



CROQUE LOCAL

DOSSIER THEMATIQUE



INTRODUCTION : L'ENVERS DE NOTRE ASSIETTE

Un steak juste à point, des frites bien croustillantes, des haricots, une salade de tomates et une banane comme dessert... Un menu classique que l'on retrouve sur la table de nombreuses familles ou sur les plateaux de nombreuses cantines. Mais penchons-nous un peu en détail sur ces ingrédients et posons-nous quelques questions sur leur provenance et leurs modes de production...

MAIS D'OÙ VIENNENT NOS ALIMENTS ?

Dans quel pays le bœuf que je mange a-t-il été élevé? Les pommes de terre viennent-elles de Belgique ? Les haricots et les tomates sont-ils **de saison** dans notre pays ? Si non... d'où viennent-ils ? Prennent-ils l'avion ? Les tomates cultivées en Espagne sont-elles sous une serre ? Cette serre est-elle chauffée en hiver ?

COMMENT SONT-ILS PRODUITS ?

Dans quelles conditions a-t-il été élevé, ce bœuf ? Dans une prairie ou provient-il d'un élevage industriel ? Les légumes que nous consommons sont-ils cultivés par un maraîcher ou dans des cultures intensives sous serres chauffées ? Sont-ils issus de l'agriculture biologique ?

Nous pourrions avoir le même raisonnement pour chaque repas. Si nous prenons le temps de réfléchir à ce que contient notre assiette, nous réalisons que derrière chaque aliment se cache un trajet, plus ou moins long, qui aura des répercussions plus ou moins grandes sur notre planète. Il arrive parfois que nous ne terminions pas cette assiette... ce qui occasionne du gaspillage et augmente cet impact.

Alors, quels sont les enjeux cachés derrière notre alimentation ? Comment faire pour déjouer ces pièges et adopter une alimentation plus durable, meilleure pour soi, pour les autres et la planète ?

Nous vous proposons d'aborder la thématique avec vos élèves au travers de ce challenge 'Croque Local'. Ce dossier constitue une base théorique qui vous donnera un petit tour d'horizon de la problématique et quelques pistes de solutions.

Choisissez un voire **deux niveaux d'action** :

- ✓ **Niveau 1 : je croque local et de saison.**
- ✓ **Niveau 2 : je fais vivre le circuit-court en préparant un repas à base de fruits et de légumes locaux.**

A vous de jouer !



NOTRE ASSIETTE ET NOTRE PLANÈTE

CONSOMMATION D'ÉNERGIE ET ÉMISSIONS DE GAZ À EFFET DE SERRE

Le transport des aliments consomme beaucoup de carburant. Nos aliments n'ont jamais autant voyagé : ils parcourent en moyenne 2000 km¹ avant d'arriver dans notre assiette ! Rappelez-vous des haricots du Kenya, la banane d'Equateur et les tomates d'Espagne... Les cas sont multiples et pas toujours évidents à détecter : certains pains sont cuits et vendus dans nos grandes surfaces, mais leur pâte a été fabriquée en Pologne, nos crevettes grises de Mer du Nord sont épluchées au Maroc, entre autres.

Tous les modes de transport sont polluants, puisqu'ils émettent du CO₂. Toutefois, l'avion produit 60 fois plus d'émissions de CO₂ que le bateau et 8 fois plus que le camion².

Les serres chauffées sont utilisées pour cultiver des légumes hors-saison. Le chauffage des serres se fait bien souvent à l'aide d'énergies fossiles : le gaz et le mazout. Ainsi, 1 kg de tomates cultivées dans une serre chauffée va émettre 3,73 kg de CO₂ ; alors que des tomates cultivées en saison (donc sans chauffage des serres) ne produiront que 0,21 kg³ de CO₂. On estime que manger hors-saison produit 18 fois plus de gaz à effet de serre.

L'agriculture intensive utilise de grandes quantités d'engrais et de pesticides, qui nécessitent beaucoup d'énergie pour être produits. Il faut, par exemple, l'équivalent de 2 tonnes de pétrole pour fabriquer 1 tonne d'engrais⁴. Les pommes sont pulvérisées de pesticides une vingtaine de fois avant d'arriver dans nos étals. Par ailleurs, les énormes machines agricoles consomment beaucoup de carburant.

