

### LA RESTAURATION SCOLAIRE S'ENGAGE DANS LA DÉMARCHE " BLEU-BLANC-COEUR " .



Durant l'année, le service de la restauration de la ville fait en sorte de sélectionner des produits de qualités qui correspondent le plus à des critères précis de propriétés d'un aliment (en terme de goût, odeur, aspect, couleur et consistance), traçabilité des produits, origine, labels et des approvisionnement directs et des circuits courts. A partir du mois d'octobre, il sera proposé de la viande de porc et de bœuf Bleu Blanc Cœur. Viandes Occitaines, fournisseur de l'établissement scolaire et Jean-Pierre Issolan, éleveur à Mirabel (82) fourniront, une fois par mois, ce type de viande, enrichie naturellement en oméga 3.

#### La viande Bleu Blanc Cœur qu'est-ce que c'est ?

Les adhérents engagés dans la démarche Bleu-Blanc-Cœur répondent à un cahier des charges. Celui-ci énonce des obligations de moyens et de résultats afin de garantir la traçabilité et la qualité des produits.

Les obligations de moyens portent sur l'alimentation des animaux avec introduction de sources naturelles en oméga 3 (graines de lin, luzerne, herbe...), une limitation du soja (car le plus souvent importé, source de déforestation et aussi particulièrement riches en Oméga 6, déjà excédentaires dans nos régimes), des interdictions d'emploi de certaines substances (comme l'huile de palme par exemple), mais aussi sur le respect de l'environnement et du bien-être animal. Ces obligations de moyens, contrôlées régulièrement par des audits et déclarations de matières, permettent d'assurer une traçabilité de la qualité tout au long de la chaîne alimentaire.

En diversifiant l'alimentation de leurs animaux, les éleveurs participent au retour dans nos paysages de cultures diverses (prairie, lin, luzerne, féverole...) qui avaient peu à peu disparues. Cette diversité est bénéfique à la santé des animaux et contribue à l'enrichissement des sols. Les éleveurs témoignent des bienfaits de l'alimentation Bleu-Blanc-Cœur sur la santé de leur cheptel : fécondité augmentée, baisse des frais vétérinaires, meilleure immunité....

Bleu-Blanc-Cœur est une vraie solution pour une alimentation qui intègre des objectifs nutritionnels pour l'homme tout en respectant la santé des animaux et de notre environnement. Les pouvoirs publics ont reconnu l'intérêt de l'action de l'association. Depuis novembre 2008, l'association a signé une charte d'engagements nutritionnels avec l'Etat. C'est donc une reconnaissance du travail de validation scientifique qu'elle a réalisé.

#### Oméga 3, c'est quoi ?

Un article publié dans la revue *Nature Reviews Neuroscience* résume par synthèse l'état actuel des connaissances concernant l'importance des Oméga 3 sur le développement du cerveau :

- Les Oméga 3 protègent le cerveau avant la naissance. Une étude explique qu'un manque d'Oméga 3 pendant le développement embryonnaire et la période de lactation influe négativement sur le système immunitaire cérébral et la plasticité du cerveau.

- Les Oméga 3 nous permettent de lutter contre les inflammations et favorisent l'entrée du glucose dans le cerveau en modulant très fortement la neuro-inflammation.

- Les Oméga 3 réduisent les troubles cognitifs et amélioreraient donc la mémoire chez les personnes âgées. Une carence en Oméga 3 conduirait au développement du stress et de l'anxiété chez l'homme.

