

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 plastiques, 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 vrai 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	. 3
Sommaire	. 4
Agir de chez soi	. 5
Agir localement	. 6
Une exposition à votre disposition	. 7
Et demain ?	. 9

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 les animaux.

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 sur Agoravox.fr, et certains sites d'actualités proposent également des espaces de contribution comme Mediapart.fr, rue89.nouvelobs.com ou le HuffingtonPost. 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 !

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 rejoindre 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 aux animaux 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



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



UNE EXPOSITION À VOTRE DISPOSITION

Climat, environnement, éthologie, choix alimentaires : l'exposition pédagogique de L214 est disponible gratuitement pour les mairies, collèges, lycées, tous lieux culturels ou événements ponctuels

L214.com/exposition

JE végétalise MON ALIMENTATION POUR SAUVER DES ANIMAUX

En moyenne, une personne mange 7000 animaux au cours de sa vie. Chaque repas sans viande épargne des animaux.

LES ANIMAUX, PREMIÈRES VICTIMES
 88 MILLIARDS D'ANIMAUX TERRESTRES SONT TUÉS CHAQUE ANNEE - PLUS D'UN MILLIARD BIEN QU'EN FRANCE - AINSI QUE 1000 MILLIARDS D'ANIMAUX MARINS.

En France, les animaux sont élevés dans des conditions de surpopulation, de maltraitance et de souffrance. Ils sont élevés dans des cages étroites, sans accès à l'extérieur, et génétiquement déformés pour produire toujours plus de viande, de lait ou d'œufs, plus vite.

LES ANIMAUX, CES ÊTRES SENSIBLES
 Comme nous, ils ont des sensations, des émotions, le désir de vivre et la volonté de ne pas souffrir. C'est pourquoi les animaux devraient être considérés comme des habitants de la terre, au même titre que nous.

Les 17 panneaux de cette exposition abordent plusieurs thèmes complémentaires et peuvent être présentés ensemble ou séparément.

L'élevage et le genre
 Les élevages sont gérés par des hommes. Les femmes sont sous-représentées dans le secteur agricole.

Éthique & animaux
 Pourquoi L214 ?

Le bien-être animal
 Les animaux souffrent de surpopulation, de maltraitance et de souffrance.

Consommation d'eau
 L'élevage consomme beaucoup plus d'eau que la production végétale.

Émission de gaz à effet de serre
 L'élevage contribue à l'augmentation des gaz à effet de serre.

Le bien-être animal
 Les animaux souffrent de surpopulation, de maltraitance et de souffrance.

Le bien-être animal
 Les animaux souffrent de surpopulation, de maltraitance et de souffrance.

OCCUPATION DU SOL
 L'élevage nécessite beaucoup plus de terres que la production végétale.

LA SUBCONSOMMATION DE PRODUITS ANIMAUX
 Les Français consomment trop de produits animaux.

L'ÉLEVAGE DE MASSE ACCROÎT LES ÉPIDÉMIES INFECTIEUSES
 L'élevage de masse favorise l'apparition de nouvelles maladies infectieuses.

L'ANTIBIOTIQUÉ
 L'usage excessif d'antibiotiques dans l'élevage contribue à l'antibiorésistance.

FACE AUX BACTÉRIES RÉSISTANTES, LES ANTIHISTORIQUES NE SONT PLUS EFFICACES
 Les bactéries résistantes aux antibiotiques sont devenues un problème de santé publique.

Le climat, solution
 Adopter une alimentation végétarienne est une solution pour réduire l'impact climatique.

LA DÉFORESTATION
 L'élevage contribue à la déforestation mondiale.

LES ÉMISSIONS DE GAZ À EFFET DE SERRE
 L'élevage est responsable d'une grande partie des émissions de gaz à effet de serre.

Le futur est végétal
 Vivre vegan, pour que tout le monde ait accès à une alimentation saine et durable.

La bonne nouvelle
 Les études montrent que l'adoption d'une alimentation végétarienne est bénéfique pour la santé.

Les végétaux
 Les fruits et légumes sont riches en nutriments et peuvent remplacer la viande.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de protéines et de fibres.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamines et de minéraux.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de calcium et de fer.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de potassium et de magnésium.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de zinc et de sélénium.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B12.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine D.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine E.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine K.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine A.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine C.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B1.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B2.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B3.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B5.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B6.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B7.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B9.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B10.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B11.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B12.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B13.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B14.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B15.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B16.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B17.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B18.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B19.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B20.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B21.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B22.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B23.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B24.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B25.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B26.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B27.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B28.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B29.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B30.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B31.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B32.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B33.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B34.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B35.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B36.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B37.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B38.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B39.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B40.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B41.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B42.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B43.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B44.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B45.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B46.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B47.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B48.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B49.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B50.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B51.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B52.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B53.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B54.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B55.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B56.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B57.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B58.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B59.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B60.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B61.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B62.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B63.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B64.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B65.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B66.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B67.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B68.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B69.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B70.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B71.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B72.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B73.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B74.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B75.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B76.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B77.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B78.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B79.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B80.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B81.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B82.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B83.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B84.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B85.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B86.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B87.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B88.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B89.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B90.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B91.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B92.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B93.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B94.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B95.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B96.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B97.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B98.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B99.

Les végétaux
 Les végétaux sont une source de vitamine B100.

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, reconversions 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 reconversions 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 en batterie : 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 broyant, 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