**De mon assiette au champ – Comment réduire**

**les impacts de notre système alimentaire ?**





**délocalisé**

**local**

**Lorsque je mange des produits locaux, je me relie à celles et à ceux qui nous nourrissent.**

En consommant local, je favorise **l’autonomie alimentaire** de ma région. Ainsi je n’augmente pas la demande de produits importés et je soutiens l’alimentation locale et autonome des pays du Sud.

Manger local encourage **les circuits courts et l’économie locale**. Cela réduit les intermédiaires comme la grande distribution qui impose des prix et des calibres.

En plus, les circuits courts réduisent les temps de trajet de nos aliments et préservent **leur qualité et leurs propriétés nutritives.**

Enfin, une chaîne de distribution plus courte permet de **prévenir le gaspillage** lors du transport, de l’entreposage et de la vente.



En Europe, 11% de la production n’est pas admise dans les rayons des magasins, car les fruits ou légumes ne correspondent pas au calibrage attendu.