L'élevage intensif implique la production d'importantes quantités de végétaux pour nourrir les animaux. Il faut, par exemple, entre 7 et 10 kg de céréales et légumineuses pour produire 1 kg de viande de bœuf⁵. D'autre part, les ruminants rejettent du méthane, un gaz qui contribue 23 fois plus à l'effet de serre que le CO₂.

Les chaînes de production se sont allongées et complexifiées, les aliments sont transformés industriellement (plats préparés, surgelés, légumes lavés et découpés, emballés, mis sous vide), ce qui nécessite à nouveau beaucoup d'énergie.

¹ Les Guides de l'Ecocitoyen « Alimentation et environnement », Région Wallonne – 2010, p.17

² Selon les chiffres de « L'atlas de l'alimentation dans le monde », Erik Milstone et Tim Lang, Paris, Éditions autrement, collection « Atlas/Monde », 2003, 128 pages

³ Brochure « Mangez moins de CO₂ », saveur paysanne, 2009, p.3

⁴ Les Guides de l'Ecocitoyen « Alimentation et environnement », Région Wallonne – 2010, p.17

⁵ « Jeu de la ficelle », Rencontre des Continents, Quinoa, Solidarité Socialiste - FCD.



DÉGRADATION DES RESSOURCES NATURELLES

L'**utilisation d'engrais et de pesticides chimiques** pollue les eaux de surface et les nappes phréatiques. Les produits contaminent les sols et diminuent à terme leur fertilité.

Les **déjections des animaux d'élevage**, chargées en nitrates, se retrouvent dans les cours d'eau, les nappes phréatiques puis les océans et contribuent à leur pollution (eutrophisation, risque pour la santé...).

Plus de **70% de la demande mondiale en eau** est consacrée à l'arrosage des cultures et à l'irrigation des terres. Au Kenya, les producteurs utilisent essentiellement cette eau douce pour des cultures dédiées à l'exportation. Cette situation ne laisse plus que 3 verres d'eau disponibles par jour et par personne à la population locale⁶.

Au niveau mondial, la **déforestation** est due à 80 % à l'agriculture⁷. L'Amazonie, le bassin du Congo ou l'Indonésie ont ainsi perdu une grande partie de leurs forêts tropicales, le plus souvent pour des cultures ou élevages d'exportation vers les pays industrialisés.

DIMINUTION DE LA BIODIVERSITÉ

La biodiversité « sauvage » souffre bien sûr de la déforestation liée à l'agriculture, citée ci-dessus. La survie de nombreuses espèces est ainsi mise en péril par la destruction de leur habitat. Par exemple, d'ici vingt ans, l'orang-outan pourrait avoir totalement disparu de son habitat naturel si la déforestation, menée essentiellement au profit de la production d'huile de palme, continue au rythme actuel.⁸ Les techniques d'agriculture intensive à l'œuvre en Europe participent également au déclin de notre biodiversité en modifiant les paysages : suppression des haies et des bosquets, parcelles plus grandes et uniformisées, usage de pesticides...

Ce que l'on connaît moins, c'est que l'uniformisation et la mondialisation de notre production agricole a conduit aussi à la réduction du nombre d'espèces cultivées. Par exemple, seules 4 plantes (blé, riz, maïs et pommes de terre) représentent 60% de l'alimentation humaine⁹.

De plus, au sein de ces espèces végétales, de moins en moins de variétés sont cultivées. L'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture, la FAO, estime que 75%

⁶ « Jeu de la ficelle », Rencontre des Continents, Quinoa, Solidarité Socialiste - FCD.

⁷ D'après un rapport de la FAO, cité entre autres sur <https://youmatter.world/fr/definition/deforestation-definition-causes-consequences-solutions/#:~:text=D'apr%C3%A8s%20le%20rapport%20sur,mini%C3%A8res%20et%20enfin%20l'urbanisation.>

⁸ <https://bebiodiversity.be/>

⁹ CNRS, « Climat, agriculture, élevage et alimentation », www.cnrs.fr



des variétés agricoles cultivées dans le monde ont disparu depuis 1900¹⁰. Cet appauvrissement constitue la perte d'un énorme patrimoine naturel et culturel. En outre, il fragilise les cultures, car ces variétés ont été sélectionnées pour les besoins de l'agriculture intensive et sont pour la plupart dépendantes des intrants (engrais et pesticides) et donc des énergies fossiles¹¹.

