



PARTICIPEZ À NUTRINET POUR CHANGER LE PNNS

<http://www.etude-nutrinet-sante.fr/>

« **Appel d'une végane mineure** (8 décembre 2013)

J'ai 16 ans et je vis en Auvergne, où les traditions culinaires sont bien présentes.

Earthlings a changé ma vie. Je suis végane depuis un an, et j'aimerais qu'on laisse les animaux vivre en paix !



Je ne me suis jamais sentie aussi bien qu'aujourd'hui. Le seul problème, c'est que personne ne me comprend au collège. Les a priori des adultes sont bien pires que ceux de mes camarades. Mon alimentation est considérée comme une lubie : on me reproche de ne pas manger de produits laitiers par exemple. C'est vraiment absurde ! Parfois, je ne trouve rien à manger à la cantine. C'est à cause du PNNS.

Les mineurs ne peuvent pas participer à Nutrinet, ce qui est vraiment injuste ! Je demande à tous les végétaliens et végétanes majeurs de se battre pour les générations futures en participant à l'étude Nutrinet. Merci de reconnaître les MINEURS et de défendre nos intérêts !

© L'Cya »

Toute reproduction de cette œuvre est autorisée à condition de respecter le copyright de l'auteur ainsi que le cadre strictement non lucratif de l'utilisation prévue, c'est-à-dire la sensibilisation des populations concernées à la participation à l'étude Nutrinet.

Pour changer le PNNS 2015, les végétanes n'ont plus beaucoup de temps. Suite aux demandes de la Société végane, la date d'extraction des données Nutrinet a été repoussée au 15 janvier. Les questions soulevées par les végétanes trouvent leurs réponses dans notre FAQ :

<http://www.societevegane.fr/nutrinet-derniere-chance-pour-changer-le-pnns-2015/>

CHANGER LE PNNS : C'EST MAINTENANT !

<http://www.etude-nutrinet-sante.fr/>

Le Programme national nutrition santé publie un message extrêmement négatif vis-à-vis du végétalisme : « un régime nocif ».

Il s'agit des recommandations nutritionnelles officielles pour la France. Elles sont publiées pour préserver la santé des Français. Ces recommandations servent aux professionnels de la santé (médecins nutritionnistes, diététiciens, etc.). Elles sont également utilisées pour formuler l'équilibre des repas dans la restauration collective : hôpitaux, établissements scolaires, maisons de retraite, établissements de privation de liberté, etc.

Faute d'avoir participé aux études françaises sur la nutrition, les véganes et les végétaliens portent probablement une part de responsabilité dans la situation actuelle. Les études étrangères ne permettent pas de prouver l'existence ni les spécificités des populations véganes françaises.

Les travaux de la Société végane ont convaincu l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (ANSES) de formuler « des recommandations destinées aux populations qui font le choix d'une alimentation végétale ». Son comité *Nutrition humaine* a dégagé un budget pour exploiter les données de l'étude nationale Nutrinet.

Chaque végane compte. Chaque végane est important. C'est nous qui faisons toute la différence dans notre pays et dans le monde, mais, en novembre 2013, nous n'étions encore que 94 nutrinautes véganes. Nos efforts, aidés de plusieurs associations, ont permis d'enregistrer environ 210 véganes à ce jour. Nous avons encore deux semaines pour nous rapprocher le plus possible de l'échantillon représentatif standard : 1000 véganes.

Attention ! Dans le questionnaire anthropométrique, pour être comptabilisé comme végane, il faut répondre « Oui » à la question « Actuellement, suivez-vous un régime alimentaire particulier ? », puis « car je suis végétalien... » à la question « Si oui, précisez ? ».

QUESTIONNAIRE ANTHROPOMETRIQUE (KIT INCLUSION)

[Retour à la liste](#) Si vous êtes déconnecté ou si vous fermez le questionnaire, vos réponses seront systématiquement sauvegardées [Aide](#)

Rubriques du questionnaire
Introduction
Mesures
Histoire pondérale
Régime
Silhouette

Actuellement, suivez-vous un régime alimentaire particulier ? Oui Non

Si oui, précisez ? (plusieurs réponses possibles)

- pour des raisons médicales (autres que problème de poids)
 - Hypertension artérielle
 - Dyslipidémie, hypercholestérolémie ou hypertriglycéridémie
 - Diabète
 - Allergies alimentaires (gluten, arachide, lait, œufs, noix...)
 - Insuffisance rénale
 - Troubles digestifs
 - Autre
- grossesse
- pour perdre du poids
- pour ne pas prendre de poids
- pour rester en forme
- car je suis végétarien (je ne mange pas de viande mais je mange d'autres produits d'origine animale)
- car je suis végétalien (je ne mange ni viande, ni poisson, ni œufs, ni produits laitiers)
- par conviction personnelle ou religieuse