



les Crous

LUNDI
VERT
MANGER CHANGER

Les Lundis Verts

INAUGURATION
NATIONALE

DOSSIER PRESSE

Grenoble
30 septembre 2019



Communauté
UNIVERSITÉ Grenoble Alpes



INAUGURATION NATIONALE « **Lundis Verts** » EN RESTAURATION UNIVERSITAIRE

788 RESTAURANTS S'ENGAGENT POUR LA SANTÉ DES ÉTUDIANTS ET LA PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT

Testée avec succès, depuis janvier 2019 dans les **restaurants universitaires** du **Crous Grenoble Alpes** : Les Crous, avec le soutien du Rectorat de Grenoble, l'Université Grenoble Alpes et la Communauté Grenoble Alpes officialisent leur engagement à la démarche « **Lundis Verts** » et lancent aujourd'hui le **déploiement national** dans les 788 restaurants universitaires de la France entière.

Vendredi 11 octobre 2019, une **cérémonie inaugurale**, présidée par Dominique Marchand, Présidente

du Crous, suivie d'une **conférence** et d'une **table ronde** réunissant chercheurs, journalistes scientifiques et représentants de Sea Sheperd, Greenpeace, L214 et WWF ; sera organisée sur le parvis du restaurant L'Intermezzo, puis à la **Maison des Sciences de l'Homme**, sur le domaine universitaire de Grenoble - Saint-Martin-d'Hères.

Au menu de cette cérémonie

- un menu vert,
- une joute culinaire,
- des stands éco-responsables en présence de Grenoble-Alpes Métropole, d'agir alternatif, ACTE, Agoraé,
- une opération "nudge" visant à sensibiliser les convives.



CE LUNDI, 788 RESTAURANTS UNIVERSITAIRES PASSENT AU **Vert** !

Le monde scientifique s'accorde à dire que réduire la consommation de viande, serait un bienfait pour la santé, l'environnement et le bien-être animal.

Conscient de ses responsabilités sociétales et environnementales et sensible aux souhaits des étudiants en matière d'évolution et de diversification de l'offre alimentaire, **le réseau des Crous**, acteur majeur de la restauration universitaire s'engage **aux côtés** des partenaires de l'enseignement supérieur que sont **le Rectorat de Grenoble, l'Université Grenoble Alpes et la Communauté Grenoble Alpes**, cet automne, dans la démarche du « Lundi Vert ».



Le principe ? Donner l'idée et l'envie aux convives de nos restaurants de **réduire** leur **consommation de viande**, en mettant à l'honneur tous les lundis, dans les restaurants universitaires des **26 Crous de France**, un **plat du jour végétarien de qualité**. L'objectif des Crous est d'initier une dynamique nationale autour d'un sujet essentiel : la nutrition comme déterminant de la **santé des**

étudiants. Le but étant de promouvoir, sur la base du **volontariat**, tous les lundis, une consommation limitée en protéines animales, au profit d'une alimentation **riche en protéines végétales** et d'accompagner les **comportements responsables**. Une initiative douce invitant les étudiants qui le souhaitent à végétaliser leur alimentation. Un **bienfait** pour la **santé des étudiants** et notre environnement.

L'initiative «Lundi Vert» est soutenue par **500 personnalités, scientifiques, et acteurs publics**, elle est rendue publique dans l'Appel pour un «Lundi Vert» (tribune, Le Monde du 7 janvier 2019).

« Le réseau des CROUS s'est toujours engagé pour répondre aux attentes des étudiants et il est conscient du mouvement qui les porte en faveur du développement durable. Cette opération emblématique est une des facettes des actions portées par les CROUS pour promouvoir des comportements responsables.. »

Dominique Marchand

À LA CARTE : 150 RECETTES VÉGÉTALISÉES, BONNES POUR LA SANTÉ

Convaincu de l'importance de **varier l'apport** en protéines pour **diminuer** la consommation de **viande**, favorable à la santé des étudiants et à l'environnement, le comité de recherche et développement des Crous (Comex) a mené une grande réflexion sur l'élaboration des menus végétariens. Un travail minutieux entre **chefs et diététiciens** sur les **apports nutritionnels** a permis de développer des recettes associant céréales et légumineuses pour **fixer les protéines**.

