COMPTE SUR LAITIERS EUROPÉENS



<u>BELGIQUE</u> LA CAMPAGNE

« Misez sur les produits laitiers européens »

L'Union européenne (UE) cofinance une vaste campagne d'information lancée par <u>l'Organisation interprofessionnelle laitière</u> (<u>InLac</u>), « *Misez sur les produits laitiers européens* », afin de mettre en avant la durabilité du secteur laitier ainsi que les valeurs nutritionnelles de ces produits. Ce programme européen en faveur des produits laitiers durables comprend des actions en **Espagne** et en **Belgique** jusqu'en 2028.



Ce programme s'inscrit dans la continuité de la campagne précédente « <u>Misez sur les produits laitiers</u> européens », menée entre 2022 et 2025.

Grâce à ces campagnes, le secteur informe les consommateurs sur la durabilité du secteur laitier de l'UE, car les méthodes de production sont conformes à la législation la plus stricte au monde en matière de respect de l'environnement, de traçabilité, de sécurité alimentaire et de soins et de gestion des animaux.

Les actions mettent en valeur la manière dont les producteurs peuvent contribuer à l'atténuation du changement climatique, à la conservation de la biodiversité et à l'utilisation durable des ressources, à la gestion durable de l'eau et au bien-être animal, à la lutte contre le dépeuplement, à la promotion de l'économie et de l'emploi ruraux, à l'égalité des sexes et à l'innovation.

Le travail et les contributions du secteur laitier à la société sont également mis en avant, afin de valoriser et de rehausser l'activité primaire du secteur.

Lutte contre le changement climatique : durabilité économique, sociale et environnementale

Le secteur laitier joue un rôle fondamental dans la protection de la biodiversité dans toute l'UE, en gérant le territoire, en évitant l'érosion, en préservant les habitats végétaux et aviaires et en prévenant les incendies de forêt. Le nouveau projet européen montrera aux consommateurs que le secteur laitier dans son ensemble s'engage à gérer correctement les ressources naturelles et est prêt à mettre en œuvre une « feuille de route » rigoureuse pour être plus respectueux de la planète et lutter contre le changement climatique, en atteignant la neutralité climatique.

Le programme européen contribuera également à mettre en avant l'offre de produits laitiers biologiques, un segment en constante croissance à l'heure actuelle et de plus en plus apprécié.

Le secteur laitier est responsable de la cohésion sociale, économique et territoriale européenne, de la subsistance de nombreuses familles, de l'aménagement, de l'occupation et de la protection du territoire, ainsi que de la préservation des pratiques culturelles et traditionnelles, comme le rappelle InLac. En effet, le secteur laitier a façonné des paysages culturels millénaires dans diverses régions. L'abandon de la production laitière dans de nombreuses régions équivaut à un abandon du milieu rural.

Financé par l'Union européenne. Cependant, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de l'Union européenne ou du Ministère de l'Agriculture, de la Pèche et de l'Alimentation d'Espagne.

Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'Octro in essuraient en être tenues pour responsables.

Bien-être animal, nutrition et santé





COMPTE SUR LAITIERS EUROPÉENS

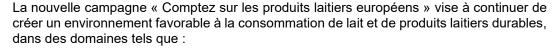


Le projet contribuera à faire connaître les normes européennes rigoureuses, les plus strictes et les plus garanties au monde. Le souci du bien-être animal est l'un des aspects qui définissent le secteur, tant par conviction propre que par réponse à la sensibilité sociale. Ainsi, le secteur a obtenu et mis en œuvre des certifications très ambitieuses. Grâce à ce programme européen, le secteur laitier promouvra également la connaissance d'une alimentation saine et durable, en encourageant les régimes alimentaires sains tels que le régime méditerranéen ou atlantique et l'activité physique régulière, tout en se montrant fermement engagé dans la réduction du gaspillage alimentaire.



En résumé, la campagne transmettra différentes valeurs indissociables du secteur laitier et de ses produits dans des domaines tels que la nutrition, la durabilité économique, sociale et environnementale, que les consommateurs doivent connaître.

Objectifs de sensibilisation de la nouvelle campagne « Comptez sur les produits laitiers européens »





- La durabilité sociale et économique
- Respect du bien-être animal.

Stratégie

- Nous mettrons en avant les aspects liés au produit et à son environnement social et environnemental.
- Nous améliorerons la connaissance différenciée des différents types de lait, fromages et yaourts existant sur le marché.
- Nous promouvrons la connaissance des attributs, des caractéristiques et de la valeur ajoutée du lait et des produits laitiers en tant que produits de l'UE.
- Nous mettrons en valeur le modèle européen de production différencié par rapport aux régimes des pays tiers dans des domaines tels que la durabilité, l'implication environnementale, la défense du bien-être animal, la traçabilité, la qualité, la sécurité et l'étiquetage.
- Nous voulons qu'au moins 50 % des consommateurs concernés considèrent comme positif (d'accord ou tout à fait d'accord) que la durabilité environnementale, le respect du bien-être animal et la durabilité sociale et économique sont des facteurs importants qui motivent leur décision d'acheter un produit laitier européen.
- Nous préconisons d'atteindre les quantités quotidiennes recommandées de consommation de lait dans les foyers belges, conformément aux recommandations nutritionnelles établies (3 produits laitiers par jour en moyenne).

Cible

- La campagne s'adresse aux hommes et aux femmes âgés de 25 à 45 ans.
- Il s'agit d'une population urbaine, jeune et « désabusée », inconsciente de consommation de lait et de princé pri l'union pure prente cependant, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent consommation de lait et de produité d'attient d'auteuré de l'Agriculture, de la Pêche et de l'Alimentation d'Espagne.
 ✓ en Belgique, soit 3 070 000 personnés.









COMPTE LES LAITIERS EUROPÉENS



Les messages de la campagne « Comptez sur les produits laitiers européens » ...

Grâce à cette campagne, nous continuerons à mettre en avant la consommation de trois produits laitiers par jour, ses avantages et ses valeurs nutritionnelles. Nous voulons récupérer les consommateurs inconscients qui ont abandonné ces produits, en les informant de l'importance de consommer 3 produits laitiers par jour, en leur expliquant non seulement les valeurs nutritionnelles du produit, mais aussi l'engagement de l'ensemble du secteur laitier européen et espagnol en particulier en faveur de la durabilité et de tout ce que cela implique.

Le consommateur européen est en pleine mutation. Il ne pense plus en fonction de sa consommation, mais consomme désormais en fonction de sa réflexion. Nous devons le sensibiliser au fait que son choix d'achat « compte » et que chaque fois qu'il consomme trois produits laitiers d'origine européenne, il soutient la durabilité sociale, économique et environnementale du secteur.

