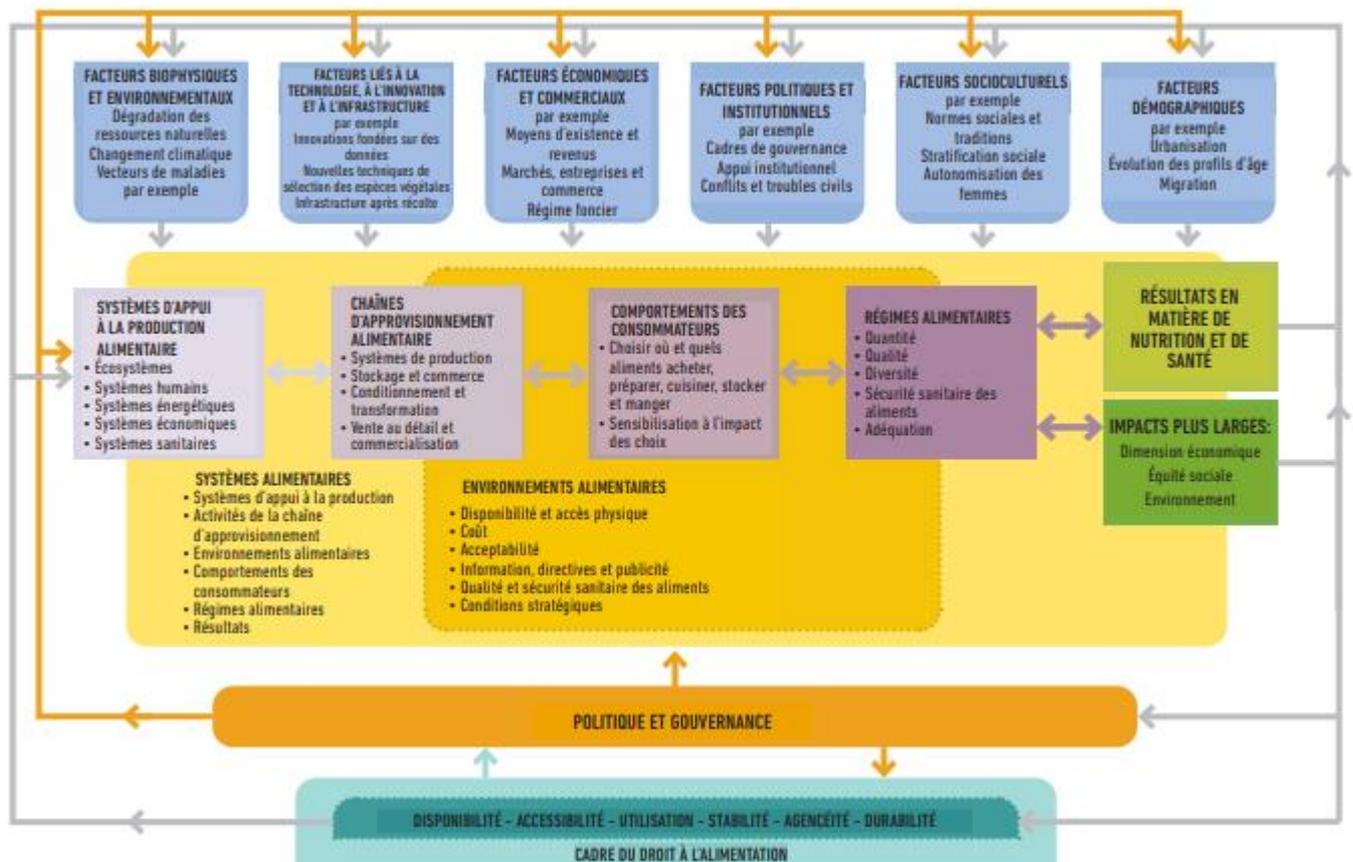


Fig. 2 – Cadre pour un système alimentaire durable – adapté du HLPE 12<sup>2</sup>

Dans ce schéma, l'alimentation touche à divers secteurs de la société, et tout est interconnecté.

Prenons un exemple hypothétique : l'émergence récente des technologies d'intelligence artificielle (répertoriées sous "Facteurs d'innovation, de technologie et d'infrastructure") pourrait impacter la manière dont les entreprises de stockage et de distribution transportent leurs marchandises, en favorisant par exemple l'utilisation de camions autonomes pilotés par l'IA (illustré dans "Chaînes d'approvisionnement alimentaire" et "Stockage et distribution").

Ces camions autonomes, n'ayant pas besoin de conducteurs humains, pourraient fonctionner sur de plus longues périodes (puisque'ils n'ont pas besoin de pauses), et ainsi arriver plus rapidement à destination, améliorant la fraîcheur des marchandises (dans "Environnements alimentaires"). De plus, si la technologie progresse suffisamment, il

<sup>2</sup>HLPE. (2020). Sécurité alimentaire et nutrition : construire un récit mondial à l'horizon 2030 (Rapport n° 15). Groupe d'experts de haut niveau sur la sécurité alimentaire et la nutrition du Comité de la sécurité alimentaire mondiale. Récupéré de <https://www.fao.org/3/ca9731fr/ca9731fr.pdf>, p.31. Veuillez consulter ce lien pour obtenir une version à plus haute résolution de ce diagramme.

pourrait être plus rentable pour une entreprise d'utiliser ces camions autonomes plutôt que des conducteurs humains, réduisant ainsi ses coûts d'exploitation et faisant baisser les prix des produits en magasin (dans "Environnements alimentaires"). Peut-être que cela rendrait des aliments auparavant coûteux plus accessibles, menant ainsi à une tendance où les pastèques carrées japonaises deviendraient courantes dans nos restaurants d'ici quelques années (dans "Comportement des consommateurs").

Cependant, cette transition vers les camions autonomes pilotés par l'IA pourrait également entraîner des pertes d'emploi pour de nombreuses personnes qui étaient auparavant conducteurs routiers, les laissant au chômage (comme illustré dans les sections "Impacts", "Économiques" et "Sociaux"). Avec un revenu réduit par rapport à leur emploi précédent, ces individus et leurs familles pourraient ne plus être en mesure d'acheter autant de nourriture ou d'accéder à une alimentation de même qualité, ce qui affecterait leur santé globale (dans "Résultats en matière de nutrition et de santé").

Tous ces éléments influenceraient alors le paysage économique (dans "Facteurs politiques et économiques") et conduiraient à l'adoption de nouvelles politiques publiques (dans "Actions politiques, programmatiques et institutionnelles").

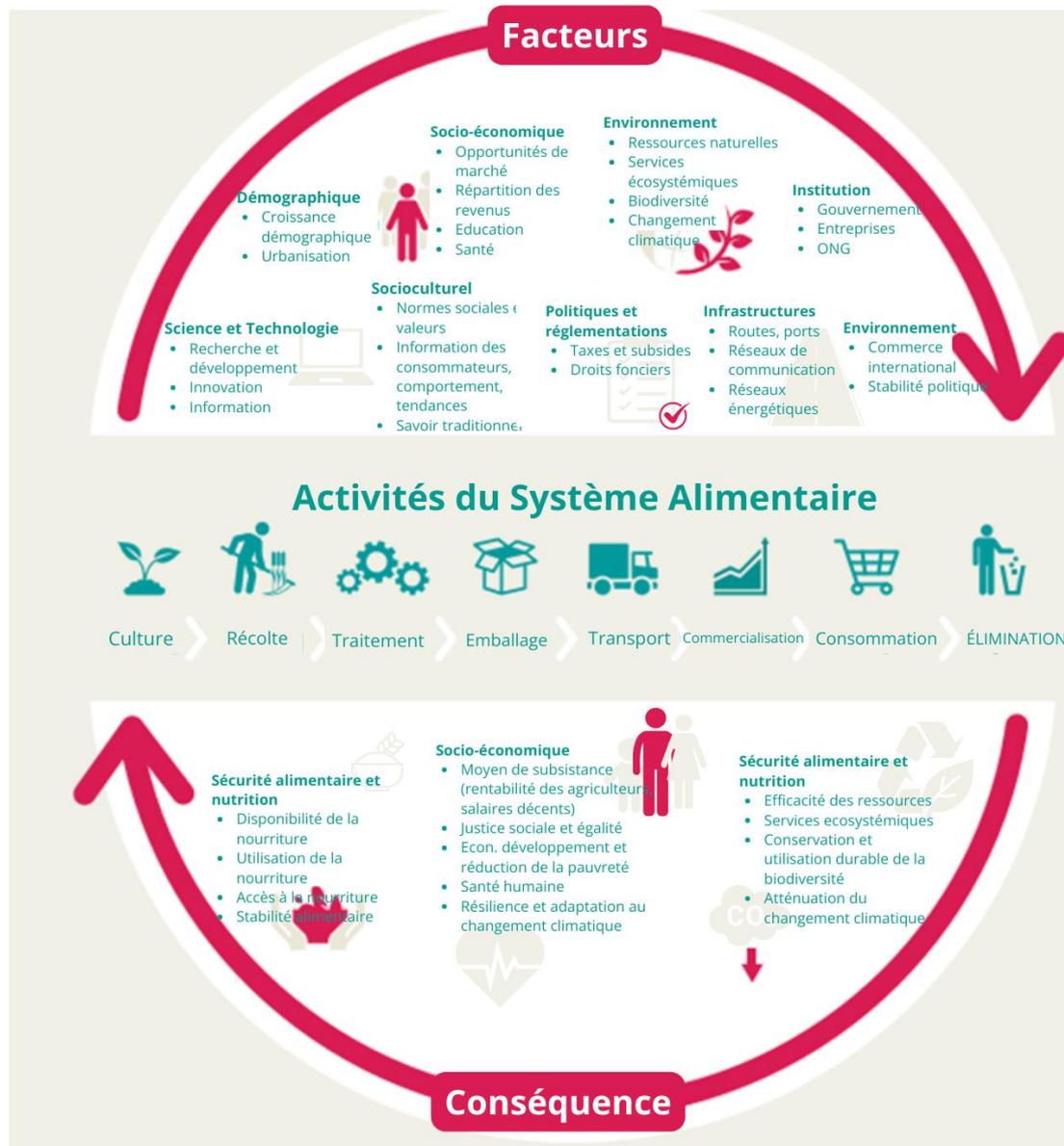


Fig. 3 – Éléments du système alimentaire<sup>3</sup>

<sup>3</sup>WWF Allemagne et WWF Food Practice. (2020, août). AMÉLIORER LES NDCS POUR LES SYSTÈMES ALIMENTAIRES : RECOMMANDATIONS POUR LES DÉCIDEURS. Récupéré de [https://wwfint.awsassets.panda.org/downloads/wwf\\_ndc\\_food\\_final\\_low\\_res.pdf](https://wwfint.awsassets.panda.org/downloads/wwf_ndc_food_final_low_res.pdf), p.6. Veuillez consulter ce lien pour obtenir une version à plus haute résolution de ce diagramme.

