

FRUITS ET LÉGUMES LOCAUX ET DE SAISON

Une étude de l'Observatoire Bruxellois de la Consommation Durable

L'Observatoire Bruxellois de la Consommation Durable est un partenariat entre

CRIOC

Centre de Recherche et d'Information
des Organisations de Consommateurs



BRUXELLES ENVIRONNEMENT

- IBGE -



Fondation d'utilité publique

Avec le soutien de la Ministre de l'Environnement et de l'Energie de la Région de Bruxelles-Capitale

Table des matières

Fruits et légumes : un choix sain et durable.....	3
Evolution de la consommation de fruits et légumes	3
Une consommation en croissance	3
Mais . . . une consommation toujours insuffisante	4
Caractéristiques nutritives des fruits et des légumes.....	5
Recommandations de consommation	6
Grignotages : préférer les fruits et légumes !.....	6
Questions environnementales relatives à la consommation de fruits et légumes.....	7
Des pressions environnementales en augmentation.....	7
Impacts environnementaux des modes production.....	8
D'où viennent les fruits et légumes que nous consommons ?.....	8
Pesticides	8
Production en serre.....	10
Modes de production plus respectueux de l'environnement.....	12
Transport	14
Traitement de préparation et de conservation.....	15
Emballages.....	17
Prix et information sur l'origine : des signaux pour des achats durables ?.....	18
Introduction	18
Dépenses consacrées aux fruits et légumes frais.....	19
Evolution des prix des fruits et légumes	20
Saisonnalité des fruits et légumes et impact sur les prix de vente et la consommation.....	21
Les fruits	22
Les légumes	23
Les lieux d'achat.....	24
Enquête de l'OBCD.....	25
Enquête « Mystery Shopping »	25
Compétitivité des paniers bio	29
Conclusions.....	31
Conseils	32

Fruits et légumes : un choix sain et durable

Les campagnes de promotion de la santé le répètent : les fruits et légumes sont des aliments indispensables à la bonne santé. Malgré une consommation en évolution, nous n'en consommons pas assez. Il importe donc de répéter les bienfaits d'une consommation importante de fruits et légumes. Ce dossier ne remet pas en cause cette invitation à accroître la consommation de fruits et légumes mais pose la question environnementale : quels choix de fruits et légumes sont à la fois bons pour notre santé et celle de la planète ?

Qui s'étonne aujourd'hui de manger des fraises et des tomates à Noël, des pommes de Nouvelle Zélande, des haricots du Kenya, des mangues, des aubergines thaï ? La banane est même devenue un des fruits préférés des Belges.

Nous oublions souvent que nos choix alimentaires exercent des impacts sur l'environnement. D'un point de vue environnemental, il n'est pas du tout équivalent de choisir de manger en octobre une pomme produite dans un verger flamand ou des framboises importées d'Israël en janvier. Une même différence existe entre une salade produite en pleine terre ou une salade élevée sous serre chauffée.

Dans ce dossier, nous allons voir comment la consommation de fruits et légumes frais, de saison, produits localement par des méthodes horticoles biologiques ou intégrées est un choix sain et respectueux de l'environnement : un choix d'alimentation durable.

Le dossier aborde successivement les questions suivantes :

- Comment évolue la consommation de fruits et légumes en Belgique ? En particulier, répond-elle aux normes prescrites en matière de santé ?
- Pourquoi la consommation de fruits et légumes préserve la santé ?
- Quels sont les principaux impacts environnementaux liés à la production et à la consommation de fruits et légumes ?
- Les pratiques commerciales - prix et information - aident-elles les consommateurs à faire des choix durables ?

Après quelques conclusions, nous proposons quelques conseils pratiques pour aider et encourager tous ceux qui souhaitent faire des choix plus durables : sains et respectueux de l'environnement.

Evolution de la consommation de fruits et légumes

UNE CONSOMMATION EN CROISSANCE

Ces dernières années, on enregistre une évolution positive de la consommation des fruits et légumes dans la population belge. Le Belge achète en moyenne 144 kg de fruits et légumes frais par an, soit respectivement 82 kg de fruits et 62 kg de légumes¹. Les pommes, les oranges, les bananes et les mandarines sont les fruits les plus consommés. La tomate est le légume préféré des Belges (10 kg par an), devant les carottes, les oignons puis les choux et la salade. Si l'entièreté des quantités achetées était consommée, ces chiffres d'achat représenteraient une consommation journalière moyenne de 225 gr de fruits frais et 170 gr de légumes frais, une consommation

¹ Distribution d'aujourd'hui, novembre-décembre 2004

correspondant à peine aux recommandations faites par l'OMS et reprises dans le Plan Nutrition-Santé. Mais il faut soustraire de ces quantités, les déchets (pelures et autres) et le gaspillage alimentaire. Or, l'enquête réalisée en 2004 par le bureau d'études RDC² montre que les fruits et légumes constituent une des catégories d'aliments les plus gaspillées. Les fruits et légumes représentent 22% des déchets organiques entamés et 60% des déchets organiques périmés que les ménages de la région de Bruxelles Capitale ont jetés dans leur poubelle tout-venant. Par an, chaque ménage bruxellois jette plus de 10 kg de fruits et légumes (fruits et légumes périmés et pelures, restes).

En moyenne par an, le Belge mange 77kg de fruits et 57 kg de légumes, soit 20 kilos de fruits et 20 kilos de légumes en plus qu'il y a 25 ans³. Exprimée en pourcentage, l'augmentation de la consommation de fruits est de l'ordre de 26% et celle des légumes de 57%.

En ce qui concerne les fruits, les Belges consomment surtout des fruits frais : 90% des dépenses liées à la consommation de fruits sont consacrées aux fruits frais, 6% aux fruits secs et 4% aux fruits en conserve. La consommation de légumes est plus variée : les légumes frais viennent en tête mais la consommation de légumes en conserve, préparés et surgelés n'est pas négligeable. 63% des dépenses liées à la consommation de légumes sont consacrées aux légumes frais, 29% aux légumes préparés ou en conserves et 8% aux légumes surgelés⁴.

La consommation de fruits et légumes varie selon l'âge et le type de ménage. Ainsi, les familles avec enfants achètent plus de légumes (en particulier des carottes). Les plus de 50 ans se tournent vers le céleri, les haricots, les légumes secs, les chicons et les asperges tandis que les jeunes sont plus friands de tomates cerises et de poivrons⁵.

Cependant, l'équilibre du régime alimentaire de la population belge ne s'est pas amélioré car l'apport énergétique (viande, graisses,...) a augmenté dans des proportions plus importantes.

MAIS . . . UNE CONSOMMATION TOUJOURS INSUFFISANTE

De nombreuses études montrent que notre alimentation est déséquilibrée, manque de variété, contient trop de graisses et pas assez de féculents, de vitamines et de minéraux.

Les fruits et les légumes contiennent toute une série de nutriments indispensables et sont excellents pour la santé. Pourquoi ne pas les inviter à notre table plus souvent?

Selon un sondage du bureau d'études Alter Echo, le Belge moyen mange un seul fruit et 100 à 150 gr de légumes par jour. 18% des Belges ne mangent pas de fruit du tout⁶.

Une enquête de l'Institut Scientifique de Santé Publique réalisée en 2004⁷, montre que 15% de la population en Belgique ne consomment pas assez de légumes⁸. En 2001, ce pourcentage s'élevait à plus de 20% ; la situation s'est donc sensiblement améliorée

² RDC Environnement & SITA, Analyse de la fraction organique des déchets ménagers, Etude réalisée en 2004 pour l'IBGE

³ Het laatste nieuws, 10 février 2006

⁴ Données INS 2004 -calcul CRIOC

⁵ La Dernière Heure, 27 avril 2006

⁶ Enquête réalisée par le bureau d'études Alter Echo en décembre 2004 auprès de 1000 personnes en Belgique

⁷ Enquête de santé par interviews, de l'Institut Scientifique de Santé Publique réalisée en 2004 Belgique

Les légumes "racines" (carottes, radis, navets,...) sont également source de glucides (amidon) dans des proportions moindres que dans les pommes de terre mais sensiblement plus élevées que dans les légumes verts.

Certains fruits sont également plus caloriques que d'autres (les cerises, bananes, figues, raisins) et doivent être consommés avec modération dans le cadre d'un régime alimentaire.

RECOMMANDATIONS DE CONSOMMATION

Le Plan national Nutrition Santé¹² conseille de consommer plus de 400 grammes ou 5 portions de fruits et légumes par jour. Selon l'OMS, la consommation de fruits et légumes devrait se situer entre 400 et 800 gr par jour (pour un adulte). 400 grammes constituent donc un seuil minimal. Manger plus de fruits et légumes permet d'améliorer la qualité de l'alimentation par l'apport de nutriments et d'éléments protecteurs utiles (vitamines, minéraux, fibres alimentaires, antioxydants et autres phytochimiques).

Les fruits et légumes sont reconnus comme des aliments bénéfiques pour la santé. De nombreuses études scientifiques étudiant le lien entre alimentation et cancer montrent que la consommation de fruits et légumes joue un rôle protecteur vis-à-vis de certains cancers (poumon, larynx, oesophage, estomac, intestin,...). En particulier, les fruits et légumes les plus riches en fibres jouent un rôle important dans la prévention du cancer du colon.

Une consommation régulière de fruits et de légumes permet également de réduire les risques de maladies cardiovasculaires.

