

Fiche pratique l'alimentation durable en unité de recherche

1. Contexte général

L'alimentation représente un enjeu central du développement durable, tant sur les plans environnemental (émissions de gaz à effet de serre, consommation d'eau, production de déchets), que social (conditions de travail, accès à des produits sains) et économique (soutien aux filières locales).

L'alimentation pèse environ **25 % de l'empreinte carbone nationale**. Cet impact est dû principalement à la composition de l'assiette – du type de nourriture au modèle agricole et de développement – en particulier la consommation de **produits carnés**. L'usage de **plastiques jetables**, le gaspillage alimentaire et l'origine des produits auront aussi un poids dans la quantité d'émission carbone et la destruction des écosystèmes de nos repas.

Ordre de grandeur



Paris-Toulouse en avion = 152kg Co2eq = 20,9 repas avec du bœuf = 298 repas végétarien

Paris-Toulouse en train = 1.4kg Co2eq = 0,19 repas avec du bœuf = 3 repas végétariens | NB : il existe 4 départs/jour

Source : ImpactCo2

La nutrition (alimentation + activité physique) est impliquée dans l'apparition de la plupart des maladies chroniques fréquentes (cancers, maladies cardiovasculaires, obésité, diabète Type 2, ostéoporose, etc.)

[source : [Inserm.fr](https://www.inserm.fr)]

Encourager les filières locales et responsables soutient l'emploi, la qualité et la santé ; manger des produits bruts, bio, local et non transformé et bon pour le tissu économique local et votre santé.

2. Enjeux pour les unités de recherche

Dans les unités de recherche — où se côtoient personnels, étudiants, doctorants, visiteurs et partenaires — les pratiques alimentaires du quotidien (pauses, restauration collective, réunions, séminaires, événements) constituent un levier concret pour réduire l'empreinte environnementale et promouvoir des comportements plus responsables.

Les laboratoires organisant régulièrement des événements, disposent de marges de progrès rapides : choix des produits, gestion des quantités, réduction des emballages et circularité, végétalisation de l'assiette.

3. Cadre réglementaire

Loi EGAlim (2018) et Loi Climat et Résilience (2021) – obligations pour la restauration collective publique :

- Au moins 50% de produits durables et de qualité, dont 20% de produits bio (2022)
- 100% de produits durables et de qualité pour les viandes et poissons (2024)
- Interdiction de rendre impropre à la consommation des denrées alimentaires consommables
- Obligation de proposer un contenant réutilisable composé de matière recyclable pour la vente à emporter
- Promouvoir des **menus végétariens** (au moins 1 repas végétarien par semaine dans les restaurants collectifs) – *obligatoire pour toutes les organisations Etatiques depuis 2023*
- Réduction des plastiques à usage unique.

Loi AGEC – Anti-Gaspillage pour une Economie Circulaire (2020)

- Obligation d'avoir une fontaine à eau dans les établissements recevant du publics (2023)
- Réduire de 50% le gaspillage alimentaire dans les cantines par rapport à 2015 et d'ici 2025

Décrets sur l'information des convives :

- Obligation d'afficher l'origine des viandes et certains produits.
- Obligation d'information sur la composition des menus pour assurer la transparence.

4. Actions concrètes

4.1. Réunions, séminaires et évènements scientifiques

Intégrer systématiquement une charte d'organisation événementielle durable, prévoyant :

- Des buffets majoritairement ou exclusivement végétariens,
- L'usage de vaisselle réutilisable,
- L'absence de bouteilles plastiques (carafes, fontaines),
- Inviter les participants à venir avec leur tasse et leur gourde
- La gestion des quantités selon le nombre réel de participants.

Privilégier des prestataires :

- Locaux,
- Engagés en circuits courts,
- Utilisant des produits bio et de saisons,
- Partenaire avec des ESAT ou des structures sociales,
- Proposant des options anti-gaspillage (don, redistribution, doggy bags).

4.2. Distributeurs automatiques

Remplacer par des paniers de fruits de saisons

Sensibiliser les gestionnaires à introduire :

- Des produits locaux,
- Des produits plus sains (moins transformés et moins sucrés),
- Des emballages compostables ou recyclables.
- Réduire la présence de bouteilles plastiques (favoriser canettes, fontaines à eau).

4.3. Sensibilisation et formation

Organiser des ateliers (cuisine durable, impacts du gaspillage, formation interne).

Communiquer via :

- Données issues de la recherche Inserm,
- Sensibiliser au Nutri-score
- Affiches sur la saisonnalité,
- Newsletters DD,
- Challenges “semaine du végétal”,
- Journées ou webinaires thématiques

5. Ressources utiles

- [Agribalyse](#) : Evaluer l'impact de ses plats sur l'ensemble du cycle de vie – un service gratuit de l'ADEME
- [Librairie de l'ADEME](#) – Référentiel alimentation durable & lutte anti-gaspillage
- Guide “Organisation d'évènements écoresponsables” ([lien](#))
- Guide « Tout comprendre : l'alimentation durable » - format papier ([lien](#))