

# Repères alimentaires : à quel “sain” se vouer ?



# Le bio est-il meilleur pour la santé ?



- Moins de preservatives, de pesticides, de bactéries multi-résistantes
- Plus de vitamine C, des antioxydants
- Respectueux de l'environnement



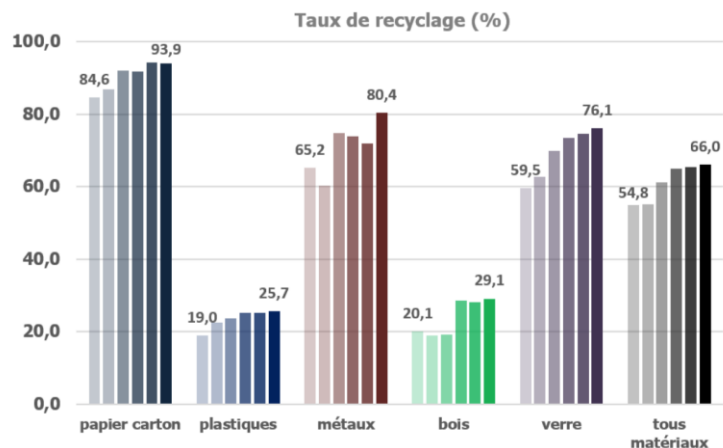
- Rien ne prouve qu'il existe un lien avec la santé
- L'impact des pesticides, des antioxydants et vitamine C challengé

Plus de bio ou plus de contrôle sur notre alimentation ?



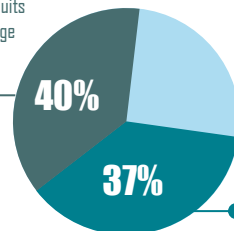
# Le problème du suremballage

- Seulement 21% des emballages plastiques sont recyclés en France
- Contradiction entre bio et suremballage : fraude et vol



- les consommateurs ont repris en main leur consommation
- Alternatives au suremballage

Préférence des produits avec peu d'emballage



Vouloir éviter l'utilisation du plastique



Emballage biosourcé, fait à partir de matériaux d'origine végétale

Ne sommes-nous pas la solution au suremballage ?



# L'étiquette: info ou intox ?

**Dénomination** : PRAÏNÉ DOUBLE NOISETTES  
Fourré au praliné

**Déclaration nutritionnelle**

**Liste des ingrédients**

Dans l'ordre décroissant de leur importance pondérale au moment de leur mise en œuvre dans la fabrication de la denrée.  
Selon mise en forme : caracoles > 1,2 mm ou 0,9 mm pour les emballages dont la face la plus grande > 80cm².

**Quantité de certains ingrédients / catégories d'ingrédients**

**Titre alcoométrique pour boissons > 1,2% d'alcool**

**Ingrédients ou auxiliaires technologiques allergènes**

Mis en évidence par une typologie différente du reste de la liste des ingrédients (gras, couleur, autre police ou fond de couleur). En l'absence de liste des ingrédients, la mention des allergènes doit comporter le terme « contient » suivi du nom de la substance ou du produit.

**Nom / raison sociale et adresse de l'exploitant de secteur**

**Quantité nette**

**Pays d'origine / lieu de provenance**

**INFORMATIONS NUTRITIONNELLES**

|                          | 100g                | 2 pièces (28,55 g) | % GDA/2 pièces (28,55 g)* |
|--------------------------|---------------------|--------------------|---------------------------|
| Energie                  | 2275 kJ<br>545 kcal | 650 kJ<br>156 kcal | 8 %                       |
| Graisses                 | 32,5 g              | 9,2 g              | 13 %                      |
| Dont acides gras saturés | 15,5 g              | 4,4 g              | 22 %                      |
| Glucides                 | 54,5 g              | 15,5 g             | 6 %                       |
| Dont sucres              | 32,0 g              | 9,2 g              | 17 %                      |
| Fibres alimentaires      | 2,9 g               | 0,8 g              | -                         |
| Protéines                | 7,5 g               | 2,1 g              | 4 %                       |
| Sel                      | 0,20 g              | 0,06 g             | 1 %                       |

\*Apport de référence pour un adulte-type (8400 kJ / 2000kcal).  
28,55 g = 2 pièces, 7 x 2 pièces par tablette.