Grâce à leurs qualités nutritionnelles, les fruits et légumes sont aussi un atout pour lutter contre le surpoids et l'obésité. En effet, leur consommation fournit un apport nutritionnel intéressant tout en limitant l'apport calorique. En outre, fruits et légumes exigent une mastication plus longue, ce qui prolonge la sensation de satiété et permet un meilleur contrôle de l'appétit. La grande diversité des fruits et légumes permet un régime varié et équilibré.

GRIGNOTAGES : PREFERER LES FRUITS ET LEGUMES !

Au bureau, dans les transports, avant les repas ou devant la télévision, les occasions de grignoter ne manquent pas. De plus, les tentations sont nombreuses, face à une offre alimentaire très diversifiée et facilement accessible ! Les grignotages entre les repas augmentent l'apport calorique journalier et donc les risques de surpoids, d'autant que l'on "craque" plus souvent pour des aliments trop sucrés ou gras. Pour attendre le repas suivant, il vaut mieux grignoter un fruit ou un légume frais.

Ci-dessous, la comparaison des caractéristiques nutritives de quelques encas¹³.

Valeur nutritive pour 100gr	lipides(g)	glucides (g)	protéines (g)	total (kcal)
Poire	0	9,4	0,57	39,88
Pomme avec pelure	0	10,44	0,26	42,8
Cerises	0	13	0	52
Cornflakes (30g) avec lait (125g)	4,05	19,51	1,46	120,38
Speculoos sans sucre	17	42,1	9	357,4

¹² Dans le cadre du Plan National Nutrition Santé, 4 guides ont été publiés. Chaque guide présente des conseils et informations pour une alimentation équilibrée adaptée aux différentes tranches d'âge (futurs mamans et enfants de 0 à 3 ans, enfants de 3 à 12 ans, enfants de 12 à 18 ans et seniors).

¹³ www.observ.be

Cake sans sucre	25,5	28,4	7	371,1
Barre Slim fast chocolat	12	72	3	382
Special K pomme, poire et noix	8	77	5	400
Nougat	8,5	77,3	4,4	403,3
Gaufre de liège (super)	22	58	6	454
Chocolat noir de noir	35	47	5,8	526,2

Questions environnementales relatives à la consommation de fruits et légumes

DES PRESSIONS ENVIRONNEMENTALES EN AUGMENTATION

Ces dernières décennies, les habitudes alimentaires du consommateur européen se sont modifiées considérablement¹⁴. Ce n'est pas tant les quantités que nous consommons qui ont évolué que le contenu de notre assiette. Des changements importants sont intervenus dans la composition de notre régime alimentaire ainsi qu'au niveau des modes de production et de distribution des aliments. Ainsi, nous mangeons plus de fruits et légumes, de viande de porc et de poulet, de poissons et de fruits de mer, de fromage et moins de pommes de terre, de lait et de viande bovine. Ces modifications sont dues à des évolutions sociales et familiales mais également à un profond bouleversement des marchés. En 1960, une épicerie proposait 2000 produits différents; aujourd'hui un supermarché en propose plus de 15000. On peut acheter au coin de la rue des aliments produits aux quatre coins de la planète et on trouve en toute saison une très large variété de fruits et légumes.

Mais ces évolutions ont augmenté les pressions que nos choix font peser sur l'environnement. Entre le producteur et le consommateur, de nombreux intermédiaires interviennent. Les circuits qu'empruntent les aliments se sont complexifiés, allongés. Les aliments sont transformés, traités, emballés.

Nos choix et habitudes alimentaires entraînent des pressions environnementales significatives, souvent indirectement au travers de la production agricole, de la transformation et du transport des aliments. Les impacts les plus importants proviennent des phases de production et de transformation en Europe et dans les autres régions du monde. Ces impacts sont dus notamment aux rejets produits par l'élevage, l'agriculture et les industries, à la surconsommation des ressources de pêche, à l'augmentation des transports, à la production de déchets, en particulier de déchets organiques et d'emballage.

Les impacts environnementaux directs de la consommation alimentaire, c'est-à-dire les impacts occasionnés directement par le consommateur, sont principalement liés à la consommation d'énergie pour des activités telles que le transport des courses, la réfrigération, la surgélation, la préparation, le lavage de la vaisselle. La consommation d'eau et la production de déchets sont aussi importantes. En Europe, on estime que chaque personne génère chaque année 160 kg de déchets d'emballage dont 2/3 sont d'origine alimentaire. Approximativement, un tiers des impacts environnementaux d'un ménage sont liés à la consommation de nourriture et de boisson.

Bien que la plupart des impacts environnementaux relatifs à la consommation d'aliments soient indirects, s'exprimant davantage lors des phases de production et de transformation, les consommateurs peuvent par des choix éclairés contribuer à diminuer ces pressions.

¹⁴ EEA Report "Household consumption and the environment" N° 11/2005

D'où viennent les fruits et légumes que nous consommons ?

Depuis une vingtaine d'années, la production horticole est en hausse partout dans le monde¹⁵. En 2005, la production mondiale s'élève à 508 millions de tonnes de fruits et 881 millions de tonnes de légumes. L'Asie est le principal producteur. Si certains pays produisent pour répondre aux demandes du marché intérieur, pour d'autres il s'agit avant tout d'exporter. Ainsi entre 1980 et 2005, les échanges mondiaux de fruits et légumes ont été multipliés par 8. Le continent européen produit 15 % des fruits et 11, 1% des légumes. L'union européenne est le premier importateur mondial et le second exportateur de fruits et légumes.

De même en Belgique, la production horticole est en hausse. L'essentiel de la production horticole belge est assurée par la région flamande mais la part produite par la région wallonne est aussi en augmentation.

En Belgique, 16.200 hectares sont consacrés à la culture fruitière dont 93 % sont occupés par des vergers et 7% par les petits fruits. La production est dominée par le pommier, le poirier et dans une moindre mesure par le cerisier. De plus, 282 ha sont consacrés à la production fruitière sous serre ou sous tunnel (fraisier).

La superficie consacrée à la production légumière (pour la consommation à l'état frais) atteint 9.689 ha en 2005. Les légumes frais produits sont principalement la chicorée witloof, les choux fleurs, la carotte, les petits pois et la laitue. De plus, 1.126 ha sont consacrés à la production de légumes sous serre.

Les superficies consacrées à la production légumière sous verre et à la culture fruitière en plein air stagnent mais les superficies dédiées aux cultures légumières de plein air et aux cultures fruitières sous serre se sont accrues

De plus en plus, les fruits et légumes sont transformés industriellement avant d'être consommés.

Pesticides

Les pesticides sont aujourd'hui très utilisés dans la production agricole, forestière et horticole. Environ 600 matières actives différentes sont utilisées en Europe¹⁶.

Selon les données FAO, la Belgique est un des états européens consommant le plus de pesticides à l'unité de surface. Ceci est du à l'orientation de la Belgique vers l'horticulture et le maraîchage. Ces cultures consomment beaucoup de pesticides par cycle de culture et, comme la production intensive permet plusieurs cycles de production sur une même parcelle au cours d'une année, les quantités de pesticides par unité de surface augmentent d'autant.

Quoique l'utilisation de pesticides fasse aujourd'hui l'objet de programmes de réduction et de bonnes pratiques, elle n'est jamais exempte de risques pour l'environnement et la santé humaine.

¹⁵ FAO

¹⁶ ECOTEC 1997, cité in Centre de Recherches agronomiques de Gembloux, « Recommandations, recherche prénormative et normes pour des filières agro-alimentaires végétales durables », Rapport aux SSTC.

Au niveau de l'environnement, les pesticides sont responsables de pollutions de l'air, des sols et des eaux ainsi que de fortes pressions sur la faune et la flore sauvages.

Ces pesticides peuvent nuire directement à la santé de l'agriculteur (par inhalation des produits) ou du consommateur (par ingestion d'aliments contaminés). La contamination des fruits et légumes par les pesticides a lieu au niveau des cultures et parfois après la récolte (conservation des agrumes, prévention de la germination des pommes de terre).

Une expertise scientifique collective menée par l'Inra et le Cemagref (France)¹⁷ a permis de dresser un état des lieux des pratiques de défense des cultures en France. Dans cette étude, les données concernant les productions traditionnelles légumières et fruitières indiquent que ces cultures sont "gourmandes" en traitements phytosanitaires :

- cultures légumières en plein champs, destinées à la transformation industrielle : 6 à 9 traitements par culture (3 herbicides, 1 à 2 insecticides, 2 à 4 fongicides)
- pratiques de désinfection du sol encore largement pratiquée de manière systématique, entre deux cultures légumières

L'arboriculture fruitière est caractéristique pour l'intensité de sa protection phytosanitaire. Le verger des pommiers est le verger de fruits le plus traité : en moyenne, 17,6 traitements fongicides et 10,5 traitements insecticides/acaricides.

Les fruits et les légumes présentés à la vente peuvent donc contenir des résidus de pesticides. Des taux maxima ont été fixés pour les résidus contenus dans les aliments¹⁸. Lors des contrôles, on observe un petit nombre de dépassements ; les légumes et fruits incriminés sont : les choux-fleurs, haricots, chicons, pommes de terre, pommes, fraises, bananes et kiwis. La plupart des infractions plus graves sont constatées en légumes verts, en céleris, raisins et pêches¹⁹.

