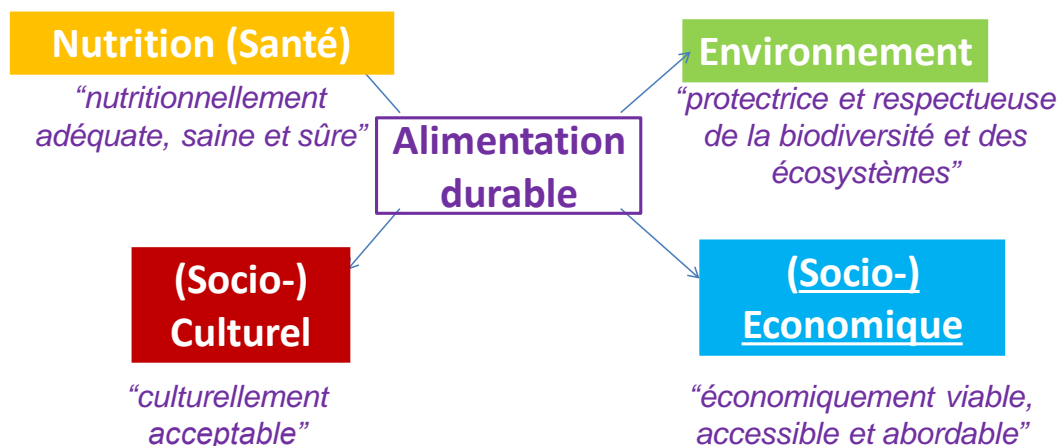
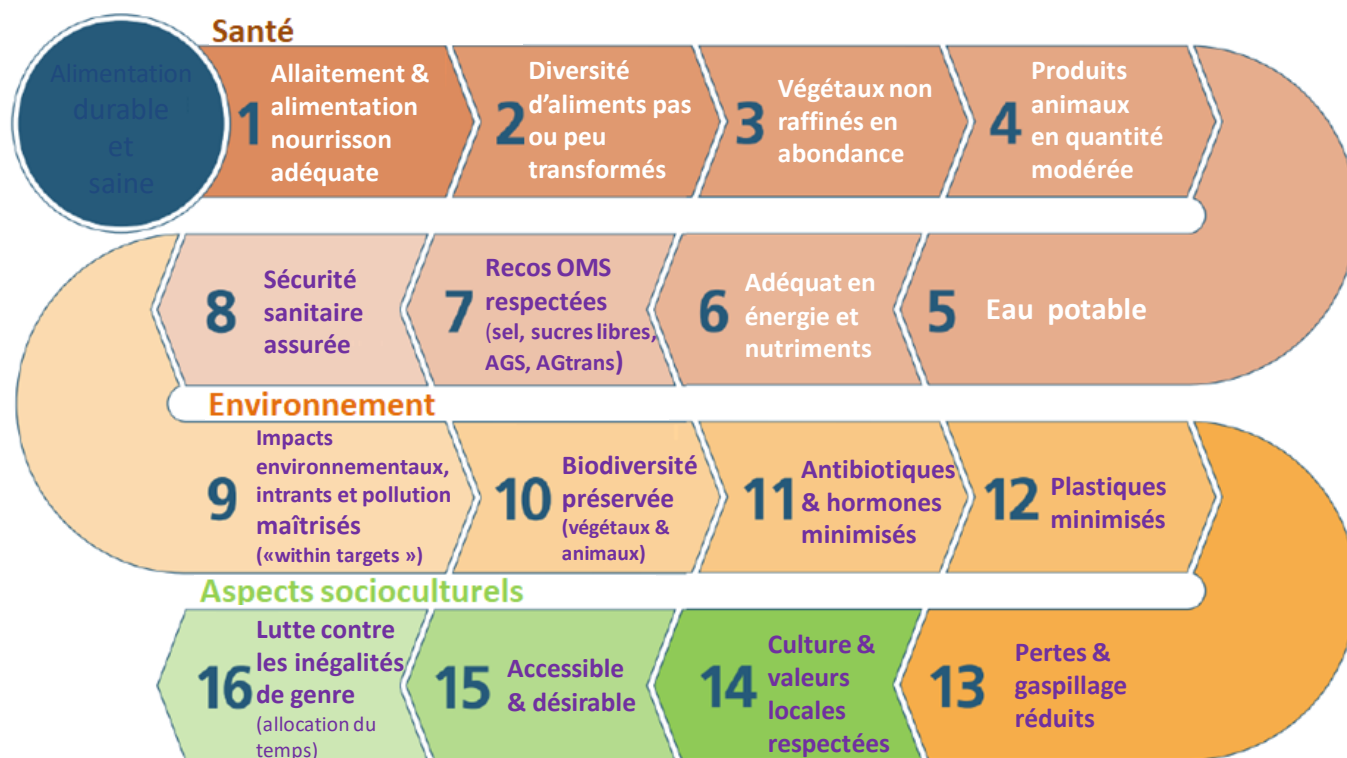


Définition de l'Alimentation Durable, FAO 2010



Principes directeurs pour des régimes alimentaires sains et durables, FAO&OMS 2019



Description détaillée de chaque levier. Les régimes sains et durables...

