

Promouvoir une alimentation saine et l'activité physique :
Une dimension européenne pour la prévention des
surcharges pondérales, de l'obésité et des maladies
chroniques

Réflexions de l'UFCS sur la base du livre vert (COM(2005) 637 final)
Mars 2006

Contact : Mme Anne LEGENTIL, Responsable Agro
Tel : 01 44 54 50 54 Mail : ufcs.agro@wanadoo.fr

La santé à travers les politiques de l'UE

1. Quelles contributions concrètes pourraient être éventuellement apportées par les politiques communautaires en vue de la promotion d'une alimentation saine et de l'activité physique ainsi que de la création d'environnement facilitant les choix sains ?

Donner une impulsion forte pour que la révision de la directive sur l'étiquetage nutritionnel soit modifiée de façon à ce qu'il soit mieux compris par l'ensemble de la population. A ce propos, vous trouverez en annexe la position UFCS.

Accélérer l'adoption du règlement allégation et déléguer au plus vite la création du groupe de réflexion sur les profils nutritionnels.

Inciter la création de véritables réseaux de pistes cyclables dans les villes pour commencer puis les généraliser à l'ensemble des réseaux routiers.

2. Quel genre de mesures communautaires ou nationales pourraient aider à améliorer l'attractivité, la disponibilité, l'accessibilité et le caractère abordable des fruits et légumes

La politique agricole commune ne devrait pas conduire à la destruction massive de fruits et légumes. Même si l'UFCS est consciente de la nécessité de maintenir un revenu minimum pour les producteurs de fruits et légumes, nombre de consommateurs sont révoltés par le gâchis que constituent ces destructions, surtout quand on voit les difficultés pour les banques alimentaires de se fournir en fruits et légumes.

3. Dans quels domaines liés à l'alimentation, à l'activité physique, à la conception d'outils pour l'analyse des troubles connexes et au comportement des consommateurs faut-il mener davantage de recherche ?

Le programme d'action dans le domaine de la santé publique

1. Comment améliorer la disponibilité et la compatibilité des données sur l'obésité, notamment pour déterminer avec précision la distribution géographique et socio-économique de cette affection ?

Dans le système préscolaire et primaire français, des visites médicales systématiques sont prévues. L'ensemble des enfants est mesuré et pesé. La généralisation de telles visites et l'obligation de mise à disposition des données récoltées devraient permettre une amélioration de la situation. Un court questionnaire anonyme pourrait également compléter le dispositif fourni avec une enveloppe pré-timbrée à renvoyer à un organisme centralisateur. Cela existe déjà en France pour les allocataires de la Caisse d'allocation familiale.

2. Comment le programme peut-il contribuer à sensibiliser les décideurs, les professionnels de la santé, les médias et le grand public au potentiel que représentent les habitudes alimentaires et l'activité physique pour réduire le risque de maladies chroniques ?

En ce basant sur des données scientifiques solides. Le programme doit se munir d'un comité de pilotage pluripartite. Les consommateurs sont soumis à une cacophonie de messages tous plus contradictoires les uns que les autres. Il faut que les messages soient unanimes.

3. Quels sont les canaux de diffusion les plus appropriés pour les preuves établies ?

En ce qui concerne les données scientifiques, les organisations professionnelles peuvent les diffuser grâce à leurs journaux/

Quand il s'agit de données grand public comme des repères de consommation, une communication grand public (campagne de communication, forum, émission de télé,...) serait mieux adaptée, sans oublier une intégration dans les programmes scolaires avec un niveau de complexité en fonction du cursus. Evidemment cela nécessite également que les professionnels de santé et de l'éducation, au sens large, soient formés.

V.1 Information des consommateurs, publicité et stratégie commerciale.

1. Dans l'information nutritionnelle fournie aux consommateurs, quels sont les principaux éléments nutritifs et catégorie de produits à prendre en compte et pourquoi ?

Vous trouverez en annexe la position de l'UFCS à ce sujet.

2. Quel genre d'éducation est nécessaire pour permettre aux consommateurs de comprendre pleinement les informations fournies sur

les étiquettes des produits alimentaires, et qui doit assurer cette éducation ?

L'UFCS a créé des modules de formation pour apprendre aux consommateurs à lire des étiquettes, discerner le réglementaire du publicitaire et avoir un esprit critique vis-à-vis des informations fournies. Ces actions ont été menées à la fois dans le cadre scolaire et des réunions débat auprès d'adultes. Force est de constater que ces éléments ne sont pas abordés dans les programmes scolaires.

Par ailleurs, pour que les consommateurs puissent mieux comprendre les informations fournies sur l'étiquette, il faudrait rationaliser un peu plus celle-ci. Par exemple les éléments qui relèvent du contrôle devraient se trouver dans un espace précis. Les éléments obligatoires comme la liste des ingrédients et les informations nutritionnelles dans un autre. Toutes références à la réglementation, comme les mentions « sans colorants ni conservateur conformément à la réglementation », devraient être proscrites afin de ne pas surcharger l'ensemble des informations fournies, dans la mesure où elles n'apportent aucune information pertinente vis-à-vis du choix.