La Commission européenne mène une enquête annuelle sur les teneurs en résidus de pesticides présents dans les aliments d'origine végétale. L'étude porte sur 6 fruits et légumes (chou-fleur, poivron, aubergine, concombre, petits pois et raisin) et 42 pesticides, dans 18 pays. 8600 échantillons ont été analysés, dont 92% étaient des fruits et légumes ou des céréales. 65 % ne contenaient aucun résidu détectable, 32 % présentaient des teneurs inférieures ou égales à la norme autorisée et 3,2 % dépassaient les limites autorisées (principalement poivron - 6%, raisin - 5%, concombre - 3%, aubergine - 3%). Les pesticides les plus souvent retrouvés lorsqu'il y avait dépassement des normes étaient des fongicides (fruits et légumes) et des insecticides (céréales).²⁰

L'AFSCA exerce un contrôle du respect des normes en matière de résidus de pesticides prescrites pour les fruits et légumes. En 2004, l'AFSCA a prélevé 1595 échantillons de fruits et légumes chez les producteurs, dans les criées, chez les importateurs, les grossistes et les détaillants. Des dépassements de la norme ont été constatés dans 4,7% des échantillons, essentiellement dans des échantillons de mâche, céleris, courgettes, salades de serre et fraises. 62 pesticides différents ont été détectés dans les fruits et légumes, essentiellement des fongicides.²¹ Mais le tout dernier rapport concernant la campagne d'analyse 2005, portant sur 488 échantillons de fruits et 834 échantillons de légumes, met en évidence une augmentation du dépassement des limites autorisées. En effet, 7% des

¹⁷ http://www.inra.fr/l_institut/missions_et_strategie/les_missions_de_l_inra/eclairer_les_decisions/pesticides_rapport_d_expertise

¹⁸ Arrêté royal du 13 mars 2000 fixant les teneurs maximales pour les résidus de pesticides autorisées sur et dans les denrées alimentaires (M.B. 10-05-2000)

¹⁹ "Sachez ce que vous mangez, Questions pour une bonne fourchette. Réponses à vos questions sur les substances étrangères dans l'alimentation." Brochure rédigée à l'initiative des filières Lait, Viande, Grandes Cultures et Horticulture, avec la collaboration du CRIOC. Juin 2001

²⁰ Commission européenne, Contrôle des résidus de pesticides dans les produits d'origine végétale dans l'Union européenne, en Norvège, en Islande et au Liechtenstein, rapport 2003, octobre 2005.

²¹ Rapport d'activités de l'AFSCA, 2004.

échantillons prélevés présentait des teneurs en résidus de pesticides trop élevées. Les fruits et légumes concernés sont essentiellement les légumes à feuilles et les herbes aromatiques fraîches ainsi que les myrtilles. Les dépassements sont le fait principalement des fruits et légumes importés tandis que la production nationale présente de meilleurs résultats²².

Bien que les autorités publiques en matière de santé se montrent rassurantes, il faut souligner que les connaissances sur l'effet cumulatif de faibles doses de pesticides sur la santé sont encore peu développées.

Un groupe de travail du Comité scientifique de l'AFSCA²³ s'est penché en 2001 sur la question de la sécurité chimique des produits issus de l'agriculture biologique et de l'agriculture conventionnelle. D'une part, il a synthétisé la littérature scientifique disponible et d'autre part, il a consulté les bases de données existant en Belgique sur les teneurs en pesticides et en nitrates.

De la revue de la littérature scientifique, il apparaît "i) qu'en matière d'intrants agricoles (pesticides, médicaments vétérinaires, engrais) les produits bio présentent moins de résidus même si les marges de sécurité sont très élevées pour les produits conventionnels; ii) que les risques liés aux contaminants biologiques (mycotoxines, phytotoxines,...) sont encore peu connus mais ne mettraient pas les produits bio systématiquement en position défavorable malgré quelques idées préconçues circulant dans certains médias; iii) que les risques liés aux contaminants environnementaux sont réellement pertinents et, en gros, comparables dans les deux secteurs de production. De l'examen des bases de données belges, il est ressorti que " Pour ce qui concerne les pesticides, il est apparu que dans le secteur conventionnel les teneurs concordent avec les résultats des programmes de surveillance officiels et que les produits bio ne contiennent que très peu de résidus non autorisés par ce mode de production. Néanmoins certains échantillons contenaient des résidus de pesticides autorisés par ce mode de production.

Comparaison de l'utilisation des pesticides dans les trois principaux types d'agriculture

Agriculture traditionnelle	Agriculture intégrée	Agriculture biologique
Nombreux traitements, appliqués souvent de manière préventive, sans attendre de signe d'alerte.	Uniquement les traitements nécessaires avec des produits phytosanitaires classiques ou quand c'est possible, avec des méthodes de lutte alternatives utilisées en agriculture biologique.	Les produits phytosanitaires de synthèse sont interdits. On traite quand il n'y a pas moyen de faire autrement avec des méthodes alternatives ou des produits naturels en ayant au préalable demandé l'autorisation à l'organisme de contrôle.

Production en serre

Pour pouvoir proposer une gamme variée et étendue de fruits et légumes tout au long de l'année, on recourt aux importations et à la production sous serre. Par production sous serre on entend production sous tunnel plastique, serre ou serre chauffée. Certains fruits et légumes sont donc cultivés en pleine terre en saison, sous tunnel ou en serre chauffée hors saison. C'est le cas par exemple des fraises : dès la fin mars, le marché propose des fraises belges, cultivées sous serres chauffées. En mai, arrivent les fraises cultivées sous tunnel plastique et en juin, les fruits de pleine terre. En 2002, 25.000 tonnes de fraises ont été produites sous serre chauffée ou sous

²² Rapport d'activités de l'AFSCA, 2005.

²³ Agence fédérale pour la sécurité de la chaîne alimentaire, SC Com 2001/35

tunnel plastique et 15.000 tonnes en pleine terre. D'autres fruits et légumes sont cultivés sous serre en Belgique : laitues pommées, poivrons, tomates, concombres, salades de blé, haricots, raisins...

Les cultures sous serre chauffées consomment des énergies fossiles et sont à l'origine d'émissions de CO₂, contribuant à l'effet de serre. Une étude de cas montre qu'une culture de tomates sous serre en Angleterre produit bien plus de CO₂ qu'une culture de tomates élevées en plein air en Espagne. La production de CO₂ supplémentaire est imputable au chauffage de la serre nécessaire pour maintenir des températures de 16 à 21°C. La production de CO₂ par kilo de tomates produites sous serre s'élève à 2.3kg tandis que pour les tomates d'Espagne, elle vaut 0.6 kg²⁴.

Au Pays-Bas, l'organisation "Milieu Centraal" a mené une étude sur l'impact environnemental de produits alimentaires. Ils ont pu montrer que la culture de fruits et légumes sous serre chauffée et le transport de ces mêmes produits par avion sur une distance de 4000 à 8000 km nécessitaient la même quantité d'énergie (80 MJ/kg²⁵).

Une étude du VITO²⁶ montre également que la culture sous serre en Belgique nécessite beaucoup d'énergie. Une serre non chauffée nécessite 220MJ/m² et une serre chauffée 1400MJ/m². Lorsque l'on sait que la récolte moyenne de tomates est de 50kg/m², on constate que la culture sous serre chauffée consomme 28MJ/kg tandis que la culture sous serre non chauffée ne consomme que 4.4MJ/kg.

Comparaison d'énergie consommée pour la production à ciel ouvert et sous serre²⁷

Laitue

Pour produire 1 kg de laitue, il faut consommer une énergie équivalant à 3,4 MJ dans une culture à ciel ouvert et 160 MJ en serre chauffée

Concombre

Il faut consommer environ 100 fois plus d'énergie pour produire un concombre sous serre qu'à ciel ouvert : 0,0076 litres de fuel par kilo de concombre cultivé à ciel ouvert contre 0,87 litres de fuel par kilo de concombre cultivé en serre chauffée

²⁴ Defra (2005). The Validity of Food Miles as an Indicator of Sustainable Development.

²⁵ www.milieucentraal.nl

²⁶ A. Derden, L. Goovaerts, P. Vercaemst, K. Vrancken "Beste Beschikbare Technieken (BBT) voor de glastuinbouw" Eindrapport, Vito 2005.

²⁷ A. Carlsson-Kanyama and Mireille Faist, Energy use in the food sector : a data survey, 2000

risques de contamination sont élevés. Elle utilise des méthodes classiques et des méthodes alternatives en tenant compte de plusieurs facteurs : fournir un produit de qualité, en minimisant l'impact sur l'environnement, mais en assurant une rentabilité suffisante à l'agriculteur qui doit vivre de sa production. Par contre, les méthodes de fertilisation sont identiques à celles de la production conventionnelle. En ce qui concerne les fruits à pépins, une législation³¹ oblige les producteurs à soumettre leurs produits à un système de contrôle indépendant.³²

L'asbl GAWI, créée en 1988 par un groupement d'arboriculteurs belges, est à l'origine du développement et de la reconnaissance de la production intégrée en Belgique. Actuellement, en région wallonne, 69% de la surface des vergers sont consacrés à la production intégrée de fruits à pépins. Depuis 1991, afin de valoriser ce mode de production et ce savoir-faire, le groupement a enregistré la marque Fruitnet. Pour en bénéficier, les producteurs doivent respecter un cahier des charges dont l'application est contrôlée par un organisme indépendant. Sur le marché belge, la coopérative fournit la majeure partie de sa production auprès du groupe Delhaize.

En Flandres, la criée belge de fruits BFV est la plus grosse organisation de producteurs, avec une part de marché d'environ 50%. Elle commercialise des fruits sous la marque Truval. Cette marque garantit des produits respectueux de l'environnement. Les fruits à pépins vendus sous cette marque répondent aux exigences de l'agriculture intégrée³³.

