

# LES ANALYSES DE L'ACRF

2008 / 01

## MANGER :

### PAS SI ANODIN QU'IL Y PARAÎT !

*Manger, un geste qui semble simple, en tout cas dans nos pays où survivre n'est pas une préoccupation de chaque instant. Pourtant, à y regarder de plus près, on se rend compte que cet acte naturel nous amène constamment à poser des choix: volaille du producteur voisin ou crevettes vietnamiennes ? Fruits bio emballés ou pommes en vrac du Chili ? Haricots surgelés ? Nos actes quotidiens pèsent sur l'environnement et sur les hommes.*

Les élevages de crevettes asiatiques sont accusés de détruire les mangroves, ces forêts équatoriales qui bordent les côtes entre la terre et la mer et permettent notamment de résister à l'eau de mer. Chaque fois que nous consommons de grosses crevettes vietnamiennes, nous mettons donc en péril des biotopes. La question est loin d'être futile, observe

Philippe Defeyt, économiste, car c'est un choix de vie, d'un côté des gens meurent parce que d'autres, de l'autre côté, consomment des crevettes bon marché<sup>1</sup>. Notre manière de vivre a des répercussions qui nous dépassent. Personne ne conteste le chiffre trois, comme trois planètes nécessaires si tout le monde vivait comme le Belge moyen.

Notre modèle de développement n'en a que faire. Son credo : produire toujours plus et faire consommer sans réfléchir ni s'arrêter.

## On mange trop ...

Nos habitudes alimentaires ont changé au cours des dernières décennies. On mange de plus en plus et 32 % de Belges sont trop gros, 12 % étant carrément obèses. L'obésité est devenue un problème de santé publique en Europe.

On gaspille aussi sans trop s'inquiéter. Une récente enquête menée par Toppits Belgique, une société spécialisée dans la conservation d'aliments, révèle que chaque famille jette chaque semaine 1,86 kg d'aliments, soit, à l'échelle du pays, 10% de la nourriture achetée. Au niveau mondial, on estime qu'un quart de la nourriture produite est jeté sans être consommé alors que 13 % de la population mondiale souffrent de malnutrition.

---

<sup>1</sup> Defeyt Philippe, Journées d'étude ACRF 2007

---

ACTION CHRETIENNE RURALE DES FEMMES  
ACRF - ASBL

Rue Maurice Jaumain, 15 B-5330 Assesse  
Editrice responsable : Léonie Gérard  
Responsable Service Etudes: Piron Valérie  
[www.acrf.be](http://www.acrf.be) - [etudes@acrf.be](mailto:etudes@acrf.be)

## **Toujours plus d'offres ...**

Nos habitudes alimentaires se sont transformées en même temps que les produits se diversifiaient et que la mondialisation des échanges devenait réalité. On peut désormais se procurer toute l'année laitues, fraises, ananas et asperges. Ceci a un prix que les supermarchés ne mentionnent pas. Produire des aliments, les transformer et les transporter ne se fait pas sans impacts sur l'environnement. Ainsi produire 1 kg de bœuf émet autant de CO<sup>2</sup> que parcourir 70 km en voiture. Que dire des tomates cultivées en hiver dans des serres chauffées ? 1 kg nécessite six fois plus d'énergie qu'en été<sup>2</sup>.

L'importation de produits en provenance de pays lointains s'accompagne aussi d'une forte production de CO<sup>2</sup> qui contribue à l'effet de serre et au réchauffement climatique. Si on comprend que l'on fasse venir des ananas et des bananes, on comprend moins pourquoi nos magasins doivent absolument proposer des bières mexicaines et des haricots du Kenya.

## **La production et ses effets**

Produire consomme de l'eau, de l'énergie, des matières premières et génère polluants et déchets. Selon la FAO, la Belgique est un des Etats européens qui utilisent le plus de pesticides à l'unité de surface. Or, ceux-ci affectent l'air, les sols et les eaux sans compter les pressions exercées sur la faune et la flore sauvages. L'homme est touché lui aussi. L'utilisation de pesticides peut entraîner des problèmes de santé immédiats (allergies, irritations, etc.) ou à long terme. Certains produits peuvent en effet s'accumuler dans l'organisme et provoquer différentes maladies (cancers...). Les connaissances à ce sujet sont encore insuffisantes et on en sait encore moins sur l'action cumulée des résidus de pesticides. Or, Test-Achats constate que plus d'un quart des échantillons de fruits et légumes analysés contiennent des concentrations supérieures ou proches des limites établies et/ou quatre types de pesticides au moins. C'est beaucoup, conclut l'association de consommateurs qui réclame un meilleur respect des codes de bonnes pratiques agricoles et une harmonisation de la loi au niveau européen<sup>3</sup>.

