

FESTIVAL

ALIMENT TERRE



Notre avenir se joue dans nos assiettes



© Crédits : Lucien TV / Balles neuves

FICHE FILM

On mange quoi ? Des idées pour mieux se nourrir demain

Bertrand Delapierre, Sophie Roland / 2025 / Lucien TV,
Balles Neuves / 90' / Français



AVEC LE SOUTIEN DE :



EN PARTENARIAT AVEC :



ILS COORDONNENT ALIMENTERRE SUR LES TERRITOIRES :



Le présent document bénéficie du soutien financier de l'Agence Française de Développement, du fonds de dotation Biocoop, de la Fondation Daniel et Nina Carasso, du fonds de dotation Équité Partagée de la Fondation Léa Nature Jardin Bio et du fonds Olga Triballat. Les idées et les opinions présentées sont celles du CFSI et ne représentent pas nécessairement celles des organismes précités.

SOMMAIRE

SYNOPSIS	4
NOTRE AVIS	4
INTENTION	5
SÉQUENÇAGE.....	6
PROTAGONISTES.....	8
POUR ALLER PLUS LOIN	9
Qu'est-ce qu'un « bilan carbone » ?	9
L'impact de l'alimentation sur la santé	10
La restauration collective : un levier des pouvoirs publics pour une alimentation plus saine et durable.....	12
POUR PRÉPARER LE DÉBAT	14
Profil d'intervenants potentiels	14
Questions pour entrer dans le débat.....	14
Lien avec les interdépendances Nord/Sud	14
Lien avec les questions de genre	15
Idées d'animation avant/après la projection	15
Ecueils à éviter.....	16
Fiches thématiques	16
BIBLIOGRAPHIE	17

Coordonné par le CFSI et mis en œuvre par le réseau ALIMENT**TERRE**, le festival ALIMENT**TERRE** est organisé chaque année du 15 octobre au 30 novembre. Il a pour ambition l'appropriation par les citoyens des enjeux alimentaires du local au global afin qu'ils contribuent à la construction de systèmes alimentaires durables et solidaires et au droit à l'alimentation.

Parmi les outils proposés aux organisateurs, le CFSI a réalisé une fiche de présentation pour chacun des films de la sélection. Cette fiche est à utiliser avec un choix de **16 fiches pédagogiques** régulièrement actualisées, pour approfondir la ou les thématiques des films et préparer le débat.

Si vous souhaitez être accompagnés dans l'organisation de votre événement ALIMENT**TERRE**, n'hésitez pas à contacter le coordinateur ALIMENT**TERRE** présent sur votre territoire.

SYNOPSIS

ON MANGE QUOI ? DES IDEES POUR MIEUX SE NOURRIR DEMAIN

Bertrand Delapierre, Sophie Roland / 2025 / Lucien TV, Balles Neuves / 90' / Français

Consommation, empreinte environnementale, agriculture biologique, restauration collective, santé publique, surpêche, initiatives collectives

France

Qu'est-ce qu'on mange ? Cette question nous nous la posons depuis... depuis toujours en fait. Se nourrir, nourrir ses enfants, c'est la première des priorités. Pendant des siècles, nos modes d'alimentation n'ont pas beaucoup évolué. Mais ces 50 dernières années, notre façon de manger a été totalement bouleversée. Nos repas sont devenus plus variés, plus accessibles, plus rapides. Or cette opulence alimentaire a un prix : à elle seule, l'alimentation représente un quart de nos émissions de gaz à effet de serre. Il est urgent de repenser nos menus pour changer notre empreinte environnementale.

Et pour cela, pas la peine de sacrifier le goût et de renoncer au plaisir de manger !

Partout en France, Thomas Sotto part à la rencontre de celles et ceux qui ont des idées parfois toutes simples, parfois extraordinaires, pour continuer à nous nourrir en réduisant fortement notre impact. Familles confrontées au casse-tête du menu quotidien, restaurants et chefs qui repensent la portée de nos repas, sportifs et sportives, agriculteurs et agricultrices, entreprises industrielles décidés à combattre les idées reçues : on peut toutes et tous agir, quel que soit l'endroit où nous vivons, quel que soit notre pouvoir d'achat et surtout, quels que soient nos goûts !



NOTRE AVIS

On mange quoi ? est un documentaire particulièrement accessible et pédagogique. Il permet d'aborder une variété de sujets et d'initiatives, de la restauration collective à la distribution, en passant par la pêche et l'agriculture biologique. Des témoignages d'acteurs et actrices variés sont donnés, notamment de porteurs et porteuses d'initiatives innovantes et d'expertes ou experts comme Jean-Marc Jancovici, le créateur du Bilan carbone, et Sarah Martin de l'ADEME. Très facilement diffusable par extrait, le documentaire soulève les problématiques variées de nos systèmes agricoles et alimentaires tout en restant très optimiste sur les perspectives de l'avenir de notre alimentation. *On mange quoi ?* garantit de lancer de nombreux débats sur les façons de repenser nos habitudes alimentaires.

Adapté au public scolaire et au grand public.

INTENTION

Interview de Bertrand Delapierre réalisée le 13 mai 2025.

Pouvez-vous parler de votre parcours et de vos motivations à réaliser un film sur l'alimentation ?

Je suis réalisateur depuis une vingtaine d'années, mais à la base, je suis ingénieur de formation. Très vite, j'ai compris que je ne voulais pas passer ma vie derrière un bureau. J'ai commencé par filmer la montagne, les sports outdoor, et petit à petit, je me suis dirigé vers des films sur la nature et la science, avec souvent une dimension environnementale. Aujourd'hui, la moitié de mes productions traitent de ces questions.

