



À la cantine, les lundis, c'est végété !

MULHOUSE le 12 sept, STRASBOURG le 13, METZ le 14, REIMS le 15 sept, **PARIS le 16 sept**

À la cantine, à la maison, nos repas sont composés avec **beaucoup de produits d'origine animale** (viande, poisson, œufs, produits laitiers...) : les Français comptent parmi les plus gros consommateurs au monde de ces produits. Les conséquences de ce régime sur les animaux, l'environnement, le partage des ressources et la santé sont alarmantes.

Pourtant, quand on nous informe des changements nécessaires pour protéger la planète et ses habitants, nous sommes incités à modérer nos dépenses d'énergie, à utiliser les transports collectifs, à préférer les douches aux bains.

Le plus simple et le plus efficace est souvent oublié : végétaliser le contenu de nos assiettes.

C'est pourquoi L214 et l'Association Végétarienne de France lancent la campagne **Lundi, c'est végété !** pour inverser la vapeur.

À la sortie des écoles, un loup et des marmitons iront à la rencontre des parents d'élèves pour qu'ils encouragent la mise en place d'un jour végétarien par semaine à la cantine. Ils iront également à la rencontre des passants ou d'usagers de la restauration collective au moment du repas de midi pour inciter à faire de même.

Pour certaines étapes de la tournée, une entrevue avec l'équipe municipale chargée de la restauration collective a été demandée afin qu'elle puisse s'orienter sereinement vers une alimentation solidaire et écologique.



Escales de la tournée de septembre : Mulhouse le 12, Strasbourg le 13, Metz le 14, Reims le 15 et Paris le 16 septembre. Les autres régions de France seront visitées dans les mois suivants.

[→ Plus d'info sur la tournée](#)

Contact presse :

Brigitte Gothière : 06 20 03 32 66

Sébastien Arzac : 06 17 42 96 84

Isabelle Dudouet-Bercegeay : 06 61 16 02 33

Lundi, c'est végété !

Pour ceux dont le régime habituel est fortement ancré dans le carné, le jour végétarien hebdomadaire permet d'amorcer un changement en douceur : une occasion de découvrir de nouveaux menus équilibrés et savoureux.

Pour les plus jeunes, ce sont des habitudes alimentaires moins néfastes qui peuvent ainsi s'installer.

Une nécessité pour l'environnement

L'élevage, la pêche et l'aquaculture contribuent fortement au changement climatique, au gaspillage et à la pollution des eaux, à la déforestation, à la destruction des écosystèmes marins. Combien de tonnes d'algues vertes ont encore été ramassées sur le littoral français¹ ?

[→ Plus d'info sur les conséquences sur l'eau](#)

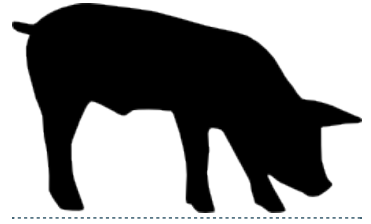
[→ Plus d'info sur les conséquences sur l'environnement](#)



Une amélioration pour les animaux

Manger moins de produits d'origine animale réduirait le nombre d'animaux piégés dans les filets de pêche ou prisonniers d'élevages intensifs et conduits à l'abattoir.

Aujourd'hui 80% des animaux sont maintenus dans des élevages industriels où ils vivent en claustration totale. Les bassins d'aquaculture se développent, accélérant le rythme de pêche en pleine mer.



→ [Plus d'info sur les conséquences sur les animaux terrestres](#)

→ [Plus d'info sur les conséquences sur les animaux aquatiques](#)

Un meilleur partage des ressources

Les produits animaux exigent considérablement plus d'énergie et de terre que les denrées végétales. L'élevage accapare des ressources naturelles limitées alors que près d'un milliard de personnes souffrent de la faim.

D'après Marion Guillou, directrice de l'Institut national de la recherche agronomique (INRA), pour pouvoir nourrir les 9 milliards d'habitants que comptera la planète en 2050, il faudrait que l'apport des produits animaux dans la disponibilité alimentaire ne dépasse pas 500 Kcal² par jour est par personne. Cet apport est actuellement de 1236 Kcal³ en France. Une division par 2,5 !

→ [Plus d'info sur les conséquences sur les ressources](#)

Une nécessité pour notre santé

Les élevages industriels, majoritaires y compris en aquaculture, utilisent beaucoup d'antibiotiques entraînant l'antibiorésistance alarmante de certaines bactéries (E. Coli, salmonelles). Des virus redoutables se développent dans les élevages (gripes aviaires et porcines). Par ailleurs, manger trop de viande favorise la prévalence de certaines maladies (certains cancers, diabète de type 2, hypercholestérolémie, etc.).

→ [Plus d'info sur les conséquences pour la santé](#)

Une campagne internationale

La baisse de la consommation de produits d'origine animale est indispensable. L'Association Végétarienne de France et L214 feront entendre leurs arguments dans toute la France tout au long de l'année. Cette campagne qui a débuté il y a quelques années dans d'autres pays, notamment en Belgique où le jour végétarien hebdomadaire est instauré à Gand depuis 2009 et officiellement soutenu par les pouvoirs publics à Bruxelles⁴.

Un courrier a d'ores et déjà été adressé aux mairies des communes de plus de 20 000 habitants pour les informer de cette campagne et les inciter à mettre les restaurants scolaires au rythme du lundi végété.

Avec une mise en scène visuelle et humoristique, les associations aborderont l'ensemble des thèmes laissés de côté ou volontairement occultés par nos dirigeants.

→ [Plus d'info sur Lundi, c'est végété !](#)

1. [Cet été, 53 000 m3 d'algues vertes ont été ramassées sur les plages bretonnes.](#)

2. Marion Guillou dans une interview donnée au magazine *Nature* le 14 avril 2010. [Article original, traduction.](#)

3. [FAO Stat Bilans alimentaires, France, année 2007.](#)

4. [Voir des exemples d'autres réalisations en France ou à l'étranger.](#)

Contact presse :

Brigitte Gothière : 06 20 03 32 66

Sébastien Arsac : 06 17 42 96 84

Isabelle Dudouet-Bercegeay : 06 61 16 02 33