



Communiqué de presse de la Société Suisse de Nutrition SSN

FOODprints®: comment manger et boire de manière durable!

Berne, le 12 août 2014. La Société Suisse de Nutrition SSN a élaboré, en collaboration avec des experts, des conseils pour manger et boire de manière durable qui sont publiés aujourd'hui sous le titre «FOODprints®».

En Suisse, 28% des nuisances environnementales sont dues à l'alimentation.¹ Cet exemple montre clairement que ce que nous mangeons a non seulement des répercussions sur nous-mêmes et notre santé, mais également sur l'environnement ainsi que les hommes et les animaux. Les personnes qui ne sont pas indifférentes aux conséquences de leur consommation adoptent la devise: «manger et boire de manière durable!». Elles optent donc pour des denrées alimentaires saines, respectueuses de l'environnement et des ressources, et qui ont été produites dans des conditions équitables et le respect des animaux.

FOODprints®, publiés aujourd'hui par la SSN, proposent des astuces pour manger et boire de manière durable. Une **nouvelle feuille d'info** sur www.foodprints.ch montre clairement ce que les consommatrices et les consommateurs peuvent faire concrètement au quotidien sans avoir à se restreindre. Même en n'appliquant qu'une partie des FOODprints® au quotidien on peut déjà apporter une précieuse contribution à la santé, à la protection de l'environnement, à l'économie, à l'équité sociale et au bien-être des animaux.

FOODprints®

Astuces pour une alimentation durable

- Je fais mes courses à pied ou à vélo
- J'achète juste ce dont j'ai besoin
- Je consomme surtout des aliments végétaux
- Je fais attention à la provenance des aliments
- Je me soucie des conditions de production des aliments
- Je bois de l'eau du robinet

Explication des FOODprints®

La première astuce des FOODprints® aimerait inciter les consommatrices et les consommateurs à faire leurs courses à pied ou à vélo. C'est tout à l'avantage de l'environnement et de leur santé, et cela a une incidence sur la quantité des achats. Le message «J'achète juste ce dont j'ai besoin» a pour objectif de sensibiliser à une utilisation responsable des denrées alimentaires. Il donne des conseils concrets pour éviter les déchets alimentaires. Le conseil suivant des FOODprints® souligne la recommandation de la pyramide alimentaire suisse de consommer surtout des aliments végétaux. Concrètement, il conseille de prévoir plus souvent une journée végétarienne et de ne consommer de la viande que deux à trois fois par semaine. Les deux

¹ source: ESU-Services, 2012



messages suivants incitent à lire les informations figurant sur les emballages en faisant les courses et à s'interroger sur la provenance et le mode de production des denrées alimentaires. Pour l'origine, il est conseillé de donner la préférence aux denrées alimentaires de saison issues de culture régionale, d'éviter les aliments transportés par avion et de soutenir les labels en optant pour des denrées alimentaires qui ont été produites de manière équitable, compatible avec l'environnement et adaptée aux espèces. La dernière astuce des FOODprints® recommande l'eau du robinet, car en Suisse, elle est d'excellente qualité, disponible presque partout, avantageuse et écologiquement judicieuse.

Congrès national de la SSN «Alimentation et développement durable» le 21 août 2014

Vous pourrez obtenir d'autres informations intéressantes concernant les FOODprints® au congrès de la SSN «Alimentation et développement durable» qui aura lieu le 21 août 2014 à l'Inselspital de Berne. Programme et inscription: [ici](#)

La Société Suisse de Nutrition SSN

La SSN est l'organisation nationale de référence dans le domaine de l'alimentation. Elle informe la population et les professionnels sur les questions d'alimentation, en se basant sur des données scientifiquement fondées. Elle compte plus de 7000 membres et abonnés, dont la plupart sont des professionnels de la nutrition, de la formation ou de la santé ainsi que des consommateurs intéressés par les questions touchant à l'alimentation.

L'Info média de la SSN

La SSN propose l'Info média, un bulletin électronique adressé aux représentants des médias. Si vous souhaitez figurer sur notre liste de distribution, envoyez-nous un courrier électronique à l'adresse media@sge-ssn.ch. Les organes de presse peuvent également s'abonner gratuitement à la revue de l'alimentation Tabula de la SSN – www.tabula.ch – parution trimestrielle.

Service d'information NUTRINFO®

Les questions concernant l'alimentation peuvent être adressées directement au service d'information Nutrinfo®. Les professionnels de la SSN sont également à disposition pour des interviews ou la recherche de documentation ou d'experts.

Tél. +41 31 385 00 08, lundi - vendredi, 8h30 – 12h00

nutrinfo-f@sge-ssn.ch, www.nutrinfo.ch

Contact presse

Christine Dudle-Crevoisier, Responsable communication

Tél. +41 79 358 06 30

Email: ch.dudle@sge-ssn.ch