Ce film sur l'alimentation est né d'une rencontre avec Jean-Marc Jancovici. On avait d'abord envisagé un sujet sur l'impact du ski sur l'environnement, mais très vite, l'idée de faire quelque chose de plus « grand public » s'est imposée. On a pensé à plusieurs thèmes : logement, transport, loisirs, vêtements... et l'alimentation. C'est ce dernier thème qui a été retenu par France Télévisions, et c'est sans doute le plus impactant. Ce projet nous a ouvert les yeux, à moi comme à l'équipe : on a changé nos habitudes en le réalisant.

On s'est beaucoup fait aider par la journaliste et autrice Sophie Roland, qui connaît bien ces questions-là. On avait une base de séquences prévues... mais très vite, en rencontrant les premiers acteurs sur le terrain, d'autres pistes se sont ouvertes. Chaque personne rencontrée nous orientait vers une autre initiative, une autre approche. On a ajouté presque la moitié des intervenants en cours de tournage.

Pourquoi l'alimentation représente-t-elle un enjeu majeur ?

L'alimentation représente environ un quart de notre empreinte carbone annuelle, ce qui est énorme — et pourtant, on n'en a pas toujours conscience. On parle souvent d'avions, de transports, de loisirs... Mais ce qu'on met dans notre assiette, trois fois par jour, a un impact tout aussi important. Il existe justement des leviers puissants, accessibles à tous. Il ne s'agit pas de tout changer du jour au lendemain. Mais à force de petits pas et de prises de conscience, on peut faire évoluer nos habitudes, pour notre santé comme pour celle de la planète.

Quels sont les leviers majeurs pour tendre vers une alimentation durable ?

Il y a plusieurs leviers concrets. Le plus évident concerne la viande : on en consomme aujourd'hui beaucoup trop, et c'est une source d'impact énorme. Pourtant, il est assez simple de réduire sa consommation progressivement sans tout bouleverser.

Ensuite, il y a des choses plus inattendues, comme les boissons : le transport, le plastique... On pense que c'est anodin, mais l'empreinte est bien réelle.

Et bien sûr, il y a les produits laitiers, le fromage notamment. Ce sont des emblèmes de la culture française, mais ils ont eux aussi un coût environnemental important, on le voit avec le comté par exemple.

Enfin, la pêche durable mériterait un film à elle seule — c'est un sujet trop méconnu, mais essentiel.

Quels sont les messages que vous souhaitez faire passer à travers ce documentaire ?

La télé n'est plus forcément le vecteur de communication qu'elle était à l'époque. Le fait d'être dans les festivals, ça permet de toucher des gens plus concernés par le sujet, des petites niches qui vont être catalyseurs de changements.

Nous, les gens qui avons travaillé sur le film, sommes quasiment tous passés à une meilleure alimentation. Je pense que le public peut le faire aussi. Tout le monde peut le faire, à son rythme. Pas besoin d'être un super-héros pour consommer différemment. Il suffit de commencer quelque part.

SÉQUENÇAGE

Introduction

00:00:00 à 00:07:43

Animateur et journaliste, Thomas Sotto propose de questionner notre alimentation et présente les quatre spécialistes qui interviendront tout au long du documentaire. Par comparaison de photos, il met en évidence l'évolution du panier alimentaire annuel d'un Français moyen. Entre les années 1950 et aujourd'hui, les modes de vie ont bien changé et les produits bruts ont fait place à de grandes quantités d'emballages. Quel est le bilan carbone de notre alimentation ? Quels sont les impacts sur la biodiversité ? Et quelles sont les réponses ?

« Défi Foyers à Alimentation Positive » dans la Sarthe

00:07:43 à 00:19:43

Une initiative collective portée sur le territoire a permis à des citoyens de prendre davantage conscience de leur alimentation et de changer petit à petit leurs habitudes : favoriser le lien entre les producteurs et les consommateurs, engendrer une dynamique de consommer local, éviter les transports et les emballages... mais aussi réapprendre à cuisiner les produits de saison. Le film déchiffre le bilan carbone de la tomate, des tickets de caisse et du coût de notre alimentation. Le retour au marché et à la cuisine est écologique, mais aussi bénéfique à la santé, au goût, et au porte-monnaie ! Au bout de 4 mois, les participants au défi se retrouvent et font le bilan : beaucoup ont une meilleure alimentation en ayant changé quelques-unes de leurs habitudes.

Remplacer la viande ?

00:19:43 à 00:27:10

La viande a un fort impact sur l'environnement, représentant 65% à 70% des émissions de CO2 de notre alimentation, pourtant notre éducation nous pousse à croire qu'elle est nécessaire « pour être fort ». Deux sportifs de haut niveau remettent en question les idées reçues sur la viande et défendent un régime plus végétal. C'est le cas de Marie Dorin-Habert, championne olympique de biathlon qui sensibilise le public au lien entre la cueillette et l'assiette, par des promenades dans le Vercors et un restaurant qui sert des plats végétariens appétissants.

Les forêts nourricières

00:27:10 à 00:32:30

Visite de la forêt gourmande de Fabrice Desjours en Bourgogne, qui a développé ce concept. Son modèle inspire et suscite beaucoup d'intérêt : de nombreuses collaborations ont vu le jour, notamment avec l'INRAE. Aujourd'hui la France compte plus de 3000 forêts nourricières. C'est l'occasion d'apprendre à reconnaître les plantes comestibles et à élargir les possibilités culinaires.

Une alimentation de qualité accessible à tous : l'exemple de l'association VRAC

00:32:30 à 00:37:00

On peut aussi avoir une alimentation saine en habitant dans les quartiers populaires. L'association VRAC met en place des groupements d'achat pour soutenir les producteurs et garantir un prix accessible aux consommateurs. L'alimentation est une question de santé publique, notre première médecine. C'est aussi un vecteur de lien social. Avec ses 10 000 adhérents, l'association VRAC permet une dynamique de solidarité, de rencontres, et préserve la dignité des personnes en leur garantissant le choix de leur alimentation. Est présentée aussi l'exemple de la MESA, un restaurant social qui cuisine des invendus et propose des repas appétissants à bas coûts.