Flandria est un label de qualité pour les fruits et légumes. Ce label garantit un mode de culture respectueux de l'environnement défini par un cahier des charges. Cette démarche, appelée "Le Chemin Vert", provient de l'engagement de producteurs flamands concernés par la qualité et le respect de l'environnement. Des laboratoires indépendants et agréés exercent un contrôle externe³⁴. Les fruits à pépins vendus sous ce label répondent aux exigences de l'agriculture intégrée.

FILIERES DE QUALITE DIFFERENTIEE

A côté des produits issus de l'agriculture biologique et intégrée, il existe sur le marché belge des produits de qualité différenciée. La qualité différenciée est en principe une qualité supérieure à celle définie par les normes réglementaires. Par exemple, la pomme de terre Terra Nostra est une marque collective de qualité différenciée mise en place et gérée par une administration publique en collaboration avec les acteurs de la filière. Le cahier des charges porte sur la phase de production et sur les caractéristiques du produit fini. Grâce à cette marque, les producteurs visent à reconquérir le marché local et permettent aux consommateurs d'acheter des produits belges.

La filière "Carotte de Hesbaye de la coopérative de l'Yerne" date de 1991 et a été créée pour prendre en charge les opérations de conditionnement, de stockage et de commercialisation de leur production de carottes. Ces carottes présentent des caractéristiques spécifiques liées au sol limoneux de cette région. Des cahiers des charges ont été développés pour offrir des produits de qualité différenciée au niveau de l'origine, des qualités organoleptiques, de la sécurité alimentaire, de la traçabilité et du respect de l'environnement³⁵.

³¹ AR 22 janvier 1996

³² www.bioforum.be

³³ www.truval.be

³⁴ www.vlam.be

³⁵ UCL Rapport 2004 Filières de qualité différenciée en Wallonie : état des lieux et analyse

- Avion: 570 à 1.580 g/ tonne km³⁹

Ces données indiquent que le transport par avion a un impact beaucoup plus important sur l'environnement que le transport par bateau ou par train. Or, de nombreuses denrées sont transportées vers la Belgique par avion. C'est le cas, par exemple, de l'ananas frais du Ghana ou du Costa Rica, des raisins et des fraises d'Australie, des haricots et des asperges du Kenya...

Les quantités de CO₂ peuvent également être calculées par kg de produit⁴⁰:

- 1 kg d'ananas du Ghana : 5 kg de CO₂ rejetés
- 1 kg de carottes de l'Afrique du Sud : 5.5 kg de CO₂ rejetés
- 1 kg de laitue de Californie : 5 kg de CO₂ rejetés.

Les produits le plus souvent transportés par avion sont les fruits et les légumes. En Angleterre, ces produits représentent plus de 2/3 de tous les produits alimentaires transportés par avion⁴¹.

Volumes de quelques aliments arrivant sur le marché belge en avion⁴²:

- 100.000 ananas par semaine
- 6 à 10 tonnes de feuilles de menthe par jour
- 80 tonnes de fraises et de raisins blancs par semaine.

La mondialisation de l'économie nous a permis de découvrir des aliments venus d'ailleurs et de bénéficier d'une gamme très large et diversifiée tout au long de l'année. Mais cela a un coût écologique dont les consommateurs n'ont pas vraiment conscience et pour lequel ils ne reçoivent aucun signal ni aucune information qui leur permettrait de mieux le prendre en compte.

Notre enquête a mis en évidence que la provenance des fruits et légumes biologiques est parfois plus éloignée que celle des fruits et légumes traditionnels.

TRAITEMENT DE PREPARATION ET DE CONSERVATION

Après récolte, les fruits et légumes sont conditionnés pour la vente. Ils peuvent subir divers traitements : lavage, découpage, fumage, salage, blanchiment, déshydratation, surgélation, mise en conserve... dans le but de les préserver des microbes, des enzymes, de la détérioration chimique ou mécanique ou pour faciliter leur préparation ultérieure par le consommateur.

Tous ces traitements ont un impact sur l'environnement : consommation et pollution de l'eau, production de déchets et surtout une consommation importante d'énergie. Ainsi, aux USA, 75% de l'énergie totale consommée pour la production d'aliments est utilisée dans les phases de préparation, emballage, transport, distribution et préparation à domicile.⁴³

Passons en revue différents traitements⁴⁴ :

³⁹ Dans le cas des avions, la distance joue un rôle important car une quantité plus importante de CO₂ est émise lors du décollage. Dès lors, les vols plus courts produisent relativement plus de CO₂ par tonne km que les vols plus longs.

⁴⁰ E. Millstone & Tim Lang (2003). Atlas de l'alimentation dans le monde.

⁴¹ Defra (2005). The Validity of Food Miles as an Indicator of Sustainable Development.

⁴² Het Laatste Nieuws, 30/07/2005

⁴³ Discussion Paper : "Current food consumption patterns and global sustainability" on www.agrifood-forum.net/issues/consumption

procédé consomme plus d'énergie que le séchage seul puisqu'il nécessite une étape de surgélation. La consommation d'énergie équivaut à 3.542 kcal par kg de produit.

Par contre l'emballage (poche plastique) est très léger ainsi que son contenu, ce qui réduit la consommation d'énergie pour le transport. Ex : un kilo de pommes de terre mis en conserve a consommé 6.769 kcal (575 pour le blanchiment, 2.210 kcal pour la boîte de conserve et 3.984 kcal pour le transport sur 4.800 km). En comparaison, un kilo de pommes de terre déshydratées requière 6.237 kcal d'énergie (3.542 kcal pour la déshydratation, 1.500 kcal pour le sac plastique et 1.195 kcal pour le transport sur 4.800 km). Une différence de 532 kcal.

EMBALLAGES

Chaque année, 450 milliards d'emballages sont mis sur le marché européen. En Belgique, on estime la quantité annuelle d'emballages ménagers à usage unique à plus de 21 milliards d'unités.

Qu'il soit en carton, en verre, en plastique ou en métal, l'emballage assure des fonctions essentielles de protection vis-à-vis de la qualité et de l'intégrité du produit, tout au long de son cycle de vie. Il porte aussi l'étiquetage qui doit assurer l'information du consommateur. Mais l'emballage a également une fonction de marketing de plus en plus marquée. Il doit séduire l'acheteur potentiel, le rassurer, l'informer, en quelques fractions de secondes. Cet emballage a aussi un coût : en moyenne, 20% du coût du produit fini. Ce coût est répercuté sur le prix de vente du produit. C'est donc le consommateur qui paye l'emballage qu'il jettera à la poubelle dès qu'il rentrera à la maison ou un peu plus tard lorsqu'il consommera le produit. On estime que 50% des déchets ménagers sont constitués d'emballages. Ainsi, chaque européen produirait 160 kg de déchets d'emballages par an dont 2/3 sont d'origine alimentaire⁴⁷.

Les fruits et légumes sont proposés en vrac (sur les marchés, chez les « vendeurs de saison », dans certaines grandes surfaces) ou préemballés : coque polystyrène ou carton et film plastique, filet, sachet plastique, papier, rapiers plastique, rapiers cartons... La fabrication de ces emballages nécessite de l'énergie. Pour illustration, ce tableau précise l'énergie nécessaire à la fabrication de divers emballages⁴⁸.

Types d'emballage	Energie consommée kcal
Petit ravier en bois	69
Barquette en polystyrène (taille 6)	215
Barquette en carton moulé (taille 6)	384
Sac en polyéthylène (pouvant contenir 455 gr)	559
Boîte de conserve en fer avec opercule en aluminium (340 gr)	568
Petit ravier en papier	722
Boîte de conserve en fer avec opercule en fer (455 gr)	1.006
Pot en verre (455 gr)	1.023

Il est préférable d'acheter des fruits et légumes en vrac, ce qui permet de choisir les quantités correspondant au besoin et d'éviter les gaspillages dus à l'achat de quantités inadaptées aux besoins.

En Belgique, 6 consommateurs sur 10 achètent des légumes et des fruits en vrac, et davantage parmi les plus de 60 ans et les femmes. Ceux-ci apprécient la fraîcheur, la possibilité de choisir le produit et de déterminer la quantité achetée. 1 consommateur sur 4 utilise

⁴⁷ Agence européenne de l'environnement EEA Report, n°11/2005.

⁴⁸ Pimentel D., Pimentel M., Energy use in food processing for nutrition and development; www.unu.edu/unupress/food/8F072e/8F072E06.htm

aussi bien le préemballé que le vrac. Peu de consommateurs n'achètent que du préemballé. Ce comportement est plus fréquent parmi les jeunes. Ceux-ci apprécient la rapidité et la praticité de ces conditionnements⁴⁹.

Des progrès visant à réduire l'impact environnemental des emballages sont réalisés progressivement, notamment en favorisant les bacs et palettes réutilisables et les matériaux biodégradables et/ou recyclables.

Depuis peu, de nouveaux emballages apparaissent sur le marché, par exemple, les emballages biodégradables à base d'amidon de maïs, de canne à sucre ou à base de cellulose d'eucalyptus.

Chez Delhaize, des barquettes en amidon de maïs sont utilisées au rayon traiteur, pour les salades préparées (comme la salade niçoise, la salade feta, ...). Des emballages fabriqués à base d'amidon de canne à sucre sont testés au rayon boulangerie et au rayon fruits et légumes (pommes et tomates bio) et devraient se généraliser.

Chez Carrefour, on utilise des barquettes en amidon et des films de cellulose d'eucalyptus pour l'emballage des fruits et légumes bio depuis 2004 (la législation exige que les produits biologiques vendus en magasins où des produits conventionnels sont également offerts soient emballés).

