

« Fais gaffe à ton assiette ! »

La qualité de l'alimentation et ses conséquences sur l'environnement préoccupent de plus en plus les consommateurs, et se trouvent parfois au cœur de débats publics.

Manger ferait ainsi de nous des consomm'acteurs ! Faut-il donc changer notre assiette pour contribuer à changer le monde ?

Les travers de notre alimentation

On savait qu'il fallait éviter « de manger trop gras, trop sucré, trop salé ». Aujourd'hui, on sait qu'il faut en plus, d'après le Ministère de la santé, limiter notre consommation de viande à 70 grammes/jour. Or on mange trop de viande et pas toujours de bonne qualité. L'augmentation de la consommation de viande est historiquement le signe d'une élévation du niveau de vie. Donc cela a pu paraître plutôt une bonne chose. Pour répondre aux besoins, et en créer de nouveaux, l'agriculture industrielle n'a cessé de se développer. Ainsi en France, la population a consommé 77 millions de tonnes- équivalent- carcasse- en 1977¹ et ce chiffre a été porté à 88 en 2011. Toutefois, les Français consomment un peu moins de viande comparé aux années 90. Cependant, cette consommation reste forte, et pose, outre des problèmes de santé (augmentation des risques cardio-vasculaires), des problèmes environnementaux. Ainsi, pour la F.A.O, l'élevage industriel est responsable de l'émission de 14,5% des gaz à effet de serre.

¹ unité de mesure qui prend tout en compte : les os, le gras, la viande désossée

Pour les défenseurs de l'environnement, sont ainsi mis en cause : les déjections animales, les intrants chimiques, l'énergie et la déforestation utilisées pour produire, de manière intensive, des céréales qui vont nourrir les animaux qui vont nourrir les hommes (du moins certains d'entre eux). Les cultures de soja en Amazonie illustrent bien ce système. Et que dire de « l'eau cachée » contenue dans la viande ? Comment ne pas penser enfin aux 850 millions de sous-alimentés qui pourraient profiter directement de la production de céréales ?

La relation à l'animal porteuse de nouvelles interrogations

Même si notre consommation de viande diminue légèrement, il n'en reste pas moins qu'elle augmente dans le monde, et qu'un milliard d'animaux sont abattus tous les ans en France et dans des conditions souvent indignes. Cela contribue à faire émerger de nouvelles façons de se nourrir : ainsi le nombre de végétariens et de végétaliens voire de vegans augmente.

Pour ces personnes, la manière de se nourrir est porteuse d'une éthique et d'une implication dans la défense d'un « monde commun ». Témoignage de Sarah Rambour, ancienne élève de notre lycée, étudiante en L3 à Paris, « ex-omnivore » devenue vegane : « J'ai mis trois ans à devenir végétalienne et à adopter un mode de vie vegan. Je suis très sensible à la souffrance animale. Je pense, par mon mode de vie, contribuer à « un monde commun », c'est-à-dire que je prends un peu de mon confort et de mes habitudes, pour que le monde devienne plus vivable pour tous ».

Corine Pelluchon, philosophe née à Barbezieux , elle aussi ancienne élève de notre lycée, est devenue vegan. Elle fait, par le véganisme, le lien entre tous les piliers du développement durable : « la protection de la planète, la justice sociale et l'amélioration de la condition animale convergent lorsqu'elles sont considérées comme des éléments majeurs de la transition écologique »².

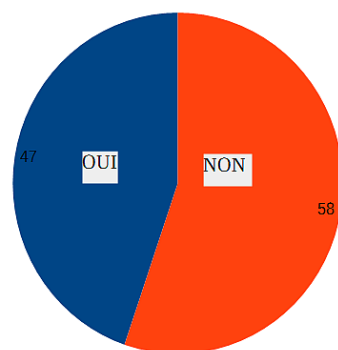
Sans aller jusqu'au régime végétalien et au mode de vie vegan, adopter une alimentation moins carnée, relève donc du bon sens, qu'il s'agisse de la prise en compte de la santé, de l'environnement, de notre relation aux animaux . Et pourtant...

Changer c'est pas si simple !

Manger est culturel, convivial ; il y a les recettes de famille jalousement gardées, les traditions locales et régionales de viande mijotée... Et, détail révélateur d'après nos correspondants étrangers, les Français parlent souvent de nourriture lorsqu'ils sont en train de manger ! Le personnage de Philippe, dans *Scènes ménages*, pharmacien addict à la nourriture est révélateur de notre relation à l'alimentation.

On comprend dès lors, que changer sa manière de se nourrir n'est ni anodin, ni facile. C'est ce que prouve une enquête menée en février 2019, auprès de 197 élèves de notre lycée : 87% des élèves connaissent les conséquences environnementales de l'élevage industriel, 93% se disent sensibles à la cause de la souffrance animale. Pourtant, 89% d'entre eux continuent à manger de la viande 1 à 2 fois/jour.

Votre connaissance de la souffrance animale vous fait-elle baisser votre consommation de viande ?



² (Charente libre, 27/06/2018).

Comment faire ?

Nous sommes face à un paradoxe : même très informées, beaucoup de personnes ne changent pas leur manière de se nourrir.

Corine Pelluchon l'exprime très bien : « Pourquoi avons-nous tant de mal à changer nos styles de vie alors que personne ne peut nier que notre modèle de développement a un impact destructeur sur le plan économique et social »³ ?



Il est donc nécessaire de continuer à informer, dès le plus jeune âge, les élèves. C'est par eux que le changement passera. Cette information doit reposer sur des débats et des confrontations de points de vue. Il ne faut pas créer une nouvelle religion. D'après notre sondage, les adultes semblent plus sensibles aux problèmes environnementaux, et les jeunes, plus sensibles à la souffrance animale. Il faut donc adapter des supports d'information. Au lycée, notre intendant renforce la communication sur les repas végétariens dont les plats sont choisis par les élèves. Lors de la journée culturelle, nous avons organisé des débats autour du thème de l'alimentation avec nos camarades. Chaque geste est important : diminuer sa consommation de viande, manger de la viande bio, ne plus manger de viande du tout, chacun choisit ce qu'il peut/veut faire. Ce sont des actes démultiplicateurs, aux conséquences environnementales, sociales (les pays les plus pauvres subiront le plus lourdement les effets du changement climatique), économiques (l'agriculture intensive n'est pas durable).

**Manger est donc un acte quotidien mais pas anodin.
Je mange donc je vis. Je mange donc j'agis !**

Lysiane , Léa, Antoine, Romain, Joris, Margaux.

³Op cit.