3. Les codes volontaires (« auto réglementation ») constituent-ils un outil adéquat pour limiter la publicité et la promotion de produits alimentaires à forte teneur énergétique et pauvres en micronutriments ? Quelles seraient les alternatives à envisager si l'auto réglementation échoue ?

L'UFCS considère que l'autorégulation n'est pas suffisante. En France le BVP (Bureau de Vérification des Publicités) a établi des lignes directrices concernant la publicité envers les enfants. Celles-ci n'ont qu'une portée très limitée. De plus le BVP n'ayant pas de force de répression, certaines publicités ne suivent pas ces recommandations.

Par conséquent, l'UFCS réitère sa demande de contrôle préalable de la publicité.

Ce contrôle doit se faire sur la base d'un texte indiquant clairement ce qui est autorisé ou non en matière de présentation et d'allégation. Si ce texte n'est pas un texte de loi, l'UFCS demande que celui-ci soit établi en collaboration avec des représentants de l'ensemble des parties prenantes, dont les associations de consommateurs. Une fois ce texte établi, des représentants de la société civile comme les associations de consommateurs doivent prendre part au contrôle préalable afin de garantir que les principes du texte soient justement interprétés.

Exemple de ligne directrice : le mode dessin animé devrait être interdit lorsque le spot publicitaire est destiné à être diffusé lors d'un programme de dessins animés afin que l'enfant comprenne que l'on change de registre et qu'il suit une publicité et non un dessin animé.

Si ce processus échoue, il faut envisager des interdictions publicitaires en fonction du profil nutritionnel du produit en commençant par celles diffusées aux heures d'écoute des personnes les plus vulnérables, **par voie réglementaire**.

Exemple : émission enfantine ⇒ enfants.

émission au milieu de l'après-midi ⇒ seniors.

Les diffuseurs autant que les annonceurs doivent être impliqués dans le processus et se fixer des règles de déontologie fortes.

En ce qui concerne l'emballage, l'UFCS constate de plus en plus une mise en avant d'ingrédients à connotation santé (fruits, légumes, lait,...) sans que ceux-ci ne représentent une part significative.

4. Comment définir, traduire dans les faits et contrôler l'efficacité de l'auto réglementation ? Quelles mesures faut-il prendre pour éviter que la crédulité et le manque d'éducation aux médias des consommateurs vulnérables ne soient exploités par la publicité, les stratégies commerciales et les actions de promotion ?

Il faut mettre en place au niveau national des instances de contrôles **préalables**. Dans ces instances des représentants de la société civile doivent pouvoir siéger.

Dans tous les cas, il est nécessaire de sensibiliser le public à la publicité par la formation des enseignants et l'augmentation du volume horaire qui y est consacré dans le système scolaire et ce dès l'école maternelle.

V.2 L'éducation des consommateurs.

1. Comment aider au mieux les consommateurs à effectuer des choix éclairés et à agir avec efficacité ?

Les messages doivent être simples mais pas simplistes, cohérents. Ils doivent être distillés un par un, sur la durée. Par exemple, dans le cadre du PNNS le premier message lancé qui a été bien intégré fut « 5 fruits et légumes par jour ». Puis, « aux repas fruits et légumes plus féculents systématiquement » en cours. Les repères de consommation ne doivent pas diaboliser telle ou telle pratique alimentaire.

Les repères de consommation doivent être repris et transmis à l'ensemble de la population notamment par les associations de consommateur sous le contrôle par exemple du comité de pilotage ou d'un organe annexe de celui-ci. Ils doivent être déclinés sur les produits vendus. Ceci afin d'éviter une cacophonie.

L'UFCS a conçu un jeu afin de permettre aux consommateurs de classer les aliments dans les différentes catégories d'aliments définies par le PNNS et ainsi apprendre à équilibrer ses menus.

L'industrialisation de l'alimentation a permis une augmentation de l'offre alimentaire. Si cette évolution fut un bénéfice non négligeable pour les consommateurs, elle aboutit maintenant à une telle abondance qu'il est difficile pour le consommateur de choisir. Pour répondre aux besoins de tout à chacun, les pressés, les gourmets, les régimes, l'industrie alimentaire a développé des gammes si étendues qu'il est difficile de tout lire et de choisir de façon réfléchie et responsable.

2. Comment les partenariats public-privé peuvent-ils contribuer à l'éducation des consommateurs.

Les partenaires privés bénéficient de plus de moyens que les partenaires publics et peuvent donc contribuer à la mise en place d'action d'information à plus grande échelle ; en restant toujours vigilant sur les messages délivrés et l'interdiction de publicité.

Grace à ces moyens, les partenaires privés peuvent jouer un rôle dans le financement de programmes de recherche permettant d'obtenir, en toute indépendance, les informations nécessaires à l'éducation ultérieure des consommateurs.

Les partenaires privés peuvent également contribuer à l'information des consommateurs en suivant volontairement des lignes directrices établies avec des représentants des consommateurs par exemple.