¹⁰« Valorisons la biodiversité dans la nature » <https://www.fao.org/3/V1430F/V1430F01.htm>

¹¹ Alimentation, circuits courts, circuits de proximité, Les cahiers de la Solidarité n°20, novembre 2009.



NOTRE ASSIETTE ET CELLES ET CEUX QUI LA REMPLISSENT

Les conditions de vie actuelles des agricultrices-teurs sont très difficiles : dépendances aux multinationales, changements climatiques aggravant les aléas de la météo, concurrence internationale et instabilité des prix, normes phytosanitaires strictes, normes de calibrage, précarité, endettement, solitude, perte de sens...

Beaucoup d'agricultrices-teurs arrêtent leur travail à cause de ces difficultés ou ne trouvent pas de successeur·e·s en fin de carrière. La détresse du monde agricole est énorme.

LE SUD SUBIT UNE CONCURRENCE DÉLOYALE

Dans de nombreux pays du sud, des régions entières se sont spécialisées¹² dans des cultures d'exportation : bananes, cacao, café, soja, riz, haricots... Ainsi, ces pays ne produisent plus pour nourrir leurs populations et doivent importer les produits de base : céréales, légumes, viande, lait... à des prix parfois très élevés par rapport à leurs revenus.

Par ailleurs, les pays industrialisés subventionnent leur agriculture, principalement les grosses exploitations, créant une concurrence déloyale sur le marché mondial. En effet, les Etats-Unis et l'Europe surproduisent certains aliments puis écoulent les surplus en partie subventionnés, à des prix cassés sur les marchés extérieurs.

Au final, les agriculteurs-trices du Sud qui ont une production à échelle humaine, n'arrivent plus à vendre leurs produits car ils se révèlent être plus chers que ceux qui sont importés. Ainsi, beaucoup de paysans·nes du Sud doivent abandonner les cultures vivrières faute de pouvoir écouler leur production sur les marchés locaux. Ils et elles doivent alors se tourner vers les cultures d'exportation (cf. ci-dessus) ou s'exiler en ville, renforçant la création de bidonvilles paupérisés et surpeuplés.

LE NORD EST SOUS PRESSION

En Belgique, les politiques ont favorisé, suite à la seconde guerre mondiale, la concentration des terres, la spécialisation et l'industrialisation des fermes mais aussi la monoculture, l'utilisation d'intrants chimiques (engrais et pesticides) et l'élevage industriel. Ainsi, actuellement, les agricultrices-teurs sont contraint·e·s de s'endetter pour rester rentables et compétitif·ve·s. Certain·e·s se découragent et d'autres ne trouvent pas de repreneurs.

¹² Suite à la colonisation notamment et puis sous la pression entre autre du Fond Monétaire International et de la Banque Mondiale.



En moins de 40 ans, de 1980 à 2019, le pays a perdu 68 % de ses exploitations et 62 % de sa main-d'œuvre. Au cours de la même période, la superficie moyenne par exploitation a triplé¹³. En Europe, 3 % des plus grosses fermes contrôlent 50 % des terres¹⁴

Mais au fait...Que produit-on en Belgique ? La Flandre est spécialisée dans l'agriculture intensive de légumes, souvent sous serre (chauffée en hiver), et l'élevage intensif de porcs et poulets. Pour sa part, la Wallonie produit très peu de légumes mais surtout du fourrage (blé et maïs pour nourrir les animaux), de la betterave sucrière, du lait et du bœuf (en prairie). A Bruxelles, la production agricole reste actuellement anecdotique.

ET QUAND ON GASPILLE NOTRE ASSIETTE ...

La FAO a évalué à 1,3 milliards¹⁵ de tonnes la nourriture gaspillée chaque année au niveau mondial... Cela représente un tiers de la nourriture produite pour la consommation humaine. Pourtant, un quart de cette production pourrait nourrir les 870 millions de personnes qui souffrent de la faim dans le monde¹⁶.

Que nos aliments proviennent des champs ou de la mer, ce gaspillage a lieu tout au long de la chaîne de production (production, transformation, distribution).

