

# OBSERVATOIRE NATIONAL DES ALIMENTATIONS VÉGÉTALES



DOSSIER DE PRESSE

2025



“

*L'ONAV œuvre pour la promotion des alimentations durables en soulignant les enjeux de la végétalisation de l'alimentation. À travers ses missions d'information et d'accompagnement, l'ONAV sensibilise aux avantages de cette transition pour la santé publique, l'environnement, la justice sociale et le bien-être animal, visant ainsi à favoriser un avenir alimentaire plus respectueux et équitable.*

”

# SOMMAIRE

- 01 EDITO
- 02 QUI SOMMES-NOUS ?
- 03 POURQUOI L'ONAV ?
- 04 MISSIONS/ ACTIONS
- 05 L'ONAV EN QUELQUES CHIFFRES
- 06 VÉGÉCLIC
- 07 SITES ET CONTACTS






---

**DEPUIS LE DÉBUT DU XIXE SIÈCLE, LA CONSOMMATION DE PROTÉINES ANIMALES A CONSIDÉRABLEMENT AUGMENTÉ DANS LES PAYS OCCIDENTAUX, REPRÉSENTANT AUJOURD'HUI ENVIRON 60 À 70 % DES APPORTS PROTÉIQUES, TANDIS QU'À L'ÉCHELLE MONDIALE, CETTE PROPORTION N'EST QUE DE 30 %.**

Bien que cette tendance ait permis d'enrichir les régimes alimentaires, elle a également entraîné des déséquilibres au détriment des aliments d'origine végétale.

Les recommandations visant à réduire la consommation de protéines animales sont soutenues par des études qui les intègrent dans les directives nutritionnelles nationales (PNNS). Cela est motivé par le potentiel de ces changements à diminuer le risque de maladies telles que le cancer, les maladies cardiovasculaires, l'obésité et le diabète de type 2. Cependant, il est constaté que ces recommandations ne sont pas encore largement adoptées, en particulier parmi les populations les plus vulnérables.

Pour promouvoir des régimes alimentaires plus sains, il est recommandé d'augmenter la consommation d'aliments riches en fibres, moins gras et moins salés, tout en rééquilibrant la part des produits d'origine animale et en incluant davantage de protéines d'origine végétale, comme les céréales et les légumineuses.

Bien que les objectifs soient clairement définis et largement acceptés, leur mise en œuvre présente des défis, nécessitant des changements significatifs dans les comportements d'achat et des transformations dans l'organisation de la production et des filières. Les politiques publiques doivent ainsi faire face à divers défis liés aux dimensions environnementales, agricoles, alimentaires et sanitaires.

Dans ce contexte, il apparaît essentiel d'adopter une approche intégrée plutôt qu'une gestion isolée. Ces enjeux reposent sur un principe fondamental : la santé humaine est étroitement liée à la santé animale et aux interactions avec l'environnement. Ce concept, connu sous le nom de "One Health", vise à promouvoir une réflexion collective sur les solutions à envisager.

Les missions de l'ONAV s'inscrivent dans l'approche systémique "One Health", qui considère l'alimentation comme un bien commun.

L'intégration de l'acceptabilité sociale des propositions développées est un aspect important de cette approche. Cela nécessite de prendre en compte les préoccupations et besoins des différentes parties prenantes, y compris les perspectives des agricultrices et agriculteurs, des consommatrices et consommateurs et des actrices et acteurs économiques concernés. L'objectif de cette démarche est de faciliter une transition vers des pratiques alimentaires durables.

*L'équipe du conseil scientifique*

# QUI SOMMES NOUS ?



## UN CONSEIL STRATÉGIQUE

## UN CONSEIL SCIENTIFIQUE

L'association repose en grande partie sur lui, et sa pour mission de produire et de diffuser des connaissances scientifiques.

Il joue un rôle essentiel dans l'écosystème de l'alimentation durable en facilitant les collaborations et en participant à divers événements.

Son objectif principal est d'encourager et de promouvoir la diffusion des sciences de la nutrition végétale.

Plus spécifiquement, l'association s'engage à :

- Regrouper des personnalités scientifiques susceptibles d'apporter des contributions significatives ;
- Participer à leur formation continue en les informant et en favorisant les relations scientifiques et techniques entre elles ;
- Les aider à accroître leur efficacité en développant des contacts pertinents.

Pour atteindre ces objectifs, l'association peut notamment :

- Organiser des séances d'études, congrès, cours, conférences, stages et expositions, tant techniques que de vulgarisation ;
- Produire des rapports, publications et autres travaux ;
- Établir et maintenir des relations étroites avec des associations françaises et étrangères ayant des objectifs similaires ou connexes ;
- Participer à des événements nationaux ou internationaux.

