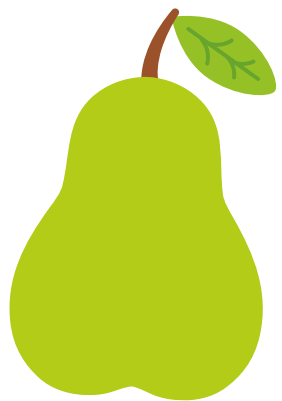


POIRE



www.cap2030.be

BANANE



www.cap2030.be

CHOCOLAT



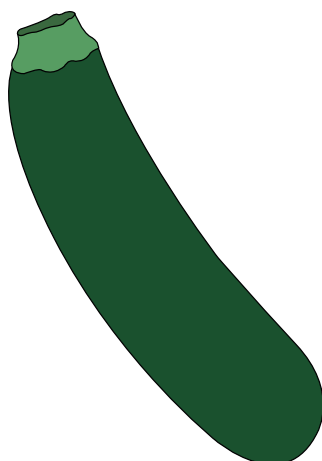
www.cap2030.be

**SALADE
VERTE**



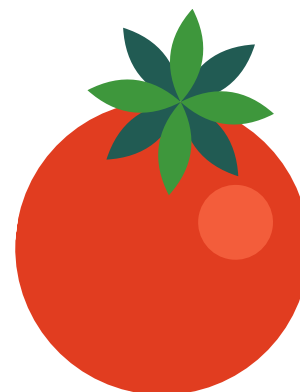
www.cap2030.be

COURGETTE



www.cap2030.be

TOMATE



www.cap2030.be

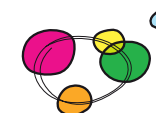
CARTES ALIMENTS



**CAP
2030**

**SCENARIO
ALIMENTATION
EN FRANCAIS
FACILE**

www.cap2030.be



associations21
POUR UN DÉVELOPPEMENT DURABLE

Avec le soutien de



CHOCOLAT

- **Conditions de travail** difficiles pour les cultivateurs
- **Travail des enfants**
- **Terre épuisée** => déforestation pour avoir de nouvelles terres
- Côte d'Ivoire : beaucoup de **transport** : camion, bateau
- Beurre de cacao remplacé par de l'huile de palme car moins chère => déforestation.
- **Emballage** : papier, aluminium, plastique.

BANANE

- Elles viennent de loin : Amérique du Sud, Amérique centrale, Asie, Afrique
- Beaucoup de pesticides et d'engrais chimiques
- Conditions de travail difficiles, salaires bas, maladies liées aux produits toxiques, ...

POIRE

- 3,00 € au supermarché mais l'agriculteur payé 0,17 €.
 - Produits chimiqués => dures en magasin mais vite trop mûres à la maison.
 - Si pas le même calibre => jetées.
- Poires BIO :**
- **Biodynamie** => arbres plus forts et lutte naturelle contre les maladies.
 - Cueillies quand mûres.
 - Transformées **localement** en jus et confiture.
 - Distribuées en **circuits courts** dans commerces locaux, cantines, ...

TOMATE

SI FRAICHE, DE SAISON ET LOCALE

- Peu d'énergie
- Peu de transport

EN HIVER

- Serres chauffées
- ou production massive dans pays secs et besoin de beaucoup d'eau

EN CONSERVE

- Surplus d'énergie pour mise en conserve
- Production et recyclage emballage
- Transport vers usine

COURGETTE

En Belgique

cultivée de juin à septembre

Si vient du Maroc

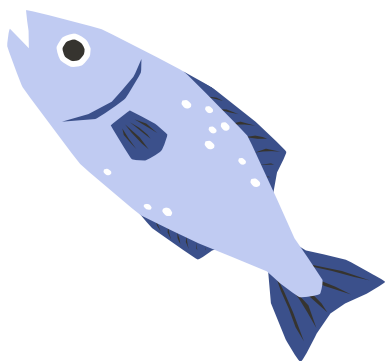
3 000 km pour arriver dans notre assiette (camion, bateau, avion)

Beaucoup d'eau pour sa culture

SALADE VERTE

- En hiver, cultivée en serres chauffées.
- 1 salade = 1 L de pétrole (chauffage, transport, emballage)
- Si pas bio : produits chimiques (contre bêtes, tâches, ...) + engrais
- Emballage plastique