3. En matière d'alimentation et d'activité physique, quels messages clés faut-il faire passer aux consommateurs, comment faut-il les délivrer et qui doit s'en charger ?

Les messages diffusés par le PNNS représentent pour l'UFCS le type de message-clé qu'il faut fournir au consommateur. Ils sont faciles à mettre en

pratique dans la vie courante et adaptables aux cultures et modes de vie très disparates que l'on peut constater dans les sociétés actuelles.
Il est important de ne pas diaboliser quelque aliment que se soit.

V.3 Une attention particulière aux enfants et aux jeunes.

En France, le Conseil National de l'Alimentation a établi des propositions d'action pour lutter contre l'obésité infantile.

1. Quels sont les bons exemples pour améliorer la valeur nutritionnelle des repas scolaires et comment informer les parents sur comment améliorer la valeur nutritionnelle des repas à la maison ?

Cantines scolaires :

En France, une circulaire a été établie : GPEMDA. Cette circulaire permet aux gestionnaires de restauration collective d'équilibrer les menus en fonction de la composition des produits proposés. Les produits en fonction de leur composition sont classés dans des catégories précises. Ces catégories font ensuite l'objet de fréquence à ne pas dépasser dans le cadre d'une semaine, d'un mois d'un menu. Par exemple tous les desserts lactés ne sont pas équivalents et suivant la composition peuvent être plus ou moins fréquemment proposé. Un yaourt est proposé plus fréquemment qu'un flan.

Selon des gérants de cantine scolaire utilisant cette circulaire, cela permet d'éduquer au goût sans augmenter le prix des repas.

La formation des cuisiniers est également primordiale. Apprendre à cuisiner en limitant la quantité de matières grasses utilisées est une attitude à généraliser et facile à vérifier en contrôlant le volume de matières grasses achetées.

Parents :

Les parents ont apprécié le côté ludique et très concret du jeu du self-service de l'UFCS. Ils sont demandeurs de recettes simples à mettre en place.

2. Quelles sont les bonnes pratiques concernant l'offre d'activités physiques régulières dans les écoles ?

3. Quelles sont les bonnes pratiques pour encourager les élèves à des choix alimentaires sains dans les écoles, en particulier sur la consommation excessive d'en-cas à forte teneur et de sodas édulcorés ?

Certains enfants refusent de manger les aliments qu'ils ne connaissent pas. Aussi est-il primordial dès le plus jeune âge de faire découvrir les goûts aux enfants. Par exemple, dans une classe de maternelle, le pourcentage d'enfants qui refusait de manger des fruits a sensiblement diminué du fait d'une présentation systématique de fruits à la collation de 10h00 avec l'obligation de goûter au moins un morceau. Il en va de même avec les légumes ou certains morceaux de viandes au niveau des cantines scolaires.

Des explications sur la fabrication et la composition des aliments (comment on fait un yaourt)

Le retour des cours de cuisine afin que les jeunes prennent conscience qu'une alimentation simple peut être une source de plaisir plus importante qu'un aliment préparé.

4. Comment les médias, les services de santé, la société civile et les secteurs industriels concernés peuvent-ils soutenir les efforts d'éducation à la santé entrepris dans les écoles ? Quel rôle peuvent jouer les partenariats public-privé à cet égard ?

A l'heure actuelle ces questions ne sont que très peu prises en compte dans l'environnement des jeunes enfants (cadre scolaire, sportif, mode de garde, protection de l'enfant,...). Par conséquent pour démultiplier les actions et pouvoir commencer au plus vite, les actions menées par des associations telles que la nôtre permettent de palier au manque de moyens et d'outils. Bien entendu, ces partenariats ne doivent pas servir de prétexte à faire de la publicité sous une forme ou sous une autre. Une vigilance toute particulière devra être portée sur ce point.

V.4 Disponibilité des aliments, activité physique et éducation à la santé sur le lieu de travail

1. Comment les employeurs peuvent-ils proposer un choix de repas équilibrés dans les cantines des lieux de travail et améliorer la valeur nutritionnelle des repas de cantine ?

CF la première question du V.3.

Par ailleurs, grâce à une aide financière plus ou moins supérieure, ils peuvent exiger de leur prestataires des contraintes en terme de composition de produit.

2. Quelles mesures encourageraient et faciliteraient la pratique d'une activité physique pendant les pauses et sur le chemin du travail et du domicile ?

Pour cela, il faut avant tout qu'il y ait des pauses suffisamment longues pour permettre une activité physique. Par ailleurs, pour qu'une activité physique soit possible sur le trajet, celui-ci ne doit pas être trop long. Ainsi la marche, le vélo ne serait pas rédhibitoire en termes de temps perdu. Le développement télétravail permettrait d'aboutir à cet objectif.

Encourager l'employeur à participer financièrement à un mode de déplacement alternatif (marche, vélo) au même titre qu'il rembourse une partie des titres de transport.

V.5. Intégrer aux services de santé la prévention et le traitement de la surcharge pondérale et de l'obésité

➤ Quelles mesures sont nécessaires et à quel niveau, pour renforcer la promotion d'une alimentation, saine et l'activité physique dans les services de santé.