LEVIER 1 : se préparent dès le début de la vie avec l'initiation précoce à l'allaitement maternel, l'allaitement exclusif jusqu'à l'âge de six mois, et la poursuite de l'allaitement maternel jusqu'à deux ans et au-delà, associé à une alimentation de complément appropriée.

LEVIER 2 : sont basés sur une grande variété d'aliments non transformés ou peu transformés, équilibrés entre les groupes d'aliments, tout en limitant les produits alimentaires et les boissons hautement transformés.

LEVIER 3 : contiennent des céréales complètes, des légumineuses, des fruits oléagineux (noix, etc..) ainsi qu'une abondance et une variété de fruits et de légumes.

LEVIER 4 : peuvent inclure des quantités modérées d'œufs, de produits laitiers, de volaille et de poisson, et de petites quantités de viande rouge.

LEVIER 5 : incluent de l'eau potable et propre comme fluide de choix...

LEVIER 6 : sont adéquats (c'est-à-dire qu'ils atteignent mais ne dépassent pas les besoins) en énergie et en nutriments pour la croissance et le développement, et pour répondre aux besoins d'une vie active et saine tout au long du cycle de vie.

LEVIER 7 : sont conformes aux directives de l'OMS visant à réduire le risque des maladies non transmissibles liées à l'alimentation, et assurer la santé et le bien-être de la population générale.

LEVIER 8 : contiennent des niveaux minimaux, voire aucun si possible, d'agents pathogènes, de toxines et d'autres agents susceptibles de provoquer des maladies d'origine alimentaire.

LEVIER 9 : maintiennent les émissions de gaz à effet de serre, l'utilisation de l'eau et des terres, l'épandage d'azote et de phosphore et la pollution chimique dans les limites des objectifs fixés.

LEVIER 10 : préservent la biodiversité, y compris celle des cultures, du bétail, les aliments dérivés de la forêt et les ressources génétiques aquatiques, et éviter la surpêche et la chasse excessive.

LEVIER 11 : minimisent l'usage des antibiotiques & hormones dans la production des aliments

LEVIER 12 : minimisent l'usage des plastiques et dérivés dans l'emballage alimentaires

LEVIER 13 : réduisent les pertes et gaspillage alimentaires

LEVIER 14 : s'appuient sur et respectent la culture locale, les pratiques culinaires, les connaissances et les modes de consommation, ainsi que les valeurs relatives à l'origine, à la production et à la consommation des aliments.

LEVIER 15 : sont accessibles et désirables

LEVIER 16 : évitent les impacts négatifs liés au genre, notamment en ce qui concerne l'allocation du temps (par exemple pour l'achat et la préparation des aliments, l'acquisition d'eau et de combustible)

Auxquels nous avons ajouté 3 « leviers », pour tenir compte de :

17. Dimension économique : financièrement abordable pour le consommateur et rémunératrice pour le producteur

18. Dimension sociale : lutte contre inégalités sociales

19. Faisabilité : progressivité

Grille d'interprétation du photo expression : correspondance entre numéro photo et levier(s) FAO/OMS

N°	Thème de la photo	Levier	Levier
1	Dernier km des courses (en voiture très impactant)	9	
2	Pertes à la production	14	
3	Elevage intensif, origine production, viande rouge	14	4
4	Labels qualité, antibiotiques	10	11
5	Pas à pas	19	
6	Bio sous plastique	9	12
7	Diversité d'aliments peu ou pas transformés, équilibre	2	6
8	Ticket de caisse, budget	17	
9	Réchauffement climatique	9	
10	Epandage de produits chimiques	10	
11	Inégalités de genre	16	
12	Aide alimentaire	18	
14	Plastiques	12	
15	Circuits courts	14	
16	Abondance fruits et légumes, marché, aliments peu transformés	3	2
17	Transport alimentaire (par bateau moins impactant)	9	
18	Biodiversité, pollinisation, insectes	10	
19	Convivialité Trans générationnelle	14	
20	Céréales complètes, légumes secs	3	
21	Additifs, produits transformés	2	
22	Biodiversité, importance des haies	10	
23	Culture, valeurs locales, petit producteur	14	
25	Green washing	10	
26	Viande rouge	4	
27	Gaspillage au niveau du consommateur	13	
28	Eau potable et de qualité	5	
29	Surpêche	10	
30	Malbouffe, risque de maladies	7	
31	Diversité de produits animaux	4	
32	Poubelles de tri	13	
33	Rémunération des producteurs	17	
34	Insécurité alimentaire, faire les poubelles	15	18
35	Diversité de produits végétaux	3	
36	Jardin partagé	14	
37	Biodiversité, importance des insectes	10	
38	Sécurité sanitaire, contrôles	8	
39	Dernier km des courses (en vélo pas impactant), fruits et légumes	9	3
40	Transport alimentaire (par route très impactant)	9	
41	Courses supermarché, produits transformés	15	2
42	Pyramide alimentaire, respect des recommandations	6	
43	Culture locale, cuisiner ensemble	14	
44	Biodiversité, hérisson	10	
45	Eau potable, gaspillage	5	13
46	Déforestation	10	
47	Inégalités de genre	16	
48	Elevage bovin pâturage (plus vertueux)	14	