## 2.2. Insécurité alimentaire et nutritionnelle : un aperçu européen

Pour être en bonne santé, les êtres humains doivent se nourrir. Et pour cela, ils ont besoin que la nourriture soit disponible en quantité et en qualité suffisantes, à un prix abordable et suffisamment diversifiée pour répondre à tous leurs besoins nutritionnels afin de mener une vie active et saine. La sécurité alimentaire est la façon dont les sociétés garantissent à chacun de leurs citoyens la possibilité de répondre à ces besoins.<sup>4</sup>.

L'inverse de la sécurité alimentaire est l'insécurité alimentaire, qui est le résultat de processus sociaux et économiques conduisant à un manque de disponibilité des aliments. Ce problème est une préoccupation mondiale, y compris dans les pays occidentaux.

Selon une enquête mondiale menée par la FAO (Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture), en 2020, un être humain sur trois n'avait pas accès à une alimentation saine et nutritive. Dans son dernier rapport, le GNAFC (Réseau mondial contre les crises alimentaires) observe que l'insécurité alimentaire est en augmentation dans le monde depuis 2017. La pandémie de COVID-19 a aggravé cette situation, y compris dans des pays généralement moins touchés par la malnutrition, comme les États membres de l'UE, en particulier dans les régions méditerranéennes, d'Europe centrale et d'Europe de l'Est. Entre 2018 et 2020, 59,7 millions de personnes ont souffert d'insécurité alimentaire modérée à sévère sur l'ensemble du continent européen. De plus, en 2019, au sein même de l'UE, on estimait que plus de trente millions de personnes n'avaient pas les moyens de se procurer un repas de qualité un jour sur deux, soit 6,7 % de la population.

Les facteurs contribuant à la pauvreté alimentaire varient selon le contexte. Dans les pays en développement, les problèmes concernent les quatre conditions traditionnelles : disponibilité, accessibilité, utilisation et stabilité des aliments.

---

<sup>4</sup>Le Sommet mondial de l'alimentation de 1996 a établi que la sécurité alimentaire existe lorsque tous les êtres humains ont, à tout moment, un accès physique et économique à une alimentation suffisante, saine et nutritive pour répondre à leurs besoins nutritionnels et à leurs préférences alimentaires pour une vie active et saine. Cette définition largement acceptée souligne la nature multidimensionnelle de la sécurité alimentaire, englobant le niveau et la stabilité de l'accès et de la disponibilité des aliments, ainsi que l'adéquation de l'utilisation des aliments et de l'état nutritionnel.

Dans les pays développés, les problèmes alimentaires sont principalement liés aux conditions économiques, à la transformation de la pauvreté en un phénomène multidimensionnel, ainsi qu'à la mauvaise utilisation de la nourriture.

Dans les nations riches, l'insécurité alimentaire ne résulte pas d'un manque de ressources disponibles, mais plutôt de leur répartition inégale. Ce phénomène est connu sous le nom de "paradoxe de la rareté dans l'abondance" (Campiglio et Rovati, 2009), où certains segments de la population ne peuvent pas accéder à suffisamment de ressources pour se nourrir, malgré une surabondance de nourriture dans leur environnement.

Il existe des situations de marginalisation sociale ayant des conséquences similaires dans tous les pays. L'insécurité alimentaire peut varier en intensité et en nombre de personnes touchées, mais pas en nature. Certains ménages et groupes d'âge sont particulièrement à risque, comme les mères isolées, ce qui peut entraîner des problèmes de croissance et d'insuffisance pondérale chez les enfants.

Des événements comme la guerre en Ukraine ont un impact direct, car ils entraînent une hausse de l'inflation et des prix alimentaires à travers toute l'Europe, ce qui réduit le pouvoir d'achat des populations et pénalise particulièrement les ménages à faibles revenus.

En résumé, l'insécurité alimentaire est avant tout un problème socio-économique.

### **2.3. Le droit à l'alimentation**

En réponse à ces situations d'inégalités, le concept de « droit à l'alimentation » a émergé. Il est défini par le CESCR (Comité des droits économiques, sociaux et culturels, un organe de l'ONU) comme suit : « Le droit à une alimentation adéquate est réalisé lorsque tout homme, toute femme et tout enfant, seul ou en communauté avec d'autres, a accès physiquement et économiquement à tout moment à une alimentation adéquate ou aux moyens de se la procurer. »<sup>5</sup>.

---

<sup>5</sup>Comité des droits économiques, sociaux et culturels des Nations Unies (CDESC), Observation générale n° 12 : Le droit à une alimentation adéquate (art. 11 du Pacte), 12 mai 1999, disponible à l'adresse suivante : <https://www.refworld.org/docid/4538838c11.html>.

Bien que la discussion sur le droit à l'alimentation remonte à loin, ces dernières années, ce droit fondamental a été de plus en plus réaffirmé. Il est aligné sur le droit à une nutrition appropriée et sur le principe selon lequel aucun être humain ne devrait souffrir de la faim. En 2015, les Nations unies ont adopté l'Agenda 2030, dont le deuxième objectif de développement durable (ODD2) est : "Faim Zéro d'ici 2030" avec l'ambitieux objectif de mettre fin à la faim dans le monde d'ici 2030.



*Fig. 4 – Logo de l'ODD 2 de l'ONU*

Le "droit à l'alimentation" est distinct du "droit d'être nourri". Il ne s'agit pas simplement d'avoir accès à de la nourriture, mais d'être alimenté avec dignité et sans créer de dépendance. Les besoins individuels doivent et peuvent être satisfaits grâce aux efforts individuels ainsi qu'aux ressources individuelles et collectives. Cela signifie que chaque personne doit disposer des conditions nécessaires pour produire et/ou acheter de la nourriture, ce qui implique l'accès à la terre, aux semences, à l'eau, à l'argent, aux marchés, etc.

Le droit à l'alimentation est un droit inclusif, qui ne se limite pas à une ration minimale de calories et de nutriments, mais qui englobe tous les éléments nutritionnels nécessaires à une vie active et saine, ainsi que les moyens de les obtenir de manière complète et durable. Il s'agit d'un droit humain fondamental, interdépendant, interconnecté et indivisible des autres droits humains, tels que la santé, l'éducation, la vie, l'eau, le logement et l'information. Enfin, et surtout, c'est un droit non négociable.

#### **2.4. Au-delà de l'Europe : le concept de souveraineté alimentaire**

Lors du Sommet mondial de l'alimentation de la FAO en 1996, le mouvement mondial Via Campesina, qui représente les paysans et populations rurales, a déclaré que la souveraineté alimentaire est la condition fondamentale pour assurer une véritable sécurité alimentaire, et que le droit à l'alimentation est l'outil permettant d'y parvenir (Document WFS 96/3, FAO, Rome, 1996). Aujourd'hui, la souveraineté alimentaire est reconnue dans les lois nationales et internationales, bien qu'avec certaines limites, telles que le phénomène d'accaparement des terres.

Selon la Déclaration de Nyeleni 2007, « la souveraineté alimentaire est le droit des peuples à une alimentation saine et culturellement appropriée, produite par des méthodes socialement justes, écologiquement rationnelles et durables, et leur droit collectif à définir leurs propres politiques, stratégies et systèmes de production, de distribution et de consommation alimentaires. »<sup>6</sup> L'objectif de la souveraineté alimentaire est de reprendre le contrôle du système alimentaire aux grandes entreprises et institutions de marché, qui détiennent actuellement un pouvoir important sur la production et la distribution de la nourriture. Elle vise à redonner ce pouvoir aux populations locales, qui produisent et consomment ces denrées alimentaires. De manière générale, la souveraineté alimentaire est perçue comme une alternative aux modèles agricoles et de pêche industriels. Elle propose un modèle basé sur des pratiques agricoles, commerciales et économiques garantissant un accès durable et sûr à l'alimentation, aussi bien d'un point de vue sanitaire qu'environnemental. Bien que ce concept ne soit pas exempt de critiques, il démontre qu'il est possible d'envisager d'autres approches pour les systèmes alimentaires locaux et mondiaux, mettant l'accent sur des principes autres que la seule recherche du profit.

Comme nous le verrons dans le prochain chapitre, le concept d'alimentation durable s'aligne avec cet objectif, en rendant l'alimentation accessible au plus grand nombre, dans une logique de justice sociale et de respect de l'environnement.

<b>Exercice 2 : Comprendre les subtilités du système alimentaire</b>	
<b>Pré-requis</b>	Après avoir observé et compris attentivement le schéma HLPE de la section 2.1
<b>Temps</b>	1 heure
<b>Outils</b>	Stylo et papier
<b>Objectifs</b>	1. Comprendre la complexité du système alimentaire et l'interdépendance de ses composants.
<b>Instructions</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Étape 1 : Choisissez l'un des scénarios suivants :               <ul style="list-style-type: none"> <li>a. « Du jour au lendemain, tous les humains sont devenus végétariens. Plus personne ne veut consommer des produits d'origine animale. »</li> <li>b. « Après une série de tensions diplomatiques, une guerre a finalement éclaté à Payslointain. Du jour au lendemain, les prix des engrais les plus courants sur le marché ont grimpé en flèche, entraînant une augmentation significative du coût des produits à base de plantes. »</li> </ul> </li> </ul>	

<sup>6</sup>Nyeléni. (2007). Déclaration de Nyéleni. Récupéré de <https://nyeleni.org/IMG/pdf/DeclNyeleni-en.pdf>

- c. « Suite à une éruption solaire exceptionnellement forte, les réseaux de télécommunication terrestres (y compris Internet) ont cessé de fonctionner. Leur rétablissement prendra des mois, voire des années. »
- d. « Une révolution éclate au cœur de l'un des plus grands pays exportateurs de pétrole au monde, provoquant une flambée des prix du carburant. »

- Étape 2 : Reprenez le schéma HLPE que nous avons vu dans la section 2.1. Quelles conséquences le scénario que vous avez choisi aurait-il sur le système alimentaire ? Tout d'abord, identifiez dans le schéma où se situe votre facteur principal (est-il dans le processus de production ? Dans le comportement du consommateur ? etc.). Ensuite, imaginez autant de conséquences que possible pour les points suivants :

- a. Chaînes d'approvisionnement alimentaire
  - i. Systèmes de production
  - ii. Stockage et distribution
  - iii. Transformation et emballage
  - iv. Commerce de détail et marchés
- b. Environnements alimentaires
  - i. Disponibilité et accès physique
  - ii. Abordabilité
  - iii. Publicité
  - iv. Qualité et sécurité des aliments
- c. Comportement du consommateur
- d. Régimes
  - i. Quantité
  - ii. Qualité
  - iii. Diversité
  - iv. Sécurité
- e. Impacts
  - i. Sociale
  - ii. Économique
  - iii. Environnement

- Étape 3 : Enfin, imaginez que vous êtes le dirigeant politique de votre pays. Quelles sont les trois principales décisions que vous prendriez pour gérer les conséquences du scénario fictif ?

