

Courtemelon, 8 mars 2011

Votre dossier est traité par : Pierre-André Odiet, +41 32 420 74 20, courriel pierre-andré.odiet@frii.ch

## Communiqué de presse

### **Manger : pour le bien de la famille et de l'environnement !**

**Manger de la viande : un acte anti-écologique ? Beurre ou margarine ? Viande d'Argentine ou blé russe ? Pain précuit ou pain complet ? Comment nourrir nos familles en préservant notre santé et en protégeant l'environnement ? Autant de questions que se pose le consommateur et auxquelles les invités et la Fondation Rurale Interjurassienne (FRI) souhaitent apporter des réponses dans le cadre d'une conférence ouverte à tout public, le 29 mars 2011, 20h00, à Courtemelon. Une table ronde permettra ensuite de dégager les critères d'une alimentation saine et actuelle, en partant d'exemples imagés dans lesquels nos sociétés sont parvenues à des excès.**

"Consommez moins de viande pour protéger l'environnement !" Ce slogan pour une alimentation efficiente est-il toujours vrai si la viande provient d'animaux nourris d'herbages dans nos régions, luttant au passage contre l'embroussaillage et favorisant la biodiversité ? On a en outre remarqué que la viande des animaux nourris à base d'herbe présente des aspects positifs du point de vue nutritionnel : davantage d'acides gras polyinsaturés, avec une proportion plus élevée d'acides gras oméga-3, une teneur accrue en vitamine E (un puissant antioxydant).

On affirme que les graisses d'origine animale sont mauvaises pour la santé, alors que celles d'origine végétale sont saines ! N'est-ce pas trop simplifier ? Faut-il dès lors privilégier les huiles végétales riches en acides gras insaturés au détriment des graisses animales ? Et que dire des graisses végétales hydrogénées du point de vue santé ?

Source de précieux nutriments (calcium, vitamines), les produits laitiers sont des aliments de base incontournables. Les considérations sur les graisses évoquées ci-dessus battent en brèche cette affirmation. L'allergie aux protéines contenues dans le lait de vache ternit également l'image des produits laitiers.

Le pain a été longtemps la base de l'alimentation. Il ne contient que des glucides et des protéines et pas du tout de lipides. Pourtant, à cause de cette richesse en glucides, le pain a une fausse image d'aliment « qui fait grossir ».

Ces quelques exemples illustrent à quel point le débat autour de la provenance et de la qualité des produits qui garnissent notre assiette demeure passionné et passionnant ! Afin d'apporter un peu de clarté dans ce contexte, la FRI invite quatre spécialistes à présenter le fruit de leurs travaux et de leurs expériences sur le sujet.

La consommation de viande est-elle bonne pour la santé et écologique ? Telle est la question posée à Pierre-Alain Dufey, chercheur en production animale, à AGROSCOPE Posieux. Les conditions à remplir pour obtenir une viande de grande qualité seront également abordées.

Elisabeth Schaffner-Hennet, diététicienne et enseignante à la FRI évoquera la qualité nutritionnelle des produits laitiers. Elle décrira également les différents types de graisses et traitera la question du choix entre graisses animales et végétales.

Case Postale 65  
2852 Courtételle  
T 41 32 420 74 20  
F 41 32 420 74 21  
info@frij.ch  
www.frij.ch

Fondation  
Rurale  
Interjurassienne

COURTEMELON LOVERESSE

Julien Berberat, conseiller en production végétale à la FRI, remontera la filière du pain. En Suisse, comment sélectionne-t-on les variétés de céréales, dont la grande qualité est reconnue et utilisée également à l'étranger ? Il proposera quelques critères pour choisir des produits boulangers sains et savoureux.

Enfin, Barbara Pfenniger, spécialiste alimentation au secrétariat central de la Fédération Romande des Consommateurs (FRC) présentera les attentes des consommateurs face aux trois catégories de produits laitiers, carnés et boulangers. Elle évoquera l'intérêt des consommateurs pour les produits suisses et régionaux, ainsi que les avantages de la production locale pour la protection de l'environnement.

Suite à ces présentations, les quatre intervenants seront rejoints pour une table ronde par Mario Leuenberger de Movelier, producteur commercialisant ses produits en circuits courts, par Milo Stoecklin de Séprais, producteur bio, et par Olivier Girardin, directeur de la FRI. Le public sera alors invité à débattre avec les intervenants du jour.

La soirée ne saurait se terminer sans un buffet de produits régionaux et une dégustation de produits du terroir.

Cette conférence débat est ouverte à tout public et gratuite. Elle aura lieu le 29 mars 2011, 20h00, à la Fondation Rurale Interjurassienne à Courtemelon. Avis aux amateurs !

FRI / 08.03.2011 / Pierre-André Odiet