Cent cinquante délicieuses **recettes**, riches en **vitamines** et **minéraux**, préparées avec des **produits frais** et des aromates ont été retenues comme une alternative à la viande et au poisson. Cette offre, préparée par les équipes du Crous, sera ainsi proposée aux étudiants **au prix**

d'un repas étudiant, soit **3,30 €**. Elle s'adresse aussi bien aux étudiants végétariens, aux étudiants ayant des contraintes alimentaires, souhaitant diminuer leur consommation de viande et aux étudiants adoptant une démarche flexitarienne.



“Entre janvier et juin 2019, la proposition d'engagement dans cette démarche a développé le niveau de prise végétarienne de façon significative dans les restaurants grenoblois les lundis”.

Bénédicte Corvaisier-Drouart

UNE ÉTUDE SCIENTIFIQUE NATIONALE SUR LE CHANGEMENT ALIMENTAIRE

Au-delà des bénéfices désormais connus d'une réduction de la consommation de viande sur la santé, l'environnement ou le bien-être animal, cette proposition est couplée à une **démarche scientifique** avec un protocole d'observation sur la **modification des habitudes alimentaires** qui vient de faire l'objet d'une première évaluation.

Un an après son lancement, l'initiative a recueilli des **échos positifs**. Selon une enquête menée en France sur 2000 personnes, plus de 50% des personnes interrogées ont entendu parler du « lundi vert », 10,5% d'entre elles l'ont mis en œuvre et 25% ont l'intention de le faire. A compter d'octobre, des étudiants de la France en-

tière pourront y participer. **L'objectif** sera de **comprendre** quelles sont les **caractéristiques des étudiants** qui adoptent et maintiennent ce changement alimentaire. La mise en place d'une expérimentation de plusieurs mois **financées par le CNRS** et consistant à adresser des messages individualisés aux participants permettra en outre de déterminer l'impact de la prise en compte du profil des participants sur l'efficacité du suivi. Nous pourrons ainsi mieux comprendre l'effet de l'adéquation entre le message et le récepteur dans les **changements durables** de comportements.

<https://www.mdpi.com/2072-6643/11/7/1694>

EN LIVE UNE JOUTE CULINAIRE ENTRE ÉTUDIANTS

Réunis pour un **challenge culinaire**, trois lauréats étudiants s'affronteront **en live** vendredi 11 octobre, sur le parvis du restaurant l'intermezzo pour une joute culinaire.

Le défi ? Inventer une **recette Bouddha Bowl** savoureuse et originale avec comme contraintes : un **panier végétarien** imposé et un **temps limité**. Les participants



cuisineront devant un jury d'étudiants, de professionnels du monde de la cuisine et de la santé publique. Pour tenter de remporter cette épreuve, ils devront faire preuve de **créativité et talent culinaire**.

Le vainqueur de cette joute aura le privilège d'inscrire sa recette **au menu de tous les restaurants universitaires de France**.

DU “NUDGE”* POUR ENCOURAGER LES BONNES PRATIQUES

Avec **69 millions de repas à tarif social** étudiant servis par an et une **offre végétarienne** présente dans de **86% des restaurants universitaires**, l'accompagnement au changement vers une alimentation davantage végétalisée constitue l'un des défis majeurs des Crous.

Pour la première fois, les Crous se tournent vers le nudge et mettent en place, une opération phare sur les marches du restaurant l'Intermezzo. Soutenue par le mouvement « Lundi Vert », cette initiative entend modifier tout en douceur le comportement des usagers et **impliquer les convives** dans l'action collective **en faveur de l'environnement**. C'est

en ces termes que les étudiants sont invités à réduire leur consommation de viande et incités à découvrir le menu végétarien du jour.