Une campagne de communication sous forme de poster affichable dans les salles d'attente pour donner des repères de consommation et d'activité quotidienne mais aussi et surtout tordre le cou à des idées reçues, exemple : être au régime équivaut à manger exclusivement des légumes.

Rétablir une cohérence des messages. Pour cela mettre l'accent et généraliser la formation de tous les personnels de santé sur la nutrition et l'activité physique.

V.6. S'attaquer aux environnements favorisant l'obésité

1. De quelle manière les politiques publiques peuvent-elles contribuer à assurer que l'activité physique soit intégrée à la routine quotidienne ?

Les personnes n'ont pas conscience de faire une activité physique en montant des escaliers, en marchant, en arrosant son jardin ou en faisant la vaisselle, ceci vaut également pour le monde du travail. Par conséquent, sans une communication grand public à ce sujet les personnes ne voient pas l'intérêt de descendre une station avant pour marcher un peu plus.

Modifier les programmes scolaires de façon à prévoir un minimum de temps d'activité physique quotidienne.

Généraliser des actions comme celle de la ville de Lyon où chacun peut emprunter un vélo pour se déplacer dans la ville. Des bornes sont réparties sur une grande partie de l'agglomération. La personne souhaitant se déplacer à vélo se rend à l'une de ces borne et peut ensuite le déposer à une autre borne. Les 20 premières minutes sont gratuites. Cette opération a rencontré un franc succès et le nombre de cyclistes a fortement augmenté.

2. Quelles mesures sont nécessaires pour favoriser la création d'environnement favorable à l'activité physique ?

Repenser l'utilisation du temps d'une journée.

Il y a le temps pour le travail, famille (éducation des enfants,...), activité domestique, (ménage, jardin ...) transport, loisir et enfin repos.

Les temps de travail et familles sont incompressibles sauf à diminuer dans certain pays le temps de travail afin d'arriver à une harmonisation Européenne sur la base du temps de travail le plus faible.

Reste les temps de transport, ménage et loisir.

- ✓ L'activité domestique (ménage) est certes une source d'activité physique mais est vécue comme une contrainte et ne procure généralement aucun plaisir. Il serait donc contre-productif de s'attaquer à la promotion de la professionnalisation de ces services. Cette professionnalisation est créatrice d'emploi. L'organisation et le développement de ce secteur permet à ces employé(e)s d'être valorisé(e)s et de subir moins de désagrément. De plus, ces employé(e)s auront une activité physique.
- ✓ Les transports. La réduction des distances est primordiale. Cette réduction à deux avantages : 1 gain de temps, 2 modifier les modes de transport employés. Plus la distance est courte plus il est facile d'utiliser un vélo ou la marche.
De même, le développement des transports en commun peut induire ensuite une activité physique quotidienne : Il faut marcher pour aller prendre le bus ou le train et il ne vous dépose pas en général à la porte de votre bureau.

Cependant, il faut faire attention à ce qu'ils soient adaptés à l'organisation temporelle de tout à chacun sinon il induirait une perte de temps préjudiciable. L'effet serait alors annihilé.

✓ Les loisirs :

La même question des transports se pose pour se rendre sur les lieux de loisirs.

Concernant les activités sportives il faudrait que les clubs développent 2 formules pour les adultes au moins.

Le 1^{er} à visée compétitive, l'objectif étant alors de remporter le championnat. Celle-ci ne convient pas à tous.

Le 2^{ème} à visée loisir pour permettre à qui le veut d'avoir une activité physique à sa mesure. L'objectif étant là de se « dépenser ». Ceci induira une augmentation du choix d'activité possible et ne sera plus réduit qu'à la piscine et aux « salles de sports ».

V.7. Inégalités socio-économiques

1. Quelles mesures et à quel niveau pourraient promouvoir une alimentation saine et l'activité physique auprès des populations et des ménages de certaines catégories socio-économiques moins élevées et leur permettre d'adopter des modes de vies plus sains?

L'UFCS, lors de ses actions, reçoit des demandes de recette simple, facile à cuisiner pour un prix modique. Elle constate une méconnaissance de la fabrication des produits fournis par les distributeurs et de leur composition. Les populations venant de culture différentes ne savent pas toujours comment utiliser certains aliments. De plus, certaines de ces populations sont en plus confrontées à des difficultés de lecture, ne connaissant pas suffisamment la langue.

Le consommateur reprend conscience de la composition réelle de son produit en fabriquant lui-même celui-ci.

Les aides accordées par les pouvoirs publics aux clubs sportifs devraient être subordonnées à l'application de tarifs différenciés pour les familles les plus modestes afin de leur permettre l'accès aux pratiques sportives.

2. Comment s'attaquer au « tissu de mauvaises habitudes » fréquemment adopté par certains groupes socio-économiques ?

Réapprendre à cuisiner.

Les mauvaises habitudes ne peuvent disparaître d'elle-même.

Développer des outils spécifiques en tenant compte du Prix.