*"Ensemble, cultivons la durabilité et la solidarité"*

# POURQUOI L'ONAV ?

## NOTRE PHILOSOPHIE



L'ONAV aux Journées Européennes francophones des Diététicien.ne.s, 2022

Certains professionnelles de santé peuvent exprimer des préoccupations concernant la nutrition des personnes suivant ces régimes. Il est important que ces discussions soient menées avec objectivité et respect, afin d'éviter la maltraitance individuelle et institutionnelle, et de garantir un environnement de soins respectueux et inclusif pour tous les patient·es. Des ressources comme le site [vegeclik.com](http://vegeclik.com), qui s'appuie sur des données scientifiques, peuvent servir à informer à la fois les patient·es et les professionnel·les sur les pratiques nutritionnelles liées aux régimes végétaux. Un dialogue basé sur des données probantes peut contribuer à une meilleure compréhension et à un soutien des choix alimentaires individuels.

L'association, créée le 12 Juillet 2020 et composée de professionnel·les de santé et de scientifiques, met en lumière des urgences dans les domaines sanitaire, environnemental et de justice sociale, en soulignant l'importance de l'alimentation dans ces enjeux.

Le consensus scientifique, soutenu par des organismes comme l'OMS et intégré dans les recommandations françaises, prône une augmentation de la part des produits végétaux dans l'alimentation et une réduction de la consommation de produits d'origine animale. Cependant, il est reconnu que modifier les habitudes alimentaires pose des défis, notamment parce que les recommandations ne tiennent pas toujours compte des réalités quotidiennes des individus.

Le comportement alimentaire est complexe et multiforme, et les connaissances sur une alimentation saine ne représentent qu'un aspect du changement nécessaire. La culture alimentaire et l'identité personnelle jouent également un rôle central dans ces habitudes. De plus, des éléments tels que l'environnement alimentaire, les influences des lobbies agro-industriels et les contraintes économiques peuvent également entraver la mise en œuvre de ces changements.

Il est donc essentiel que toute initiative visant à modifier les comportements alimentaires repose sur des données scientifiques solides et soit accompagnée de stratégies adaptées aux besoins des populations. Et puis il est également important de prendre en compte le plaisir associé à l'alimentation pour encourager des changements durables.

A noter que l'approche de la végétalisation de l'alimentation ne cherche pas à imposer un régime spécifique à tout le monde, mais à encourager une transition vers des choix alimentaires plus durables.

Certaines personnes suivant un régime végétarien ou végétalien peuvent rencontrer des difficultés avec certains professionnel·les de santé, qui peuvent ne pas toujours adopter une attitude favorable envers ces choix alimentaires.

Cela peut influencer la relation thérapeutique, alors que le respect des choix alimentaires des patient·es est un principe inscrit dans le code de santé publique. Les recherches scientifiques indiquent qu'il est possible de suivre un régime équilibré sans consommer de produits d'origine animale, tout en soulignant la nécessité d'être attentif à certains aspects nutritionnels.

**Du militantisme ? Ces éléments illustrent la raison d'être de l'ONAV. Si le militantisme se définit par la promotion d'un discours basé sur des données scientifiques, la promotion d'une alimentation végétale saine et l'accompagnement des patient·es dans leurs choix, il est légitime de nous considérer comme militant·es dans ce contexte, et nous en sommes fier·es.**

# MISSIONS/ ACTIONS

DE NOMBREUSES ACTIONS/ PARTENARIATS SUR  
LE THÈME DE L'ALIMENTATION DURABLE ET  
DONC VÉGÉTALE:



## 1

### ÉVÈNEMENTS

SIA (25 février au 5 mars 2023)  
conférence LLL (13 novembre 2023)  
Consultation mairie de Marseille "cantines de  
demain" (27 novembre 2023)  
Journée débat Protéines France vers un  
régime diversifié en protéines (29/06/23)  
Consultation citoyenne pour manger plus  
végétal initiée par : Monoprix, Bonduelle,  
Cérééal Bio et en partenariat avec make.org

Convention annuelle des diététicien-nes  
SODEXO  
Audition par une délégation parlementaire  
(Arnaud Bazin et Philippe Bolo) sur la  
diversification des apports en protéines dans  
l'alimentation : modalités, impacts et  
perspectives, pour ainsi permettre au  
parlement de disposer d'une expertise pour  
faciliter des choix politiques de long terme.

## 2

### WEBINAIRES

L'ONAV et Assiettes Végétales proposent  
d'octobre 2023 à juin 2024, sept webinaires  
sur le thème "Alternatives végétariennes en  
restauration collective : enjeux nutritionnels et  
valorisation de l'offre".