## **Quelle alimentation privilégier ?**

On choisira celle dont les impacts sur l'environnement sont faibles et dont la production et la commercialisation se font dans le respect des personnes.

Achetons local et de saison pour réduire au maximum le transport, l'énergie nécessaire pour produire (les serres) et l'utilisation de pesticides... 71 % du fret se fait par la route en Belgique avec toutes les conséquences que cela implique : pollutions, augmentation du bruit, engorgement des routes, destruction d'habitats naturels... Local et de saison, c'est mieux pour l'environnement, mais aussi pour la saveur des aliments et le contact avec le producteur.

L'agriculture biologique pèse moins sur l'environnement que l'agriculture traditionnelle du fait qu'elle a renoncé aux pesticides de synthèse, aux engrais et aux OGM. Achetons bio ou intégré, la culture intégrée limitant les traitements chimiques.

50 % des déchets ménagers sont constitués d'emballages qui coûtent en énergie pour les fabriquer et pour les détruire. Privilégions les produits en vrac et les grands conditionnements et choisissons ce qui est réutilisable ou recyclable.

Augmentons notre consommation de fruits et de légumes et modérons celle de viandes. Variions nos menus : œufs, protéines végétales (par exemple les lentilles), fromages et poissons. Ceux-ci sont excellents pour notre santé mais attention, certains sont menacés d'extinction et surexploités comme le cabillaud. Pour faciliter nos

---

<sup>2</sup> Réseau Eco-consommation [www.ecoconso.be](http://www.ecoconso.be)

<sup>3</sup> Test-Achats, janvier 2007.

achats, le WWF a établi une liste<sup>4</sup>. On y découvre que la sardine et le hareng se portent bien, ils regorgent de bonnes graisses et leur prix est abordable... profitons-en ! Certains poissons portent l'indication « Fish forever » indiquant un label bio, quant à l'étiquette MSC (Marine Stewardship Council), elle signifie que le poisson est issu de pêcheries durables. Achetons-le sans crainte.

## **Pour des choix respectueux de l'homme et de la nature**

Manger est devenu comme beaucoup d'actes de notre vie actuelle plus compliqué qu'auparavant. Nous nous trouvons devant une multitude de produits et donc de choix. Difficile de ne pas s'interroger sur les étapes parcourues par notre steak et notre salade. El Ejido, au sud de l'Espagne, des serres à perte de vue. Qu'est devenu le petit paysan andalou ? C'est là que sont cultivés les nombreux légumes qui inonderont les étals de nos magasins. Des hommes - des sans papier surtout - y travaillent dans des conditions indignes. Ils n'ont ni maison, ni eau, ni électricité. Ils vivent dans des baraques en carton et en plastique sous un soleil de plomb et au milieu d'ordures. Cela se passe dans un pays européen, à un bon millier de kilomètres de chez nous. Au Brésil, pousse le soya qui nourrit une bonne partie de notre bétail. Culture intensive aux mains de gros propriétaires ou d'entreprises multinationales. Le soya, fruit de la déforestation massive<sup>5</sup>.

Il faut donc choisir mais, en fin de compte, sommes-nous égaux en matière de consommation ? Restons dans le domaine des fruits et des légumes. Médecins, organismes de santé, plans nutrition régionaux, nationaux, européens ne cessent de le répéter : il faut en consommer davantage pour nous maintenir en bonne santé. Mais leurs prix ont bien plus augmenté, au cours des dix dernières années, que ceux des fruits en conserve ! La publicité a plus d'un tour dans son sac pour nous pousser à consommer ce que l'industrie a décidé de nous vendre.

Sensibiliser aux conséquences environnementales et sociales de nos actes est devenu essentiel. Réclamer pour chacun un accès à des produits de qualité est tout aussi important. Dénoncer un type de développement qui accroît les inégalités et met à mal notre écosystème est urgent. « Oser une parole de sens contre le silence que veulent nous imposer ceux qui savent » comme le dit le théologien Thierry Tilquin. N'est-ce pas là un des rôles fondamentaux d'un mouvement d'éducation permanente ?

Anne Vanhese, journaliste à l'ACRF-Plein Soleil

**L'ACRF souhaite que les informations qu'elle publie  
soient diffusées et reproduites ;  
n'oubliez pas dans ce cas de mentionner la source.**

Avec le soutien de



<sup>4</sup> [www.wwf.ch](http://www.wwf.ch)

<sup>5</sup> Voir l'article de Jacques Liesenborghs, Nous nourrissons le monde, Plein Soleil novembre 2007.