Les messages peuvent être résumés comme suit :

- Comptez sur les produits laitiers européens. Faites en sorte que votre mode de vie et votre alimentation comptent. Chaque fois que vous consommez 3 produits laitiers par jour, cela compte pour notre avenir et celui de la planète.
- Comptez sur les produits laitiers européens. Faites en sorte que votre mode de vie et votre alimentation comptent. Chaque fois que vous consommez 3 produits laitiers par jour, cela compte pour notre environnement et pour continuer à œuvrer à l'amélioration du bien-être animal.
- Misez sur les produits laitiers européens. Faites en sorte que votre mode de vie et votre alimentation comptent. Chaque fois que vous consommez 3 produits laitiers par jour, vous contribuez à l'avenir des zones rurales, à l'égalité des sexes dans l'industrie laitière et à la croissance économique de toute la société.
- Comptez sur les produits laitiers européens. Faites en sorte que votre mode de vie et votre alimentation comptent. Chaque fois que vous consommez 3 produits laitiers par jour, cela contribue à une production et une consommation responsables, et à zéro gaspillage.
- Misez sur les produits laitiers européens. Faites en sorte que votre mode de vie et votre alimentation comptent. Chaque fois que vous consommez 3 produits laitiers par jour, cela contribue à l'apport équilibré en glucides, vitamines, protéines et minéraux dont votre corps a besoin.







COMPTE LES LAITIERS EUROPÉENS



Un mouvement social responsable : la créativité

« Misez sur les produits laitiers européens » promeut un véritable mouvement social visant à sensibiliser les consommateurs au pouvoir qu'ils ont, lorsqu'ils font leur liste de courses, de rendre le monde plus durable.

Se rendre au supermarché en transports en commun, utiliser un caddie plutôt que des sacs en plastique, choisir des produits locaux et durables, comme les produits laitiers européens... Parce que chaque petit geste COMPTE.

Avec l'aide précieuse du prestigieux artiste espagnol **@72 kilos**, la campagne informe les hommes et les femmes âgés de 25 à 45 ans, résidant en Espagne et en Belgique, des raisons pour lesquelles, chaque fois qu'ils consomment des produits laitiers européens, ils contribuent à rendre le monde plus durable, grâce à un storytelling proche et convivial décliné en différents designs et supports.

Cette collaboration avec **@72 kilos** se concrétise par l'intégration de ses designs exclusifs dans les supports de communication. L'un des principaux supports sera le **Chariot de la durabilité laitière**, élément central du merchandising de la campagne. À travers ses illustrations, **@72kilos** transmettra des valeurs telles que la durabilité, la consommation responsable et le choix de produits locaux, comme les produits laitiers européens.







COMPTE LES LAITIERS





Actions de sensibilisation en Belgique

TRAMWAY DURABLE. En Belgique, les messages de la campagne seront diffusés grâce à l'habillage des tramways de la capitale, Bruxelles, dans le but de sensibiliser des millions de consommateurs et de visiteurs au secteur laitier et à ses aliments nutritifs et durables.

Cette action se déroulera sous la forme d'un habillage intégral avec le design de l'artiste @72kilos pendant 28 jours (du 13 octobre au 9 novembre), garantissant une grande visibilité et une présence constante dans l'environnement urbain.









COMPTE LAITIERS





- Il s'agit d'une action à fort impact sur les tramways électriques et hybrides urbains, choisis pour être des moyens de transport durables, pendant près d'un mois.
- Cette action permet de maximiser la couverture et l'impact publicitaire, en générant de la notoriété et une mémorisation auprès du public.
- Nous nous adressons à une cible jeune et urbaine : des hommes et des femmes âgés de 25 à 45 ans, sensibles aux environnements durables et aux modes de vie actifs.
- C'est un moyen efficace de renforcer la présence de la marque, en optimisant l'investissement et en respectant l'environnement.

Action avec des micro-influenceurs en Belgique

Nous compterons sur des influenceurs de premier plan en Belgique (6 profils différents) qui, via leurs comptes sur les réseaux sociaux, transmettront à leurs followers les différents piliers sur lesquels repose la campagne.

De plus, nous continuerons à générer du contenu de qualité et intéressant pour nos propres profils sur les réseaux sociaux, où nous transmettrons nos messages via des profils connus sur ce réseau.

Enfin, nous mènerons une action Connected TV afin d'amplifier nos messages, une action qui permet de segmenter les messages destinés au public au sein d'un réseau premium de partenaires et d'une action programmatique.

La campagne de promotion interpelle clairement les consommateurs afin qu'ils prennent conscience de tout ce qui se cache derrière leur décision d'achat. Car lorsqu'ils achètent des produits laitiers, ils s'engagent et soutiennent la production d'excellence et les aliments sains, le respect de la nature, le respect des animaux et la structuration du territoire face à l'avancée du dépeuplement rural.

La nouvelle campagne « Comptez sur les produits laitiers européens » prévoit des actions de sensibilisation en Espagne et en Belgique jusquien 2028, avec un budget de 2,4 millions d'euros Cette initiative permettra de donner une continuité à « Comptez sur les produits laitiers européens







Succès des actions menées à ce jour

La nouvelle campagne s'inscrit dans la continuité de la stratégie mise en place jusqu'en 2025. En effet, toutes les actions de communication, d'information, de publicité et de vente réalisées dans le cadre de « Cuenta con los productos lácteos europeos » ont permis de dépasser les 500 millions d'impacts en Espagne et en Belgique. Selon un rapport d'Ikerfel qui a analysé les résultats, « la campagne a réussi à consolider l'image des produits laitiers et du secteur en les protégeant du bruit croissant des fausses nouvelles et des informations et opinions erronées dans des domaines tels que la nutrition, la santé ou la durabilité ».

Les analystes d'Ikerfel constatent des progrès dans les paramètres analysés, tout en reconnaissant qu'« il reste du travail à faire car la défense de la catégorie et du secteur ne doit pas baisser la garde ; nous ne sommes pas à l'abri des attaques extérieures ». Ils ajoutent également qu'« il est essentiel de poursuivre le travail de communication sur la consommation quotidienne recommandée de 3 produits laitiers par jour afin d'augmenter la demande ».

Quelques étapes importantes

Les résultats obtenus jusqu'à présent par « Cuenta con los productos lácteos europeos » en Belgique sont significatifs.

✓ Bruxelles a accueilli trois forums de discussion (un par an) pour aborder des aspects clés de la durabilité du secteur laitier, attirant l'attention des autorités communautaires, des experts et des médias.







COMPTELL LAITIERS









✓ Une campagne d'affichage extérieur en Belgique a su allier créativité et impact visuel. Ainsi, par exemple, quatre tramways ont été recouverts d'autocollants.



Financé par l'Union européenne. Cependant, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de l'Union européenne ou du Ministère de l'Agriculture, de la Pèche et de l'Alimentation d'Espagne. Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'octroi ne sauraient en être tenues pour responsables.







COMPTE LAITIERS

PRODUITS PRODUITS PRODUITS PARTOUF

À cela se sont ajoutés 18 panneaux d'affichage personnalisés et 100 affiches promotionnelles dans des parkings à vélos, permettant d'atteindre plus de 200 millions de contacts en seulement trois ans. Grâce à leur excellent emplacement, dans le centre de la capitale belge et à proximité des points névralgiques de la circulation routière et piétonne, les tramways et les panneaux d'affichage ont généré une grande notoriété, une identité et une mémorisation de la marque. De plus, ils se sont révélés très efficaces pour optimiser l'investissement publicitaire.

















