



ALLIANCE VÉGÉTARIENNE

POUR LA PRÉSENCE DE MENUS VÉGÉTARIENS EN RESTAURATION COLLECTIVE

La campagne pour la présence de menus végétariens en restauration collective est une initiative d'*Alliance Végétarienne*, lancée pour répondre aux attentes des végétariens ou des amateurs de cuisine végétarienne, qui désirent pouvoir consommer une alimentation diversifiée, équilibrée et de qualité.

Si le nombre de végétariens stricts est difficilement estimable, on peut néanmoins considérer qu'environ 1 million de personnes – en France métropolitaine – ont des habitudes végétariennes de consommation. Ce chiffre représente donc une frange de personnes allant de celles qui pratiquent un véritable végétalisme (aucun produit animal) à celles qui mangent habituellement végétarien, sans pour autant avoir renoncé aux produits carnés en toutes circonstances. [Voir Annexe I].

A cette frange s'ajoute un ensemble de personnes désormais désignées par l'appellation consacrée de « néo-végétariens », c'est-à-dire tous ceux qui font davantage attention à leur alimentation, consomment plus de fruits et légumes frais, reviennent à une cuisine simple et légère, se tiennent au courant des conseils des nutritionnistes... et prennent petit à petit des habitudes végétariennes de consommation. [Voir Annexe II].

Il existe une demande certaine pour que des menus végétariens équilibrés soient disponibles dans les structures de restauration collective. En 2001, déjà, *Alliance Végétarienne* avait porté à M. Bernard Kouchner – alors Ministre Délégué à la santé – une liste de 12 000 signatures appuyant cette demande, faisant suite à une première pétition circulant dans les milieux végétariens et pourtant totalement non médiatisée. De façon récurrente, notre association reçoit des témoignages de personnes qui nous font part de leurs problèmes. [Voir Annexe III].

L'initiative actuelle vise une large médiatisation et veut s'inscrire dans un ensemble d'actions officielles telles que le Plan National Nutrition Santé ou la campagne pour au moins cinq fruits et légumes par jour. L'augmentation de la proportion de végétarisme dans le paysage alimentaire français ne peut conduire qu'à une meilleure santé globale de la population.

André Méry, Président.

*
* *

ANNEXE I

Il y a peu de statistiques concernant le nombre de végétariens en France. La dernière étude officielle connue de nous date de 1996 et a été réalisée auprès d'un échantillon de personnes entre 15 et 75 ans par ce qui s'appelait alors le CFES (Comité Français d'éducation à la santé), devenu depuis l'INPES (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé) : « Baromètre santé Nutrition 1996 Adultes » [<http://www.cfes.sante.fr/>].

Selon cette enquête, il a été estimé que 1,7 % de la population française dans l'intervalle 15-75 ans avait des habitudes de consommation végétarienne.

Les chiffres de l'INSEE actualisés au 1^{er} janvier 2004, recueillis dans divers tableaux synthétiques, permettent de calculer les résultats suivants pour la France métropolitaine :

- Femmes : 30,789 millions
 Entre 15 et 75 ans : 72,6 %, soit 22,353 millions
- Hommes : 29,111 millions
 Entre 15 et 75 ans : 74,5 %, soit 21,688 millions
- Total entre 15 et 75 ans : 44,041 millions
 Habitudes végétariennes : 1,7 %, soit environ 750 000 personnes
- Population totale : 59,900 millions
 Habitudes végétariennes : 1,7 %, soit un peu plus de 1 000 000 personnes

Ainsi, à l'heure actuelle, si l'on extrapole le résultat de l'enquête 1996 à la population totale, on peut dire qu'au moins 1 million de personnes ont des habitudes végétariennes plus ou moins marquées.

*
* *

ANNEXE II

« Néo-végétariens », « nouveaux végétariens » et autres adeptes de la « fraîche attitude », cet ensemble de dénominations désigne un mouvement apparu en France au tournant de l'an 2000. L'APRIFEL, agence pour la recherche et l'information en fruits et légumes frais, leur a consacré un dossier en avril 2003 [<http://www.aprifel.com/>] :

« Malgré l'absence de données précises, de nombreux indices attestent que les "nouveaux adeptes du végétal" présentent un profil particulier. Il s'agit, majoritairement, de personnes ayant un niveau d'études élevé, relativement aisée sur le plan financier et plutôt "tendance". On sait que les personnes instruites se montrent davantage réceptives aux messages nutritionnels. Or, depuis plusieurs années, ces derniers mettent l'accent sur les bénéfiques "santé" d'une alimentation riche en fruits et légumes. »

Ce mouvement apparaît symptomatiquement après qu'une transformation de la vision du végétarisme par les non végétariens ait eu lieu au cours des années 90.

Ainsi, dans les Cahiers de l'OCHA, n°7 (1996), consacré aux interdits alimentaires, les résultats d'une enquête montraient que 38 % seulement des non végétariens considèrent que la viande est nécessaire pour l'équilibre alimentaire et 60 % seulement considèrent que la viande est source de santé. De même, 74 % d'entre eux ne considèrent pas que le végétarisme soit synonyme de « manger triste », et 58 % d'entre eux disent envisager de réduire leur consommation de viande. [<http://www.lemangeur-ocha.com/>, rubrique « Catalogue »].