Le gaspillage et des initiatives anti-gaspi

00:37:00 à 00:43:30

Le gaspillage a des conséquences écologiques et économiques. Comment le réduire ? Nabil Zemmouri est devenu un youtubeur populaire en partageant des recettes alléchantes anti-gaspi et transformant les produits que certains mettraient à la poubelle en de délicieux mets. Il fait le parallèle entre la fin du monde et la fin du mois, et n'hésite pas à solliciter des chefs étoilés pour améliorer ses recettes.

Des labels d'écoresponsabilité pour les bars et restaurants

00:43:30 à 00:50:20

Comment savoir si les restaurants ont des pratiques éthiques ? Le label Ecotable valorise les pratiques écoresponsables des restaurateurs.

Les boissons représentent une part importante du bilan carbone de notre alimentation. Kevin Arquillo a créé le label ZEBI « zéro boisson industrielle » pour mettre en avant les enseignes qui vendent et fabriquent des boissons non industrielles.

Le levier des cantines scolaires et de l'échelle industrielle

00:50:20 à 01:03:00

La métropole de Dijon a passé toutes ses cantines scolaires en bio. 8 000 élèves sont concernées par cette mesure, et aiment ce qu'ils ont dans leurs assiettes. Visite de la légumerie et de la cuisine centrale qui fournit ces repas. Des ateliers pédagogiques sont aussi mis en place pour apprendre à identifier les légumes et légumineuses.

Réinventer le modèle agricole et agroalimentaire ? Trois exemples

01:03:00 à 01:11:00

Visite de la laiterie de Bruno Briffaut, qui transforme le lait produit à la ferme en yaourts bio. Puis visite du vignoble de Mélanie et Bernard Backhaus qui travaillent avec les animaux et produisent un vin de qualité, respectueux de l'environnement. Comment l'agriculture façonne-t-elle les paysages ? Quelles sont les solutions pour augmenter la biodiversité agricole ? Visite de la forêt jardin d'Audrey Brouxel, arboricultrice et pépiniériste qui développe un projet d'agroforesterie. Si toutes ces initiatives sont nécessaires pour amorcer une transition, il faut

repenser l'occupation des terres agricoles au niveau global : nourrir toute la population française en bio n'est possible qu'à condition de réduire la part réservée à la viande.

Entre pêche intensive et pêche durable

01:11:00 à 01:17:00

La même logique s'observe pour les ressources halieutiques, pêchées en masse : les filets de pêche des chalutiers détruisent les écosystèmes. Alors comment concilier pêche et préservation du milieu marin ? Rencontre avec Kenan Riou, pêcheur à la ligne de Saint-Quay-Portrieux, et Charles Guirriec, fondateur de l'entreprise Poiscaille qui commercialise des poissons issus de la pêche durable, et rémunère les pêcheurs à un bon prix.

La filière laitière : élevage, industrie, laboratoire... des initiatives de changement dans tous les secteurs

01:17:00 à 01:26:46

Question de la rémunération des producteurs. La libéralisation de la filière en 2018 a engendré un effondrement des prix et une crise laitière en France. Rencontre avec différents acteurs de la filière. Il est nécessaire de rémunérer correctement les producteurs pour encourager des pratiques vertueuses pour l'environnement. Les laitages représentent 20% de l'empreinte carbone de notre alimentation : comment réduire cet impact ? Certains industriels font des efforts pour optimiser les dépenses énergétiques et faire de l'énergie décarbonée. Puis visite d'un laboratoire parisien de microbiologie qui fabrique des protéines de vache à partir d'une technique de fermentation de précision.

Conclusion : Agir pour mieux manger

01:26:46 à 01:30:45

« La seule baguette magique c'est l'envie collective d'aller de l'avant » résume Jean-Marc Jancovici. Il y a différentes façons de se nourrir, de créer des cercles vertueux pour une alimentation saine et accessible, de préserver la diversité du vivant, des recettes et des solutions. Alors qu'est-ce qu'on fait ? Qu'est-ce qui est efficace et équitable ?

PROTAGONISTES

- Thomas Sotto – animateur, journaliste
- Béatrice Morio – chercheuse en nutrition, INRAE
- Hélène Soubelet – directrice de la Fondation pour la Recherche sur la Biodiversité
- Sarah Martin – spécialiste en Agriculture et Alimentation, ADEME
- Jean-Marc Jancovici – ingénieur, créateur du Bilan Carbone
- Laurine Girault – chargée de mission Agriculture et Alimentation, Pays Vallée de la Sarthe
- Sandrine Reillon – participante au « Défi Foyers à Alimentation Positive »
- Théophile Briffaut – maraîcher bio
- Sandra Raveneau – formatrice cuisine
- Nikola Karabatic – triple champion olympique de handball
- Marie Dorin-Habert – championne olympique de biathlon
- Fabrice Desjours – développeur en forêts comestibles
- Boris Tavernier – co-fondateur du réseau VRAC
- Anne « Annita » de Gorsse – cuisinière-animatrice de la MESA
- Nabil Zemmouri – chef-cuisinier, Chef'n'Zem
- Frédéric Simonin – chef étoilé