SECTEUR LAITIER EUROPÉEN

Territoire « Durabilité »:

- Durabilité économique et sociale
- Durabilité environnementale / Zéro déchet

Domaine « Nutrition-Santé »

Territoire « Bien-être animal »

Territoire « Égalité des chances »

LE SECTEUR LAITIER EUROPÉEN

Tous les pays de l'UE produisent du lait, un aliment qui représente une part importante de la valeur de la production agricole de l'UE. La production laitière totale de l'UE est estimée à environ 155 millions de tonnes par an. Les principaux producteurs sont l'Allemagne, la France, la Pologne, les Pays-Bas, l'Italie et l'Irlande. Ensemble, ils représentent plus de 70 % de la production laitière de l'ensemble de l'Union européenne.

Au cours des dernières années, le cheptel laitier de l'UE a diminué grâce à l'amélioration du rendement laitier par vache. En 2023, l'UE comptait environ 20 millions de vaches, dont la production moyenne par animal était de 7 800 kilos de lait, selon les données de la CE.

En Europe, la production laitière a augmenté de 0,7 % en 2024, l'Espagne se démarquant avec une hausse de 2 %, supérieure à la moyenne continentale. L'Allemagne et les Pays-Bas ont réduit leur production, tandis que la France et l'Italie ont montré des signes de reprise.

La transformation des produits laitiers dans l'UE est depuis longtemps tirée par la production fromagère, et cette tendance devrait se poursuivre, tout comme la création de nouvelles fromageries. La demande de fromage continue d'augmenter, avec une croissance de 4 % depuis 2022, ce qui en fait le produit laitier le plus stable et le plus rentable.

Dans l'Union européenne, la production de fromages purs de vache s'élève à 9 millions de tonnes. En ce qui concerne les autres fromages, environ 230 000 tonnes de fromage pur brebis sont produites (dont 33 % en Italie, premier producteur) ; 205 tonnes de fromage pur chèvre (dont plus de la moitié en France) et 450 000 tonnes de fromage à base de lait mélangé (dont 42 % en Grèce).

LE SECTEUR LAITIER EN BELGIQUE

Le secteur laitier belge, qui met fortement l'accent sur la qualité et la durabilité, produit une large gamme de produits laitiers reconnus pour leur excellence dans le monde entier. Il contribue en outre de manière significative au développement régional et à la préservation du paysage rural.







COMPTE LAITIEF



La Belgique est un pays extrêmement propice à la production laitière grâce à son climat maritime tempéré et à ses précipitations fréquentes. Plus d'un quart de toutes les terres agricoles sont encore des prairies permanentes. Le lait fait partie intégrante de la culture et de la gastronomie belges depuis des siècles, tous âges confondus. Le secteur laitier belge repose sur ses racines indépendantes et familiales. Contrairement aux producteurs allemands plus industriels, les producteurs laitiers belges se caractérisent par des installations à plus petite échelle. Souvent transmises de génération en génération, les valeurs traditionnelles font toujours partie intégrante de leur activité.

Selon l'Observatoire du marché laitier de l'Union européenne, la production totale de lait de vache en Belgique est d'environ quatre millions de tonnes. La production a affiché une tendance à la hausse ces dernières années, reflétant une capacité de transformation et une efficacité accrues dans l'industrie laitière.

La consommation par habitant de produits laitiers en Belgique est restée stable, avec une moyenne de 350 kg par personne et par an. Cela comprend le lait liquide, le fromage, le yaourt et d'autres produits laitiers tels que le beurre.

La production est principalement concentrée dans deux régions :

- la Wallonie (sud du pays), qui compte de nombreux élevages familiaux.
- La Flandre (nord), avec des exploitations plus grandes et une approche plus industrielle.

La Belgique est un important exportateur de produits laitiers au sein de l'UE. En 2024, elle a exporté environ 2,2 millions de tonnes de produits laitiers pour une valeur de 3,7 milliards d'euros.

Bien que la production de lait de chèvre soit plus limitée, elle est en pleine croissance et occupe une niche importante sur le marché belge. Le lait de chèvre est utilisé pour fabriquer des fromages de chèvre, très appréciés pour leur saveur distinctive et leur digestibilité. En 2023, la production de fromage de chèvre atteindra environ 10 100 tonnes. Ce type de lait est généralement produit dans des fermes spécialisées plus petites, selon Emc-Magazine.

Le lait de brebis est produit de manière plus marginale en termes de volume et est principalement utilisé pour la fabrication de fromages artisanaux et de produits laitiers spécifiques. Le lait de brebis est riche en matières grasses et en protéines, ce qui le rend particulièrement adapté à la fabrication de fromages à pâte dure et semi-dure, selon la même source.

Outre le lait liquide, la Belgique est également réputée pour sa large gamme de produits laitiers, tels que les fromages, le beurre, les yaourts et les crèmes. Les innovations dans le secteur laitier belge ont conduit à la création de produits laitiers biologiques et de spécialités à valeur ajoutée.

Éleveurs belges

Selon les dernières données disponibles de MilkBE et de l'Institut national de statistique de Belgique, on estime qu'il y a environ 6 500 à 7 000 éleveurs de vaches laitières en activité en Belgique.

- Flandre: environ 65 % des élevages laitiers.
- Wallonie: les 35 % restants.

Ce chiffre a légèrement diminué ces dernières années en raison de la concentration des exploitations et de la modernisation du secteur, mais la production totale de lait est restée stable, voire a augmenté grâce à une plus grande productivité par vache.

La Belgique compte une vingtaine de coopératives d'éleveurs actives, dont beaucoup se concentrent sur le secteur laitier (vaches laitières), mais certaines incluent également des activités liées aux bovins de boucherie, aux ovins ou aux caprins.







Financé par l'Union européenne. Cependant, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent s nécessairement celles de l'Union européenne ou du Ministère de l'Agriculture, de la Péche et de l'Alimentation d'Espagne Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'octroi ne sauraient en être tenues pour responsables.

COMPTE LES LAITIERS EUROPÉENS



Fabricants de produits laitiers

En Belgique, le secteur laitier est dominé par une combinaison de coopératives locales, de grandes entreprises et de producteurs spécialisés. Voici les principaux acteurs :

1. Milcobel

La plus grande coopérative laitière belge.

Elle transforme plus de 1,5 milliard de litres de lait par an.

Elle produit du fromage, du lait en poudre, du beurre et des produits industriels.

Elle exporte vers plus de 100 pays.

2. Lactalis Belgium. Filiale du groupe français Lactalis, leader mondial du secteur laitier.

Elle exploite plusieurs usines en Belgique, notamment pour la production de fromages et de lait liquide.

3. Savencia Fromage & Dairy (anciennement Bongrain). Présente en Belgique avec des marques telles que Caprice des Dieux et des fromages de spécialité.

Forte présence dans le segment des fromages gastronomiques et d'exportation.

4. Inex. Entreprise familiale belge basée en Flandre orientale.

Spécialisée dans le lait UHT, les yaourts et les boissons végétales.

Exporte vers plus de 20 pays.

5. Solarec. Filiale de la coopérative Laiterie des Ardennes.

Basée à Libramont (Wallonie), elle produit du lait en poudre, du beurre et des fromages.

Spécialisée dans l'exportation et les produits industriels.