1. \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### Exercice 3 : Création d'une campagne – Sensibilisation au droit à l'alimentation

<b>Pré-requis</b>	Compréhension de base du droit à l'alimentation et des questions d'insécurité alimentaire.  Un peu de connaissances en matière de stratégies de communication et de campagnes de sensibilisation du public.
<b>Temps</b>	2 heures
<b>Outils</b>	Ordinateur avec connexion Internet  Du papier, des feutres ou des outils numériques pour concevoir des visuels
<b>Objectifs</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Développer la créativité, les compétences en communication et l'engagement sociétal pour résoudre des problèmes sociaux importants.</li> <li>2. Encouragez les élèves à réfléchir au droit à l'alimentation et à l'insécurité alimentaire.</li> </ol>

#### Instructions

##### 1. Travail de groupe ou personnel : création de campagne

Vous travaillerez en groupe ou seul (selon les instructions de votre enseignant) pour concevoir une campagne de sensibilisation portant sur un aspect spécifique du droit à l'alimentation. Exemples de thèmes : Lutte contre la faim, Accès à une alimentation saine et de qualité, Réduction du gaspillage alimentaire, Accès équitable à la nutrition pour tous...

**Lignes directrices pour la campagne :** Chaque groupe (ou étudiant) est chargé de créer les éléments suivants pour sa campagne :

- **Slogan:** Un message court et percutant qui reflète le thème principal de votre campagne.
- **Visuel:** Une affiche, une vidéo ou d'autres formes de médias visuels qui transmettent le message de la campagne de manière claire et attrayante.

## **2. Présentations en classe :**

Chaque groupe (ou élève) présentera sa campagne à la classe. La présentation devra inclure le slogan, le visuel, l'explication des raisons pour lesquelles nous devons nous impliquer dans cette cause et pourquoi vous avez choisi ce projet de sensibilisation.

## **3. Votez pour la campagne la plus impactante :**

Une fois que tous les groupes auront présenté leurs campagnes, vous voterez pour la campagne que vous trouvez la plus impactante.

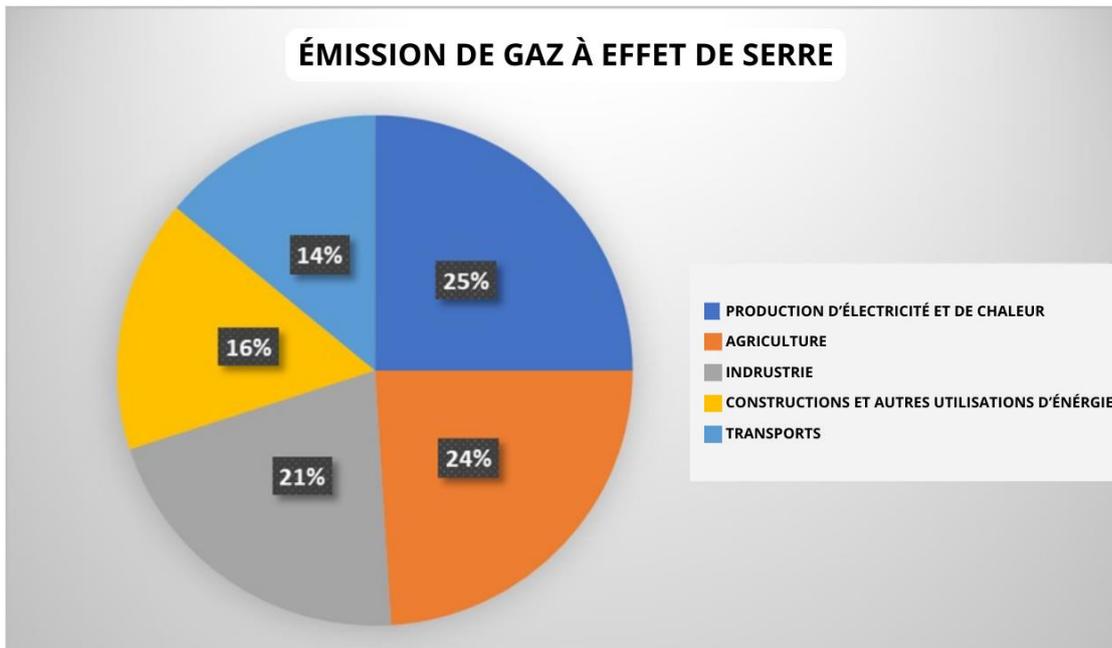
# **CHAPITRE 3 : Enquête sur les intersections entre l'alimentation, la santé et l'environnement**

## **3.1. Introduction : L'empreinte écologique de l'alimentation industrielle**

Deux études « Enhancing NDCS for food systems », publiées en août 2023 par le WWF, le PNUE et Climate Focus, et « Global food system emissions could impede achievement the 1.5° and 2°C climate change goals »<sup>7</sup> publiée en novembre 2022 par la revue *Science*, ont abouti à la même conclusion : le système alimentaire – qui englobe toutes les activités liées à la culture, la récolte, la transformation, l'emballage, le transport, la vente, la consommation des produits et enfin la gestion des déchets issus de ces produits – pollue significativement la planète.

---

<sup>7</sup>Clark, MA, Springmann, M., Hill, J., Tilman, D., & Fraser, H. (2020). Les émissions du système alimentaire mondial pourraient empêcher d'atteindre les objectifs de 1,5° et 2°C en matière de changement climatique. *Science*, 370(6517), 705-708. Récupéré de : <https://www.science.org/doi/full/10.1126/science.aba7357>



Selon la première de ces deux études, l'agriculture et l'utilisation des sols et des forêts sont responsables d'environ 24 % des émissions mondiales de gaz à effet de serre – contre 25 % générés par la production d'électricité et de chaleur, 21 % par l'industrie, 14 % par les transports et 16 % par les bâtiments et autres usages énergétiques (GIEC, 2014).

*Fig. 5 – Émissions de gaz à effet de serre*

Cependant, si l'on considère l'ensemble du système alimentaire, en incluant les émissions issues de l'agriculture et de l'utilisation des sols, du transport, de l'emballage, de la transformation, de la vente au détail et de la consommation, ainsi que le gaspillage alimentaire et les déchets générés, il est responsable de 21 % à 37 % des émissions de gaz à effet de serre d'origine humaine chaque année. Ces chiffres soulèvent la question de l'impact du système alimentaire sur l'environnement.

L'agriculture intensive est un système d'intensification et de mécanisation agricole visant à maximiser les rendements des terres par divers moyens, tels que l'utilisation intensive de pesticides et d'engrais chimiques. Cette intensification et mécanisation s'appliquent également à l'élevage et à l'aquaculture, où les animaux sont élevés en intérieur ou dans des bassins spécialisés. C'est ce que l'on appelle l'agriculture et l'élevage industriels.

Bien que ces pratiques agricoles industrielles aient permis d'accroître la production alimentaire à moindre coût, contribuant ainsi à nourrir une population humaine croissante (tout en évitant la conversion de nouvelles terres en terres agricoles), elles

représentent aujourd'hui l'une des plus grandes menaces environnementales mondiales en raison de plusieurs facteurs :

- **L'utilisation de produits chimiques** : L'agriculture conventionnelle repose fortement sur les pesticides chimiques et les engrais synthétiques, qui peuvent s'infiltrer dans les sources d'eau, dégrader la santé des sols en appauvrissant la matière organique et avoir des effets néfastes sur les écosystèmes, y compris sur les espèces non ciblées, les pollinisateurs et les organismes du sol.
- **Utilisation des terres et déforestation** : L'agriculture conventionnelle implique souvent des monocultures à grande échelle nécessitant un défrichage intensif. Cela contribue à la déforestation et à la destruction des habitats, entraînant la perte de biodiversité et la perturbation des écosystèmes. La conversion des habitats naturels en terres agricoles réduit également la capacité de la planète à absorber le dioxyde de carbone, aggravant ainsi le changement climatique.
- **Émissions de gaz à effet de serre** : La production alimentaire conventionnelle contribue aux émissions de gaz à effet de serre, principalement à travers l'utilisation d'engrais synthétiques, les émissions du bétail et l'usage de machines énergivores. De plus, avec la mondialisation économique, de nombreux produits alimentaires impliquent une chaîne d'assemblage s'étendant sur plusieurs pays et parcourant des dizaines de milliers de kilomètres. Enfin, les déchets alimentaires en décharge génèrent du méthane, un puissant gaz à effet de serre.
- **Perte de diversité génétique** : L'agriculture conventionnelle privilégie souvent un nombre limité de variétés de cultures à haut rendement, ce qui entraîne une perte de diversité génétique, appauvrissant les producteurs locaux et affaiblissant la biodiversité.
- **Gaspillage alimentaire** : La production intensive épuise les terres agricoles. À elle seule, la nourriture produite mais non consommée occupe 30 % des terres cultivées. Le gaspillage alimentaire est présent à toutes les étapes de la chaîne alimentaire, de la production à la consommation.

De plus, il existe un impact sur la santé humaine : Avec l'industrialisation des produits de base tels que la farine, le sucre et les huiles (par l'élimination des fibres, du germe de blé, le chauffage des huiles, etc.), les produits s'appauvrissent sur le plan nutritionnel, entraînant une diminution de la teneur en vitamines et en acides gras, ainsi que la présence de substances toxiques.

L'impact de l'ensemble de ces éléments sur l'environnement est évalué à travers le concept d'« empreinte environnementale », que nous explorerons plus en détail dans le Module 3 de ce cours.

