

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

**Conférence débat, 29 mars 2011, 20h00, FRI, Courtemelon, ouverte à tout public et gratuite**

"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 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, les produits laitiers sont des aliments de base incontournables. Les considérations sur les graisses évoquées plus haut battent en brèche cette affirmation. L'allergie aux protéines contenues dans le lait de vache ternit également l'image des produits laitiers.

Le pain ne contient que des glucides et des protéines et pas du tout de lipides. Pourtant, par sa richesse en glucides (environ 50 %), le pain a une fausse image d'aliment "qui fait grossir".

Afin de poursuivre ce débat passionné et passionnant autour de la provenance et de la qualité des produits qui garnissent notre assiette, la FRI invite quatre spécialistes à présenter le fruit de leurs travaux et de leurs expériences le 29 mars 2011, 20h00, à Courtemelon :

- Barbara Pfenniger, spécialiste alimentation au secrétariat central de la FRC
- Pierre-Alain Dufey, chercheur en production animale, AGROSCOPE Posieux
- Elisabeth Schaffner-Hennet, diététicienne, FRI
- Julien Berberat, conseiller en production végétale, FRI

Pierre-André Odiet