- Camille Delamar – co-fondatrice et directrice générale de Ecotable
- Kevin Arquillo – fondateur de ZEBI
- Florent Darte – barman au Rosa Bonheur
- Franck Lehenoff – délégué à la transition alimentaire, Dijon Métropole
- Bruno Briffaut – directeur du GAEC Fermes d’Avenir
- Bernard et Mélanie Backhaus – viticulteurs
- Audrey Brouxel – arboricultrice et pépiniériste
- Kenan Riou – pêcheur à Saint-Quay-Portrieux
- Charles Guirrec – fondateur de Poiscaille
- Sébastien Heurbize – éleveur
- Simon Bonnet – directeur mondial de l’amont du lait et du développement durable
- Léonard Didiot – directeur de l’Usine d’Evron, Groupe Bel
- Romain Chayot – co-fondateur de Standing Ovation
- Alain Alexanian – chef étoilé

POUR ALLER PLUS LOIN

Qu’est-ce qu’un « bilan carbone » ?¹

Le Bilan Carbone® est une marque déposée qui désigne l’outil créé par Jean-Marc Jancovici et mis en place par l’ADEME (Agence de l’Environnement et de la Maîtrise de l’Énergie) en 2004. C’est l’une des principales méthodes pour calculer les émissions de gaz à effet de serre d’une activité donnée, bien qu’il existe d’autres protocoles de mesure. Plus généralement, on parle de « bilan carbone » pour nommer toute démarche qui vise à calculer les émissions de GES (gaz à effet de serre) dans le cadre d’une stratégie environnementale de réduction des impacts carbone sur la planète.

Quelle est la méthodologie Bilan Carbone® ?

Six principaux gaz à effet de serre sont identifiés dans le cadre des observations sur le changement climatique d’origine anthropique. Afin de modéliser la contribution à l’effet de serre générée par les activités humaines, le GIEC (Groupe d’Experts Intergouvernemental sur l’évolution du Climat) a mis en place un système dit d’équivalence CO2 pour créer une unité de mesure commune. Pour connaître les émissions provenant d’une activité humaine, la formule de calcul est : **Émissions de CO₂ = Quantité utilisée x Facteur d’émission**

L’empreinte carbone porte sur les **différentes étapes du cycle** de la vie d’un objet ou d’une activité, de sa conception jusqu’à sa fin de vie. Ainsi l’empreinte carbone d’un ordinateur fixe avec appareil est obtenue en additionnant les émissions carbonées qui résultent de son processus de fabrication (création des composants, transport, emballage), soit 1 280 kg CO2 éq/appareil.

Tel que défini par l’ADEME, le Bilan Carbone® est une évaluation des émissions de gaz à effet de serre d’une structure, en six étapes, qui permet d’instaurer un plan stratégique de réduction des émissions.

Selon le périmètre de calcul pris en compte, on peut adresser un bilan carbone simple ou un bilan carbone complet d’une activité ou d’une structure.

¹Capitaine carbone : <https://www.capitaine-carbone.fr/bilan-carbone/>

Ces périmètres sont appelés « scope » :

- le scope 1 désigne l'ensemble des émissions produites dans le périmètre direct de la structure
- le scope 2 désigne les émissions qui sont le résultat du processus de production des ressources énergétiques
- le scope 3 désigne l'ensemble de toutes les émissions indirectes induites à l'amont (fournisseurs) et à l'aval (usage des produits).



Détails des postes d'émission couverts par les scopes 1,2 et 3

L'impact de l'alimentation sur la santé

Au niveau mondial, une alimentation déséquilibrée est un des principaux facteurs de risque de mortalité, avec environ 1 décès sur 5, et des problématiques nutritionnelles très contrastées selon les pays². La malnutrition, sous toutes ses formes, comprend la dénutrition (émaciation, retard de croissance, insuffisance pondérale), l'insuffisance des apports en vitamines ou en minéraux, le surpoids et l'obésité. Selon l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé), les gouvernements ont un rôle central à jouer pour créer un environnement alimentaire sain permettant aux populations d'adopter et de maintenir des pratiques alimentaires bénéfiques pour leur santé.

² Santé publique France : <https://www.santepubliquefrance.fr/presse/2023/role-de-la-nutrition-dans-la-prevention-des-maladies-chroniques>

En France, un Programme national nutrition santé (PNNS) donne les recommandations à suivre.

L'épidémie de surpoids et l'obésité : un problème systémique

En 2025, l'Unicef estime que « pour la première fois, la prévalence mondiale de l'obésité chez les enfants et adolescents en âge scolaire dépasse celle de l'insuffisance pondérale (9,4 %, contre 9,2 %). »³ L'obésité est devenu un problème plus important que la sous-nutrition !

Et pour cause : un environnement toxique créé par l'industrie des aliments ultra-transformés et des pratiques commerciales et publicitaires qui les promeuvent. Ces produits sont souvent moins chers que les aliments frais, fruits, légumes ou protéines, qu'ils remplacent petit à petit dans le régime alimentaire des familles. La faute ne revient ni aux enfants, ni aux familles, mais à un « échec de la société » déplore l'Unicef.⁴

Quelques chiffres⁵:

D'après l'OMS, au niveau mondial, le nombre d'adultes obèses a plus que doublé depuis 1990, et le nombre d'adolescentes et adolescents obèses a été multiplié par quatre.

En 2022, 2,5 milliards d'adultes (à partir de 18 ans) étaient en surpoids, soit près de **30% de la population mondiale**, dont 890 millions d'obèses. Et **8 % des 5-19 ans** dans le monde (163 millions) souffraient d'obésité, contre 3 % en 2000. En 2024, 35 millions d'enfants de moins de cinq ans étaient en surpoids.

Plus de 62% des personnes concernées vivent dans les pays en développement⁶.

Le surpoids est un facteur important de maladies non transmissibles (MNT) telles que les maladies cardiovasculaires, le diabète, les cancers, les troubles neurologiques, les affections respiratoires chroniques et les troubles digestifs. En 2021, environ 3,7 millions de décès dus à ces MNT étaient liés à un IMC (indice de masse corporelle) supérieur à la normale⁷.