6. Danone Belgium. Produit des yaourts, des desserts lactés et des produits fermentés.

Forte présence dans le segment de la santé et du développement durable.

🦬 Panorama général du secteur laitier en Belgique (2024)

Source : Commission européenne et Statbel

Production et structure

- La Belgique produit environ 4 milliards de litres de lait cru par an, ce qui la place au niveau moyen des producteurs de l'UE.
- La majeure partie du lait est transformée en fromage, lait de consommation, beurre, lait en poudre et yaourts.
- Le nombre d'exploitations laitières a diminué au cours des dernières décennies, mais la productivité par vache a augmenté, avec des rendements dépassant 8 000 litres par vache et par an.







COMPTE SUR LAITIERS EUROPÉENS



Transformation et produits

- La Belgique dispose d'une industrie laitière moderne et diversifiée, avec des entreprises qui produisent à la fois pour le marché intérieur et pour l'exportation.
- Les produits les plus remarquables sont les suivants :
 - Fromages (en particulier les variétés à pâte molle et semi-molle)
 - Lait fermenté et yaourts
 - Lait en poudre (en grande partie exporté)
 - Beurre et crème

Commerce extérieur

- La Belgique est un **exportateur net** de produits laitiers, en particulier vers les pays voisins tels que la France, l'Allemagne, les Pays-Bas, le Luxembourg ou l'Italie.
 - Ces pays représentent la majeure partie du volume exporté, notamment en fromages, lait liquide et beurre.
- Elle exporte également vers des marchés hors UE, tels que la Chine et les pays d'Afrique du Nord, les États-Unis, l'Arabie saoudite ou la Corée du Sud.

T Durabilité

- La production de lait biologique connaît une croissance constante, même si elle ne représente qu'une petite partie du total.
- Les politiques climatiques et de bien-être animal entraînent des changements dans les méthodes de production.

n Production de lait biologique en Belgique

- Surface biologique : en 2023, environ 7,5 % de la surface agricole utile en Belgique était consacrée à l'agriculture biologique, et ce chiffre est en constante augmentation.
- Élevage biologique : bien qu'il ne représente qu'une minorité du total des élevages laitiers, le nombre d'exploitations certifiées biologiques a augmenté, en particulier en Wallonie.
- Volume de production : le lait biologique représente entre 3 % et 5 % de la production totale de lait en Belgique, avec une tendance à la hausse grâce aux incitations de la PAC et à la demande des consommateurs.
- **Préférences des consommateurs** : l'intérêt pour les produits biologiques s'est accru, en particulier chez les jeunes consommateurs et les citadins. Le lait biologique est perçu comme plus sain et plus durable.

Perspectives d'avenir

- Croissance modérée mais soutenue : la production et la consommation de lait biologique devraient continuer à augmenter, sous l'impulsion :
 - des politiques européennes telles que le Pacte vert et la stratégie « De la ferme à la table » ;
 - Une prise de conscience accrue en matière d'environnement et de santé.

Financé par l'Union européenne. Cependant, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de l'Union européenne ou du Ministère de l'Agriculture, de la Péche et de l'Alimentation d'Espagne. Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'Octroi ne sauraient en être tenues pour responsables.









COMPTE LES LAITIERS EUROPÉENS



Consommation de lait en Belgique (2024)

Consommation estimée par habitant : environ 50 à 60 litres de lait liquide par personne et par an.

Tendance : la consommation de lait liquide a légèrement diminué au cours de la dernière décennie, conformément à la tendance observée dans d'autres pays européens.

Substituts : la croissance des boissons végétales (telles que le soja, l'avoine et l'amande) a influencé cette baisse, bien que le lait reste un produit de base dans de nombreux foyers.

Autres produits laitiers :

- ✓ La consommation de fromage et de yaourt reste stable ou en légère augmentation.
- ✓ Le lait fermenté et les produits fonctionnels (tels que le kéfir ou les yaourts contenant des probiotiques) gagnent en popularité.

Consumo total de productos lácteos en los hogares en Bélgica

(l o kg per cápita) Leche total (1)	2000 64.20	2010 51,85	2015 48,64	2019 40,75	2021 42.14	2022 22/21%	
						39.16	- 7.1
° Suero de leche	1,40	0,70	0,52	0,46	0,36	0,32	- 11.1
° Leche chocolatada	3.20	3.50	3.80	3.37	3.39	3.08	- 9.1
Yogur	10.40	10.70	10.44	9,94	10.18	9.52	- 6,5
Crema	1,90	2.50	2.62	1,94	2.26	2.05	- 9.3
Manteca	3.20	2.40	2.31	1,63	1,66	1,49	- 10.2
Queso (2)	14,90	15.90	14,92	13,98	14,86	14.40	- 3.1
Queso blanco fresco	4.00	3.70	2,96	2.51	2.50	2.46	- 1.6
° Queso derretido	1.20	1.20	1.12	0,85	0,91	0,88	- 3.3
Otros quesos	9.70	11.00	10,85	10.62	11.45	11.06	- 3.4

⁽¹⁾ Incluye leche fermentada y excluye sucedáneos de la leche

⁽²⁾ Incluye queso fresco y queso fundido Fuente: Gfk vía



Source: MilkBE







COMPTE LES LAITIERS EUROPÉENS



La Belgique, une puissance fromagère



Source: MundoGourmet

L'un des secteurs les plus importants de l'industrie laitière belge est sans aucun doute celui du fromage. Voici un tableau récapitulatif des données les plus pertinentes :

Panorama du secteur fromager en Belgique (2024)

Production

- La Belgique produit plus de **100 000 tonnes de fromage par an**, avec une tendance stable ces dernières années.
- La production est principalement concentrée en **Flandre**, bien que **la Wallonie** compte également des fromageries artisanales très actives.

Exportation

- Le fromage est l'un des produits laitiers les plus exportés par la Belgique.
- Principales destinations: France, Allemagne, Pays-Bas et Luxembourg.
- En 2024, les exportations de produits laitiers (y compris le fromage) représentaient une part importante du commerce agroalimentaire belge, malgré une légère baisse globale de 5,76 % des exportations du pays.

Types de fromages

- La Belgique est réputée pour ses fromages **au lait cru**, **ses fromages bleus** et **ses fromages d'abbaye** (tels que l'Orval, le Chimay ou le Herve, ce dernier bénéficiant d'une appellation d'origine).
- Il existe plus de 300 variétés enregistrées, dont béaucoup sont protégées par des marques collectives.







COMPTE SUR LAITIERS EUROPÉENS



T Durabilité

- De nombreuses fromageries adoptent des pratiques durables :
 - Utilisation d'énergies renouvelables dans la production.
 - Réduction des emballages plastiques.
 - Promotion des circuits courts (vente directe au consommateur).

TERRITOIRE

DURABILITÉ

ENVIRONNEMENTALE

PRENDRE SOIN DE LA PLANÈTE

Engagés pour l'environnement

Outre la promotion et la diffusion des bienfaits de la consommation de produits laitiers, l'avenir passe sans aucun doute par la durabilité environnementale et les bonnes pratiques : le secteur encourage les énergies renouvelables afin de réduire l'empreinte carbone, diminue la consommation d'eau, améliore la circularité des emballages et la gestion des lisiers, favorise l'économie circulaire et réduit le gaspillage alimentaire tout au long de la chaîne.