Expliquer qu'une alimentation saine et une pratique physique sont avant tout des sources de plaisir et ne doivent pas être considérées comme des contraintes.

V.8 Encourager une approche globale et intégrée pour la promotion des régimes alimentaires sains et de l'activité physique

1 - Quels sont les éléments les plus importants d'une démarche intégrée et globale visant à encourager l'activité physique et une alimentation saine ?

2 - Quel rôle au niveau national et Communautaire ?

V.9. Recommandations concernant les apports nutritionnels et la formation de lignes directrices diététiques basées sur l'approche alimentaire

1 - De quelle façon les variantes sociales et culturelles ainsi que les différentes habitudes alimentaires régionales et nationales pourraient être prises en compte dans des recommandations diététiques basées sur l'approche alimentaire formulées au niveau européen ?

En donnant des lignes directrices globales sans citer particulièrement de produits. Par exemple 5 fruits et légumes par jour permet d'adapter suivant la région et l'offre locale en fruits ou en légumes

De même le fait de laisser la personne gérer sur la journée ses prises alimentaires peut être un signe d'adaptation aux habitudes alimentaires de chacun en terme de répartition. A l'exception près qu'il faut un minimum de structuration des repas.

2 - Comment réduire l'écart entre les objectifs nutritionnels proposés et les habitudes alimentaires concrètement observées ?

3- Comment communiquer les recommandations diététiques aux consommateurs ?

En les rappelant sur les produits qu'ils achètent et en montrant dans quelle mesure le produit en question contribue à l'atteinte de ces objectifs.

4 - En quoi les systèmes de notation des profils nutritionnels comme celui récemment mis au point au Royaume-Uni pourraient-ils contribuer à une évolution ?

V.10 Coopération au delà de l'union européenne

1 - A quelle condition la Communauté devrait-elle s'engager dans l'échange d'expériences entre les pays de l'Union et les pays tiers et déterminer les meilleurs pratiques ? Si oui, au travers de quels moyens ?

Dans la mesure où ces expériences sont transposables dans l'environnement « social et culturel » des consommateurs européens.

Dans tous les cas, ces échanges doivent se faire au niveau des experts pour ne pas augmenter la cacophonie actuelle sur l'ensemble de ce qu'il faut ou ne pas faire.

V-11 Divers

1 - Y a-t-il des questions qui n'ont pas été abordées dans le présent livre vert et qui devraient être prises en considération pour examiner la dimension communautaire de promotion en matière d'alimentation, d'activité physique et de santé ?

Il est nécessaire d'étudier la question de la pratique physique conjointement avec la politique d'aménagement du territoire car un message bien formulé incitant à la pratique sportive ne pourra porter ses fruits que si le citoyen dispose d'équipements sportifs de proximité (pistes cyclables, piscines, stades) ou d'un environnement adéquat.

Ainsi, les Pays-Bas, en généralisant des pistes cyclables sûres et agréables ont favorisé l'application des recommandations européennes de pratique physique, en promulguant un sport peu coûteux qui répond également aux objectifs de développement durable de notre société.

De plus, il faut que ces équipements soient financièrement accessibles aux plus démunis. Ainsi, le prix d'une entrée de piscine publique française est très bas. Toutefois, ces établissements sont victimes de leur succès et enregistrent des fréquentations si importantes à certains créneaux horaires, qu'il devient presque impossible d'y pratiquer la natation.

2 - Quelles questions abordées dans le présent livret vert devraient être considérées comme prioritaires et quelles questions peuvent être considérées comme moins urgentes ?

Position de l'UFCS concernant l'évolution de l'étiquetage nutritionnel.

L'UFCS rappelle la nécessité de réformer rapidement l'étiquetage nutritionnel. Elle considère celui-ci comme l'un des outils nécessaires pour lutter contre l'obésité mais aussi de nombreuses pathologies.

La suite de cette position est organisée en fonction des questions posées par la commission européenne dans une lettre adressée aux gouvernements des Etats membres en janvier 2003.

1. Nature de la déclaration : volontaire ou obligatoire ?

L'UFCS demande que l'étiquetage nutritionnel soit **obligatoire** au moins pour les produits préemballés. Elle est tout à fait consciente que des exemptions devront être précisées selon des critères de volume de production et de taille de l'entreprise ou encore lorsque l'intérêt limité le justifie comme pour un certain nombre de produits tels que les herbes et épices. Le cas de mélange de produits de compositions très diverses est également à étudier au cas par cas. L'utilisation des tables de composition ainsi que des tolérances analytiques plus grandes permettra l'inclusion d'un maximum des produits.

Si des délais de mise en application peuvent être prévus en aucun cas l'UFCS ne souhaite voir l'étiquetage rester volontaire sous couvert d'une évaluation.

L'UFCS insiste sur le fait que **l'information doit se trouver sur l'emballage lui-même** et pas sur des supports dissociés de l'emballage tel qu'Internet, qui ne met pas sur un même pied d'égalité l'ensemble de la population en matière d'accès à l'information. De plus, ils ne permettent pas de comparer des produits entre eux, l'information n'étant pas disponible au moment du choix.

