



raisons
de végétaliser
votre
alimentation

1001

1001 façons d'agir



En France, nous souffrons d'un déficit flagrant d'information sur les conséquences néfastes de l'élevage. Les citoyens sont alertés sur la nécessité de revoir leurs pratiques en matière de transport, d'isolation des habitations, de limitation des pollutions industrielles, de tri des déchets, d'utilisation des sacs plastique, de consommation d'eau... En revanche, ils sont très peu informés de la nécessaire révision de leurs pratiques alimentaires. Nos choix ont pourtant une influence directe et majeure sur l'environnement, la faim dans le monde, la santé publique et, bien sûr, la vie de millions d'animaux.

La façon dont nous nous alimentons actuellement ne date que de quelques générations. Il n'y a rien d'impossible à aller vers de nouvelles évolutions dans les années qui viennent, dans l'intérêt des humains, des animaux et de la préservation de notre planète.

Le premier pas, primordial pour y parvenir, est que les pouvoirs publics s'engagent clairement dans cette démarche. Les effets néfastes de l'élevage et de la consommation de viande ne sont plus à démontrer. Aujourd'hui, le prix de la viande ne correspond pas à son véritable coût économique qui devrait inclure les coûts écologiques et de santé publique, et par là même remettre en question le système actuel de distribution des subventions et des aides.

Nous devons nous mobiliser pour que des mesures efficaces et concrètes soient rapidement mises en œuvre contre le soutien à l'élevage, pour la reconversion des éleveurs et en faveur du développement des productions végétales et du véganisme.

Nous pouvons tous agir efficacement à notre échelle, et notamment faire entendre notre voix de différentes façons.



Introduction	. 1
Sommaire	. 2
Agir de chez soi	. 3
Agir localement	. 4
Une exposition à votre disposition	. 5
Et demain ?	. 7

Références bibliographiques : les sources des données et leurs références sont disponibles sur le site viande.info. **Publié en mars 2017.**

Imprimeur : Déklic Graphique

AGIR DE CHEZ SOI

Dans son quotidien, par Internet, par courrier, par téléphone, beaucoup d'actions efficaces sont possibles.

Des millions d'animaux sont tués chaque jour en France dans une indifférence collective que nous pouvons combattre, chacun à notre échelle. Réagir et partager auprès de son entourage, ou via les réseaux sociaux, l'actualité de la question animale et les actions portant sur les animaux permet d'ouvrir une fenêtre sur leur sort.

Réagir et s'exprimer

De plus en plus d'articles abordent la façon dont sont traités les animaux, d'autres posent les questions éthiques qui devraient nous amener à reconsidérer nos rapports avec eux. Ces articles provoquent généralement beaucoup de commentaires, et il est utile de participer à ces échanges pour souligner qu'effectivement, ce sont des questions importantes qui méritent d'être débattues. Réagir aux émissions de radio ou de télévision attire également l'attention des médias : l'avis de leurs auditeurs compte ! Un coup de téléphone, une signature sur une pétition, un texto ou un mail peuvent faire entendre notre voix pour les animaux. On peut aussi écrire des articles sur des sites contri-

butifs comme Agoravox.fr, et certains sites d'actualités, comme Mediapart.fr, rue89, nouvelobs.com ou le HuffingtonPost, proposent également des espaces de contribution. Pour d'autres, il est possible de soumettre des articles via des formulaires en ligne ou le courrier des lecteurs.

Si l'inspiration est au rendez-vous, pourquoi ne pas tenir son propre blog, site ou page Facebook pour partager ce que nous inspire l'actualité, des réflexions ou des recettes sans cruauté.

Solliciter ses élus

Dans la politique de notre ville, dans les positions défendues par notre député(e), il peut y avoir matière à réagir ou à agir. Nous pouvons ainsi suggérer une meilleure prise en compte des intérêts des animaux. N'hésitons pas à leur écrire ou à les rencontrer.

Le site politique-animaux.fr de L214 constitue un véritable observatoire ayant pour objectif de visibiliser les positions des politiques vis-à-vis des animaux. Il répertorie peut-être même déjà des prises de position de nos élu(e)s !

S'informer sur la question animale !

De nombreux auteurs et des réalisateurs se penchent sur la question animale. Lire leurs écrits, voir leurs films, nous permet de progresser dans notre propre réflexion, d'affûter nos arguments. Pour en savoir plus : L214.com/lecture et L214.com/films

AGIR LOCALEMENT

De plus en plus de personnes s'engagent sur le terrain pour les animaux : rejoignons-les !

Adopter un mode de vie vegan est important : par ce choix, nous épargnons des animaux tout en participant à l'essor du véganisme. Nous pouvons même doubler notre impact en motivant une autre personne à changer ses habitudes de consommation. Et nous pouvons faire bien plus !