En résumé, l'agriculture intensive tue les plantes et les insectes bénéfiques, dégrade et appauvrit les sols sur lesquels elle repose, entraîne le ruissellement des eaux polluées, accroît les risques d'inondations, provoque l'érosion génétique des cultures et des espèces à l'échelle mondiale, réduit la biodiversité, détruit les habitats naturels et contribue de manière significative à l'accumulation de gaz à effet de serre dans l'atmosphère. Ces impacts environnementaux soulignent la nécessité d'adopter des approches plus durables et régénératrices de la production alimentaire, qui privilégient la conservation de la biodiversité, la santé des sols, la préservation de l'eau, la réduction des intrants chimiques et la diminution des émissions de carbone. La transition vers des pratiques agricoles plus durables peut aider à atténuer ces impacts environnementaux et à promouvoir un système alimentaire plus sain et plus résilient. Comme nous le verrons dans les sections suivantes, l'agriculture biologique et les systèmes alimentaires durables constituent des solutions potentielles aux problèmes posés par l'agriculture industrielle.

### **3.2. Qu'est-ce que la nourriture biologique ?**

Le terme « biologique » désigne un aliment ou un produit issu de l'agriculture biologique. Ce mode de production agricole est naturel et n'utilise aucun produit chimique de synthèse, tels que les pesticides, les herbicides chimiques, les engrais artificiels ou les hormones de croissance. Selon la FAO, l'agriculture biologique contribue à la sécurité alimentaire, atténue les effets des problématiques liées au changement climatique, protège la biodiversité et l'alimentation durable, améliore la suffisance nutritionnelle et favorise le développement rural en générant des revenus et de l'emploi dans les zones moins développées.

L'agriculture biologique est étroitement liée aux politiques agricoles qui déterminent les choix en matière d'exportations et d'importations, et donc aux objectifs économiques, environnementaux et sociaux. Toutefois, d'un point de vue social, l'alimentation biologique n'est pas aussi précisément définie que l'alimentation durable.



*Fig. 6 – Logo bio de l'UE*

D'un point de vue commercial, pour qu'un produit soit considéré comme « bio », il doit être certifié par un label officiel. Or, un produit peut être certifié bio même s'il provient d'une région éloignée du monde et a parcouru des milliers de kilomètres en utilisant des moyens de transport polluants. L'étiquetage ne garantit pas non plus les conditions de travail de la main-d'œuvre. Ainsi, avoir un label « origine bio » ne garantit pas nécessairement que son origine puisse être considérée comme durable.

### **3.3. Qu'est-ce qu'un système alimentaire durable ?**

Selon la FAO<sup>8</sup>, un système alimentaire durable (SFS) est un système alimentaire qui assure la sécurité alimentaire et la nutrition pour tous, tout en préservant les bases économiques, sociales et environnementales nécessaires pour garantir cette sécurité alimentaire et cette nutrition aux générations futures. Cela signifie que :

- Un système alimentaire durable est rentable à toutes les étapes (durabilité économique).
- Un système alimentaire durable génère des bénéfices étendus pour la société (durabilité sociale).
- Un système alimentaire durable a un impact positif ou neutre sur l'environnement naturel (durabilité environnementale).

---

<sup>8</sup>Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture. (2018). Systèmes alimentaires durables : concept et cadre. Récupéré de <https://www.fao.org/3/ca2079en/CA2079EN.pdf>, p.1.

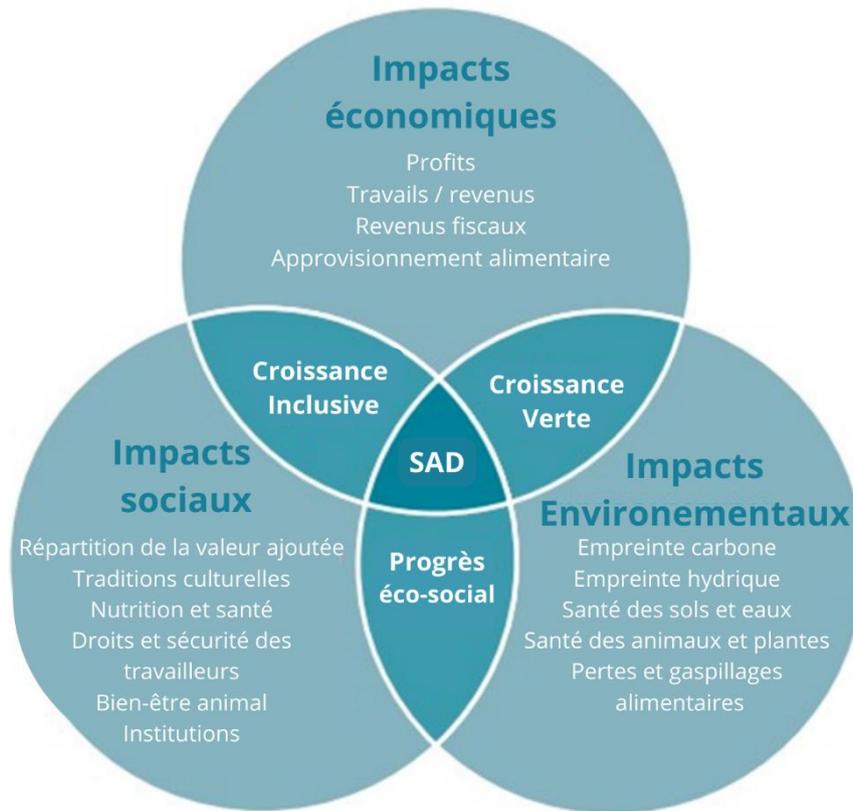


Fig. 7 – Système alimentaire durable<sup>9</sup>

La transition vers un système alimentaire durable implique de réorganiser le cycle alimentaire vers un cycle circulaire :

<sup>9</sup>Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture. (2018). Systèmes alimentaires durables : concept et cadre. Récupéré de <https://www.fao.org/3/ca2079en/CA2079EN.pdf>, p.4.

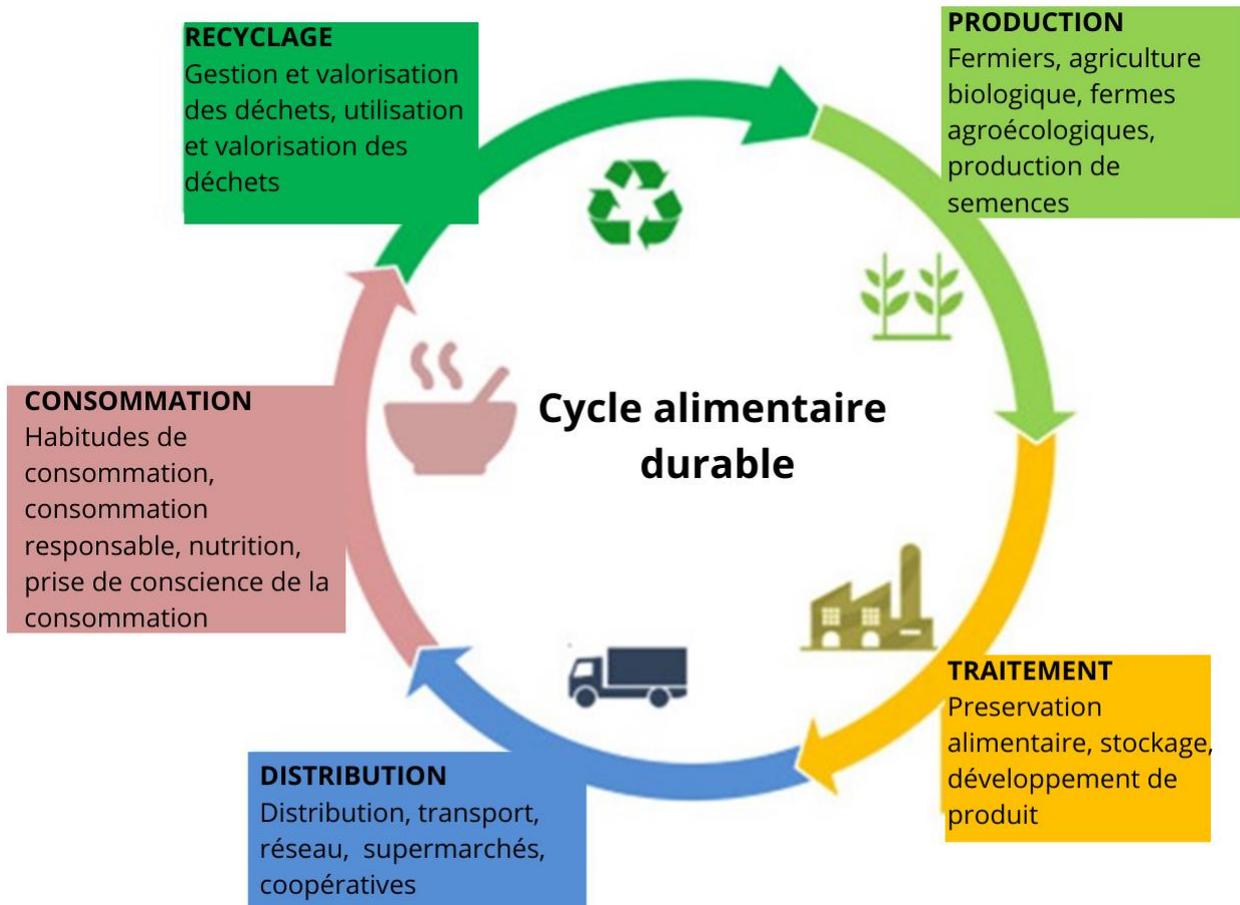


Fig. 8 – Cycle alimentaire durable

Ces changements peuvent commencer à l'échelle des petites entreprises. En effet, l'adoption de pratiques alimentaires durables peut être bénéfique pour leur croissance économique. Nous approfondirons la philosophie de l'économie circulaire dans le Module 2 de cette formation.

### 3.4. Pourquoi devrions-nous adopter des pratiques alimentaires durables dans l'industrie alimentaire ?

Dans l'ensemble, les pratiques alimentaires durables sont essentielles pour les entreprises du secteur alimentaire afin de répondre aux attentes des consommateurs,

de se conformer aux réglementations, de réaliser des économies, de renforcer leur résilience, de stimuler l'innovation, d'assurer leur viabilité à long terme et d'impliquer les parties prenantes. En adoptant la durabilité, les entreprises peuvent créer de la valeur non seulement pour elles-mêmes, mais aussi pour l'environnement et la société dans son ensemble.

