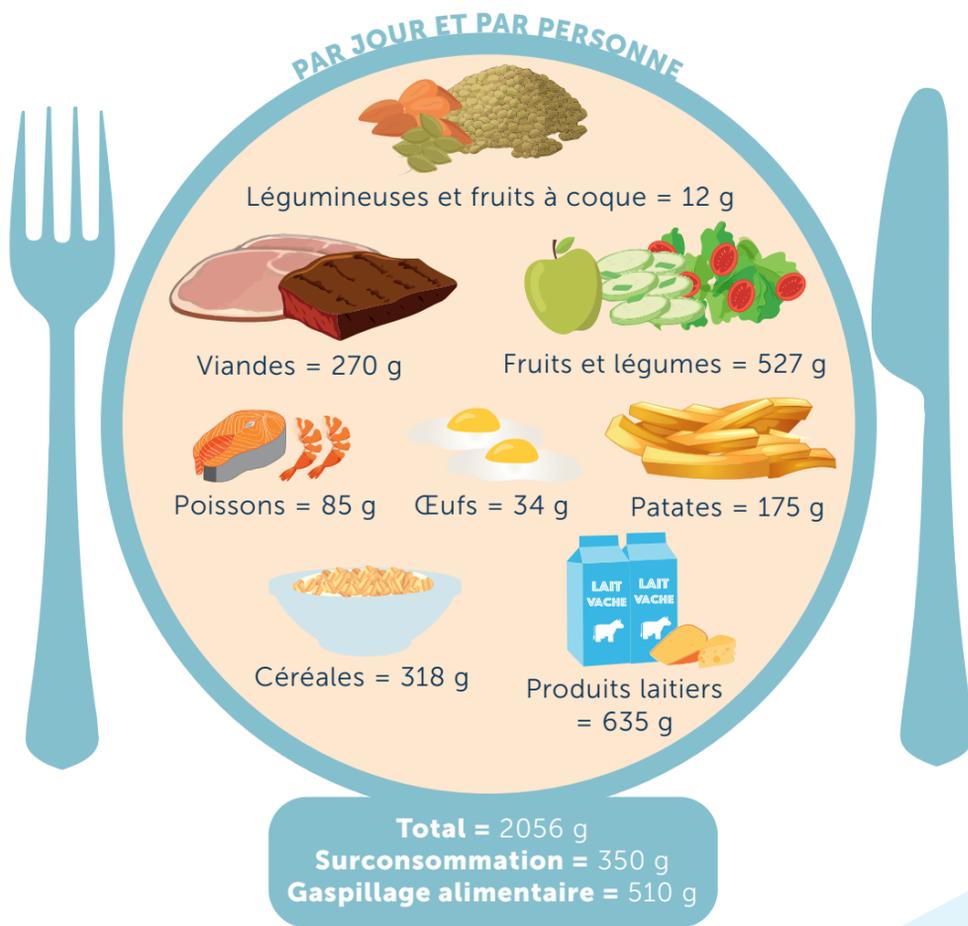


# L'ALIMENTATION, NOTRE 1<sup>ER</sup> IMPACT SUR L'EAU !

## 2 L'ASSIETTE IDÉALE

**Définition alimentations durables FAO 2010** : Les alimentations durables sont les systèmes à faibles impacts environnementaux, qui contribuent à la sécurité alimentaire des générations présentes et futures. Elles sont nutritionnellement correctes, sûres et saines, tout en optimisant les ressources naturelles et humaines.

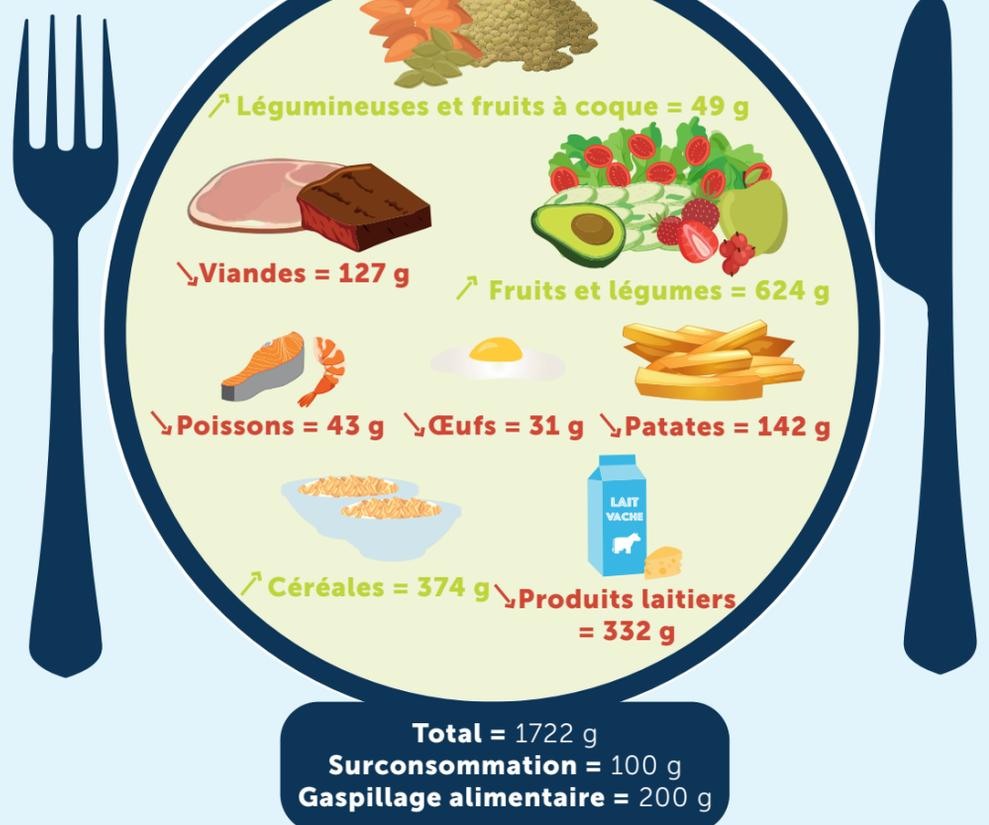


Les régimes alimentaires actuels poussent la Terre au-delà de ses limites et sont sources de maladies : **ils sont une menace à la fois pour notre santé et l'équilibre de notre planète.**

### RÉGIME ALIMENTAIRE ACTUEL

### RÉGIME ALIMENTAIRE IDÉAL 2030\*

Un régime riche en plantes et contenant une faible proportion d'aliments d'origine animale a **des avantages à la fois pour la santé et l'environnement.**



\*scénario Afterres2050 Solagro

Le +  
Water  
Family

Mesurez l'empreinte environnementale de votre assiette grâce à notre **calculateur du citoyen responsable !**



calculateur  
du citoyen responsable



WATER FAMILY  
DU FLOCON À LA VAGUE

RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE  
Liberté  
Égalité  
Fraternité

eau  
GRAND SUD-OUEST  
AGENCE DE L'EAU ADOUR-GARONNE