Cela affecte la santé immédiate des enfants, ainsi que des adolescentes et adolescents, et a des conséquences psychosociales indésirables : répercussions sur les résultats scolaires, la qualité de vie, la discrimination et le harcèlement. Les enfants obèses risquent fort de le rester à l'âge adulte et présentent un risque accru d'être atteints de MNT en grandissant.

L'épidémie de surpoids et d'obésité a d'importantes incidences économiques. Les coûts mondiaux du surpoids et de l'obésité devraient atteindre 3 000 milliards de dollars des États-Unis (USD) par an d'ici à 2030 et plus de 18 000 milliards USD d'ici à 2060.⁸

Qui est le plus touché ?

Avec 160 millions de personnes concernées, les États-Unis sont le pays qui compte le plus de personnes obèses ou en surpoids dans le monde, devant la Chine, l'Inde, la Russie, le Brésil et le Mexique. Depuis les années 2000, l'écart entre pays riches et pauvres se réduit, avec des taux d'obésité et de surpoids qui s'envolent dans des pays du Proche et Moyen-Orient

³ Le Monde, septembre 2025 « L'obésité dépasse désormais la sous-nutrition chez les enfants et ados alerte l'Unicef » : https://www.lemonde.fr/sante/article/2025/09/10/l-obesite-depasse-desormais-la-sous-nutrition-chez-les-enfants-et-ados-alerte-l-unicef_6640202_1651302.html

⁴ Ibid.

⁵ OMS, « Obésité et surpoids » <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

⁶ Etude sur "la charge mondiale de la morbidité" (Global Burden of Disease) publiée en 2012 dans The Lancet https://www.sciencesetavenir.fr/sante/obesite-30-de-la-population-mondiale-touchee_19747

⁷ GBD 2021 Risk Factor Collaborators. "Global Burden of 88 Risk Factors in 204 Countries and Territories, 1990–2021: a systematic analysis for the Global Burden of Disease study 2021". Lancet. 2024; 403:2162–2203.

⁸ OMS, ibid.

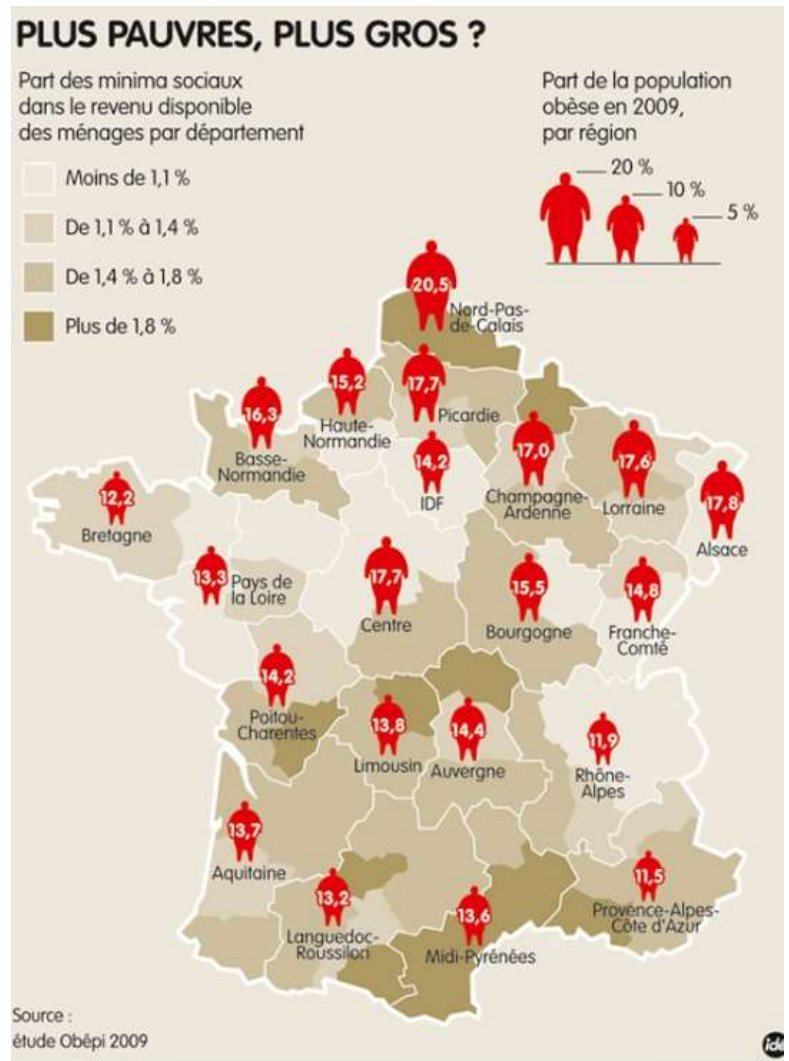
(Égypte, Libye, Arabie saoudite, Oman, Bahreïn et Koweït) touchant près de 70% de femmes. C'est également le cas dans plusieurs pays d'Amérique latine (Mexique, Salvador, Costa Rica, Honduras, Chili, Paraguay) et surtout dans les micro-états du Pacifique (îles Cook, Nioué, Nauru, îles Tonga, Kiribati ou Samoa) où le taux dépasse 80%⁹. Dans certains pays, on note même une coexistence de la sous-nutrition et de l'obésité, qu'on appelle alors le « double fardeau ».

En France, près de 17% de la population est en situation d'obésité, et près d'un Français sur deux est en surpoids. A l'échelle du territoire, les régions les plus touchées par le surpoids ou l'obésité sont aussi les régions **les plus touchées par la précarité ou les instabilités économiques**.