- **Demande des consommateurs** : Il existe une demande croissante pour des produits durables et respectueux de l'environnement. En adoptant des pratiques alimentaires durables, les entreprises peuvent répondre à cette demande, attirer une clientèle soucieuse de l'environnement et améliorer leur image de marque dans un paysage commercial en évolution rapide.
- **Conformité réglementaire**: Les gouvernements et les organismes de réglementation mettent en place des normes et des réglementations de plus en plus strictes en matière de durabilité et d'impact environnemental.
- **Économies de coûts** : La mise en œuvre de pratiques alimentaires durables peut générer des économies à long terme. L'utilisation d'équipements économes en énergie, la réduction des déchets et l'approvisionnement durable peuvent contribuer à réduire les coûts opérationnels, améliorer l'efficacité et limiter les dépenses liées à l'élimination des déchets.
- **Résilience de la chaîne d'approvisionnement**: Les pratiques alimentaires durables favorisent des chaînes d'approvisionnement plus solides et résilientes. En diversifiant les sources d'approvisionnement, en soutenant les producteurs locaux et régionaux et en privilégiant l'agriculture durable, les entreprises peuvent réduire leur dépendance aux chaînes d'approvisionnement mondiales fragiles et renforcer leur capacité à faire face aux perturbations.
- **Innovation et avantage concurrentiel** : L'adoption de pratiques alimentaires durables encourage les entreprises à rechercher des solutions innovantes et à adopter des technologies de pointe. Cette volonté d'innovation peut conduire au développement de nouveaux produits, à l'amélioration des processus et à des opérations plus efficaces.

- **Engagement et collaboration avec les parties prenantes:** L'intégration de pratiques alimentaires durables permet aux entreprises d'interagir avec leurs parties prenantes, y compris les fournisseurs, les clients, les employés et les communautés. Cet engagement peut ouvrir de nouvelles opportunités commerciales, accroître la fidélité des clients et renforcer les relations avec les parties prenantes.

Dans la suite de cette formation, nous explorerons différentes façons de mettre en œuvre des pratiques alimentaires durables au sein d'une entreprise. Pour le reste de ce chapitre, nous nous concentrerons sur l'échelle individuelle, et plus précisément sur le contenu de nos assiettes, à travers le concept d'alimentation durable. En effet, au-delà de la dimension sociétale, nos habitudes alimentaires individuelles ont également un impact sur notre empreinte environnementale.

<b>Exercice 4 : Créer une charte de développement durable pour un restaurant ou un café</b>	
<b>Pré-requis</b>	Compréhension des principes de durabilité dans l'industrie alimentaire. Connaissance des impacts environnementaux et sociaux des systèmes alimentaires.
<b>Temps</b>	2 heures
<b>Outils</b>	Du papier, des stylos Modèle de charte de développement durable (optionnel)
<b>Objectifs</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Créer une charte de durabilité complète qui favorise les pratiques alimentaires responsables dans un restaurant ou un café.</li> <li>2. Comprendre et appliquer des pratiques durables</li> <li>3. Travailler en collaboration en groupe pour élaborer, discuter et présenter des solutions durables pour l'industrie de la restauration.</li> </ol>
<b>Instructions</b>	
<p><b>1. Formation du groupe :</b></p> <p>Vous travaillerez en groupe ou seul (selon les consignes de votre professeur). Chaque groupe (ou élève) aura pour mission de créer une charte de développement durable pour un restaurant ou un café.</p> <p><b>2. Création de la charte :</b></p>	

Chaque groupe (ou élève) cherchera sur Internet un exemple de restaurant ou de café durable. Ensuite, en fonction des informations que vous aurez trouvées, vous créerez une charte de durabilité qui décrit les actions spécifiques qui favorisent la durabilité au sein du restaurant ou du café. Vous trouverez ci-dessous un exemple de charte de durabilité pour vous inspirer.

### **3. Présentation et discussion :**

Après avoir créé leurs chartes de développement durable, chaque groupe présentera sa charte à la classe.

## **Exemple : Une charte de durabilité pour « Le Kebab Vert »**

### **Le Kebab Vert**

Chez « Le Kebab Vert », nous nous engageons à allier saveurs authentiques et délicieuses à un engagement envers la protection de notre planète. Cette charte met en évidence les cinq principes clés qui guident nos efforts en matière de développement durable.

#### **1. Ingrédients locaux et éthiques**

Nous nous approvisionnons en viandes et légumes auprès de fermes locales et durables qui respectent des normes élevées de bien-être animal et des pratiques respectueuses de l'environnement.

#### **2. État d'esprit zéro déchet**

Notre cuisine fonctionne selon une philosophie zéro déchet. Les ingrédients restants sont réutilisés de manière créative et tous les déchets organiques sont compostés. Nous encourageons également les clients à n'emporter que ce qu'ils peuvent manger pour réduire le gaspillage alimentaire.

#### **3. Emballage durable**

Nos brochettes et accompagnements sont servis dans des emballages biodégradables ou recyclables. Nous offrons des rabais aux clients qui apportent leurs propres contenants réutilisables.

#### **4. Efficacité énergétique**

Nos processus de cuisson privilégient les équipements et techniques économes en énergie. Nous nous efforçons également de minimiser la consommation d'eau lors de la préparation et du nettoyage des aliments.

### **5. Communauté et éducation**

Nous collaborons avec notre communauté pour promouvoir des habitudes alimentaires durables à travers des ateliers et des collaborations avec des organisations locales. Nous nous engageons à partager les avantages d'une consommation responsable avec nos clients et notre personnel.

Chez « Le Kebab Vert », chaque bouchée est un pas vers un avenir plus vert. Merci de soutenir notre mission de rendre la restauration rapide durable !

Signé,

*L'équipe du Kebab Vert*

### **3.5. Le régime alimentaire durable**

Ces dernières années, nous avons été confrontés à un nouveau défi : comment aligner la santé humaine avec la santé de la planète ?

Si les questions sont simples, les réponses, elles, ne le sont pas. Mangeons-nous trop de viande ? Quelle est la quantité adéquate ? Les produits laitiers sont-ils bons pour notre santé ? Et pour la planète ? L'alimentation humaine devrait-elle être majoritairement végétale ? Devrait-elle être la même partout ? Qu'en est-il du poisson ? Et quelles sont les conséquences pour l'environnement ?

#### **a. Qu'est-ce qu'une alimentation durable ?**

La FAO définit la consommation alimentaire durable comme suit :

« Les régimes alimentaires durables sont des régimes ayant de faibles impacts environnementaux et qui contribuent à la sécurité alimentaire et nutritionnelle ainsi qu'à une vie saine pour les générations présentes et futures. Les régimes alimentaires durables protègent et respectent la biodiversité et les écosystèmes, sont culturellement acceptables, accessibles, équitables sur le plan économique et abordables ; ils sont

nutritionnellement adéquats, sûrs et sains, tout en optimisant les ressources naturelles et humaines. »

Voici un résumé des éléments clés d'une alimentation durable :

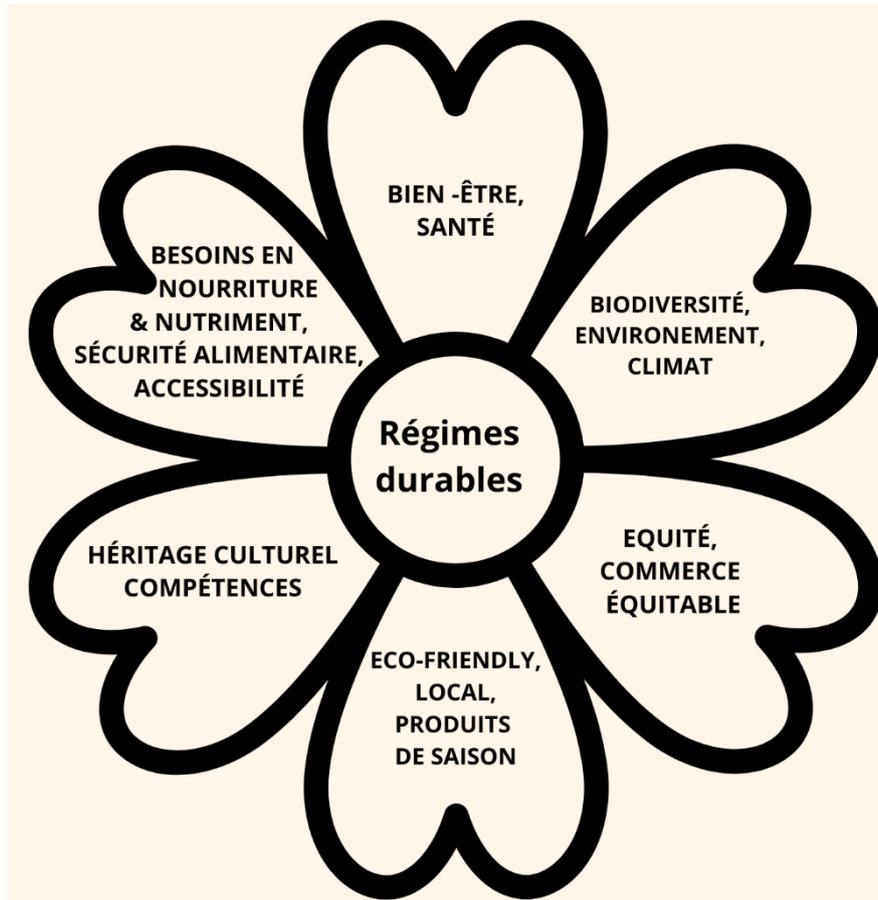


Fig. 9 – Copie des éléments clés d'une alimentation durable<sup>10</sup>

Parler d'alimentation durable, c'est aborder la question de l'accès à une alimentation de qualité qui respecte la santé, l'environnement et l'humanité. Toutefois, il n'existe pas de certification européenne officielle pour une alimentation « durable ». Voici les principes de la consommation durable :

<sup>10</sup>Burlingame, B., Dernini, S. (éd.). (2010). Alimentation durable et biodiversité : orientations et solutions pour les politiques, la recherche et l'action. Actes du Symposium scientifique international sur la biodiversité et les régimes alimentaires durables « Unis contre la faim », Division de la nutrition et de la protection des consommateurs, FAO. Récupéré de <https://www.fao.org/3/i3004e/i3004e.pdf>, p.34.