La production de matière synthétique biodégradable à base d'amidon de maïs requiert 20 à 50% moins d'énergie fossile que la production de plastique traditionnel. Mais le bilan est un peu moins favorable pour les emballages fabriqués à partir de canne à sucre ou d'eucalyptus du fait du transport de la matière première.

Chez Colruyt, le transport vers les magasins des produits frais tels que fruits et légumes, viande, fromage se fait dans des bacs en polyéthylène haute densité (HDPE) réutilisables. Ces bacs ont une durée de vie moyenne de 6 ans. Ils sont lavés entre chaque utilisation pour garantir une bonne hygiène. Et sont recyclés en fin de vie.

Prix et information sur l'origine : des signaux pour des achats durables ?

INTRODUCTION

Dans ce volet, nous avons abordé les questions économiques et nous nous sommes demandés comment la consommation et les prix évoluaient au fil des saisons. Nous avons analysé comment les prix pratiqués influencent la consommation et si ces prix constituent des signaux permettant aux consommateurs de faire des choix durables. En particulier, nous avons voulu voir s'ils varient en fonction des trajets effectués et de la saisonnalité.

Une enquête de terrain a été réalisée en mars -avril 2006 afin d'apprécier l'information sur les prix et l'origine des fruits et légumes frais dans divers points de vente.

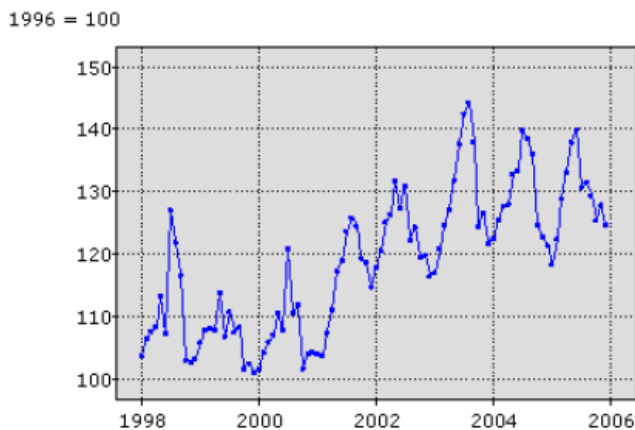
⁴⁹ Etude 2003 du CRIOC Fruits et légumes, quelques comportements

1978 et 1998 et est ensuite passée à 6%. Cependant, il faut interpréter cette donnée dans le cadre de la diminution de la part du budget des ménages consacrée à l'alimentation. Celle-ci est passée de 18% en 1978, à 12% aujourd'hui.

La part du budget des ménages consacré à la consommation de fruits et légumes frais est donc en diminution au même titre que les dépenses alimentaires générales.

EVOLUTION DES PRIX DES FRUITS ET LEGUMES

Selon les données de l'INS, les prix des fruits (toute présentation confondue) ont augmenté de 25% ces 10 dernières années. Sur cette période, ces prix ont augmenté plus vite que l'inflation. En termes réels, il y a donc une augmentation du prix des fruits. Le graphique « en dents de scie » s'explique par les variations des prix au cours de l'année dues à la saisonnalité de l'offre.

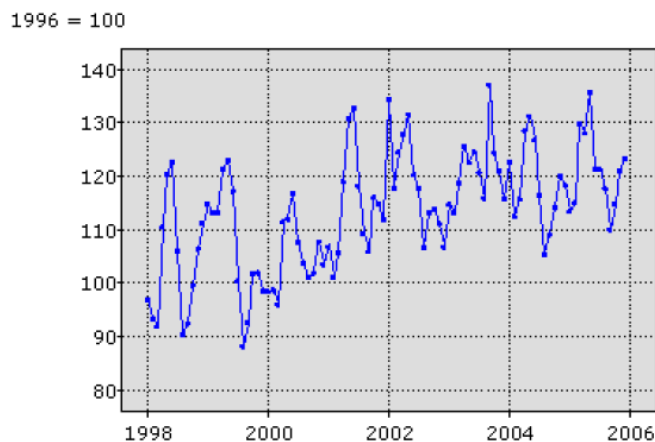


Evolution des prix à la consommation des fruits (1996 = 100)

Les prix des fruits frais ont augmenté de 26% en 10 ans mais certains fruits ont connu une augmentation de prix moins forte voire une diminution durant cette période : les pommes Jonagold, les citrons par exemple. Par contre, certains fruits ont connu une augmentation de prix plus importante : les oranges, les raisins, les prunes, les nectarines, les pamplemousses, les kiwis, les cerises et surtout les abricots : +80%.

Ces 10 dernières années, le prix des fruits en conserve a augmenté dans des proportions beaucoup moins importantes que celui des fruits frais. En moyenne, l'augmentation du prix des fruits en conserve a été de l'ordre de 14% entre 1996 et 2006. En termes réels, le prix des fruits en conserve a donc diminué.

Selon les données de l'INS, les prix des légumes ont augmenté de 23% ces 10 dernières années. Sur cette période ces prix ont augmenté plus vite que l'inflation. En termes réels, il y a donc une augmentation du prix des légumes. Le graphique ci-dessous illustre cette évolution et montre également l'existence de variations saisonnières du prix.



Evolution des prix à la consommation des légumes y compris pommes de terre (1996 = 100)

Cependant, les prix des légumes frais (hors pommes de terre) n'ont augmenté que de 14% en moyenne sur 10 ans. Il y a donc eu, en termes réels, une diminution des prix des légumes frais ces 10 dernières années. Certains légumes ont connu une augmentation de prix moins forte encore : les choux de Bruxelles, les céleris verts, les laitues, les chicons par exemple.

D'autres légumes ont connu une augmentation de prix plus forte en 10 ans : les radis, les tomates et surtout les pommes de terre : +70%.

Ces 10 dernières années, les prix des légumes en conserve ont évolué dans des proportions beaucoup moins importantes que ceux des légumes en général. En moyenne, l'augmentation du prix des conserves de fruits et légumes a été de l'ordre de 14% entre 1996 et 2006. Les légumes surgelés ont également subi une augmentation de prix moins importante ces dix dernières années (de l'ordre de 17%). Ces augmentations sont moins élevées que l'inflation. En termes réels, le prix des légumes en conserve et surgelés a donc diminué.

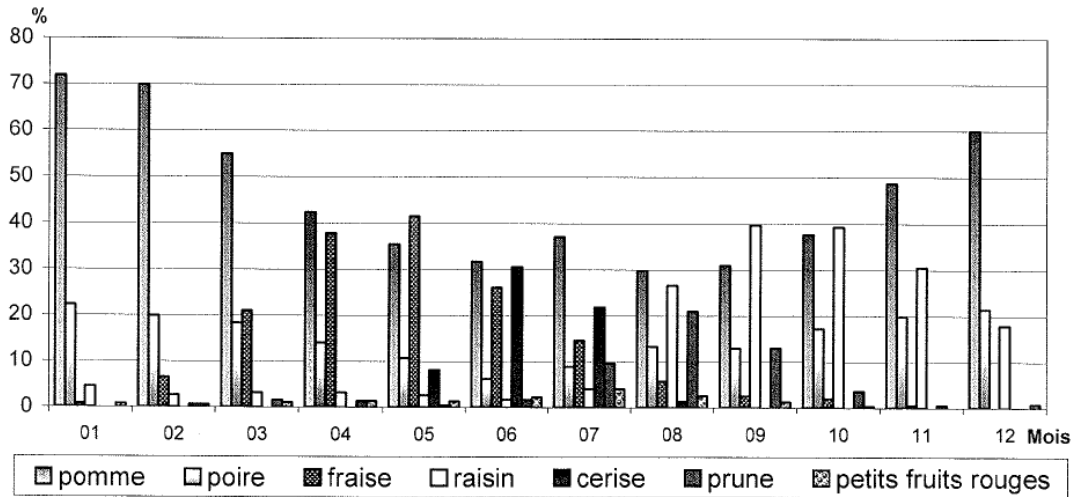
SAISONNALITE DES FRUITS ET LEGUMES ET IMPACT SUR LES PRIX DE VENTE ET LA CONSOMMATION

Le marché des fruits et légumes est marqué par la saisonnalité, c'est-à-dire l'influence de la saison sur la production des différents fruits et légumes. C'est particulièrement le cas en ce qui concerne les fruits. En saison, l'offre du produit s'accroît, le consommateur peut alors bénéficier d'un prix plus attractif et la demande augmente.

Cependant, une étude du CRIOC⁵⁰ a montré que le choix d'un fruit ou d'un légume ne se fait pas toujours en fonction de la saison, même si les consommatrices y sont parfois attentives pour des raisons financières notamment. La demande de certains fruits et légumes reste importante hors saison (lorsque l'offre est moins importante et que les prix gonflent).