2. Quelle information nutritionnelle clef les consommateurs requièrent-ils ?

Dans le cadre d'un étiquetage obligatoire, l'UFCS demande à ce que le nombre d'informations données soit limité afin de permettre une meilleure compréhension des consommateurs. Il va de soi que si le professionnel décide de faire valoir une allégation nutritionnelle ou fonctionnelle sur son produit, la liste

des informations à délivrer serait plus importante sur le modèle du groupe II du système actuel.

L'UFCS demande donc que les nutriments suivants soient précisés : **protéines, glucides simples et glucides complexes, lipides totaux**. L'UFCS insiste sur la différenciation entre glucides simples et complexes afin de permettre au consommateur d'appréhender le phénomène de sucres cachés. Dans un premier temps, l'UFCS avait ajouté à cette liste le sel en écho aux les recommandations de diminution établies par l'AFSSA, cependant cette information pourrait être donnée en ajoutant le pourcentage dans la liste des ingrédients.

3. Quel format devrait être utilisé pour cette information ?

L'UFCS souhaite que **le format choisi soit uniformisé** au niveau européen. La forme graphique semble permettre une meilleure compréhension. De plus si les données de celui-ci sont exprimées de façon relative aux besoins nutritionnels cela permettrait d'éliminer l'énergie comme donnée de base et ainsi simplifier l'utilisation du graphique. Celui-ci étant obligatoire, le professionnel pourrait, par ailleurs, adjoindre un tableau s'il le désire. Tout comme le graphique, le format du tableau devra respecter des critères de présentation bien définis et uniformes pour l'Europe.

Le but est d'avoir un visuel facile à repérer pour le consommateur quel que soit le produit et la marque achetés.

Pour faciliter la compréhension des informations délivrées, il est nécessaire de changer le vocabulaire employé et de le rendre plus proche du consommateur non averti. **Ainsi, les termes de « glucides » et « lipides » devront être remplacés respectivement par « sucres » et « matières grasses »**. L'utilisation de pictogrammes prédéfinis pourra également être avantageuse.

4. Quels liens avec les recommandations concernant le régime et le style de vie sains ?

L'UFCS pense que **les objectifs de l'étiquetage nutritionnel sont en priorité l'information puis l'aide au choix du consommateur tant pour atteindre un équilibre alimentaire que pour comparer les aliments entre eux et ceci sans porter de jugement**. Ainsi, l'étiquetage nutritionnel ne doit pas devenir le moyen de catégoriser nos aliments en bons et à contrario en mauvais aliments. Par contre, exprimer les informations en liaison avec les besoins permet au consommateur d'avoir un regard critique vis-à-vis du produit et peut avec une éducation appropriée lui permettre d'adapter la quantité à consommer.

5. Quelle est la référence la plus appropriée pour l'information nutritionnelle ?

L'UFCS pense que la référence à la portion facilitera, pour le consommateur non averti, la prise de conscience de la quantité de nutriment apporté par la quantité d'aliment ingéré.

Des expressions aux 100 g pourraient être recommandées pour des produits tels que la farine où la portion est très variable selon l'utilisation que l'on en fait (fond de sauce, gâteaux...).

6. Des mesures plus spécifiques doivent-elles être prévues pour les produits alimentaires non préemballés ?

L'UFCS ne pense pas qu'il y ait besoin de mesures spécifiques pour les produits non préemballés. L'étiquetage nutritionnel serait cette fois volontaire. Par contre, **ceux qui le souhaitent, devront suivre les mêmes présentations et formats que les préemballés pour ne pas nuire à la clarté et induire le consommateur en erreur.**

EVALUATION DE NOS ACTIONS MENEES DANS LES ECOLES ELEMENTAIRES

Nous sommes intervenues dans cinq écoles élémentaires soit au total sept classes :

- Une classe n'a pas été évaluée car elle nous a permis d'améliorer le jeu ;
- Deux classes n'ont joué qu'une seule fois au jeu, ce qui explique la différence du nombre d'enfants entre les deux passages. Nous pouvons malgré tout constater l'effet de notre action auprès des enfants

