

## Alimentation : 500 personnalités plaident pour un "lundi vert" sans viande ni poisson



La tribune, parue le 2 janvier dans les pages du Monde, invite tout un chacun à délaisser la viande et le poisson "chaque lundi" pour le bien-être de la planète.

Avec Atlantico.fr

Limiter le réchauffement climatique, cela passe aussi par modifier nos habitudes alimentaires. C'est dans cet objectif qu'une tribune, signée par quelque 500 personnalités et parue le 2 janvier dans les colonnes du [Monde](#), invite les lecteurs à rejoindre le mouvement "lundi vert". Le principe est simple : chaque lundi, délaisser la viande et le poisson au profit d'autres aliments tels que les légumes, légumineuses et féculents, nécessitant moins d'eau et d'énergie dans leur production. *"Pour la planète, et tous ses habitants, un super-pouvoir est dans votre assiette"*, explique le mouvement, qui sera lancé officiellement lundi 7 janvier.

### Les Français consomment trois fois trop de viande

Parmi les signataires les plus connus figurent les actrices Isabelle Adjani, Juliette Binoche, Cécile de France, Hélène de Fougerolles et Mylène Demongeot, mais également les animateurs Stéphane Bern, Frédéric Lopez et Allain Bougrain-Dubourg, le photographe Yann Arthus-Bertrand ou encore la Miss France 2012 Delphine Wespiser. Tous affirment par le biais de cette tribune le bien-fondé de ces "lundis verts", autant pour la planète (lutte contre les gaz à effets de serre, protection de la ressource en eau, déforestation) que pour notre santé (risques de cancer, diabète, maladies cardio-vasculaires), ainsi que le bien-être des animaux (qui font l'objet de *"traitements inacceptables durant leur élevage industriel ou leur abattage"*).

Le mouvement rappelle que *"la production de viande est l'une des activités humaines ayant les conséquences les plus néfastes pour l'environnement"*, notamment en raison du méthane relâché dans l'atmosphère, bien plus nocif pour la couche d'ozone que le gaz carbonique (CO<sub>2</sub>). Rappelant que la viande n'est *"absolument pas indispensable à l'équilibre alimentaire"* et que celle-ci est classée par l'OMS comme *"cause certaine de cancer"*, le mouvement "Lundi vert" appelle les Français à s'inscrire sur son site afin de suivre les participants à cette initiative au plus près. Aujourd'hui, chaque Français consomme en moyenne 1,5 kg de viande par semaine, soit trois fois plus que ce que préconisent les nutritionnistes.