⁵⁰ Fruits et légumes, quelques comportements, étude du CRIOC, juin 2003

Les fruits



Répartition mensuelle des sommes dépensées par ménage français (moyenne 2001-2004) - Sources infos-CTIFL, décembre 2005 (ce graphique propre à la France est présent à titre indicatif)

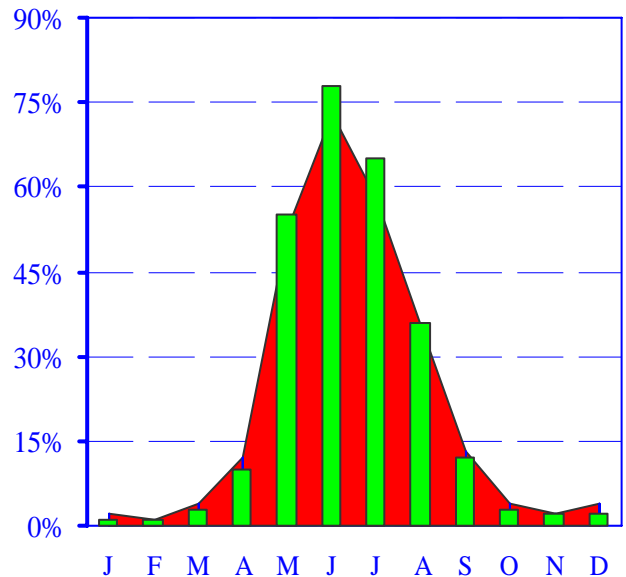
L'influence de la saison de production sur le prix se marque davantage pour les fruits et légumes à forte saisonnalité. Voici différents exemples qui illustrent ce fait.

Les pommes

En Belgique, la saison des pommes s'étend d'août à avril. Pendant les mois d'été, des pommes de garde sont disponibles sur le marché. C'est pourquoi les pommes sont disponibles sur le marché tout au long de l'année. Comme le graphique le montre, la consommation de pommes est plus élevée pendant les mois d'hiver, en pleine saison. Cette consommation accrue est donc à mettre en relation avec la saisonnalité du fruit mais également avec le fait que peu d'autres fruits sont disponibles pendant les mois d'hiver. Au niveau du prix de vente, la saisonnalité n'influence que légèrement le prix des pommes. En effet, celui-ci est assez stable tout au long de l'année.

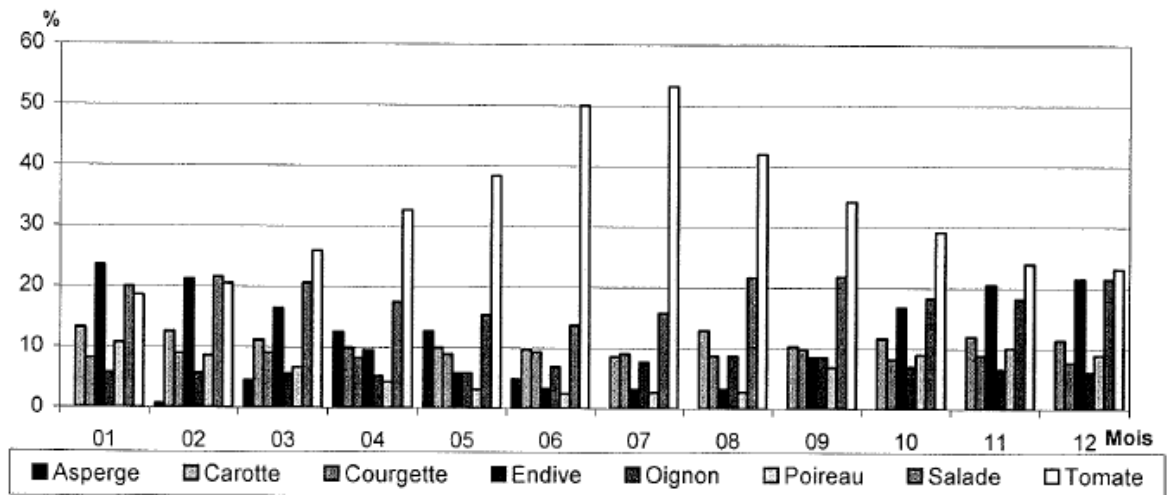
Les fraises

La saison des fraises s'étend de mai à août. Cependant, on trouve des fraises dans les commerces toute l'année. Comme le montre le graphique, la consommation est fortement influencée par la saisonnalité du fruit : les fraises sont consommées essentiellement pendant la haute saison. Le prix des fraises est alors moins élevé qu'en début de saison ou hors saison. Dans ce cas, la plupart des consommateurs adaptent leurs achats au prix. Ils profitent ainsi d'une meilleure qualité et d'un prix plus bas.



Pourcentage de consommateurs ayant acheté en produit frais des fraises selon le mois de l'année (Source: Fruits et légumes, quelques comportements, étude du CRIOC, juin 2003)

Les légumes



Répartition mensuelle des sommes dépensées par ménage français (moyenne 2001-2004) - Sources infos-CTIFL, décembre 2005 (ce graphique propre à la France est présent à titre indicatif)

Les laitues

La haute saison des laitues se situe durant l'été (de mai à août). Cependant, les laitues sont disponibles sur le marché toute l'année. Comme le montre le graphique, les consommateurs achètent des laitues toute l'année et ce, malgré une différence de prix qui peut aller du simple au triple selon que l'achat se fait pendant la saison ou hors saison. Hors saison, les dépenses sont plus importantes que durant la saison mais la consommation reste moindre vu le prix de vente élevé. Durant la haute saison, les dépenses consacrées aux

laitues sont moins élevées mais la consommation est plus importante car les prix sont beaucoup moins élevés. La saisonnalité et les variations de prix consécutives de la laitue sont donc des facteurs influençant sensiblement la consommation.

Les tomates

La saison des tomates s'étend de juin à septembre mais, généralement, il est possible d'acheter des tomates dans les grandes surfaces toute l'année. La consommation de tomates est importante toute l'année mais croit fortement pendant la saison. Les prix sont également très variables selon la période de l'année. La saisonnalité et les variations de prix consécutives sont donc des facteurs influençant la consommation.

Les endives

Les endives sont typiquement des légumes d'hiver. Leur saison s'étend de novembre à avril. Toutefois, on trouve ces légumes sur le marché une grande partie de l'année.

Les dépenses consacrées aux endives sont plus élevées entre octobre et mars.



Pourcentage de consommateurs ayant acheté en produit frais des endives selon le mois de l'année
(Source: Fruits et légumes, quelques comportements, étude du CRIOC, juin 2003)

Les prix sont variables selon la période de l'année. Les prix des endives primeurs sont plus élevés au début de la saison lorsque la demande est élevée et moins élevés en fin de saison.

LES LIEUX D'ACHAT

En 2005, 81.6% des achats de légumes frais et 76.7% des achats de fruits frais ont été effectués dans les supermarchés. Ce type de point de vente est apprécié pour ses aspects pratiques. Néanmoins, pour ce type d'achat, la part de marché des hard discounters et des supermarchés de proximité est en croissance au détriment des supermarchés. Leur part de marché est passée à 30.2% en ce qui

légumes issus de l'agriculture traditionnelle. Les produits issus de l'agriculture biologique sont présents dans les grandes surfaces à proximité mais dans un rayon séparé des fruits et légumes issus de l'agriculture traditionnelle et intégrée. Ils sont présentés emballés, et non en vrac ; ceci pour des raisons d'identification. Selon le type de marché, on trouve des produits biologiques ou issus de l'agriculture traditionnelle, mais plus rarement des produits issus de ces différents modes de production sur un même marché. On trouve des fruits et légumes biologiques dans les magasins et marchés spécialisés. On y trouve également des produits issus du commerce équitable.

Dans la majorité des points de vente, les informations sur le prix et la provenance sont disponibles à proximité des produits.

Le prix des fruits et légumes est généralement indiqué à proximité du produit. Trois cas de figure ont été rencontrés :

Pour les produits vendus en vrac

- Le prix à l'unité de poids est indiqué sur une affichette à proximité du produit.

Pour les produits présentés préemballés

- Les informations sont reprises sur l'étiquetage du produit : prix de vente est indiqué (le prix du ravier, sachet) sur l'étiquette et prix à l'unité de poids (en plus petits caractères). Le prix à l'unité de poids est également souvent repris sur un panneau à proximité.

Le prix de vente à l'unité de poids permet une comparaison plus aisée des produits.

L'expression du prix varie également selon les points de vente. Les grandes surfaces utilisent plus souvent la technique du « prix magique » (2,99€) afin de jouer sur l'aspect psychologique de la perception du prix. Sur les marchés et dans les magasins spécialisés, les prix sont plus souvent arrondis (3€).

La législation impose la mention du prix à l'unité à proximité immédiate des produits pour le vrac et la mention du prix à l'unité et du prix de vente pour les produits préemballés⁵³. Les points de vente visités respectent donc la législation en vigueur.

Contrairement au prix, la mention de l'origine n'est pas obligatoire. La législation⁵⁴ stipule que l'origine doit être mentionnée dans le cas où son omission pourrait induire le consommateur en erreur (uniquement pour les produits préemballés). Il est donc logique que l'origine soit indiquée de manière moins systématique et précise.

- Dans les grandes surfaces, généralement, l'origine est indiquée à la fois sur l'affichage et l'emballage (ou le cageot) du produit. Cependant, la provenance n'est parfois pas indiquée sur l'affichage ou diffère de l'indication donnée sur l'emballage du produit.
- Sur les marchés visités, le prix et la provenance sont indiqués sur l'affichage. Dans de rares cas, l'information sur l'origine n'était pas présente mais a pu être fournie par le vendeur.
- Dans le magasin spécialisé en produits biologiques, l'origine des produits n'est pas communiquée. Cependant, les vendeurs ont été en mesure de fournir ce renseignement.

La mention de l'origine est fréquente dans les grandes surfaces mais elle n'est pas systématiquement mentionnée dans tous les points de vente, ce qui ne facilite pas le choix de produit locaux. De plus, lors du choix d'un producteur/fournisseur par un distributeur, l'origine de celui-ci importe peu par rapport aux considérations économiques. Les points de vente ne choisiront donc pas nécessairement de proposer des produits locaux si des produits provenant de l'étranger sont "meilleur marché". De ce fait, il n'est pas rare de trouver des produits venant de l'étranger dans les points de vente alors que ceux-ci sont également produits en Belgique.