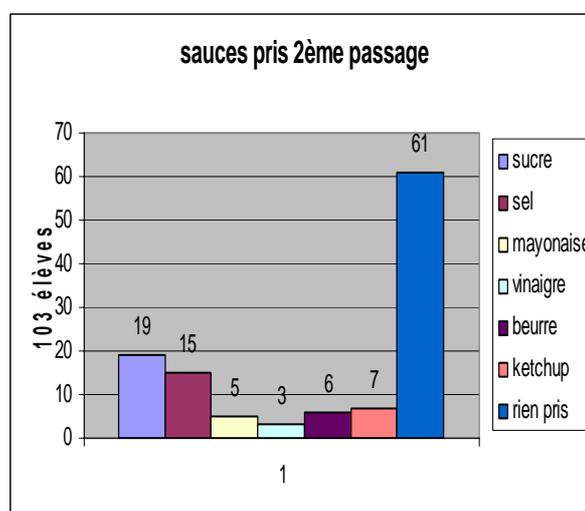
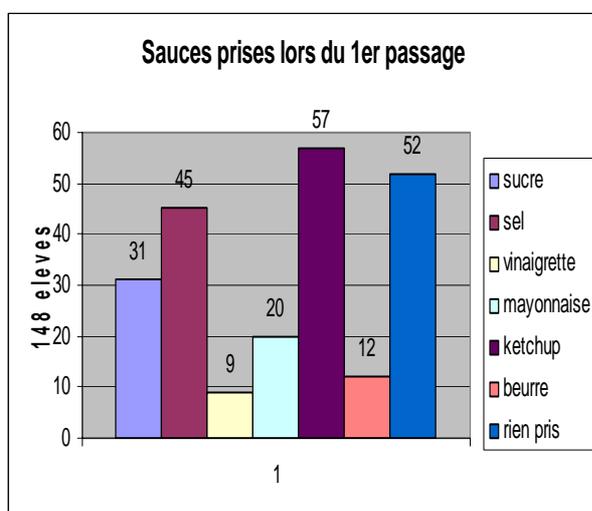
L'objectif poursuivi était de sensibiliser les enfants en suivant les recommandations du PNNS.

Après chaque passage, nous proposons aux élèves un débat dont la trame était les différents points du PNNS.

Nous nous situons dans *un repas quotidien* de cantine. Les bureaux sont rapprochés pour imiter les tables familiales. En effet, prendre un repas en famille peut être à la fois source de plaisir et améliorer un comportement alimentaire.

Voici quelques réflexions de nos équipes :

I. Réduire la consommation moyenne des apports lipidiques et du sel



Alors que nous précisons que les plats étaient correctement assaisonnés, nous constatons :

- Au 1^{er} passage, la moitié des enfants se sont servis de Ketchup et un 1/3 des enfants ont pris du sel. Ceux qui prenaient du sucre sont ceux qui ont pris un fruit ou un yaourt. La moitié a suivi la consigne.
- Au 2^{ème} passage, nous constatons une forte diminution des prises de sauces et de sel. Plus de la moitié n'ont rien pris.

Lors des débats nous avons insisté sur le fait de ne pas saler sans avoir goûté auparavant.

Le ketchup étant du sucre et des graisses, nous leur avons conseillé de le réserver pour des repas occasionnels.

Il n'était d'ailleurs pas question d'interdire un aliment, un excès de temps en temps ne portant pas à conséquence. Ne culpabilisons personne !!

II. Recommandation PNNS : manger 5 fruits et légumes par jour

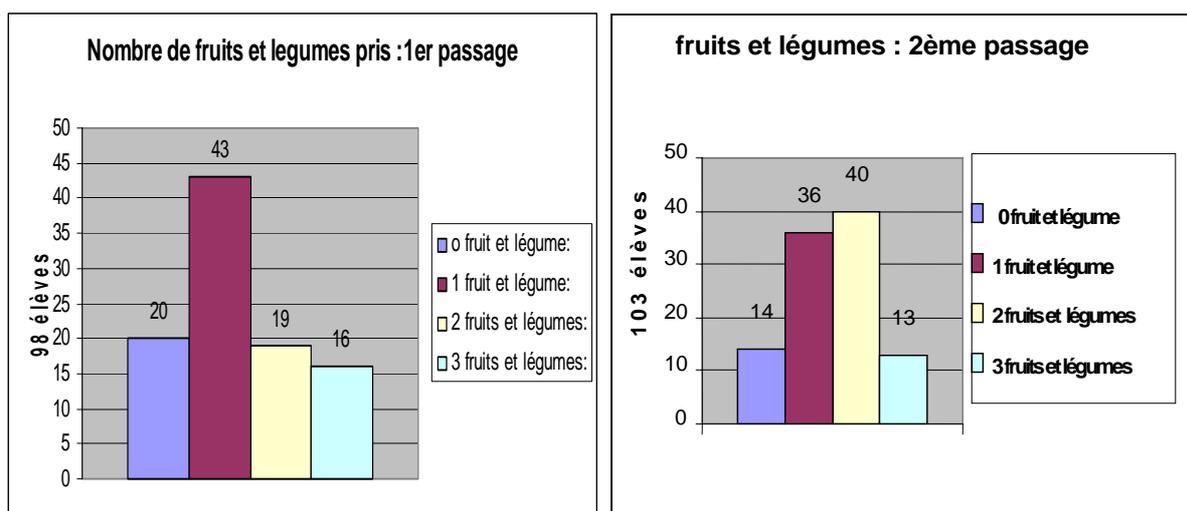
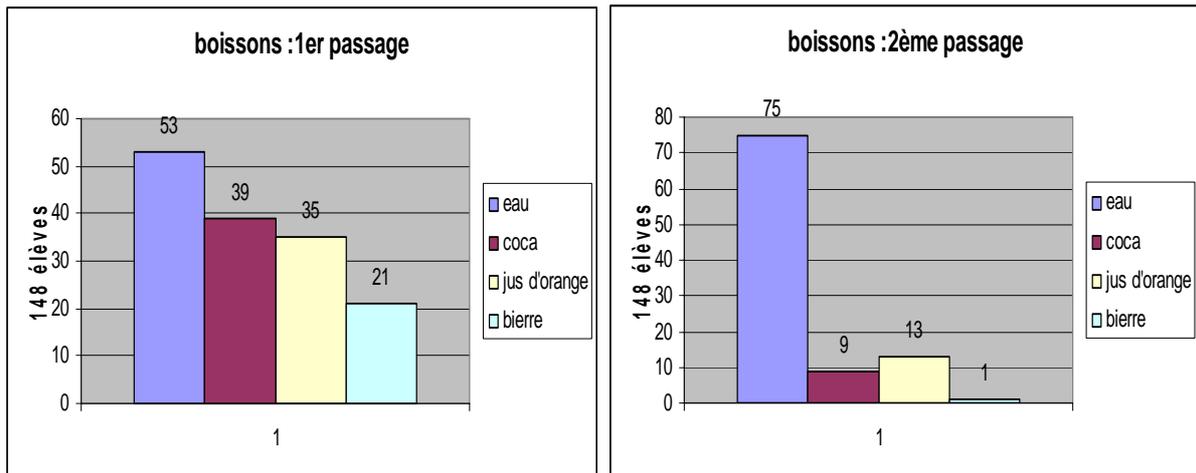