Le secteur laitier est un exemple d'engagement en faveur d'une économie efficace et plus écologique et s'aligne sur les grands objectifs de développement durable des Nations unies.





































Financé par l'Union européenne. Cependant, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent Le secteur européen dans son ensemble souhalte mettre en valeur la lecontribution de l'éclievage à Mi Union européenne ni l'autorite chargée de l'octroir ne surraient en être tenues pour responsables la lutte contre le réchauffement climatique. Sans les éleveurs qui prennent soin du paysage et du







COMPTE LAITIERS

territoire, et sans les industries qui créent des emplois et relient les zones rurales grâce à leurs itinéraires quotidiens, l'Europe est confrontée à un accroissement du dépeuplement rural, de la pauvreté et du chômage. Le rôle des professionnels est essentiel pour préserver les écosystèmes, capter le CO2 grâce aux pâturages et aux forêts associés et prévenir la progression de l'érosion, de la désertification et des incendies.

Les gaz à effet de serre contribuent à aggraver le réchauffement climatique, mais la circularité de la consommation de CO2 par le bétail dans son rumen rend cet impact neutre.

Le secteur laitier européen travaille d'arrache-pied pour mettre en œuvre les meilleures pratiques, ainsi que pour développer, innover et rechercher de nouvelles technologies afin de réduire son impact et de mieux préserver l'environnement. Il est important de considérer l'empreinte écologique comme une fonction de la teneur en nutriments plutôt que de la masse totale produite. À densité nutritionnelle égale, les produits laitiers sont moins nombreux que d'autres boissons ou aliments d'origine non animale, pour donner un exemple comparatif. Le secteur laitier offre un large éventail d'avantages, tels que la biodiversité, la vitalité des zones rurales, la préservation des paysages traditionnels et des pâturages associés, par opposition aux monocultures et autres modèles de production alimentaire.

Des produits de meilleure qualité sont obtenus, mais avec une utilisation de moins en moins importante des ressources. Entre autres paramètres, on recherche également une qualité optimale du sol et c'est pourquoi des analyses sont effectuées pour connaître les forces et les faiblesses de chaque terre spécifique, afin de lui apporter les nutriments dont elle a besoin. Il en va de même pour l'eau, dont l'utilisation est responsable et véritablement adaptée aux besoins réels. Même les déjections animales sont réutilisées dans l'environnement comme nutriments pour la terre.

Parallèlement, les industries ont encouragé l'utilisation d'emballages durables, certifiés « neutres en carbone », et toute empreinte carbone générée lors de leur production est compensée par la mise en œuvre d'actions durables. L'activité industrielle est chaque jour plus « verte ».

Le secteur laitier européen souhaite continuer à travailler d'arrache-pied pour garantir un avenir digne à cette activité. Notre objectif est de collaborer avec les familles d'éleveurs et les autres acteurs afin de contribuer à la transformation et à la modernisation du secteur et d'assurer sa durabilité à court, moyen et long terme.

11 piliers pour la durabilité du secteur laitier européen

- Réduction des émissions de gaz à effet de serre tout au long de la chaîne de valeur du secteur
- Gestion des nutriments des pâturages afin de minimiser l'impact sur l'eau et l'air
- 3. Réduction au minimum des déchets, ainsi que réutilisation et recyclage de ceux déjà générés
- 4. Utilisation responsable de l'eau
- 5. Amélioration de la qualité et de la rétention des sols afin de garantir une productivité optimale
- 6. Maintien et amélioration de la biodiversité
- 7. Développement du marché afin que tous les acteurs puissent créer des entreprises économiquement viables
- 8. Le secteur laitier comme pilier fondamental des économies rurales
- 9. Conditions de travail favorables tout au long de la chaîne de valeur
- Transparence de la chaîne d'approvisionnement des produits laitiers afin de garantir leu qualité, leur apport nutritionnel et leur sécurité optimale
- 11. Soins aux animaux

Financé par l'Union européenne. Cependant, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de l'Union européenne ou du Ministère de l'Agriculture, de la Pèche et de l'Alimentation d'Espagne. Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'Octroi ne sauraient en être tenues pour responsables.









Plans stratégiques nationaux : la Belgique a élaboré un plan stratégique dans le cadre de la PAC qui comprend des incitations en faveur de pratiques d'élevage plus durables, telles que l'utilisation efficace des engrais, la rotation des pâturages et le bien-être animal.

Soutien financier : des aides directes sont accordées aux éleveurs qui adoptent des pratiques respectueuses de l'environnement.

Innovation et numérisation : l'utilisation de technologies permettant de surveiller la santé du bétail, de réduire l'utilisation d'antibiotiques et d'optimiser l'alimentation est encouragée.

De même, la Belgique, en tant qu'État membre de l'UE, s'est engagée à respecter les objectifs du Pacte vert européen et du règlement sur la répartition de l'effort, qui fixe des objectifs nationaux de réduction des émissions pour les secteurs non couverts par le système d'échange de quotas d'émission (SEQE), tels que l'agriculture.

Objectifs nationaux pour 2030 :

- Réduction de 47 % des émissions de GES dans les secteurs non couverts par le SCEQE par rapport à 2005
- L'agriculture, y compris l'élevage, doit contribuer de manière significative à cet objectif.

Région flamande : le Plan climatique flamand 2021-2030 comprend des mesures visant à réduire les émissions de méthane et d'ammoniac provenant du bétail. Il encourage :

- L'amélioration de l'efficacité alimentaire du bétail.
- Réduction de l'utilisation d'engrais azotés.
- Technologies de digestion anaérobie et de traitement du fumier.
- Incitations à adopter des pratiques durables dans les élevages laitiers.

Région wallonne. Le Plan Air-Climat-Énergie 2030 de la Wallonie prévoit également :

- Réduction des émissions de GES et de NH₃ (ammoniac) dans l'élevage.
- Soutien à l'agriculture de précision et à la rotation des pâturages.
- Promotion des systèmes extensifs et de la production biologique.

Engagement en faveur de la durabilité du secteur laitier

Rendre le secteur laitier plus durable est l'un des objectifs du secteur adhérant à l'organisation interprofessionnelle belge MilkBE, qui a lancé en 2014 un programme ambitieux de durabilité dans toute la chaîne laitière, des producteurs laitiers aux transporteurs et transformateurs de lait.

Plus récemment, avec le lancement de la « Charte de durabilité » en 2024, MilkBE souhaite poursuivre sa collaboration pour relever les défis environnementaux, car le renforcement de la durabilité des élevages laitiers offre les meilleures opportunités pour l'avenir du secteur dans son ensemble, comme le souligne cette organisation.

Dans ce contexte, des mesures concrètes sont prises pour garantir que le secteur laitier contribue aux objectifs en matière d'émissions de gaz à effet de serre. Afin de parvenir à des solutions structurelles à long terme, les producteurs laitiers travaillent non seulement sur des mesures liées à l'alimentation du bétail, mais aussi sur d'autres aspects de la gestion de leurs exploitations (gestion du fumier, gestion des sols, gestion du bétail, etc.), comme le précise MilkBE.