⁵³ Arrêté Royal du 30 juin 1996 sur l'indication du prix des produits et des services et au bon de commande, modifié en 2000

⁵⁴ Arrêté Royal du 13 septembre 1999 relatif à l'étiquetage des denrées alimentaires préemballées

biologique, les prix étaient souvent comparables aux prix des fruits et légumes biologiques des grandes surfaces. Enfin, le magasin spécialisé proposait des prix comparables aux prix enregistrés sur le marché, voire parfois plus compétitifs.

Le prix est un signal auquel les consommateurs se montrent sensibles. Le prix plus élevé des fruits et légumes offerts à la vente hors saison devrait donc inciter les consommateurs à faire des choix de consommation responsables (en particulier pour les fruits et légumes dont la saison est courte). Cependant, même si les consommations varient avec la saison, de nombreux fruits et légumes sont achetés hors saison. Par choix, par manque de repères au niveau du prix des produits ou par manque de sensibilisation à la saisonnalité et aux critères d'une alimentation durable ?.

Les informations sur les provenances et la saisonnalité ne permettent pas actuellement aux consommateurs de privilégier les fruits et légumes de saison, produits localement. L'indication systématique de la provenance n'induirait pas forcément des changements de choix chez les consommateurs. En effet, de nombreuses personnes ne semblent pas prendre en compte le critère de l'origine; au contraire, une origine exotique semble être pour certains un critère attrayant.

En ce qui concerne les fruits et légumes issus de l'agriculture biologique, leurs avantages pour la santé sont indéniables puisqu'ils contiennent moins de résidus de pesticides. Par contre, leur prix élevé constitue un frein à une augmentation de leur consommation. L'agriculture biologique est également positive pour l'environnement mais les avantages environnementaux sont réduits lorsque les denrées proviennent de régions lointaines. En effet, dans ce cas, le transport sur de longues distances occasionne une consommation d'énergie très importante.

Compétitivité des paniers bio

Le prix élevé des aliments biologiques freine les consommateurs, même ceux qui sont convaincus de leurs bienfaits. Selon une étude du CRIOC, 73% des Wallons estiment que les produits issus de l'agriculture biologique sont trop chers⁵⁵.

Comme les produits biologiques exercent une moins grande pression sur l'environnement que les produits issus de l'agriculture classique, ils devraient logiquement être meilleur marché. Mais les coûts environnementaux ne sont pas internalisés dans le prix des produits et sont assumés par la collectivité. Le marché est ainsi « faussé » et les consommateurs ne reçoivent pas un signal adéquat.

Pour consommer biologique sans se ruiner on peut s'abonner à des "paniers bio". Le principe est simple : le consommateur passe un contrat par lequel il s'engage à acheter régulièrement un assortiment de fruits et légumes biologiques de saison à des producteurs ou des magasins de produits biologiques. Chaque partie est bénéficiaire puisque le producteur peut mieux planifier sa production et le consommateur est assuré d'avoir des produits frais et de saison à meilleur prix (suppression des intermédiaires).

Les adresses auxquelles les consommateurs bruxellois peuvent s'abonner à un panier bio sont reprises dans la dernière partie de ce document consacrée aux conseils pratiques.

Une étude menée sur plusieurs semaines et comparant le prix de paniers de fruits et légumes biologiques achetés auprès de plusieurs sources montre que les paniers bio sont très compétitifs.

- Le panier constitué de mêmes catégories et quantités de fruits et légumes biologiques achetés dans un supermarché ou auprès d'un groupement de producteurs a révélé une grande différence de prix. Le panier bio du groupe de producteurs est jusqu'à 2 fois moins cher que le même panier de fruits et légumes biologiques acheté en grande surface.

⁵⁵ L'éco consommation en Wallonie 2005 Etude du CRIOC

- Le panier constitué de fruits et légumes non biologiques achetés dans les mêmes quantités dans un supermarché est à peine moins cher qu'un panier bio. Le prix du panier bio ne dépassait pas de plus de 20% le prix du panier non bio acheté dans une grande surface.

S'abonner à un panier bio comporte d'autres avantages : la garantie d'une production locale, la fraîcheur, le plaisir de découvrir ou de redécouvrir certains produits (blette, panais, topinambour, courge, crosne, scorsonère,...), les conseils de préparation et les recettes ou anecdotes du producteur.

Un exemple détaillé de comparaison de prix est présenté en annexe.

Une autre formule intéressante pour les consommateurs consiste à s'associer en « groupement d'achat commun » ou GAC. Un GAC est un groupe de personnes qui se réunit pour faire des achats en commun de produits de qualité, à un prix abordable, directement chez les producteurs et les transformateurs locaux (circuit court). Il existe une série de GACs en Wallonie mais pas encore à Bruxelles. Pour en créer un, l'association Nature et Progrès peut être un soutien utile.⁵⁶

⁵⁶ www.natpro.be

Conclusions

Nos habitudes alimentaires évoluent. Nous mangeons aujourd'hui plus de fruits et légumes qu'auparavant mais pas encore suffisamment. La consommation n'est pas égale dans la population et certains groupes en mangent beaucoup moins que d'autres. Fait d'autant plus préoccupant que nos choix alimentaires incluent aussi la consommation de plus d'aliments gras et sucrés. Des campagnes de sensibilisation et d'information sont nécessaires pour promouvoir la consommation de 400 à 800 gr, et plus, de fruits et légumes par jour.

Dans ce dossier, nous avons adopté un angle de vue environnemental et économique.

En effet, l'évolution de nos choix alimentaires a été accompagnée d'une augmentation des pressions environnementales. Celles-ci sont dues principalement aux modes de production, à la transformation et aux transports. Ainsi, nous avons vu que les échanges mondiaux de fruits et légumes se sont considérablement accrus au cours des dernières décennies, que les choix se sont diversifiés faisant la part belle aux produits venant des quatre coins de la planète et que les techniques de production et de transformation permettent une offre quasiment constante tout au long de l'année.

Tout cela a un coût environnemental : la production intensive nécessite l'utilisation massive d'engrais et de pesticides, contaminant les eaux et les sols mais aussi les aliments ; la production sous serre chauffée consomme beaucoup d'énergie, les transports sur de longues distances nécessitent l'intervention de toute une flotte d'avions, bateaux, camions, consommant beaucoup d'énergie et produisant des émissions de CO₂ et d'autres émissions polluantes. Ces émissions de CO₂ contribuent à l'effet de serre et au réchauffement de notre climat. Les étapes de la transformation consomment elles aussi beaucoup d'énergie ; c'est le cas de la surgélation et du maintien de température très basse tout au long de la chaîne de distribution jusqu'au domicile du consommateur.

La santé du consommateur est également concernée par les méthodes de production, notamment par l'utilisation de pesticides qui laisse des résidus sur les fruits et légumes. Des limites maximales ont été fixées et des campagnes de contrôle ont lieu chaque année pour vérifier que les fruits et légumes ne présentent pas de résidus en quantité trop importante. En général ces dernières années, le pourcentage de dépassement s'élève à 4% des échantillons contrôlés mais lors de la dernière campagne menée par l'AFSCA ce taux a grimpé jusque 7%. Les autorités en matière de santé se montrent rassurantes en disant que cela ne pose pas de problème de santé publique. Néanmoins les connaissances sur les effets croisés et cumulés de l'ingestion de résidus de différentes substances n'étant pas encore très développées, il convient d'être très prudent. Bonne nouvelle : ce sont surtout les fruits importés qui montrent des contaminations au-delà des limites autorisées tandis que les fruits et légumes produits localement obtiennent de meilleurs résultats.

Dès lors, il apparaît que la consommation de fruits et légumes frais de saison produits localement et issus de l'agriculture biologique ou intégrée est un choix à la fois sain et respectueux de l'environnement.

Nous avons voulu vérifier sur le terrain si les pratiques en matière d'information sur la provenance et la saisonnalité des prix permettaient aux consommateurs de faire des choix durables. Il apparaît que la mention de l'origine n'étant pas obligatoire, les pratiques en la matière sont assez diverses. Même quand l'origine est indiquée, rien n'est dit sur l'importance du trajet qu'ont suivi les denrées. En général, on trouve davantage de fruits et légumes locaux de saison sur les marchés ; les grandes surfaces offrant un choix plus diversifié et constant tout au long de l'année. La saisonnalité fait parfois l'objet d'une information, essentiellement sous forme promotionnelle. La production sous serre est parfois indiquée dans l'étiquetage des produits, mais cela reste une exception.

Les prix varient tout au long de l'année en fonction de la saisonnalité de l'offre et de la demande ; les prix des fruits et légumes à forte saisonnalité variant davantage. Le prix reste un signal, surtout pour ces produits à forte saisonnalité. Par contre pour d'autres produits, comme les pommes et les salades, le prix semble influencer moins l'achat et le volume des dépenses reste constant tout au long de l'année.

Par contre, le prix ne reflète pas du tout les coûts environnementaux et notamment le transport et les consommations d'énergie intervenant tout au long de la chaîne de production.