- **Lutter contre le gaspillage alimentaire**, en utilisant des techniques de stockage adaptées, en valorisant les restes dans le réfrigérateur, en cuisinant les légumes dans leur intégralité, etc.
- **Acheter local et de saison**, en privilégiant les producteurs locaux et en consommant des fruits et légumes de saison issus de circuits courts.
- **Favoriser les protéines végétales**, en consommant davantage de céréales et de légumineuses tout en réduisant la consommation de viande.
- **Choisir des matières grasses de qualité**, en privilégiant les huiles végétales pressées à froid, en consommant du poisson gras, etc.
- **Consommer des produits complets ou semi-transformés**, comme les céréales, les pâtes, le riz et le pain artisanal.
- **Utiliser des produits frais et non transformés**, en achetant des légumes, viandes et poissons non industriels, et en prenant le temps de les cuisiner.
- **Privilégier le fait maison**, afin d'éviter les produits industriels transformés, néfastes pour la santé et favorisant l'enrichissement des industries agroalimentaires.

## **b. Les bénéfices d'une alimentation durable**

Consommer de manière durable et faire des choix alimentaires responsables nécessitent un changement d'habitudes. L'alimentation durable présente des avantages à plusieurs niveaux : **santé, social, environnemental et économique**.

- **Sur le plan de la santé**, notre alimentation a considérablement évolué ces dernières décennies. Les aliments industriels et ultra-transformés, largement répandus dans les supermarchés, ont contribué au développement de maladies telles que l'obésité, les problèmes cardiovasculaires, le diabète et les allergies alimentaires.
- **D'un point de vue social**, l'accès à une alimentation durable et de qualité est un droit fondamental qui n'est pas encore garanti pour tous. Plusieurs études montrent que les ménages à faibles revenus privilégient souvent des aliments moins chers et pauvres en nutriments. Le défi de l'alimentation durable est donc d'assurer un accès équitable à une alimentation saine et équilibrée à des prix socialement acceptables, tout en sensibilisant les consommateurs aux choix responsables.

- **Sur le plan environnemental**, l'alimentation durable permet d'atténuer les conséquences négatives de l'agriculture industrielle, comme nous l'avons vu précédemment.
- **D'un point de vue économique**, le droit à une alimentation durable implique de garantir des revenus décents aux producteurs, qu'ils soient situés dans les pays du Nord ou du Sud. Il s'agit également de soutenir les acteurs économiques qui privilégient des modes de production locaux, écologiques et durables.

### **c. Qu'est-ce qu'une alimentation saine ?**

L'alimentation a un impact majeur sur la santé. Une alimentation optimale contribue à l'augmentation de l'espérance de vie, à la réduction significative du risque de maladies chroniques et à l'amélioration de l'expression des gènes. Il est prouvé qu'une alimentation peu transformée, proche de la nature et majoritairement végétale peut prévenir les maladies, améliorer la santé et s'adapter à différentes approches nutritionnelles.

L'une des sources d'information les plus reconnues à l'échelle internationale en matière de nutrition est *The Nutrition Source*, de la Harvard T.H. Chan School of Public Health. Selon Harvard, une alimentation saine repose principalement sur des aliments d'origine végétale, avec une assiette composée pour moitié de fruits et légumes, pour un quart de céréales complètes et de leurs dérivés, et pour un quart de protéines comme les légumineuses, les noix, le poisson et les viandes maigres.

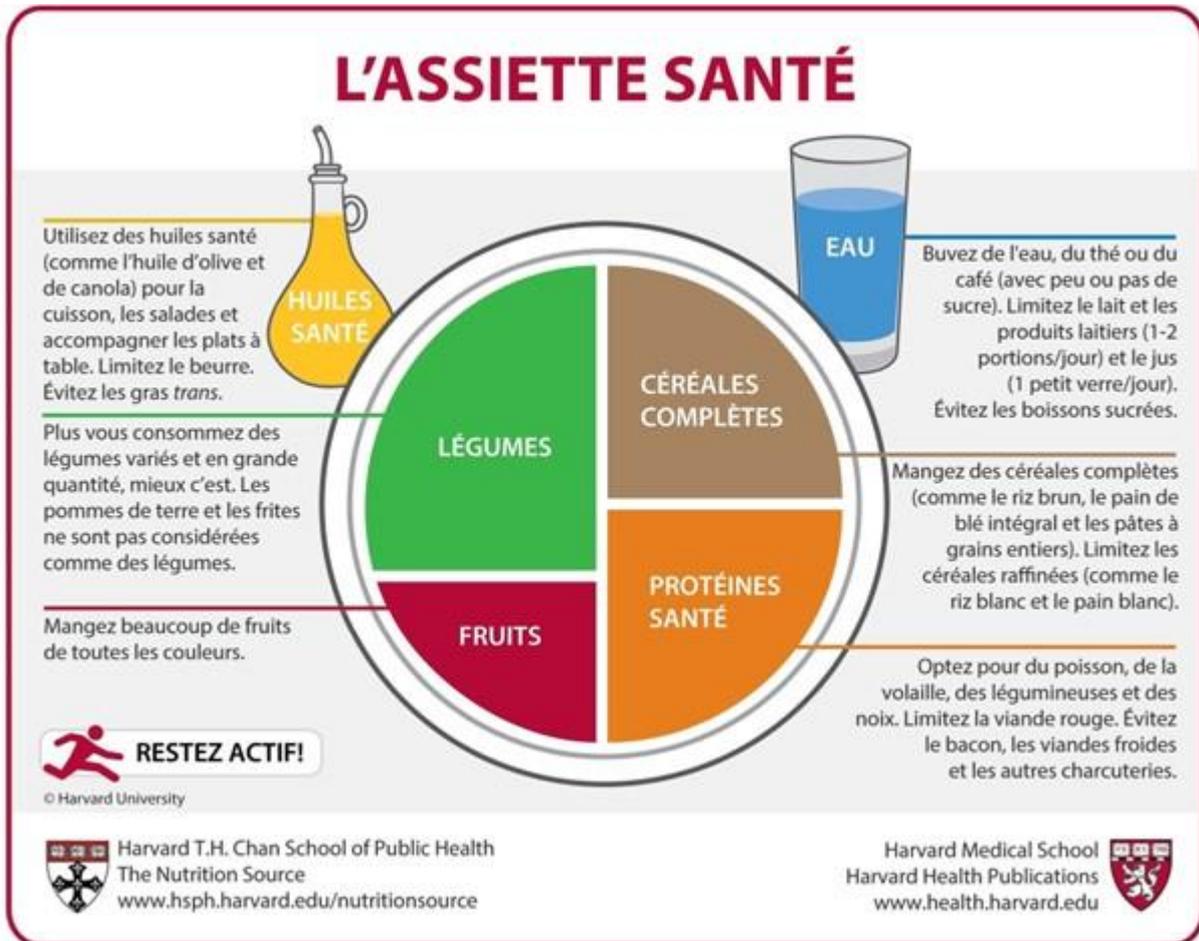


Fig. 10 – Une assiette saine

Adopter un régime alimentaire pauvre en viande est une solution idéale pour notre santé et pour la planète. En effet, la principale contribution que nous pouvons apporter à la lutte contre le changement climatique en modifiant notre alimentation est de réduire considérablement la quantité de viande que nous consommons.

Un rapport des Nations Unies (ONU) de 2010 affirmait : « Une réduction substantielle des impacts [sur l'environnement] ne serait possible qu'avec un changement radical du régime alimentaire mondial, en s'éloignant des produits d'origine animale. »<sup>11</sup>Selon

<sup>11</sup>Programme des Nations Unies pour l'environnement et Groupe international d'experts sur les

l'ONU et le Food ClimateRéseau de recherche (FCRN) de l'Université d'Oxford, les systèmes et habitudes alimentaires actuels mettent en péril la production alimentaire et ne parviennent pas à nourrir adéquatement la population<sup>12</sup>.

Un autre domaine de recherche<sup>13</sup> examine les recommandations alimentaires sous l'angle de la nutrition et de la durabilité environnementale. Elle compare six régimes alimentaires et conclut qu'un régime végétalien est le plus sain et le plus durable sur le plan environnemental, ce qui en fait le choix le plus durable.

Dans ses conclusions et pour proposer un compromis acceptable pour le grand public, l'étude suggère de promouvoir un régime méditerranéen strict, basé sur des aliments d'origine végétale, des œufs, des produits laitiers, du poisson (deux fois par semaine) et de la viande (à l'occasion).

#### **d. Durable et sain : le régime méditerranéen**

Ainsi, à ce stade, le meilleur choix pourrait être le **régime méditerranéen**, un modèle d'alimentation durable pour l'environnement et la santé. Il repose sur des aliments traditionnellement consommés dans la région méditerranéenne : pâtes, pain, légumineuses, une grande quantité de légumes et de fruits, peu de viande, du poisson, du fromage, des œufs et de l'huile d'olive. Il est également scientifiquement prouvé qu'il réduit les risques de maladies cardiovasculaires, d'obésité et de diabète.

Sur la base des conclusions établissant un lien entre alimentation et environnement, on peut également lire la pyramide alimentaire du régime méditerranéen **à l'envers** : les aliments les plus bénéfiques pour la santé (situés à la base de la pyramide) ont un **impact environnemental plus faible**, tandis que ceux dont la consommation

---

ressources (2010). Évaluation des impacts environnementaux de la consommation et de la production : produits et matériaux prioritaires - Résumé. <https://wedocs.unep.org/20.500.11822/8572>.

<sup>12</sup>Gonzalez Fischer C., Garnett T. (2016) Assiettes, pyramides, planète. Évolution des recommandations nationales en matière d'alimentation saine et durable : état des lieux. Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture et Réseau de recherche sur le climat alimentaire de l'Université d'Oxford. Récupéré de <https://www.fao.org/3/I5640E/i5640e.pdf>.

<sup>13</sup>Van Dooren C., Marinussen M., Blonk H. et al. (2014), Exploration des recommandations alimentaires basées sur les valeurs écologiques et nutritionnelles : une comparaison de six modèles alimentaires, Food Policy, Vol. 44. <https://doi.org/10.1016/j.foodpol.2013.11.002>.

excessive est la plus nocive pour la santé (placés en haut de la pyramide) ont **l’empreinte environnementale la plus élevée.**



Fig. 11 – Pyramide alimentaire proposée lors de la première conférence mondiale sur le régime méditerranéen comme modèle sain et durable.

Le régime méditerranéen, en plus d’être certifié par l’UNESCO pour sa valeur culturelle, est désormais reconnu comme un modèle de développement durable.

Les principes de durabilité sur lesquels repose le régime méditerranéen sont principalement liés au fait que la production de fruits, légumineuses, légumes et céréales nécessite moins de ressources naturelles et génère moins d’émissions de gaz à effet de serre que la production de viande et de graisses animales.

On estime que, pour obtenir cent calories, le régime méditerranéen a un impact environnemental inférieur d’environ 60 % par rapport à un régime davantage basé sur la viande et les graisses animales, comme le régime nord-européen.