POISSON



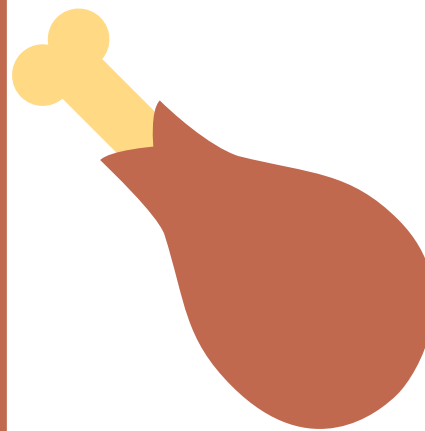
www.cap2030.be

BOEUF



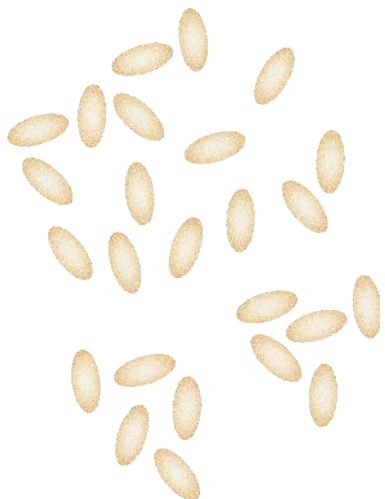
www.cap2030.be

POULET



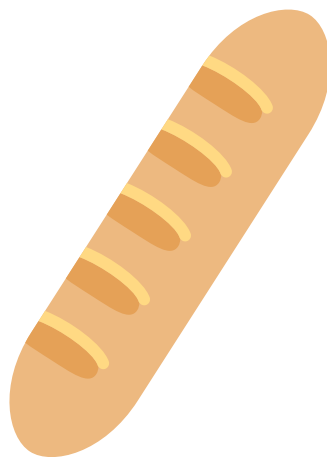
www.cap2030.be

RIZ



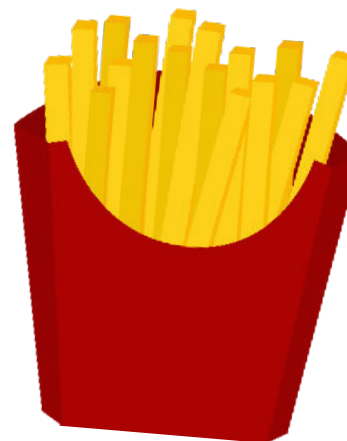
www.cap2030.be

PAIN



www.cap2030.be

FRITES



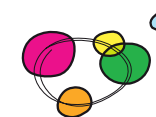
www.cap2030.be



**CAP
2030**

**SCENARIO
ALIMENTATION
EN FRANCAIS
FACILE**

www.cap2030.be



associations21
POUR UN DEVELOPPEMENT DURABLE

Avec le soutien de



POULET

- **Élevage intensif** = 18 poulets par m² !
- Dans les aliments pour poulets, parfois jusqu'à 30 **additifs** (colorant, conservateur ou exhausteur de goût).
- **Terres** : culture de céréales (maïs) pour nourrir les animaux et pas directement les humains
- Les poulets peuvent venir congelés et de loin comme du Brésil.
- Certains pays autorisent les antibiotiques.

BOEUF

Beaucoup d'espace nécessaire pour la pâture et la culture des céréales => déforestation

1 kg de viande de bœuf =

- 16 000 litres d'eau = les douches d'1 personne pendant un an
- 10 kg de céréales (céréales produites intensivement dans les pays du Sud)
- 7 litres de pétrole

POISSON

DE MER

Surpêche :

- Épuisement des réserves des océans, menace d'extinction de 80% des stocks de poissons
- Bateaux industriels, bateaux usine, dynamite, ...
- 1/3 pêche rejeté (poissons et autres animaux marins morts)
- Destruction des fonds marins
- Label MSC

D'ELEVAGE

- Surpopulation dans les élevages
- Antibiotiques
- Label ASC

FRITES

- = pommes de terre transformées
- Aliments frits = facteurs de risque pour l'obésité, l'hypertension artérielle et d'autres effets sur la santé.
- Frites surgelées : jusqu'à 14 ingrédients dans leur liste => trop de sel, des additifs et du sucre !
- Frites surgelées : énergie transport et congélateurs

PAIN

PAIN INDUSTRIEL

- Farine de blé, eau, levure chimique et conservateurs
- Parfois pré-cuisson et congélation
- Beaucoup de déchets et de transport

PAIN BIO ET LOCAL

- Fabriqué de A à Z par un paysan-boulangier
- Variétés anciennes de grains moulus en farine semi-complète, meilleure qualité du pain => se conserve mieux et nourrit mieux.

RIZ

- Aliment de base de plus de la moitié de la population mondiale.
- 75% de la production en Asie.
- Les sachets de riz à faire bouillir libèrent des microplastiques en quantité importante au cours de la cuisson.
- Riz bio : pas d'herbicides, d'insecticides et de pesticides.