31 Mars 2017, N°559, L'Omnibus, Journal de la région d'Orbe

ORBE – SANTÉ

Par Iphigeneia Debruyne

Mange des tomates... pas tous les jours

Les deux intervenants: Barbara Pfenniger, responsable alimentation chez Fédération romande des Consommateurs (FRC), Daniel Oswald, directeur d'EcoParc. (Photo Iphigeneia Debruyne)

Manger devrait être un plaisir nutritif, respectueux de l'environnement et d'autrui. Or, nous faisons face à une chaîne de production alimentaire complexifiée, un afflux confus d'informations et des contraintes parfois budgétaires. De là, la consommation alimentaire durable n'est pas toujours évidente. Dans le cadre du Réseau des Villes de l'Arc jurassien, la Commune d'Orbe a convié gastronomes – carnivores et végétariens – à une conférence informative: «Les labels ou le bon sens, que mettre dans mon assiette?».

«Éviter le gaspillage alimentaire, préférer les produits de saison, locaux, faire la distinction entre labels et outils marketing,»

Se prendre le chou?

Par année, l'impact énergétique d'aliments achetés par un ménage en Suisse est en moyenne l'équivalent d'une virée en voiture de +/- 25 000 km. Ce chiffre est le résultat de calculs précis additionnant l'énergie consommée par aliment depuis sa culture jusqu'à son arrivée dans nos assiettes. À lui seul, le bilan écologique des denrées a indiqué que la difficulté du mieux consommer trouve sa cause dans l'éventail de paramètres à comptabiliser.

Comment ménager la chèvre et le chou?

Face à la complexité scientifique, les recours du consommateur sont: le bon sens, la curiosité et le dialogue. Éviter le gaspillage alimentaire, préférer les produits de saison, locaux, faire la distinction entre labels et outils marketing, se documenter sur l'évaluation de labels et participer au dialogue sont les réflexes à adopter. Au sujet de ce dernier, Barbara Pfenniger a évoqué la baisse considérable de l'huile de palme dans les produits. Ceci est sans doute une conséquence du débat mené.

Les fines bouches au cœur d'artichaut présentes ont eu en primeur des astuces faciles à mettre en oeuvre.