Webinaires pour les adhérent-es:  
Le webinaire ONAV "Comment assurer la  
couverture des besoins en vitamine D des  
personnes végétalisant leur alimentation ?" (  
S.Demange)  
webinaire ONAV "Comment assurer la  
couverture des besoins en oméga 3 chez les  
personnes végétalisant leur alimentation ?"  
(F.Badariotti)

## 3

### SOUTIENS

L'Onav est signataire de cette tribune pour  
une Stratégie nationale pour l'alimentation, la  
nutrition et le climat (#SNANC) à la hauteur  
des enjeux de santé, écologiques et de justice  
sociale.  
L'ONAV est signataire de la tribune de  
Foodwatch France appelant à mettre fin au  
marketing et à la publicité qui ciblent les  
enfants pour les aliments trop gras, trop  
sucrés, trop salés.

L'ONAV est signataire de cette lettre ouverte à  
Elisabeth Borne pour une action du  
gouvernement en faveur d'une alimentation  
saine et durable pour toutes et tous.

# L'ONAV EN QUELQUES CHIFFRES

---

## 3 PARTENARIATS MAJEURS

avec l'ADEME (Agence de la transition écologique), l'ECF (European Climate Foundation) et ProVeg International.

---

## 8 POSITIONS ET NOTES SCIENTIFIQUES

sur les aspects nutritionnels et de santé de la végétalisation de l'alimentation. Elles sont établies à partir de l'expertise collective du conseil scientifique

---

## 1 OUTIL D'ACCOMPAGNEMENT

pour les personnes souhaitant végétaliser progressivement leur alimentation ainsi qu'à celles adoptant un régime végétarien ou végétalien : Végéclic (cf page 6).

---

## 1 RÉPERTOIRE

des thèses et mémoires de santé soutenues en France sur les alimentations majoritairement végétales.

---

## 1 CARTOGRAPHIE

de professionnel·les de santé spécialisés dans les alimentations végétales

---



## OUTIL D'AIDE À LA PRISE EN CHARGE DES PATIENT·E ADOPTANT UNE ALIMENTATION MAJORITAIREMENT VÉGÉTALE

Nous sommes ravies de vous présenter cet outil conçu pour accompagner les professionnel·les de santé dans la prise en charge des patient·es souhaitant adopter une alimentation végétale ou déjà engagée dans cette démarche.

Issu d'un travail de thèse en médecine générale, cet outil est basé sur des recommandations internationales et des données validées par le groupe d'expert·es en nutrition végétale.

Accessible gratuitement en ligne, cet outil propose deux volets : l'un dédié aux professionnel·les de santé, et l'autre à destination du grand public. Parmi ses nombreuses fonctionnalités, vous trouverez des fiches imprimables qui synthétisent des conseils nutritionnels et alimentaires adaptés à différentes catégories : adultes, personnes enceintes et allaitantes, nourrissons, enfants de 2 à 10 ans, adolescent·es, personnes de plus de 50 ans, ainsi qu'un arbre décisionnel pour la complémentation, notamment en vitamine B12.

Ce véritable accompagnement rencontre un succès croissant et commence à être reconnu comme une ressource fiable dans le milieu médical. Plusieurs organismes, y compris des mutuelles, utilisent ce site comme référence.

N'hésitez pas à explorer cet outil et à le partager avec vos collègues et patient·es intéressés par l'alimentation végétale.

Ensemble, facilitons la transition vers une alimentation plus durable et saine !

Pour en savoir plus, cliquez sur le lien suivant :

**[vegecllic.com](https://vegecllic.com)**



## CONTACTEZ-NOUS

- ➔ [lonav.fr](http://lonav.fr)
- ➔ [vegeclic.com](http://vegeclic.com)

✉ Contact général:

Présidence, Marie Gabrielle DOMIZI, présidente:

Administration, Sébastien Demange, trésorier:

Pôle scientifique:

Pôle communication:

[contact@lonav.fr](mailto:contact@lonav.fr)

[marie-gabrielle.domizi@lonav.fr](mailto:marie-gabrielle.domizi@lonav.fr)

[sebastien.demange@lonav.fr](mailto:sebastien.demange@lonav.fr)

[sante@lonav.fr](mailto:sante@lonav.fr)


[communication@lonav.fr](mailto:communication@lonav.fr)

 [observatoire-national-des-alimentations-vegetales](https://www.linkedin.com/company/observatoire-national-des-alimentations-vegetales)

 [onav\\_france](https://www.instagram.com/onav_france)

 [onav.fr](https://www.facebook.com/onav.fr)

 [onav.fr](https://twitter.com/onav.fr)

 [onav\\_france](https://www.youtube.com/channel/UC...)