Figure 1

Nous constatons que l'importance de manger des fruits et légumes semble être assimilée lors du 2^{ème} passage.

Durant les débats nous avons parlé des fruits et légumes de saison, des différentes origines et des différentes formes sous lesquelles nous pouvons les consommer (crus, cuits, nature, préparés, frais, surgelés et en conserve).

III. Consommation des boissons



Notre message, *l'eau est la seule boisson indispensable pour notre organisme* a été entendue.

Nous avons, aussi, abordé le sujet de l'alcool. A notre grande surprise, quelques enfants de CE2 prenaient régulièrement chez eux de l'alcool (bière, pastis ou vodka lors des apéritifs avec les amis des parents).

Il semblerait que cela se produise essentiellement dans les familles éclatées.

Sans diaboliser les sodas, nous avons prôné une consommation modérée de ces produits très sucrés et moins rafraîchissants que l'eau.

IV. Réflexions qualitatives sur notre action

➤ Jeu du self service

Les enfants ont transmis généralement quelques conseils du PNNS à leurs parents grâce au set de table et guide alimentaire du PNNS qu'ils ont rapporté chez eux.

Les enfants ont présenté des repas d'autres cultures (asiatique, maghrébine, indienne...) qui peuvent tout aussi équilibrés.

Les sujets tels que le grignotage, la manière de prendre ses repas ainsi que l'activité sportive quotidienne ont été aussi abordés

➤ Pub TV et l'emballage du produit

Nous avons étudié la pub « Kinder Chocolat » grâce aux outils pédagogiques du GRREM, puis l'emballage du produit.

Outre l'intérêt d'étudier la technique de construction d'une publicité télévisée, nous avons étudié le message que Ferrero a voulu transmettre, à qui cette publicité était destinée.

Les élèves ont ensuite rédigé des maximes qui seraient la morale de ce spot ou d'un spot inventé.

L'emballage a été l'occasion de faire découvrir les normes européennes, la liste des ingrédients et des nutriments..

Ils ont aussi réalisé des exercices de mathématique pour calculer la composition du produit.

➤ Réunion avec les parents (Deux écoles)

Dans deux écoles, nous avons réuni, environ, trente parents avec le professeur A. Martin (nutritionniste) afin de débattre sur le thème suivant : L'alimentation peut être considérée comme un tabouret à trois pieds : Nourriture, Hygiène, Plaisir.

Au début de chaque séance, le Professeur MARTIN a exposé son point de vue sur l'alimentation et la santé publique puis les parents ont pu prendre la parole et poser des questions.

Ces réunions ont été très réussies, preuve en est que les parents ont réclamé d'une part plus d'informations sur le sujet et d'autre part que cette action soit reconduite l'année prochaine.

CONCLUSION

Cette action a connu un franc succès auprès des enseignants, des parents mais aussi des élèves.

De plus, nous constatons une influence sur les comportements du public sensibilisé : les bases de la nutrition sont retenues et les choix alimentaires davantage conformes aux objectifs du PNNS.

Toutefois, nous pensons que pour obtenir des améliorations comportementales durables sur le terrain de la nutrition, il est nécessaire de répéter régulièrement ce type de sensibilisation, à tous les âges et niveaux scolaires

En conséquence, nous la reconduisons pour l'année 2005-2006.

This paper represents the views of its author on the subject. These views have not been adopted or in any way approved by the Commission and should not be relied upon as a statement of the Commission's or Health & Consumer Protection DG's views. The European Commission does not guarantee the accuracy of the data included in this paper, nor does it accept responsibility for any use made thereof.