Chocolat au lait fourré (39%) au praliné noisettes, amandes, et noix de cajou avec éclats de noisettes (7%). Ingrédients : sucre, lait en poudre, pâte de cacao, praliné 10% (noisettes 5,0%, sucre), beurre de cacao\*\*, éclats de noisettes 7,0%, graisses végétales (graisse de palme totalement hydrogénée, graisses de noix de coco et de palme partiellement hydrogénées en proportions variables), amandes, lactosérum en poudre (de lait), noix de cajou, émulsifiants (lécithine de soja, lécithine de colza), cacao maigre en poudre, arômes, lait écrimé en poudre, beurre pâtisier. Peut contenir d'autres fruits à coque. \*\*minimum 30% de cacao issu de fermes vérifiées Rainforest Alliance, appliquant des principes de développement durable. Conserver au sec et à l'abri de la chaleur.

Service consommateurs Lascom.  
N° indigo 0820920775 - Green Plaza - Saphir - 6, rue Dewoitine 78140 Velizy-Villacoublay  
Merci de conserver l'emballage pour tout contact.

À consommer de préférence avant le : 29.01.2015  
N° de lot : 12.02 DLPSS40021

Fabriqué en Belgique

- 12 mentions obligatoires**
- Apparences, Visibles, Claires, Indélébiles, Lisibles.
- 8 mentions facultatives**
- « Conditionné sous atmosphère protectrice »
  - « Avec édulcorant(s) »
  - « Avec sucre(s) et édulcorant(s) »
  - « Contient une source de phénylalanine »
  - « Une consommation excessive peut avoir des effets laxatifs »
  - « Teneur élevée en caféine »
  - « Contient de la réglisse »
  - « Contient des stéroïdes végétaux ajoutés »

- Conditions particulières de conservation / utilisation**
- Mode d'emploi si nécessaire**
- Date de durabilité minimale (DDM) / date limite de consommation (DLC)**

● Qu'est-ce qu'il est vraiment important de remarquer ?



des Français jugent les informations peu fiables

- La qualité (88%)
- Le «made in France» (87%)
- Les produits "bons pour la santé" (87%)



Ils sont avant tout tournés vers ...

● Les informations obligatoires

Quelles sont les informations essentielles pour choisir ?



# Les applications d'aide à la consommation

L'application qui vous aide à manger sain



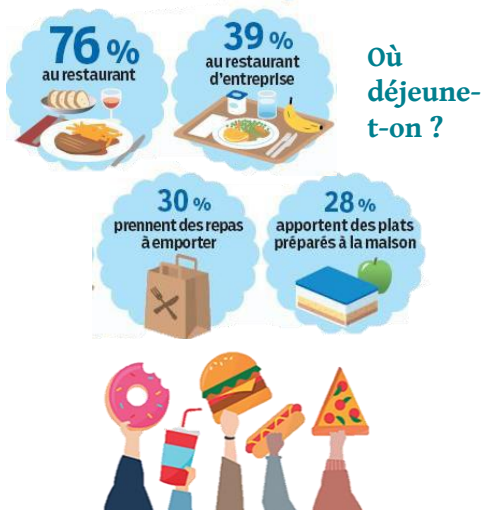
Vers une personnalisation de la consommation ?



# Doit-on réapprendre à manger ?



- Le rôle du marketing est de nous faire mal manger ?



- Le temps quotidien moyen consacré à faire la cuisine s'est réduit par ¼ depuis 30 ans (1989 – 2010)



Éducation à l'alimentation et au goût par le gouvernement français

- Comment redonner l'envie de cuisiner ?

Faut-il rétablir un système d'éducation à l'alimentation ?



# Quel est le futur de la nutrition ?

**What is 'smart' nutrition, and how will it revolutionize food?**  
By Aaron Krumins on May 18, 2016 at 9:10 am · 12 Comments



**VOS IDÉES POUR LE ROBOT INTELLIGENT DE DEMAIN ?**  
Cliquez sur un thème correspondant à votre idée et exprimez-vous.

- IL FAIT QUOI? IL VOUS AIDE COMMENT ?**  
Quels usages au quotidien ? Pour quels repas ?  
Qu'est-ce qu'il vous propose spontanément?  
(des recettes, des conseils...)
- IL EST CONNECTÉ À QUOI ?**  
Votre smartphone, une application, un autre  
équipement électroménager de la cuisine ou de la maison...
- ET S'IL NE PARLAIT PAS QUE CUISINE ?**  
Pour quelle(s) adresse(s) sujet(s) peut-il être utile ?  
Santé, sport, gestion de la vie de famille,  
changement de mode de vie...

**L'ADN**

**Le chef cuisinier du futur sera-t-il un robot ?**

OLIVIER ROBILLART

#CUISINE #FOODTECH #INNOVATION #NOUVELLES TECHNOLOGIES #OBJETS CONNECTÉS #ROBOTIQUE

Nouvelles technologies :

Existera t-il bientôt des montres qui nous diront exactement quoi manger ? Des robot qui cuisinent à notre place? ...

