

#anti-gaspi

#éduquer

#environnement

#labels

#responsabilité

TOUT COMPRENDRE : L'ALIMENTATION DURABLE

Structure : ADEME



France

Une alimentation plus durable est-elle possible ?

Depuis 50 ans, nos habitudes alimentaires ont changé. Notre alimentation est

plus diversifiée, mais aussi plus riche en graisses, en sucres et en protéines animales. Nous cuisinons moins, consommons davantage de plats préparés et mangeons plus souvent à l'extérieur. Nous recherchons aussi un large choix d'aliments partout et en toutes saisons, souvent au prix le plus bas.

Cette façon de nous nourrir n'est pas sans conséquences sur la santé (surpoids, obésité, diabète, maladies cardiovasculaires) et sur l'environnement : pollution de l'air, de l'eau et des sols, consommation d'énergie, émissions de gaz à effet de serre... Sans parler du gaspillage alimentaire qui augmente encore la quantité de ressources inutilement consommées et des déchets à traiter.

Cependant, les perceptions des consommateurs évoluent, même si les changements d'habitudes doivent encore se concrétiser. 85% des Français n'envisagent pas de changer de régime alimentaire, mais 24% se disent aujourd'hui flexitariens et veillent à consommer moins de viande. 2,2% seulement l'ont totalement bannie de leur alimentation. Des chiffres nettement en dessous de la moyenne de certains pays, tels que les pays anglo-saxons, l'Allemagne ou encore la Suisse.

Une alimentation bonne pour notre santé, pour l'environnement et équitable pour tous est-elle possible ? Tour d'horizon des impacts, des tendances et des solutions.

Liens

https://librairie.ademe.fr/agriculture-alimentation-foret-bioeconomie/7617-9249-tout-comprendre-l-alimentation-durable-9791029724114.html#/43-type_de_produit-format_imprime