De plus, les notions de saisonnalité, consommation de produits locaux et biodiversité se traduisent concrètement par des comportements durables, tels que la réduction des cultures sous serre, la suppression des coûts de transport liés aux importations de pays lointains et la rotation des cultures.

En plus des bénéfices environnementaux, une alimentation durable doit également apporter des avantages en matière de santé, d'économie et de société. L'adoption de modèles alimentaires et de modes de vie tels que le régime méditerranéen améliore l'état de santé, ce qui se traduit par une réduction des dépenses de santé nationales. Mais ce n'est pas tout : en privilégiant des ingrédients de saison et peu coûteux (comme les légumineuses et les céréales), l'alimentation méditerranéenne est également économique pour les familles.

La consommation de matières premières locales et de saison contribue ainsi à la valorisation des entreprises et des territoires, en mettant en avant leur offre gastronomique. Parmi les bénéfices sociaux, en plus des bienfaits sur la santé, la sensibilisation alimentaire et le lien avec le territoire, le régime méditerranéen favorise également l'intégration sociale. Grâce à ses effets positifs sur les sphères sociale, économique et environnementale, il peut être considéré comme un modèle hautement durable. Ainsi, adopter le régime méditerranéen et en embrasser pleinement le mode de vie, c'est prendre conscience de l'impact de notre alimentation sur la planète et contribuer à sa préservation.

<b>Exercice 5 : Menu sain et durable</b>	
<b>Pré-requis</b>	Connaissance des bases d'une alimentation saine et durable.
<b>Temps</b>	2 heures
<b>Outils</b>	PC, connexion internet, ustensiles de cuisine en option
<b>Objectifs</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconnaître les facteurs, les habitudes et les choix alimentaires qui influencent notre santé, notre planète et notre communauté.</li> <li>2. Être informé sur les ingrédients alternatifs et les aliments non conventionnels.</li> <li>3. Reconnaître les régimes alimentaires équilibrés en fonction des besoins nutritionnels.</li> </ol>

	4. Reconnaître les informations appropriées sur la santé et la nutrition des aliments.
--	--

<b>Instructions</b>	
---------------------	--

Après avoir lu le module et les liens suggérés sur une alimentation saine et durable, créez un menu.	
--	--

Créez et cuisinez éventuellement un menu selon votre pays avec des ingrédients à la fois durables et sains composé de 4 entrées, 4 plats principaux, 4 « desserts ».	
--	--

Tous les ingrédients et techniques de cuisson doivent être sains et, selon le pays, aussi durables que possible.	
--	--

## Tâche finale : une carte de durabilité

### Module 1 de la tâche finale : Une carte de la durabilité

<b>Pré-requis</b>	/
<b>Temps</b>	3 heures
<b>Outils</b>	Ordinateur, connexion internet
<b>Objectifs</b>	1. Sensibiliser aux structures durables dans la région.
<b>Instructions</b>	
<p>Sur votre ordinateur ou avec un stylo et du papier, créez une « carte durable » de votre région avec :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entreprises locales durables;</li> <li>• Groupes locaux / organisations à but non lucratif actifs dans les thématiques de durabilité ;</li> <li>• Organismes publics locaux liés au développement durable ;</li> <li>• Autres entreprises (pérennes ou non) liées à votre activité (partenaires ou concurrents potentiels)</li> </ul>	

## ÉTUDE DE CAS – Table d’hôtes Foresto



Fig. 12 – Photographie du restaurant FORESTO

L’objectif principal est de **promouvoir l’utilisation de produits locaux et de saison** tout en développant **une conscience citoyenne**.

En 2017, l’asbl For.e.t. à Bruxelles, désireuse d’être un acteur engagé dans l’alimentation durable, a décidé d’ouvrir un restaurant de quartier proposant des menus et des produits issus essentiellement de circuits courts, afin de promouvoir une agriculture raisonnée et durable, ainsi que les producteurs locaux.

L'établissement veille à éviter le gaspillage alimentaire grâce à une carte réduite, des produits frais non emballés, un stockage minimal et l'absence de produits transformés ou industriels. Afin de réduire la consommation énergétique, l'association a également mis en place une cuisine peu équipée et peu énergivore.

Avec ce projet, For.e.t. organise aussi des formations professionnelles à destination d'un public exclu du marché de l'emploi, principalement originaire d'Afrique subsaharienne et donc éloigné des habitudes alimentaires européennes. Grâce à cette formation et au restaurant, le projet allie création d'emplois, apprentissage et développement de l'alimentation durable.

### **Les points clés du projet :**

- Soutien aux petits producteurs locaux (agriculteurs, coopératives, brasseries belges).
- Rentabilité financière : le chiffre d'affaires permet de couvrir les dépenses et d'assurer une marge financière.
- Limitation de la consommation d'énergies fossiles : faible consommation d'électricité et de gaz, espace de stockage réduit.
- Zéro gaspillage : produits frais en vrac, rotation des denrées pour éviter toute perte, commandes limitées aux besoins hebdomadaires.
- Création d'emplois pour un public vulnérable exclu du marché du travail.

### **L'impact du projet à plusieurs niveaux :**

- Développement d'un projet d'économie sociale.
- Sensibilisation des clients à l'alimentation durable et locale.
- Insertion de personnes peu qualifiées et exclues du marché du travail.
- Utilisation de produits frais et de saison, transformés sur place.
- Mise en place d'un réseau local, des producteurs aux consommateurs.
- Promotion d'une alimentation saine, avec une forte valeur ajoutée nutritionnelle.



*Fig. 13 – Intérieur du restaurant FORESTO.*

Pour développer ce projet de modèle d'économie sociale et durable dans d'autres régions ou pays, il est nécessaire de :

- Trouver des ressources pour le personnel : encadrants et apprenants (pour les étudiants, il faut soit obtenir une approbation gouvernementale, soit établir des partenariats avec les services de l'emploi).
- Trouver des locaux adaptés et financer l'achat de matériel et d'équipements (via des subventions ou des fonds privés).
- Élaborer un programme méthodologique destiné aux apprenants éloignés du marché de l'emploi et peu qualifiés, tout en intégrant une dimension commerciale pour assurer un bon accueil des clients au restaurant.
- Assurer une bonne gestion du projet en couvrant les aspects horeca, pédagogiques, sociaux et managériaux, notamment en matière de ressources humaines.

Le partenariat s'est développé comme suit :

- Gouvernements : via des contrats de travail ciblant un public défavorisé et l'approbation du projet.
- Producteurs locaux : coopératives d'agriculteurs wallons, brasseurs bio, boulangers bruxellois, etc.
- Clients : un public sensible au concept et aux valeurs du projet.

**Site web:** <http://foret-asbl.be/>

## EXTRAS

### 5.1 Résumé du chapitre

La formation SSPICE IT! débute par un chapitre introductif plongeant les lecteurs dans l'univers de l'alimentation durable. Ce module établit une base essentielle en explorant des thématiques clés telles que le changement climatique, la durabilité du système alimentaire et les régimes respectueux de l'environnement. Il retrace l'évolution historique des relations entre l'humain et la nature, fournissant ainsi les clés de compréhension des défis actuels en matière de durabilité. L'accent est mis sur les conséquences des activités humaines, notamment l'impact du changement climatique sur les événements météorologiques extrêmes, la perte des habitats et le déclin de la biodiversité.

Le chapitre 2 se concentre sur les défis sociétaux liés à l'accessibilité alimentaire au sein d'un système alimentaire complexe. Il met en lumière l'interconnexion entre différents secteurs, en analysant les liens entre innovation, technologie et impacts sociaux. La question des camions autonomes à intelligence artificielle et leurs effets potentiels sur l'accessibilité alimentaire est abordée, ainsi que l'insécurité alimentaire et nutritionnelle en Europe. Ce chapitre introduit également le concept de « droit à l'alimentation », insistant sur la dignité et l'autonomie dans l'accès à une nourriture suffisante. Au-delà de l'Europe, la notion de souveraineté alimentaire est explorée comme condition préalable à une véritable sécurité alimentaire, plaidant pour des systèmes alimentaires justes et durables.

Le chapitre 3 s'attarde sur les liens complexes entre alimentation, santé et environnement, mettant en évidence l'empreinte environnementale considérable du système alimentaire mondial. Il analyse les pratiques agricoles industrielles, telles que l'agriculture intensive, et leur rôle dans les émissions de gaz à effet de serre et la déforestation, menaçant à la fois l'environnement et la santé humaine.

L'urgence pour les entreprises agroalimentaires d'adopter des pratiques durables est soulignée, en mettant en avant des facteurs déterminants comme la réponse aux attentes des consommateurs, la conformité réglementaire et la réduction des coûts. Le chapitre s'achève sur la nécessité d'aligner la santé humaine et la santé planétaire à travers des régimes alimentaires durables, présentant le régime méditerranéen comme un modèle de référence. Il se

conclut par un exercice pratique, invitant les lecteurs à concevoir un menu sain et durable, les encourageant ainsi à s’engager activement dans des pratiques alimentaires respectueuses de l’environnement.

L’ensemble de la formation vise à inspirer un changement positif, en sensibilisant aux enjeux écologiques et en incitant à adopter des pratiques durables—une bouchée à la fois.