L'Observatoire des inégalités rapporte que l'obésité est près de **deux fois plus répandue au sein des catégories les plus modestes** (18 % chez les ouvriers et les employés) que chez les catégories plus aisées (10 % chez les cadres supérieurs), d'après l'édition 2020 de l'étude Obépi-Roche¹⁰.

L'obésité et le surpoids sont des phénomènes multifactoriels : entrent en cause des dimensions sociales, économiques et culturelles qui affectent plus fortement les populations en difficultés. Bien souvent ces dimensions sont négligées par les politiques de prévention et de soin de l'obésité, qui oublient qu'une population saine, c'est d'abord une population qui dispose de conditions de vies saines, y compris sur le plan économique, social et environnemental.¹¹

Chaque année depuis 2015, la **Journée Mondiale de l'Obésité**, célébrée le 4 mars, vise à sensibiliser à l'importance de la prévention, du dépistage et de la prise en charge de l'obésité. Elle est organisée par la Fédération mondiale de l'obésité en collaboration avec ses membres internationaux.



La restauration collective : un levier des pouvoirs publics pour une alimentation plus saine et durable

⁹ https://www.sciencesetavenir.fr/sante/obesite-30-de-la-population-mondiale-touchee_19747

¹⁰ Observatoire des inégalités : <https://www.inegalites.fr/L-obesite-touche-de-maniere-inegale-les-milieus-sociaux>

¹¹ Youmatter : <https://youmatter.world/fr/categorie-societe/obesite-inegalites-sociales-economiques-liens/>

En France, près de 3 milliards de repas sont servis chaque année dans les cantines des écoles, des hôpitaux, des entreprises¹². Pour beaucoup, c'est le seul repas équilibré de la journée. La restauration collective représente ainsi un levier important pour relocaliser les systèmes alimentaires de la production à la consommation, réorienter l'offre vers des systèmes moins polluants, et offrir à tous l'accès à une alimentation saine et de qualité.

La restauration collective représente aussi 17,3% du soutien public au système alimentaire français, soit 8 395 milliards d'euros¹³ dépensés par l'Etat en 2021 pour soutenir ce secteur, d'après l'étude « L'injuste prix de notre alimentation. Quels coûts pour la société et la planète ? ». Selon les associations qui ont réalisé cette étude, puisque des dépenses publiques sont faites, il s'agit de les orienter vers des pratiques plus sociales et écologiques.¹⁴

Au niveau national, la loi EGalim de 2022 fixe un objectif d'approvisionnement à 50% de « produits durables et de qualité » (dont 20% minimum de produits biologiques) dans les repas servis en restauration collective. La loi Climat et résilience a élargi le champ des produits concernés et fixé un sous-objectif plus ambitieux pour les viandes et produits de la pêche et aquaculture. Toutefois le gouvernement constate que ces objectifs n'ont pas été atteint à cause de divers freins : déficit d'information, inflation, surcoûts, habitudes des chaînes d'approvisionnement, difficulté de traduire les engagements en action concrètes, etc.¹⁵

Comment inciter les acteurs de la restauration collective à changer leurs habitudes et valoriser des systèmes alimentaires plus sains et durables ? La question se pose sur tous les territoires.

ZOOM sur l'Afrique de l'Ouest – Bénin, Burkina Faso, Sénégal et Togo :

Un rapport réalisé par le CFSI, qui conduit avec le Réseau des organisations paysannes et de producteurs de l'Afrique de l'Ouest ([Roppa](#)) un cycle de capitalisation et d'échanges, décrit les politiques et les initiatives d'alimentation scolaire dans quatre pays ouest-africains.¹⁶

L'alimentation scolaire est perçue par les décideurs comme un outil de protection sociale aussi bien qu'un outil de développement local assurant des débouchés aux agriculteurs. Pourtant, bien que des mesures aient été prises pour favoriser les achats locaux, elles peinent à être mises en œuvre. Cela traduit notamment les difficultés des petits producteurs et leurs organisations à s'insérer dans les marchés publics. Les trois principaux freins identifiés sont : le poids des procédures d'accès ; les délais de paiement des institutions publiques que les petits producteurs ne peuvent pas supporter ; et la question de la qualité.

¹² Fondation pour la Nature et l'Homme : <https://www.fnh.org/la-restauration-collective-formidable-levier-pour-une-alimentation-saine-pour-tous-et-toutes/>

¹³ Source : Basic et I4CE, 2024.

¹⁴ « L'injuste coût de notre alimentation », 2024 : <https://www.secoures-catholique.org/sites/default/files/03-Documents/SYNTHESE-CoutCache2024-KN%20-WEB%20%281%29.pdf>

¹⁵ Site officiel du gouvernement : <https://agriculture.gouv.fr/amelioration-de-la-qualite-des-repas-en-restauration-collective-mobilisation-des-acteurs-et>

¹⁶ <https://www.alimenterre.org/l-alimentation-scolaire-en-afrique-de-l-ouest-etat-des-lieux-2023>

POUR PRÉPARER LE DÉBAT

Profil d'intervenants potentiels

Inviter des intervenants qui connaissent les enjeux Nord et Sud.