Plus on s'éloigne du champ, plus les impacts environnementaux augmentent évidemment puisqu'il a fallu les transformer, les stocker, les conserver, pour finir à la poubelle ! Rien qu'en Europe, le gaspillage alimentaire serait ainsi à l'origine de 170 millions de tonnes d'équivalent CO2 par an pour la production des denrées jetées, auxquels il faut encore ajouter les coûts environnementaux liés au traitement de ces déchets.

Gaspiller de la nourriture c'est donc aussi gaspiller de l'eau, de l'énergie (qui émet du CO2), du travail et de l'argent.

¹³ Chiffres clés de l'agriculture – Statbel - <https://statbel.fgov.be> , chiffres de 2020

¹⁴ www.outilsoxfam.be – « L'accès à la terre en Belgique. Des chiffres qui en disent long »

¹⁵ [FAO - Nouvelles: Pertes et gaspillage alimentaires: un fléau à combattre d'urgence pour atteindre les objectifs que le monde s'est fixés pour 2030](#)

¹⁶ [The State of Food Security and Nutrition in the World 2022 - UNICEF DATA](#)



PISTES DE SOLUTION FACE AUX DÉFIS DE DEMAIN

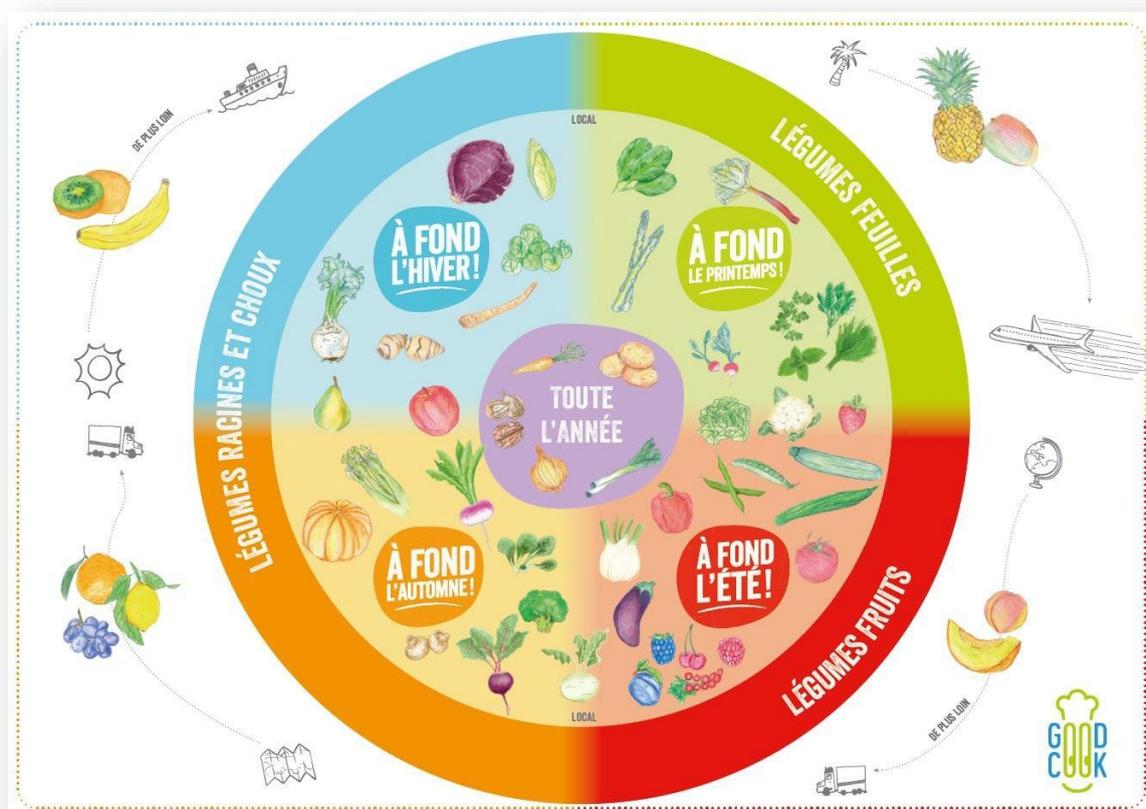
Nous avons vu que nos modes de productions et consommations actuels demandent beaucoup de ressources et d'énergie qui ne sont ni extensibles ni infinies. Une grande quantité de CO2 est produite par la production et le transport de notre nourriture, car ils sont basés majoritairement sur les énergies fossiles.