Financé par l'Union européenne. Cependant, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de l'Union européenne ou du Ministère de l'Agriculture, de la Pèche et de l'Alimentation d'Espagne. Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'octroi ne sauraient en être tenues pour responsables.





MPTE SUR LAIT

Le gaspillage alimentaire est l'un des grands problèmes actuels non seulement en raison du gaspillage de nourriture qu'il aussi raison représente, mais en l'empreinte environnementale qu'il génère.



C'est pourquoi, de plus en plus, tant les consommateurs que les professionnels de l'hôtellerie ont tendance à réutiliser les excédents pour créer de nouvelles préparations, tant pour des raisons économiques qu'environnementales, ce qui entraîne l'essor des « supra-recyclés », c'est-à-dire des aliments qui peuvent contribuer à réduire les déchets et le gaspillage alimentaire. Cette tendance nous amène tous à nous réinventer et à découvrir de nouvelles utilisations des aliments, ainsi qu'à réduire les coûts et le gaspillage et à optimiser chaque produit, réduisant ainsi notre empreinte environnementale. Une évolution qui, sans aucun doute, est bénéfique pour notre portefeuille, mais aussi pour la planète.

En ce sens, la campagne européenne montre comment les produits laitiers sont « de la pure cuisine de récupération ». Tout d'abord, parce que leur gaspillage est pratiquement nul et, ensuite, parce que grâce à leur grande polyvalence et au fait qu'ils se marient parfaitement avec toutes sortes de saveurs et d'ingrédients, ils peuvent être combinés avec n'importe quel aliment du garde-manger ou du réfrigérateur.

C'est pourquoi la campagne souligne que chaque fois que nous consommons des produits laitiers, nous contribuons à réduire le gaspillage alimentaire.

Territoire Bien-être animal

Bien-être animal : une référence mondiale

Les producteurs européens soulignent tout particulièrement l'engagement du secteur laitier en faveur du bien-être animal, tant par conviction personnelle (pour les éleveurs, leurs vaches font pratiquement partie de la famille et leur bien-être conditionne leur économie et leur avenir...) que par respect des normes européennes exigeantes qui donnent lieu à des contrôles de plus en plus stricts et fréquents. En effet, l'Espagne se conforme au modèle européen, le plus exigeant au niveau mondial. Ce modèle de production définit un élevage soumis aux normes les plus strictes et les plus



exigeantes au monde en matière de santé et de bien-être animal, de sécurité alimentaire et, bien sûr, de protection de l'environnement, qui obligent à investir davantage mais permettent de mettre à la disposition du consommateur des produits plus sûrs et de meilleure qualité.

Principe des « cinq libertés »

Le concept de bien-être animal comprend trois éléments : le bon fonctionnement de l'organisme vivant (ce qui suppose, entre autres, que les animaux soient en bonne santé et bien nourris) l'état émotionnel de l'animal (y compris l'absence d'émotions négatives telles que la douleur et la peur chronique) et la possibilité d'exprimer certains comportements normaux propres à l'espèce Ainsi, par exemple, l'Organisation mondiale de la santé animale considère qu'un animal se trouve





dans un état de bien-être satisfaisant lorsqu'il est en bonne santé, confortable et bien nourri, o peut exprimer son comportement inné et qu'il ne souffre pas de douleur, de peur ou de stress

Dans ce contexte, le secteur laitier national encourage le respect des cinq principes de bien-être animal établis par l'Organisation mondiale de la santé animale (OIE) :

- Animaux exempts de faim, de soif et de malnutrition
- Animaux exempts de peur et d'angoisse
- Des animaux à l'abri de l'inconfort physique ou thermique
- Des animaux exempts de douleur, de blessures ou de maladies
- Des animaux libres d'exprimer leurs propres comportements.

Le secteur laitier national et ses exploitations respectent les principes établis dans tous les domaines : alimentation, nettoyage-désinfection, logement, santé, comportement, gestion, contrôle des exploitations et des animaux, contrôle dans les abattoirs, et à toutes les étapes du processus de production, depuis la gestation et l'élevage jusqu'à l'engraissement, le transport, l'abattage et la fabrication.

L'Union européenne, leader mondial en matière de bien-être animal (Source : Commission européenne)

Il y a plus de 40 ans, en 1976, l'UE a signé la Convention européenne pour la protection des animaux dans les élevages, mais c'est en 1998 que la directive relative à la protection des animaux dans les élevages est entrée en vigueur. Cette directive stipule que les animaux doivent jouir de cinq libertés : être à l'abri de la faim et de la soif ; être à l'abri de l'inconfort ; être à l'abri de la douleur, des blessures et des maladies ; être libres d'avoir un comportement normal ; et être à l'abri de la peur et de l'angoisse.

Le traité de Lisbonne (2009) reconnaissait déjà les animaux comme des « êtres sensibles ». En 2012, l'UE a élaboré la stratégie pour la protection et le bien-être des animaux d'élevage, qui garantit que les poules, les porcs, les bovins, les moutons, entre autres animaux, doivent vivre et être transportés dans des conditions qui n'impliquent pas de maltraitance et ne leur causent ni douleur ni souffrance.

L'UE dispose donc des normes les plus strictes et les plus protectrices pour protéger le bétail, conformément aux intérêts et à la sensibilité des Européens, comme l'explique le Parlement européen (« Protection et bien-être des animaux : législation européenne »).

Depuis plus de 40 ans, nous œuvrons pour améliorer la vie des animaux, faisant de l'UE, et notamment de la Belgique, une référence en matière de bien-être animal.

Le secteur laitier belge, sensibilisé

Les producteurs laitiers belges bénéficient d'un programme de suivi de la durabilité mis en place par l'interprofessionnelle MilkBE qui, depuis 2014, mesure et encourage les améliorations dans les exploitations laitières, y compris les indicateurs de bien-être animal.

Les éleveurs reçoivent des comparaisons afin d'améliorer leurs pratiques, notamment :

- Espace et confort du bétail.
- Accès aux pâturages.
- Manipulation sans stress.
- Réduction de l'utilisation d'antibiotiques.
- Transparence et traçabilité:
 Financé par l'Union européenne. Cependant, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent
 Une chaîne « de la ferme à la table » est l'innequire de la controlle de l'action per un propienne d'autorité chappe de l'action per supriment en être teurs pour droposibles.





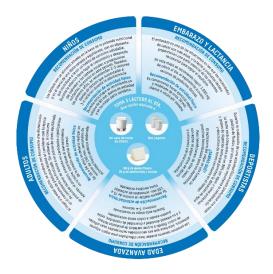


COMPTE SUR LAITIERS TERRITOIRE « NUTRITION, SANTÉ » OPÉENS



Produits laitiers et santé : source de vitamines et de nutriments

Grâce à des actions de promotion et de communication, le secteur européen encourage les bonnes pratiques alimentaires en s'appuyant sur des arguments rigoureux, avec l'aide d'un comité consultatif composé d'experts indépendants issus de différentes disciplines.