- Acteurs impliqués dans la restauration collective : cuisine, approvisionnement, production, établissements scolaires (administration, gestion, intendance...)
- Membres de PAT Projets alimentaires territoriaux
- Agriculteurs et agricultrices
- Associations et organisations professionnelles agricoles françaises
- Experts de la santé et de la nutrition
- Membres de l'association VRAC
- Les protagonistes du film
- Acteurs impliqués dans le commerce équitable. Ex : des membres de Commerce Équitable France, Artisans du monde, l'association FAIR[e] un monde équitable...
- Chercheurs et universitaires spécialisés sur les questions d'alimentation durable
- L'association Poiscaille

Questions pour entrer dans le débat

- **Avant la projection** : quelle est la part de l'alimentation dans l'empreinte carbone ? (Réponse : 1/4 de l'empreinte carbone)
- Faire des sondages à main levée et les comparer aux statistiques présentées dans le film (ex. sur le temps passé à cuisiner)
- Questions autour de la santé : quel est le coût réel d'une « mauvaise » alimentation ? (Insister sur rentabilité économique d'une alimentation saine et locale) Quels sont les impacts sur la santé (ex. pesticides, sucre, aliments ultra transformés, valeur nutritive des aliments, etc) ?
- Pourquoi consommer des fruits et légumes de saison participe à une alimentation durable ? Où trouver des recettes pour les cuisiner ?
- Parmi les initiatives proposées, lesquelles vous paraissent le plus pertinentes et/ou facile à appliquer ? Auxquelles pouvez-vous contribuer ?
- Quels sont les freins et leviers pour développer des circuits courts entre lieux de production et de consommation ? Quels rôles peuvent jouer les organisations paysannes et les associations de promotion d'une consommation responsable ?
- Quel rôle des pouvoirs publics dans le développement du bio et du local ? Comment réglementer les multinationales ? Peut-on se passer d'elles ?

Lien avec les interdépendances Nord/Sud

- Voir l'impact des différents produits que nous consommons sur les autres pays : fruits et légumes importés, produits ultra transformés...

- Voir les impacts de la surpêche européenne sur les ressources halieutiques en Afrique de l'Ouest et dans le monde
- L'empreinte écologique de la France et des pays du Nord est bien supérieure à celle des pays du Sud. Les pays du Nord sont les principaux responsables des dérèglements climatiques qui touchent disproportionnellement les pays du Sud
- Comment des changements de nos systèmes alimentaires, comme la relocalisation de l'alimentation, peuvent affecter positivement les producteurs du Sud ? Et même les conditions des producteurs européens ?
- Est-ce que les sociétés en Afrique consomment local ? Pourquoi ? Quel est l'impact de la mondialisation du système alimentaire sur le consommer local en Afrique de l'Ouest ? Quel(s) modèle(s) sont possibles dans les pays du Sud ?
- Le « consommer local » est-il compatible avec les échanges internationaux ? Quid du commerce équitable ?
- Parallèle avec les initiatives d'agroforesterie, notamment en Afrique de l'Ouest
- Parallèle avec les initiatives autour des cantines scolaires en Afrique de l'Ouest.

Lien avec les questions de genre

- Quelle est la répartition du travail domestique au sein d'un foyer ? Qui s'occupe le plus souvent des courses et des repas ?

Selon l'Observatoire des inégalités, des avancées existent mais le partage reste inégalitaire. En France 68 % des femmes font la cuisine ou le ménage chaque jour, contre 43 % des hommes¹⁷. En moyenne, les femmes s'occupent à 65 % du travail familial (dont les soins aux enfants).¹⁸

Idées d'animation avant/après la projection

Retrouvez tous les outils pédagogiques sur alimenterre.org.

- Malette pédagogique « [A table ! Qui mange quoi?](#) »
- « [Qu'est-ce qu'on mange ? A la table des idées reçues](#) » : court-métrage réalisé par l'association VRAC de la région bordelaise et Périphéries Productions
- [Fresque du climat](#)/empreinte carbone
- Animation autour de maraîchers qui fournissent les cantines (liens avec le bio, la proximité, les politiques publiques...)
- Exposition « [Circuit court VS circuit long](#) »
- Préparation d'un repas local et de saison. ex : Soupe durable et solidaire
- Infographie : [Les pommes de la discorde](#) / Jeu : [Pommes de discorde, jeu pommique](#)
- [Webdoc Commerce équitable et relocalisation de l'alimentation](#)
- Vidéo [Alimentation durable : des idées qui changent la vie !](#)
- Q-sort / « [Parlons bio, parlons bien !](#) »
- Ateliers [La solution est dans notre assiette ?](#)

¹⁷ <https://www.inegalites.fr/inegalites-taches-domestiques-femmes-hommes>

¹⁸ <https://shs.cairn.info/revue-population-2021-1-page-155?lang=fr>

- [Jeu Alimen'terre](#) pour découvrir l'empreinte écologique de notre alimentation
- Outils d'animation de [« l'injuste prix de notre alimentation »](#)
- [Jeu du commerce alimentaire](#)
- Quizz « [food miles](#) » : pourquoi manger local ?
- Étude [Le revers de notre assiette](#) → décider collectivement du plat idéal c'est-à-dire quels changements à faire, tout en gardant du plaisir
- Débat mouvant / Se positionner sur deux axes (impact + et - / faisabilité)
- Escape Game « [De l'équi-libre à table](#) »

Ecueils à éviter

- Vouloir traiter tous les sujets
- Vouloir absolument montrer l'entièreté du film : il peut être séquencé (surtout en milieu scolaire)
- Culpabiliser les producteurs, les éleveurs, les consommateurs, ne pas respecter les choix de chacun et chacune
- Ne pas prendre de recul par rapport aux solutions présentées dans le film (bel et lait in vitro) ➔ point d'attention : bien s'informer avant de projeter cette partie
- Négliger les interdépendances Nord/Sud

Fiches thématiques

Pour préparer le débat nous vous invitons à consulter les fiches thématiques :

- [Empreinte alimentaire](#)

Notre planète alimentaire ne tourne pas rond. Une personne sur dix continue à souffrir de la faim tandis qu'une part croissante de la population est atteinte de maladies liées à la suralimentation. Les initiatives visant à se réapproprier un système alimentaire déficient ne sont soutenues qu'à la marge par les politiques publiques. Pour rééquilibrer le système à la faveur d'une alimentation saine et durable accessible à tous, l'implication des citoyens est incontournable. Car nos goûts et nos pratiques alimentaires ne sont pas sans incidence.