Le grand défi de demain en matière d'alimentation sera de nourrir 9 milliards d'êtres humains en 2050. Cela ne pourra se faire sans une refonte des modes de production et de consommation actuels. Chacun·e a son rôle à jouer. D'une part, les politiques agricoles doivent évoluer vers une agriculture raisonnée, adaptée à l'échelle humaine et les saisons. D'autres part, nous consommateur·trice·s, nous pouvons adopter des pratiques durables de consommation.

Voici quelques pistes pour relever ces défis au quotidien :

RESPECTER LA SAISONNALITÉ ET LA PROXIMITÉ DE LA PRODUCTION

La saisonnalité évite de faire chauffer des serres en hiver, la proximité évite de nombreux transports. Bien sûr, cela signifie qu'il faut accepter de se passer de tomates en hiver et de





pommes en été. Et donc changer certaines de nos habitudes. L'occasion peut-être d'ajouter une dose de créativité en cuisine, de tester de nouveaux légumes.

GoodPlanet a créé ce calendrier saisonnier de fruits et légumes que vous retrouverez dans la [boîte à outils](#) des GoodPlanet Challenges. N'hésitez pas à en faire usage pour vous guider au travers des saisons !

FAVORISER LES CIRCUITS COURTS

Concrètement, on peut favoriser ces circuits via les achats à la ferme ou les groupes d'achats alternatifs¹⁷. Outre leur impact positif sur l'environnement, ces filières d'approvisionnement constituent une voie d'amélioration des revenus des agriculteurs·trices. Elles permettent de sortir du réseau agro-industriel et favorisent l'économie locale. Les circuits courts sont également créateurs de lien social, et permettent aux consommateurs·trices de prendre davantage contact avec la réalité « du terrain ».

Trouver des productrices et producteurs locaux grâce aux sites comme <https://www.mangez-local.be/fr>, <https://localife.be/> ou via des coopératives comme <https://lespetitsproducteurs.be/>, <https://paysans-artisans.be/>, <https://cocoricoop.be/>, ...

Le site internet www.leclicllocal.be rassemble des productrices·teurs bio et conventionnels, qui sont prêt·e·s à livrer les établissements.

PRÉFÉRER L'AGRICULTURE BIOLOGIQUE

L'agriculture biologique n'utilise pas de substances chimiques (qui polluent le sol et l'eau) et consomme moins d'énergies fossiles sous formes d'engrais et de pesticides.

MANGER MOINS DE VIANDE MAIS MIEUX

Diminuer sa consommation de viande pour végétaliser son assiette, permet de réduire son empreinte carbone sans diminuer la qualité nutritionnelle de son alimentation. Il est possible de varier les sources de protéines en favorisant les protéines végétales : avec des légumineuses (lentilles, pois chiches, haricots...), du quinoa, du tofu, ...

Et choisir de la viande locale et de qualité (chez le boucher ou directement à la ferme) limite l'impact environnemental et soutient les agriculteurs.

¹⁷ Les groupes d'achats alternatifs sont les GAC, GAS, GASAP... Et proposent des formules « panier bio hebdomadaire » qui permettent d'avoir des prix préférentiels sur les produits bio, de soutenir les productrices et producteurs locaux et de découvrir les légumes de saison parfois oubliés de nos assiettes.



EVITER LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE ET ACCOMMODER LES RESTES

Les Belges seraient les vice-champion·ne·s européen·ne·s du gaspillage alimentaire¹⁸ ... Pas de quoi être fièr·e·s, mais pour le voir du bon côté, cela nous fait une belle marge de progression. Comment ? En évaluant au plus juste ce dont on a besoin et en accommodant les restes : le pain sec en chapelure ou croustons, les légumes moches en soupe, les fruits trop mûrs en pâtisserie ou smoothies...

