**En route vers le Forum 2022 (*2e volet*)**

***Mathieu BOULANGER et Arnaud VERDA***

La première étape de notre parcours vers le forum nous a amenés à nous questionner ensemble sur les émissions de carbone liées à nos modes de consommation. Nous vous invitons, au fil de ce parcours, à nous transmettre (*forumspiritain@gmail.com*) le compte-rendu de vos échanges et/ou vos objectifs « carbone », afin que ces éléments servent à alimenter la préparation de notre forum. Aujourd’hui, c’est le sujet de l’alimentation que nous allons aborder :

**2e étape : interrogeons notre alimentation**

**Problématique** : Le changement climatique va provoquer de plus en plus de perturbations du cycle de l’eau dans de nombreuses parties du monde et des baisses importantes de rendements des cultures. Parallèlement, notre système alimentaire (en prenant en compte toutes les étapes qui amènent le repas, *in fine*, dans notre assiette) a un impact très fort sur les émissions de gaz à effet de serre : production d’intrants, culture et élevage, transformation et emballage, transport du lieu de production à l’usine de transformation, au point de vente et au lieu de consommation. La bonne nouvelle est que nos choix alimentaires sont un des leviers avec lesquels nous pouvons facilement, directement, avoir un impact important en termes d’émissions de CO2. Mais cela implique de changer certaines habitudes culturelles bien ancrées.

Une image classique mais parlante consiste à comparer deux régimes alimentaires moyens : celui d’un américain (très carné) émet en moyenne 2,6 tonnes de CO2éq de plus que celui d’un indien (principalement végétarien). Un repas à base de céréales, légumes et fruits de saison produits localement, a un impact moitié moindre qu’un repas carné, avec des produits laitiers et des fruits et légumes hors saison qui ont beaucoup voyagé.

La nourriture évoque des sentiments forts et elle est enracinée dans nos cultures. Elle est associée à l’affection et à la célébration. Elle est au cœur du repas eucharistique. C’est d’abord en comprenant la place de l’alimentation dans sa vie que l’on peut réduire ses émissions de CO2.

**Questions pour la réflexion communautaire et familiale :**

* Qu’est-ce qui a influencé mes/nos choix alimentaires ?
* Qu’est-ce qui m’inquiète dans ce que je mange (nourriture industrielle, surpoids, maladies, additifs, surpêche, OGM…) ?
* Quels sont mes premiers critères de choix dans les achats alimen-taires (coût, qualité, label, provenance, type de production…) ?
* Est-ce que je suis conscient de la façon dont ce que je mange est produit, transformé, emballé, transporté ?
* Ai-je déjà réfléchi au lien vertueux, en termes d’alimentation, entre ma santé et la protection du climat ?

**Quels objectifs concrets nous donner pour l’année qui vient ?**

L’alimentation est un sujet complexe et affectif. Modifier ses habitudes alimentaires pour réduire son empreinte carbone ne peut se faire ni trop brusquement ni de manière punitive ou ascétique. Les changements qui ont le plus de chances de réussir sont :

* ceux que nous choisissons nous-mêmes ;
* ceux qui sont compatibles avec notre routine quotidienne ;
* ceux que nous adoptons progressivement et en continu.

(ex : un jour « végé » par semaine, fontaine à eau au lieu des bouteilles, etc.)

Voici quelques points de repère (en CO2éq / kg d’aliment) :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | *Viande rouge (veau : 63 kg, porc : ~20 kg, poulet : 8-10 kg)* *Produits laitiers (beurre : 13 kg)**Aliments très transformés**Fruits exotiques (avocat : 10 kg)**Aliments gras et sucrés**Eau en bouteille (0.4 kg)* |  | *Fruits et légumes frais**et de saison (< 1 kg)**Légumineuses (lentilles : 0.2 kg)**Fruits à coques, graines**Féculents (patates/blé : 0.6 kg)**Eau du robinet (0.001 kg)* |

**Prions**

Seigneur, toi qui prends soin des moineaux aussi bien que des hommes en procurant à tous le gîte et la nourriture selon leur besoin, aide-nous à acquérir un mode d’alimentation plus sain et respectueux de ta Création. Que nos repas deviennent louange à la diversité et à la beauté de tes dons, pour notre croissance et notre santé, en cohérence avec la croissance et la santé des autres habitants de notre maison commune.