L'union fait la force

C'est uniquement grâce au soutien de leurs adhérents et bénévoles que les associations peuvent agir pour les animaux. Pourquoi ne pas soutenir L214 en devenant membre et/ou en rejoignant l'association lors de l'une de nos actions ? D'autres associations sont engagées pour les animaux en France, peut-être y en a-t-il une près de chez vous.

Pour être directement au contact d'animaux, il est possible de faire du bénévolat dans des refuges, dont certains recueillent des animaux d'élevage. Cela donne de l'espoir de voir ces animaux resca-

pés vivre aux côtés d'humains qui montrent que notre rapport à eux peut être bienveillant.

Au niveau local, de plus en plus d'événements autour de la question animale sont organisés : *Vegan Place*, actions militantes, événements culturels (projections, conférences), sorties conviviales et soirées VegOresto sont autant d'occasions de rencontrer d'autres personnes intéressées par cette thématique.

Être informé des actions animalistes :

Les personnes motivées peuvent organiser des actions dans leur région pour sensibiliser à la cause animale ou au véganisme. Contactez L214, l'association peut envoyer des supports, conseiller et relayer les initiatives : L214.com/contact

L214.com/lettre ou L214.com/agenda

ET DEMAIN ?

Nous avons du mal à concevoir la fin de l'exploitation des animaux tant notre système actuel repose sur elle. Mais le changement s'amorce ! Il devient essentiel de réfléchir à une transition de société. Des pistes de solutions existent déjà.

Il est plus que temps de sortir de l'élevage et de la pêche tant leurs méfaits sont nombreux, que ce soit pour les animaux, les humains ou l'environnement. **Mais par où commencer ?**

Les interrogations sont nombreuses et tout semble à construire. La seule certitude, c'est qu'un changement important de notre société sera nécessaire pour que les animaux ne soient plus considérés comme des ressources à notre disposition. Et le plus vraisemblable est que la société évoluera progressivement. Pour l'instant, forts des quelques solutions déjà mises en place, nous pouvons tenter de nous projeter dans la prochaine décennie et, pourquoi pas, envisager un futur plus lointain.

Les changements à court terme sont les plus faciles à appréhender. **Valorisation des productions végétales, réallocation des subventions aujourd'hui très largement attribuées aux filières de productions animales, reconversion des acteurs de ces filières, développement du véganisme semblent des voies toutes tracées.** La réallocation des subventions et le développement du végétal, en production et en consommation, représentent d'ailleurs des possibilités de reconversion et des débouchés conséquents. **Les professionnels de santé devraient bénéficier d'une formation sur l'alimentation végétalienne** : à l'heure actuelle, ce sujet est pratiquement absent des recommandations officielles et n'est pas abordé lors de la formation initiale en médecine. **Les professionnels de la restauration devraient, quant à eux, être formés à la gastronomie végane**

et apprendre à élaborer des menus équilibrés sans produits d'origine animale.

En ce qui concerne les animaux eux-mêmes, leur nombre suivra la diminution de la demande en viande, œufs et produits laitiers. Aujourd'hui, nous faisons naître (souvent par insémination artificielle) des milliards d'animaux avec pour seul objectif de les tuer, leur naissance n'étant conditionnée que par la demande. Aucun risque d'être un jour envahis par les animaux d'élevage ! Mais **cela signifie-t-il qu'ils vont tous disparaître ?** L'immense majorité des animaux d'élevage sont aujourd'hui enfermés en permanence dans les élevages intensifs : des millions de cochons, de bovins, d'oiseaux, de chèvres ne voient jamais la lumière du jour. Ils ne naissent que pour une vie de souffrances et de frustrations qui se conclut inéluctablement à l'abattoir.

Quelques privilégiés bénéficient cependant d'une vie heureuse : ce sont des rescapés qui vivent paisiblement dans des refuges, ou qui sont membres d'une famille au même titre que les chats ou les chiens. Nous pourrions ainsi envisager que des vaches, des moutons ou d'autres animaux vivent en semi-liberté tout en bénéficiant d'abris, de soins médicaux et de nourriture si besoin. **En broutant, ces animaux, non exploités, pourraient par exemple contribuer à l'entretien des espaces boisés ou agricoles.**

Les animaux sont des habitants de la Terre au même titre que nous. Apprenons à vivre en bonne intelligence avec eux, maintenant.



Une considération égale ne signifie évidemment pas un traitement identique, mais le respect réel des intérêts de chacun dans sa spécificité. Interdire à un animal de satisfaire ses aspirations et besoins et le tuer sans nécessité, comme c'est le cas pour la consommation alimentaire, est une des inégalités les plus criantes.

Pour en savoir plus sur l'alimentation végétale : vegan-pratique.fr

Vous souhaitez végétaliser votre alimentation ? Inscrivez-vous au Veggie-Challenge.fr

Cet accompagnement gratuit et convivial vous accompagne pas à pas grâce à des recettes et des conseils.