Les preuves scientifiques en faveur des produits laitiers sont nombreuses. En mai 2019, un supplément a été publié dans « *Advances in* Nutrition », la troisième revue de nutrition la plus importante au monde, à partir d'informations coordonnées par **Ángel Gil** (docteur en biologie, professeur de biochimie et de biologie moléculaire à l'université de Grenade, et président de la FINUT) et **Rosa María Ortega** (docteur en pharmacie et professeur de nutrition à l'université Complutense de Madrid), qui examine en profondeur, à travers des revues systématiques et des méta-analyses, la valeur des produits laitiers dans la nutrition humaine dans différentes situations physiologiques.

D'autre part, dans le cas du lait, par exemple, une consommation régulière apporte le calcium et la vitamine D nécessaires à la croissance et au développement normaux des os chez les enfants, à condition que la consommation de lait représente au moins 15 % des apports de référence (annexe XIII, partie A, du règlement UE 1169/2011 pour ces nutriments).

Selon la Commission européenne, les produits laitiers tels que le lait, le yaourt et le fromage offrent une série d'avantages nutritionnels officiellement reconnus. Ces avantages sont réglementés par le règlement (CE) n° 1924/2006, qui définit les allégations nutritionnelles et de santé pouvant être légalement utilisées produins en la les continues et opinions exprimées appartienne aux auteurs et ne reflètent santé pouvant être légalement utilisées produins et de l'Approduire, de la Pèche et de l'Alimentation d'Espagne.

Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'Octroi ne sauraient en être tenues pour responsables.

Ni l'Union européenne du du ministere de l'Agriculture, de la rectine et de l'Ammentation d Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'octroi ne sauraient en être tenues pour resp





COMPTE SUR LAITERS Source de calcium EUROPÉENS



- Contribue au maintien d'une ossature et d'une dentition normales
- Soutient la fonction musculaire et la neurotransmission.

Riche en protéines de haute qualité

- Aident à développer et à maintenir la masse musculaire.
- Contribue au maintien des os.

Apport en vitamines essentielles

- Vitamine B2 (riboflavine) : contribue au métabolisme énergétique normal.
- Vitamine B12 : essentielle à la formation des globules rouges et au fonctionnement du système nerveux.

Source de phosphore

• Important pour le métabolisme énergétique et la santé osseuse.

Faible teneur en matières grasses (dans les versions écrémées ou demi-écrémées)

• Peut faire partie d'un régime alimentaire équilibré et contrôlé en calories.

Par ailleurs, certaines orientations générales des autorités belges, basées sur des sources officielles telles que le Service public fédéral Santé publique (SPF Santé publique) et l'AFSCA (Agence fédérale pour la sécurité de la chaîne alimentaire), soulignent également les bienfaits nutritionnels reconnus des produits laitiers, tels que :

- Source de calcium : essentiel au développement et au maintien des os et des dents.
- Riches en protéines de haute qualité : importantes pour la croissance et la réparation des tissus.
- Apport en vitamines B2 et B12 : essentielles pour le métabolisme énergétique et le système nerveux.
- Phosphore et potassium : minéraux essentiels aux fonctions cellulaires et musculaires.
- Recommandations de consommation : il est recommandé de consommer quotidiennement 1 à 2 portions de produits laitiers, de préférence faibles en matières grasses et sans sucres ajoutés. Les guides alimentaires belges (tels que le « Voedingsdriehoek » en Flandre et le « Nutri-Score ») encouragent une consommation modérée de produits laitiers dans le cadre d'une alimentation équilibrée.

Différences par rapport aux boissons végétales et étiquetage propre







COMPTE LAITIERS

Le secteur laitier européen est également confronté à la confusion entre les produits laitiers et les aliments végétaux. Ces derniers ne peuvent être appelés « lait » ou « produits laitiers » (ni fromage, ni yaourt, ni lait, ni crème, par exemple), conformément à la législation de l'UE, et ne partagent pas leurs avantages nutritionnels.

Selon la jurisprudence européenne, « on entend par lait exclusivement la sécrétion mammaire normale obtenue à partir d'une ou plusieurs traites, sans aucun ajout ni extraction ». Elle définit également les produits laitiers comme « ceux dérivés exclusivement du lait, auxquels peuvent être ajoutées les substances nécessaires à leur fabrication ».



Il est donc clair que « aucun étiquetage, document commercial, matériel publicitaire ou toute autre forme de publicité ou de présentation indiquant, impliquant ou suggérant qu'un produit est un produit laitier ne peut être utilisé pour des produits autres que ceux indiqués ».

Concrètement, le cadre réglementaire est le suivant :

Cadre juridique applicable en Belgique (et dans toute l'UE)

Règlement (UE) n° 1308/2013

Définit le « lait » comme le produit de la sécrétion mammaire normale obtenu par une ou plusieurs traites.

Il interdit l'utilisation de termes laitiers pour les produits végétaux, tels que « lait d'amande » ou « fromage végétalien », sauf exceptions traditionnelles (comme « lait de coco »).

Arrêt de la Cour de justice de l'UE (2017)

Confirme que les produits purement végétaux ne peuvent être commercialisés sous des appellations telles que « lait », « crème », « beurre », « fromage » ou « yaourt », même s'ils sont accompagnés de précisions telles que « végétal » ou « végétalien ».

La Belgique applique cette réglementation par l'intermédiaire de l'AFSCA (Agence fédérale pour la sécurité de la chaîne alimentaire).

Les autorités belges surveillent l'étiquetage afin d'éviter toute confusion chez le consommateur et de protéger les appellations traditionnelles.

Il est erroné de penser que le lait et les produits laitiers peuvent être facilement remplacés par d'autres produits d'origine végétale, selon le consensus médico-nutritionnel. Bien que certains produits végétaux hautement transformés puissent constituer une certaine source de protéines, leur valeur nutritionnelle est clairement différente de celle des produits d'origine animale. Cette différence est particulièrement importante si l'on pense à des groupes tels que les enfants, les adolescents ou les personnes âgées, pour lesquels une alimentation à base de protéines de haute qualité, ainsi que d'autres nutriments essentiels tels que les vitamines et les minéraux, est fondamentale. Ainsi, les boissons végétales (comme celles à base de soja ou d'amandes, par exemple) ont une composition différente et ne doivent jamais remplacer les produits laitiers d'un point de vue nutritionnel.

Financé par l'Union européenne. Cependant, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de l'Union européenne ou du Ministère de l'Agriculture, de la Péche et de l'Alimentation d'Espagne. Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'Octroi ne sauraient en être tenues pour responsables.





COMPTE SUR LAITIERS EUROPÉENS



ANNEXE. BIENFAITS DES PRODUITS LAITIERS

En définitive, la campagne actuelle continuera à défendre les valeurs nutritionnelles des produits laitiers dans le cadre d'une alimentation saine et d'un mode de vie actif, qui recommande la pratique régulière d'une activité physique. Des valeurs telles que .

VITAMINES

Le lait est une source de riboflavine et de vitamine B12, et apporte également à l'alimentation d'autres vitamines telles que les vitamines A, C et la niacine.

La vitamine A, présente dans les fromages, contribue au maintien des muqueuses, de la peau et de la vision dans des conditions normales.

GLUCIDES

Les glucides ont pour fonction principale d'apporter de l'énergie.