## 5.2 Lectures complémentaires

Documents généraux :

- ✓ Qu'est-ce que le changement climatique ? Par les Nations Unies – une belle introduction au thème du changement climatique : <https://www.un.org/en/climatechange/what-is-climate-change>
- ✓ « L’état de la sécurité alimentaire et de la nutrition dans le monde 2023 » par l’Organisation des Nations Unies pour l’alimentation et l’agriculture – une mise à jour des progrès mondiaux vers les objectifs visant à mettre fin à la faim et à toutes les formes de malnutrition : <https://www.fao.org/3/CC3017EN/online/CC3017EN.html>
- ✓ « L’homme et l’environnement : une perspective générale » par Nico Stehr – Une histoire de l’évolution des relations entre l’homme et la nature, et de la perception qu’en a l’homme.
- ✓ « Une vérité qui dérange » de Davis Guggenheim - un film documentaire qui expose cette sensibilisation à la pollution et au changement climatique causés par l'homme.
- ✓ « Les algues vertes » de Pierre Jolivet – un film français montrant les répercussions de l’agriculture industrialisée et des pesticides/insecticides en Bretagne.
- ✓ « Qu’est-ce que le changement climatique ? | Commencez ici » par Al Jazeera English, une vidéo YouTube de sept minutes expliquant les bases du changement climatique : <https://www.youtube.com/watch?v=dcBXmj1nMTQ>

Organismes à but non lucratif :

- ✓ Greenpeace : Propose des articles sur le changement climatique, les dégâts environnementaux causés par l'homme. Lutte contre la destruction des écosystèmes, les énergies fossiles à travers le monde : <https://www.greenpeace.org/international/>

- ✓ Oxfam International : Produire des ressources sur le changement climatique, les catastrophes et les inégalités alimentaires. Promouvoir la justice sociale : <https://www.oxfam.org/fr>
- ✓ Les Amis de la Terre Europe : lutter pour la justice sociale et environnementale et un accès égal à la terre tout en prévenant les catastrophes écologiques : <https://friendsoftheearth.eu/>
- ✓ Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture : une agence spécialisée des Nations Unies qui dirige les efforts internationaux pour vaincre la faim : <https://www.fao.org/home/fr>

#### Documentaires :

- ✓ La sécurité alimentaire - un dilemme croissant (documentaire) : un documentaire de 30 minutes qui aborde l'avenir de une agriculture, une production alimentaire ainsi que des préoccupations de durabilité et de souveraineté : <https://www.youtube.com/watch?v=wu7PjKawjwI>
- ✓ Impact humain sur l'environnement : Une playlist de courtes vidéos questionnant les conséquences de l'activité humaine sur notre planète : <https://www.youtube.com/playlist?list=PLL4ByIaW73wgSuZyfdxJUnhhOjDanFteu>
  - D'autres vidéos de National Geographic sur le changement climatique sont disponibles ici : <https://education.nationalgeographic.org/resource/resource-library-climate-change/>

### 5.3 Glossaire

- FAO : L'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO) est une agence spécialisée des Nations Unies qui mène des actions internationales pour éradiquer la faim, améliorer la nutrition et renforcer la sécurité alimentaire.
- Green Deal : Le Pacte vert pour l'Europe, adopté en 2020, est un ensemble d'initiatives politiques de la Commission européenne visant à rendre l'Union européenne (UE) climatiquement neutre d'ici 2050.
- HLPE : Le Panel d'experts de haut niveau sur la sécurité alimentaire et la nutrition (High-Level Panel of Experts on Food Security and Nutrition) est

un comité scientifique établi par les Nations Unies afin de fournir des recommandations politiques et des orientations sur les questions de sécurité alimentaire et de nutrition.

- ONU : Les Nations Unies (ONU) sont une organisation intergouvernementale dont les objectifs déclarés sont de maintenir la paix et la sécurité internationales, développer des relations amicales entre les nations, promouvoir la coopération internationale et harmoniser les actions des États.
- WWF : Le Fonds mondial pour la nature (Worldwide Fund for Nature - WWF), fondé en 1961 et basé en Suisse, est une organisation non gouvernementale internationale engagée dans la préservation de la nature et la réduction de l'empreinte écologique humaine.

## 5.4 Remerciements

Nous remercions Agathe Bausson, Quentin Giret, Jeremiah Lahesa Vega et Xavier Rodrigues, de POUR LA SOLIDARITÉ-PLS, pour leur précieuse contribution à la rédaction de ce module.

## 5.5 Bibliographie

Burlingame, B., Dernini, S. (éd.). (2010). *Alimentation durable et biodiversité : orientations et solutions pour les politiques, la recherche et l'action. Actes du Symposium scientifique international sur la biodiversité et l'alimentation durable, Unis contre la faim* Division de la nutrition et de la protection des consommateurs, FAO, extrait de <https://www.fao.org/3/i3004e/i3004e.pdf>

Campiglio L., Rovati G. (2009). *La pauvreté alimentaire en Italie : prima indagine quantitative et qualitative*. Guerini et associés, Milan.

Clark, MA, Springmann, M., Hill, J., Tilman, D., & Fraser, H. (2020). Les émissions du système alimentaire mondial pourraient empêcher d'atteindre les objectifs de 1,5° et 2°C en matière de changement climatique. *Science*, 370(6517), 705-708. Récupéré de : <https://www.science.org/doi/full/10.1126/science.aba7357>

Commission européenne (2020), *Paquet climat-énergie*, récupéré à partir de [https://climate.ec.europa.eu/eu-action/climate-strategies-targets/2020-climate-energy-package\\_en](https://climate.ec.europa.eu/eu-action/climate-strategies-targets/2020-climate-energy-package_en)

Parlement européen (4 mai 2023), *Pacte Vert : la voie vers une UE durable et climatiquement neutre*, récupéré à partir de [https://www.europarl.europa.eu/news/fr/headlines/society/20200618STO81513/le-pacte-vert-pour-une-ue-durable-et-climatiquement-neutre?at\\_campaign=20234-Green&at\\_medium=Google Ads&at\\_platform=Search&at\\_creation=Sitelink&at\\_goal=TR\\_G&at\\_audience=le\\_pacte\\_vert&at\\_topic=Green\\_Deal&gclid=CjwKCAjwu4WoBhBkEiwAojNdXpCvZ7Kaob7oRW2TUIHehMCNF7eWFodNvBd6mesL8MZm2GnvnP42QxoCzjcQAvD\\_BwE](https://www.europarl.europa.eu/news/fr/headlines/society/20200618STO81513/le-pacte-vert-pour-une-ue-durable-et-climatiquement-neutre?at_campaign=20234-Green&at_medium=Google%20Ads&at_platform=Search&at_creation=Sitelink&at_goal=TR_G&at_audience=le_pacte_vert&at_topic=Green_Deal&gclid=CjwKCAjwu4WoBhBkEiwAojNdXpCvZ7Kaob7oRW2TUIHehMCNF7eWFodNvBd6mesL8MZm2GnvnP42QxoCzjcQAvD_BwE)

Eurostat (2021), *Incapacité à s'offrir un repas comportant de la viande, du poulet ou du poisson (ou un équivalent végétarien) un jour sur deux - enquête EU-SILC*, récupéré à partir de <https://bit.ly/3yBDp10>

FAO (2021), *L'état de la sécurité alimentaire et de la nutrition dans le monde 2021. Chapitre 2 La sécurité alimentaire et la nutrition dans le monde*, récupéré à partir de <https://bit.ly/3t3y1T2>

FAO (2021), *L'état de la sécurité alimentaire et de la nutrition dans le monde 2021. Annexe 1a tableaux statistiques du chapitre 2*, consulté sur <https://bit.ly/3zx2uvp>

GNAFC (2021), *Rapport mondial sur les crises alimentaires. Une analyse commune pour de meilleures décisions*, récupéré à partir de <https://bit.ly/3DssUkp>, p.19.

Gonzalez Fischer C., Garnett T. (2016) *Assiettes, pyramides, planète Évolution des recommandations nationales en matière d'alimentation saine et durable : état des lieux* Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture et Réseau de recherche sur l'alimentation et le climat de l'Université d'Oxford. Récupéré de <https://www.fao.org/3/I5640E/i5640e.pdf>.

PEH. (2020). *Sécurité alimentaire et nutrition : construire un récit mondial à l'horizon 2030 (Rapport n°15)*. Groupe d'experts de haut niveau sur la sécurité alimentaire et la nutrition du Comité de la sécurité alimentaire mondiale. Récupéré de <https://www.fao.org/3/ca9731fr/ca9731fr.pdf>

HLPE (septembre 2020), *Impacts du COVID-19 sur la sécurité alimentaire et la nutrition : élaborer des réponses politiques efficaces pour lutter contre la pandémie de faim et de malnutrition*, récupéré à partir de <https://bit.ly/2WDQKbQ>, p.4.

Katz D., Meller, S. (2014), *Peut-on dire quel régime est le meilleur pour la santé ?* Revue annuelle de santé publique; 35:1, 83-103, extrait de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24641555/>

Nyéleni. (2007). *Déclaration de Nyéleni*. Récupéré de <https://nyeleni.org/IMG/pdf/DeclNyeleni-en.pdf>

Oxfam France (15 septembre 2022), *Vers une augmentation croissante du nombre de « réfugiés climatiques »*, récupéré à partir de <https://www.oxfamfrance.org/migrations/vers-une-augmentation-croissante-du-nombre-de-refugies-climatiques/>

Oxfam International, *Changement climatique : cinq catastrophes naturelles qui demandent une action d'urgence*, récupéré à partir de <https://www.oxfam.org/fr/changement-climatique-cinq-catastrophes-naturelles-qui-demandent-une-action-durgence>

Séchier T., (13 octobre 2022), *Près de 70% des animaux sauvages ont disparu en 50 ans, d'après le WWF*, France bleu, récupéré de <https://www.francebleu.fr/infos/environnement/69-des-animaux-sauvages-ont-disparu-en-50-ans-d-apres-le-wwf-1665637844>

Simon F., (7 septembre 2023), *La prochaine Commission se concentrera sur la mise en œuvre des politiques climatiques, un haut fonctionnaire de l'UE*, Euractiv, extrait de <https://www.euractiv.fr/section/energie-climat/news/la-prochaine-commission-se-concentrera-sur-la-mise-en-oeuvre-des-politiques-climatiques-selon-un-haut-fonctionnaire-de-lue/>

L'économiste (2020), *Indice mondial de sécurité alimentaire*, récupéré à partir de <https://bit.ly/2V3AUab>

Comité des droits économiques, sociaux et culturels des Nations Unies (CESCR) (12 mai 1999), *Observation générale n° 12 : Le droit à une alimentation adéquate (art. 11 du Pacte)*, récupéré de : <https://www.refworld.org/docid/4538838c11.html>

Programme des Nations Unies pour l'environnement et Groupe international d'experts sur les ressources (2010). *Évaluation des impacts environnementaux de la consommation et de la production : produits et matériaux prioritaires - Résumé*. <https://wedocs.unep.org/20.500.11822/8572>.

Van Dooren C., Marinussen M., Blonk H. et al. (2014), *Exploration des recommandations alimentaires basées sur des valeurs écologiques et nutritionnelles : une comparaison de six modèles alimentaires* Politique alimentaire, vol. 44. <https://doi.org/10.1016/j.foodpol.2013.11.002>.

WWF Allemagne et WWF Food Practice. (2020, août). *AMÉLIORER LES NDCS POUR LES SYSTÈMES ALIMENTAIRES : RECOMMANDATIONS AUX DÉCIDEURS*, récupéré de [https://wwfint.awsassets.panda.org/downloads/wwf\\_ndc\\_food\\_final\\_low\\_res.pdf](https://wwfint.awsassets.panda.org/downloads/wwf_ndc_food_final_low_res.pdf)