PRIVILÉGIER LES PRODUITS PEU TRANSFORMÉS

Les aliments peu transformés sont moins énergivores car ils requièrent moins d'étape que les aliments de production industrielle, par exemple : le découpage, la surgélation, les transports, le suremballage... Ils sont également meilleurs pour la santé, car ils contiennent moins de sucre et moins de graisses saturées, d'additifs, de colorants, de conservateurs... Lire les étiquettes est un bon moyen de découvrir les ingrédients cachés, parfois insoupçonnés, des produits du supermarché.

¹⁸ Selon un rapport de l'Union européenne : Communiqué de presse du Parlement Européen du 11 avril 2017, [Infographie : les chiffres du gaspillage alimentaire dans l'Union européenne | Actualité | Parlement européen \(europa.eu\)](https://ec.europa.eu/parliament/infographic/food-waste-in-eu)



EN GUISE DE CONCLUSION

Diminuer les impacts négatifs de notre alimentation sur l'environnement et adopter une alimentation plus durable, peut paraître parfois complexe, mais... commençons petit à petit ! Choisissons d'abord de changer des petits gestes qui nous semblent plus faciles. Ainsi, il est possible d'inverser la tendance et d'être le changement que l'on veut voir dans le monde.

Participer à 'Croque local', c'est déjà faire un pas vers un monde plus durable et montrer que manger mieux, c'est bon et amusant !

POUR ALLER PLUS LOIN : animations et documents de référence

Ce challenge vous a plu ? Découvrez nos ateliers et trajets gratuits suivants sur la thématique :

- **Good Cook** : Préparation de recettes, défis et activités ludique autour de l'alimentation saine et durable : <https://www.goodplanet.be/fr/goodcook-fr/>, <https://www.goodplanet.be/fr/goodcook-quest-fr/>
- **Regardez-les pousser** : Créez votre propre potager à l'école avec vos élèves et notre colis de croissance : <https://www.goodplanet.be/fr/regardez-les-pousser/>
- **Potage-collation** : intégrer le projet pilote d'une filière de potage-collation dans 20 écoles fondamentales : <https://www.goodplanet.be/fr/potage-collation/>

Outils de partenaires :

- **Le jeu de la ficelle, une proposition écosystémique** : http://www.quinoa.be/wp-content/uploads/2012/05/fr_carnet_web6.pdf
- **Les Guides de l'Ecocitoyen « Alimentation et environnement »** : <https://ediwall.wallonie.be/les-guides-de-l-ecocitoyen-alimentation-et-environnement-2010-numerique-065218>

Documents et site de référence :

- « L'accès à la terre en Belgique. Des chiffres qui en disent long » : www.outilsoxfam.be
- Site de la FAO, Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture, <https://www.fao.org/home/fr>, dossier « Valorisons de la diversité dans la nature » : [VALORISONS LA DIVERSITÉ DE LA NATURE \(fao.org\)](https://www.fao.org/home/fr)
- Site de Bruxelles Environnement <https://environnement.brussels/>, dossier sur le gaspillage alimentaire :



<https://environnement.brussels/thematiques/alimentation/enjeux-et-impacts/le-gaspillage-alimentaire>

- Le site fédéral belge sur la biodiversité <https://bebiodiversity.be/>

Associations et partenaires :

- **APAQ-W** : Agence Wallonne pour la promotion d'une agriculture de qualité - www.apaqw.be
- **GoodFood** : Portail bruxellois de l'alimentation durable - www.goodfood.brussels
- **Collectif Développement Cantines Durables** : développement de cantines durables dans les écoles – www.collectifcantinesdurables.be
- **Nature et Progrès** : Soutien et promotion l'agriculture bio et paysanne www.natpro.be
- **Eco-conso** : Informations et conseils pour consommer « durable » – www.ecoconso.be
- **Groupes d'achats alimentaires alternatifs** : par exemple, www.gasap.be, www.pointferme.be, [Coopérative de circuit-court en Condroz \(cocoricoop.be\)](http://Coopérative de circuit-court en Condroz (cocoricoop.be)) ...
- **BioWallonie** : promotion et soutien à l'agriculture bio www.biowallonie.com
- **Le clic local**, plateforme facilitant l'achat de produits locaux et de saison au sein des collectivités, <https://lecllocal.be/mobile/index.php>
- **Saveurs paysannes** : soutien aux marchés de producteurs locaux et circuits-courts, <https://www.fugea.be/saveurs-paysannes/>