En ce qui concerne les fruits et légumes biologiques, ils présentent des avantages environnementaux liés au mode de production mais également des avantages en termes de santé, puisqu'ils contiennent moins de résidus de pesticides. Néanmoins leur prix reste plus élevé que celui des fruits et légumes issus de l'horticulture traditionnelle, ce qui constitue un frein, même pour les consommateurs convaincus de leurs bienfaits. Un bémol, du point de vue environnemental, il vaut mieux choisir un fruit ou un légume issus de l'horticulture classique locale qu'un fruit ou un légume biologique importé d'une région lointaine ; ceci à cause de l'impact environnemental du transport. L'analyse des prix pratiqués par les « paniers bio » montre que ceux-ci constituent une source d'approvisionnement en fruits et légumes biologiques locaux très compétitive.

Conseils

En tant que consommateur nous pouvons faire des choix qui contribuent à une bonne santé et au respect de l'environnement.

Les fruits et légumes sont des aliments sains ; une consommation importante et régulière contribue à nous maintenir en forme et nous protège contre certaines maladies. L'OMS et le Plan Nutrition Santé recommande d'en manger entre 400 et 800 gr par jour (5 à 10 portions). Invitons les chaque jour à notre table et préférons les, en cas de petites faims, aux encas gras salés ou sucrés.

Le choix de fruits et légumes locaux de saison issus de l'horticulture intégrée ou biologique contribue davantage à la bonne santé et au respect de l'environnement.

Privilégions les fruits et légumes locaux.

Ils n'ont pas subi de longs trajets et nous apportent la garantie de la fraîcheur et de la qualité. Les circuits étant plus courts, la consommation d'énergie due au transport sera réduite et génèrera moins d'émissions de CO₂. Un peu moins de CO₂, c'est un peu moins de réchauffement climatique !

L'origine des produits est souvent indiquée, soit sur le panneau informatif à proximité des produits vendus en vrac, soit sur l'étiquette des produits préemballés. C'est une information utile pour qui souhaite faire des choix responsables.

Privilégions les fruits et légumes de saison.

Ils sont plus savoureux et plus riches en vitamines que les fruits et légumes forcés ou qui ont subi de longs trajets. La production sous serre permet d'élargir la période d'offre mais ce mode de production consomme beaucoup d'énergie, autant que le transport par avion sur de longues distances.

On trouve peu d'information sur la saisonnalité des fruits et légumes sur les lieux de vente. Pour pouvoir adapter ses choix au rythme des saisons, il faut ré-apprendre quelles sont les périodes des productions locales. Le calendrier ci-dessous vous y aidera. Les fruits et légumes que l'on trouve en magasins hors saison soit proviennent de loin, soit ont été produits sous serre : deux sources de consommation d'énergie importantes; les éviter, c'est participer à la protection de l'environnement.

Apprenons à redécouvrir les saisons et leurs délicieux produits.

A certaines saisons (hiver et printemps) l'offre de fruits et légumes locaux de saison est peu étendue. A ces moments là, les fruits et légumes de garde (pommes et poires, carottes conservées au frigo) constituent une alternative aux fruits et légumes importées de contrées lointaines.

Calendrier de la saisonnalité des fruits

Abricots	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Cerises	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Fraises	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Framboises	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Groseilles	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Kiwi	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Mures	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Nectarines	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Pêches	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Poires	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Pommes	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Prunes	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Raisins	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D

Calendrier de la saisonnalité des légumes



Aubergines	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Bette	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Betteraves	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Brocoli	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Carottes	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Céleris branche	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Céleris raves	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Choux	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Choux Bruxelles	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Choux fleurs	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Choux rouges	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Concombres	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Courgette	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Endive	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Epinard	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Fenouil	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Haricots verts	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Poireaux	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Laitue à couper	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Laitue iceberg	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Laitue pommée	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Laitue romaine	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Mais	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Oignon	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Petits pois	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D

	<p><u>Signification</u> : Oxfam a développé sa propre gamme de produits bio issus du commerce équitable. Les produits Bio et Fairtrade sont certifiés par Biogarantie.</p> <p><u>Statut</u> : Label privé individuel contrôlé.</p> <p><u>Fiabilité</u> : Le contrôle des pratiques commerciales est organisé par Oxfam mais le contrôle de l'origine biologique est réalisé par des organismes indépendants.</p>
	<p><u>Signification</u> : Label FRUNET garantit que les fruits à pépins (pomme, poire) ont été cultivés en respectant la réglementation qui définit les méthodes de lutte intégrée.</p> <p><u>Statut</u> : Label privé collectif contrôlé.</p> <p><u>Fiabilité</u> : Label attribué et contrôlé par des organismes indépendants.</p>
	<p><u>Signification</u> : Label TRUVAL pour les fruits cultivés en Belgique. Il garantit que les fruits à pépins ont été cultivés en respectant la réglementation qui définit les méthodes de lutte intégrée. Il garantit aussi que les fruits répondent également à d'autres critères de qualité portant sur la couleur, la présence de petits défauts sur la peau, la maturité, la dureté...</p> <p><u>Statut</u> : Label privé collectif contrôlé.</p> <p><u>Fiabilité</u> : Attribution par le BFV (coopérative qui regroupe les vendeurs de fruits) et contrôle indépendants.</p>
	<p><u>Signification</u> : Label FLANDRIA pour les fruits et légumes cultivés en Belgique. Il garantit que les fruits ont été cultivés en respectant la réglementation qui définit les méthodes de lutte intégrée. Il garantit aussi que les produits répondent également à d'autres critères de qualité portant sur la maturité, le goût, les emballages,... et la sécurité alimentaire.</p> <p><u>Statut</u> : Label privé collectif contrôlé.</p> <p><u>Fiabilité</u> : Attribution par le BFV (coopérative qui regroupe les vendeurs de fruits) et contrôles indépendants.</p>

- Voedselteam, Cabie. 52 Scherendelle. 3090 Overijse. tel : 02/687.90.78
- Mouvement de femmes, Fotoula Loannidis. 29 rue Blanche. 1060 St Gilles. tel : 02/538.47.73
- Pianofabriek. Fortstraat, 35. 1060 St-Gillis. Tel: 02/541 01 70
- Yves Sterckx. L'autre Ecole Govaertplein, 1. 1160 Oudergem/Audergem. Tel: 02/675 24 31
- Wereldwinkel. Sint-Guidostraat 13. 1170 Anderlecht. Tel: 02 522 17 63
- Ten Noey Gemeenschapscentrum. Gemeentestraat 25. 1210 Sint Joost Ten Node
- Kriekelaar gemeenschapcentrum, Krista Donckers. 86 Gallaitstraat. 1030 Schaarbeek/Schaerbeek. tel : 02/245.75.22
- Voedsel team, M. Dewit. 252 Brusselsteenweg. 3080 Tervuren. tel : 02/767.89.72
- ULB Cercle de sociologie et d'anthropologie (CSA), Emilie Hennot. 131 av. Buyl. 1050 Elsene/Ixelles tel : 02/640.69.67
- Wereldwinkel, Verbeek, Rooseveltlaan. 1800 Vilvoorde. tel : 02/251.39.48
- WaBo, Hemelrijck, Delleurlaan. 1070 Watermaal-bosvoorde/Watermael-Boitsfort. tel : 02/675.40.10
- Joke, Romeinse Steenweg 858. 1510 Wemmel. tel : 02/461.39.69
- Griet Van den Houte, 54 Orbanlaan. 1150 Sint Pieters Woluwe/Woluwe-Saint-Pierre. tel : 02/762.37.74

Privilégier les fruits et légumes locaux ne signifie pas qu'il faille renoncer aux produits exotiques. La banane est un des fruits préférés des Belges. Dans ce cas-là, le choix d'un **produit issu du commerce équitable** garantit une juste rémunération des petits producteurs locaux. En outre, certains cahiers de charge du commerce équitable comprennent des critères de production environnementaux.

Les principaux labels du commerce équitable sont :

	<p><u>Signification</u> : Label MAX HAVELAAR garantit que les produits répondent à des critères internationaux de commerce équitable.</p> <p><u>Statut</u> : Label privé collectif contrôlé.</p> <p><u>Fiabilité</u> : Label attribué et contrôlé par l'organisme indépendant non accrédité "Fair Trade Labelling Organisation".</p>
	<p><u>Signification</u> : Label OXFAM garantit que les produits sont issus du commerce équitable.</p> <p><u>Statut</u> : Label privé collectif (proche d'une marque).</p> <p><u>Fiabilité</u> : Reconnu par le groupe OXFAM et non contrôlé par un organisme extérieur indépendant.</p>

Choix, conservation et préparation des fruits et légumes

Les fruits et les légumes constituent une catégorie d'aliments facilement gaspillée.

Les cuissons à l'eau, pourvu qu'elles ne se prolongent pas trop longtemps, fournissent des légumes sains et délicieux. Dans ce cas, limiter la quantité d'eau au strict minimum (légumes juste couverts) permet une cuisson plus rapide et plus respectueuse de l'environnement. La casserole à pression limite le temps de cuisson et permet de mieux conserver les propriétés nutritionnelles des légumes cuits.

Les fruits abîmés ou légèrement gâtés peuvent encore être consommés en compotes, tartes et autres pâtisseries, milk shakes, soupes, gratins, purées, quiches.

Certains "déchets" peuvent être consommés, au lieu d'être jetés : feuilles de radis, de carottes, les verts de poireaux, restes de salade peuvent être ajoutés dans un potage.

Editeur responsable

Marc Vandercammen

CRIOC

Boulevard Paepsem 20

1070 Bruxelles

Tel. 02 547 06 11 – Fax 02 547 06 01

www.crioc.be

Edition 2006

Référence catalogue: 376-06

D-2006 –2492-66

© CRIOC Reproduction autorisée moyennant accord préalable de l'éditeur et mention de la source.