Dans les produits laitiers, le glucide aprédominant est le lactose méquirfournite jusque à 25 pas nécessairement celles de l'Union européenne ou du Ministère de l'Agriculture, de la Pêche et de l'Alimentation d'Espagne.

Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'octroi ne sauraient en être tenues pour responsables.









PROTÉINES

Les protéines sont nécessaires à la formation et à la réparation des structures corporelles.

Elles contribuent à augmenter et à conserver la masse musculaire.

Les produits laitiers contiennent des protéines avec tous les acides aminés essentiels.

MINÉRAUX

Le calcium est nécessaire au maintien des os et des dents dans des conditions normales.

Les fromages apportent de l'iode.

De plus, les produits laitiers apportent du potassium, du zinc et du phosphore.

RECOMMANDATION DE CONSOMMATION - ENFANTS

Les produits laitiers sont des aliments situés à la base de la pyramide nutritionnelle et, dans le cadre d'une alimentation variée et équilibrée, ils contribuent à une consommation saine.

L'enfance est une période de croissance et de développement de l'individu, et les produits laitiers aident à fournir les nutriments nécessaires à cette période.

Après les premières années, il est recommandé de consommer 2 à 3 portions de produits laitiers par jour, puis 3 à 4 portions pendant l'adolescence.

RECOMMANDATION EN MATIÈRE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Selon la stratégie mondiale pour l'alimentation, l'activité physique et la santé, les niveaux d'activité physique recommandés pour la santé des 5 à 17 ans sont les suivants :

- Consacrer au moins 60 minutes par jour à des activités physiques d'intensité modérée à vigoureuse.
- Une activité physique supérieure à 60 minutes par jour aura un effet encore plus bénéfique sur la grantién, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent pas necessairement celles de l'Union européenne ou du Ministère de l'Agriculture, de la Pèche et de l'Alimentation d'Espagne. Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'octroi ne sauraient en être tenues pour responsables.







COMPTE SUR LATTERS L'activité physique quotidienne devrait lette principallement aérobie de l'activité physique quotidienne devrait lette quotidienne devrait lette quotidienne devrait lette physique quotidienne devrait lette quotidienne devrait lette qu

serait souhaitable d'intégrer, au moins trois fois par semaine, des

activités vigoureuses qui renforcent en particulier les muscles et les os.



RECOMMANDATIONS DE CONSOMMATION - ADULTES

À l'âge adulte, la consommation de produits laitiers diminue souvent, car on considère que la période de croissance est terminée. Cependant, la consommation de produits laitiers est associée à une alimentation équilibrée. De plus, le potassium, présent en quantités importantes dans le lait, contribue au maintien d'une pression artérielle correcte.

La vitamine A, présente dans les produits laitiers tels que le fromage, contribue au bon état des muqueuses, de la peau et de la vision.

Les protéines contribuent à augmenter et à maintenir la masse musculaire.

Le potassium contribue au maintien d'une tension artérielle normale.

RECOMMANDATION EN MATIÈRE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Les adultes âgés de 18 à 64 ans devraient pratiquer au moins 150 minutes d'activité physique aérobique modérée par semaine, ou au moins 75 minutes d'activité aérobique intense par semaine, ou une combinaison équivalente d'activité modérée et intense.

L'activité aérobique doit être pratiquée par séances d'au moins 10 minutes.

Financé par l'Union européenne. Cependant, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de l'Union européenne ou du Ministère de l'Agriculture, de la Pèche et de l'Alimentation d'Espagne. Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'octroi ne sauraient en être tenues pour responsables.





COMPTE SUR LA TIERS Pour obtenir des bénéfices supplémentaires, les acultes de vraient augmenter ces niveaux jusqu'à 300 minutes par semaine d'activité aérobique modérée, ou 150

minutes d'activité aérobique intense chaque semaine, ou une combinaison équivalente d'activité modérée et intense.

Ils devraient effectuer des exercices de renforcement musculaire des grands groupes musculaires deux jours ou plus par semaine.



RECOMMANDATION DE CONSOMMATION - GROSSESSE ET ALLAITEMENT

Les produits laitiers occupent une place importante dans l'alimentation humaine, car ils apportent des propriétés bénéfiques à toutes les étapes de la vie.

La grossesse est l'une des situations où les besoins en calcium sont les plus élevés, et le lait et les produits laitiers fournissent une partie essentielle des éléments nécessaires pour atteindre l'équilibre.

Pendant la grossesse, les besoins en calcium sont plus élevés (1 000 mg/jour) et pendant l'allaitement, ils sont encore plus importants (1 200 mg/jour).

Les nutriments apportés par les produits laitiers peuvent être très bénéfiques pour la santé pendant la grossesse et l'allaitement, car ils constituent un bon apport en calcium, particulièrement nécessaire à ces stades.

RECOMMANDATION D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

À cette étape de la vie, il est conseillé de faire de l'exercice régulièrement, au moins Finance par l'Union europenne. Les positions et opinions exprimes est partiennent aux auteurs et ne reflétent trois fois par semaine. Les femmes sedentaires sedentaires de la production de la span necessairement celles de l'Union europenne ou du Ministère de l'Agriculture, de la Péche et de l'Alignantique de Spane. Trois fois par semaine. Les femmes sedentaires dolvent commence par par de la production de l'expression de la production de l'expression de l'expression de la production de l'expression de l'expression de la production de l'expression de l'expression de l'expression de l'expression de l'expression de la production de l'expression de l'expres







COMPTE SUR LATIERS d'exercice trois fois par semaine, puis augmenter progressivement la durée des séances inspuls attaindre 20 minutes par jour que trois fois par semaine.

La marche, la natation et les étirements sont quelques-uns des sports qui ne présentent aucun risque à ce stade. Il existe également différentes activités spécialement conçues pour les femmes enceintes, telles que la sphéro-dynamique, la gymnastique, le yoga ou l'eutonie, entre autres.



RECOMMANDATION DE CONSOMMATION - ÂGE AVANCÉ

Les personnes âgées peuvent avoir des difficultés à ingérer certains aliments, ce qui rend leurs besoins nutritionnels difficiles à couvrir. En raison de la grande variété des produits laitiers et de leur densité et diversité nutritionnelles élevées, ceux-ci peuvent aider à couvrir ces besoins. Au cours de cette étape, il est recommandé de consommer 3 à 4 portions.

Les protéines contribuent à augmenter et à conserver la masse musculaire. Les produits laitiers sont une source de protéines.

RECOMMANDATION EN MATIÈRE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Les adultes de 65 ans et plus doivent consacrer 150 minutes par semaine à des activités physiques aérobies modérées, ou 75 minutes à une activité physique aérobique intense, ou une combinaison équivalente d'activités modérées et intenses.

L'activité doit être pratiquée par séances d'au moins 10 minutes.

Afin d'obtenir des bienfaits supplémentaires pour la santé, il est important que les adultes consacrent jusqu'à 300 minutes par semaine à une activité physique aérobique modérée, ou 150 minutes par semaine à une activité physique aérobique intense, ou une combinaison équivalente d'activités modérées et intenses.

Financé par l'Union européenne. Cependant, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de l'Union européenne ou du Ministère de l'Agriculture, de la Pèche et de l'Alimentation d'Espagne. Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'Octroi ne saurraient en être tenues pour responsables.