- [Climat](#)

L'agriculture fait figure d'accusée quand on parle climat. Elle est directement et indirectement responsable du quart des émissions globales de gaz à effet de serre (GES). Mais elle est également une victime, quand frappent sécheresses et inondations. La déforestation est également pointée du doigt, alors que les forêts sont une partie de la solution. Comment changer de direction ? En transformant le système agricole et alimentaire, pour qu'il soit moins émetteur de GES et permettent l'accès de tous à une alimentation de qualité, en avançant vers une gestion durable des forêts, puits de carbone indispensables et en faisant évoluer les politiques vers plus de cohérence au niveau mondial et local.

- [Pêche](#)

La pêche est une activité aussi ancienne que l'humanité. Cette activité de capture, de collecte de ressources vivantes est souvent reléguée au second plan comme une activité connexe à l'agriculture. De manière générale dans les débats publics les enjeux sont

souvent méconnus, son rôle est souvent sous-estimé dans les stratégies de sécurité alimentaire et de lutte contre la pauvreté et les inégalités. L'industrie de la pêche est très lucrative et s'accompagne de coûts environnementaux et sociaux avec notamment des conséquences dramatiques pour les communautés de pêcheurs artisans au Sud qui dépendent des ressources halieutiques pour leur subsistance.

BIBLIOGRAPHIE

Rapport du Secours Catholique – Caritas France, du réseau CIVAM, Solidarité Paysans et de la Fédération française des Diabétiques, « **L'injuste prix de notre alimentation, quels coûts pour la société et la planète ?** », 2024 : <https://www.secoures-catholique.org/agir/porter-nos-messages/linjuste-prix-de-notre-alimentation>

Sur le bilan carbone :

- Capitaine Carbone, « Qu'est-ce qu'un bilan carbone ? » : <https://www.capitaine-carbone.fr/bilan-carbone/>
- ADEME, Bilan GES : <https://bilans-ges.ademe.fr/>

Sur la santé :

- Organisation mondiale de la santé, « Obésité et surpoids », 2025 : <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Le Monde, septembre 2025 « L'obésité dépasse désormais la sous-nutrition chez les enfants et ados alerte l'Unicef » : https://www.lemonde.fr/sante/article/2025/09/10/l-obesite-depasse-desormais-la-sous-nutrition-chez-les-enfants-et-ados-alerte-l-unicef_6640202_1651302.html
- Mathilde Touvier, « Rôle de la nutrition dans la prévention des maladies chroniques », 2023 : <https://www.santepubliquefrance.fr/presse/2023/role-de-la-nutrition-dans-la-prevention-des-maladies-chroniques>
- Youmatter, « Obésité : le poids des inégalités sociales et économiques », 2023 : <https://youmatter.world/fr/categorie-societe/obesite-inegalites-sociales-economiques-liens/>
- Observatoire des Inégalités, « L'obésité touche de manière inégale les milieux sociaux », 2022 <https://www.inegalites.fr/L-obesite-touche-de-maniere-inegale-les-milieux-sociaux>
- Etude sur "la charge mondiale de la morbidité" (Global Burden of Disease) publiée en 2012 dans The Lancet : https://www.sciencesetavenir.fr/sante/obesite-30-de-la-population-mondiale-touchee_19747

Sur la restauration collective :

- Ministère de l'agriculture et de la souveraineté alimentaire, « Amélioration de la qualité des repas en restauration collective : mobilisation des acteurs et premiers résultats – analyse n°189 », 2023 : <https://agriculture.gouv.fr/amelioration-de-la-qualite-des-repas-en-restauration-collective-mobilisation-des-acteurs-et>
- Fondation pour la Nature et l'Homme, « la restauration collective, formidable levier pour une alimentation saine pour tous et toutes », 2022 : <https://www.fnh.org/la->

[restauration-collective-formidable-levier-pour-une-alimentation-saine-pour-tous-et-toutes/](#)

- « Des menus responsables dans votre RU », 2012 : <https://www.alimenterre.org/des-menus-responsables-dans-votre-ru>

En Afrique de l'Ouest :

- CFSI, « l'alimentation scolaire en Afrique de l'Ouest – état des lieux », 2023 : <https://www.alimenterre.org/l-alimentation-scolaire-en-afrique-de-l-ouest-etat-des-lieux-2023>
- Chaire UNESCO Alimentations du monde, 2025 « Les modes d'organisation des cantines au Sénégal et leurs effets socio-économiques » : <https://www.alimenterre.org/les-modes-d-organisation-des-cantines-au-senegal-et-leurs-effets-socio-economiques>
- Film « [Les cantines scolaires de la région de Dakar](#) », festival ALIMENT**TERRE** 2019

Dans le monde :

- FAO, Résumé de l'Etat de la sécurité alimentaire et de la nutrition dans le monde 2025 : <https://openknowledge.fao.org/items/4c2ed941-753b-4d9c-9c2c-c282c0a5a3fc>

La **campagne d'impact** autour du film *"On mange quoi ? des idées pour mieux se nourrir"* est soutenue par **la Fonction Carasso** et menée par **l'association le Médiaclub' Green**

Pour toute question concernant l'organisation d'un évènement, prendre contact
avec votre coordination ALIMENT**TERRE** : <https://www.alimenterre.org/le-reseau-alimenterre>



COMITE FRANÇAIS POUR
LA SOLIDARITE INTERNATIONALE

17.rue de Châteaudun.....Tél.: 33 (0) 1 44 83 88 50.....
F-75009 Paris

@ : info@cfsi.asso.fr.....
www.cfsi.asso.fr