*
* *

ANNEXE III – QUELQUES TEMOIGNAGES

- J'ai deux enfants de 5 ans et 3ans, végétariens bien sûr ! Jusqu'au mois de juin je n'ai jamais eu aucun souci puisque j'ai pris un congé parental d'éducation pendant une durée de 3 ans. Les difficultés ont commencé lorsque je les ai inscrit à la cantine (...) j'ai téléphoné à la société de restauration. La réponse : ils font des repas différents uniquement pour les musulmans. Autrement dit, nous n'intéressons personne. Même problème rencontré en cas d'hospitalisation, pour intervention ou accouchement.

- En espérant que ce genre d'action aide un jour à rattraper le retard de la France dans le domaine du végétarisme, tant au niveau de la restauration collective qu'au niveau de la restauration extérieure : aux Pays-Bas, j'ai pris un menu végétarien au MacDo ; en Belgique, Quick propose le Végé-Quick ; en Allemagne, j'ai mangé un kebab végétarien dans une simple baraque à frites... mais en France, c'est la croix et la bannière pour le petit creux du végétarien !

- Mon père, 94 ans, végétarien de longue date (...) est depuis bientôt 2 ans hospitalisé à la suite d'un accident grave de la circulation dans un centre de long séjour pour personnes âgées dépendantes. (...) Connaissez-vous des centres de long séjour qui partagent vos idées et offrent une cuisine végétarienne à leurs résidents ? Ce serait utile pour les personnes comme lui qui ne peuvent plus rester chez elles, car ça pose un réel problème.

- Je suis végétarienne et mon enfant de 1 an est en crèche. Le directeur de l'établissement me dit que ma fille ne peut plus rester en crèche si elle ne mange pas de viande comme les autres enfants. Que faire?

- Comment faire respecter une personne dont le régime est végétarien dans une maison de retraite : autant que j'ai pu le constater en rendant visite à mon père et en déjeunant avec lui (il n'était pas végétarien) le cuisinier prenait assez mal mes désirs de ne pas manger de viande, mais s'exécutait; mais une personne âgée a beaucoup plus de mal pour se défendre (...) prendra-t-on la peine de respecter la philosophie d'un végétarien vieux et malade ? Ou bien existe-t-il des maisons de retraite qui s'engagent à respecter ces conditions ?

- Pourriez-vous me communiquer un menu type pour écoles maternelles afin de le soumettre à l'école où mes enfants sont scolarisés? Merci par avance.
- Nous sommes des végétariens convaincus et nous élevons aussi nos enfants Gautam (3 ans) et Nalini (1 an) dans le végétarisme. Seulement voilà, depuis la rentrée nous sommes confrontés à un problème : Gautam doit manger 3 jours sur 4 à la cantine, à l'école. La commune fournit bien des repas sans porc mais évidemment pas de repas végétariens. Nous avons donc demandé à pouvoir fournir un panier-repas pour l'enfant, avec soit un complément soit le repas entier. Bien qu'un protocole de paniers-repas existe (pour enfants atteints d'allergies graves) la commune nous refuse cette possibilité sous prétexte que cela laisserait la porte ouverte à toutes sortes de demandes. "Votre enfant compensera le soir" nous a-t-on dit, alors que le repas du midi à la cantine est assez déséquilibré en apport protéique sans le plat principal et des fois sans l'entrée.
- Comment faites-vous lorsque l'on sert des raviolis, des lasagnes ou du hachis Parmentier à la cantine de vos enfants ? Etes-vous autorisés à apporter un repas de substitution ? Dans mon cas, c'est niet ; apparemment je ne peux même pas lui apporter deux tomates ou autre !
- Nous avons fait le tour des écoles privées et nous en avons trouvé une où Zoé peut venir à l'école avec son assiette végé (je lui prépare tous ses repas). Elle la mange à la cantine, pendant que tous les autres mangent de la viande. Cela ne se passe pas trop mal pour l'instant, mais c'est clair que pour l'enfant, cela demande du courage de ne pas « faire comme les autres ». Au début, certains enfants faisaient des grimaces devant son assiette (il faut savoir que la plupart des enfants détestent les légumes), et cela blessait Zoé. Pourtant, les menus que je lui prépare de très loin plus variés et plus ludiques que les traditionnels plats de cantine.
- Je suis maman d'un petit de 3 ans. Il a donc fait sa rentrée en septembre. Je voulais le mettre à la cantine. Je suis donc allée voir le Directeur de l'école. Ma demande était qu'on ne l'oblige pas à manger de la viande, je m'occupe lors du repas du matin et du soir d'assurer son équilibre nutritionnel. Le Directeur m'a octroyé une fin de non-recevoir. Il estime avoir la mission d'éduquer nos enfants à bien se nourrir et pour lui il était hors de question que mon enfant ne goûte pas à tout y compris la viande. (...) Où est la liberté ??? Mon enfant est donc récupéré tous les midis par une maman qui lui prépare des plats sans viande.
- J'aurai aimé devenir végétarienne (...) seulement, ma situation est difficile ; mes parents sont agriculteurs, j'ai donc été bercée dans cet environnement où les végétariens sont considérés comme excessifs. Au lycée, car je suis interne, cela aurait pu m'aider...si on proposait des menus végétariens... Donc, je préfère passer ma terminale, et ensuite je préparerai mes menus quand je serai étudiante... c'est dommage, peut-être trouverez-vous ça lâche, mais (...) je préfère éviter les conflits.