- 3 000 litres d'eau économisés
- 2 m² de forêt amazonienne sauvegardée
- 36% de gaz à effet de serre capitalisé
- 400 animaux terrestres sauvés
- 18 000 repas végétaux produits en plus
- Bon pour mon capitale santé, bon pour la planète...
- Et si vous passiez au vert, tous les lundis ?

*NUDGE : Un nudge est une incitation douce ou «coup de pouce» donné à un consommateur pour modifier son comportement.

CONFÉRENCES, TABLE RONDE, PROJECTION : UN BOUILLON DE CULTURE !



Pourquoi les humains adorent la viande ? Quelles sont les conséquences d'une telle consommation ? Comment remplacer la viande dans nos assiettes ? Quels en sont les bénéfices à court et moyen terme ? **Chercheurs** dans le domaine de la nutrition, de l'économie, des sciences environnementales et de la psychologie sociale, **journalistes scientifiques** et **acteurs non-gouvernementaux** seront réunis le vendredi 11 octobre de **14h00 à 19h00** à la **Maison des Sciences de l'Homme Alpes**, pour

en débattre et tenter de répondre en direct via un live tweet aux questions des internautes. Une initiative en **partenariat avec la Maison des Sciences de l'Homme Alpes** (USR 3394 - CNRS / Université Grenoble Alpes).

Pour n'en rater aucune miette :

[Téléchargez l'ensemble du programme](#)

À propos des Crous

CHIFFRES CLÉS DU RÉSEAU DES CROUS

→ **69** millions de repas à tarif social servis par an

→ **788** restaurants universitaires

→ **86%** des restaurants universitaires ont une offre végétarienne

→ **150** recettes végétalisées

À propos du Crous Grenoble Alpes

Le Crous Grenoble Alpes est un établissement public administratif relevant du Ministère de l'enseignement supérieur, de la recherche et de l'innovation, au service de au service de 92 000 étudiants sur les agglomérations de Grenoble, Chambéry, Annecy et Valence. A l'échelle de l'Académie de Grenoble, il contribue à la mise en œuvre de la politique nationale de vie étudiante pilotée par le Cnous en proposant les prestations et services propres à améliorer les conditions de vie et d'étude. Il apporte son concours aux politiques de vie étudiante conduites par la ComUE, l'Université Grenoble Alpes, les établissements d'enseignement supérieur et les collectivités territoriales.

À propos de la Maison des Sciences de l'Homme Alpes

Issue d'une convention entre l'Université Grenoble Alpes et le CNRS, la Maison des Sciences de l'Homme Alpes est une structure fédérative fondée en 1999 et dirigée depuis 2014 par le Pr. Laurent Bègue. Elle fait partie du Réseau nationale des Maisons des Sciences de l'homme qui regroupe les 23 Maisons des Sciences de l'Homme réparties en France. Elle vise à structurer et soutenir la recherche en Sciences humaines et sociales (SHS) sur le site grenoblois et contribue activement, avec ses partenaires académiques et les acteurs locaux et régionaux, à la promotion et la diffusion des recherches interdisciplinaires et internationales, ainsi qu'à la modernisation des méthodes, des techniques et des outils de la recherche.

Restaurant l'Intermezzo
327 avenue centrale
38400 Saint-Martin-d'Hères

Maison des sciences de l'Homme Alpes
1121 avenue centrale
Campus de Saint-Martin-d'Hères
Tram B et C arrêt Bibliothèques universitaires



Contact presse :

Pascale Koller
Responsable Mission
communication du Crous
| 06 88 05 52 79

Stéphanie Clepier
Directrice de la communication
Crous Grenoble Alpes
| 06 84 93 57 76

Laurence Raphaël
Responsable communication
Maison des Sciences
de l'Homme Alpes
| 06 95 61 69 07