

[Animation] Alimentation durable et décryptage d'étiquettes ^[1]

Comment décrypter les étiquettes alimentaires ? Comment utiliser les informations qui s'y trouvent pour faire des choix plus écologiques et plus sains ? On en parle lors de cette animation, organisée sur demande.

Type de prestation

- Animation - conférence pour votre public / groupe.
- Durée : 2h ou 3h.
- Pour un public adulte.

Résumé

Allégations plus ou moins fondées, publicité, ingrédients aux noms ésotériques, nombreux labels et logos... Il n'est pas toujours facile de faire les meilleurs choix alimentaires pour notre santé et l'environnement. Comment s'y retrouver ? A quoi faire attention ? Quels ingrédients éviter ? Quels sont les labels crédibles ?

Objectif

À l'issue de la formation, les participants seront capables d'intégrer des critères « alimentation durable » lors de leurs achats alimentaires.

Contenu

Introduction

- écoconso en deux mots
- Pourquoi faire attention à l'environnement ? Quelques chiffres-clés de notre consommation actuelle.

L'alimentation durable

- locale et de saison
- bio
- avec moins de viande
- équitable
- saine
- pas trop chère

- l'eau du robinet
- ...

Les étiquettes alimentaires

- les allégations
- les ingrédients
- les labels et logos
- le prix au kilo
- la taille des emballages
- ...

Les participants posent leurs questions pendant l'exposé, ou après, au choix.

La prestation inclut un test en aveugle d'eau en bouteille / du robinet (basé sur quatre eaux différentes).

Matériel nécessaire

Vidéoprojecteur, chaise(s), table(s), écran de projection ou mur blanc, rallonge multiprise, gobelets réutilisables.

Options

- Combinable avec une [visite de supermarché](#) [2].
- Possibilité de conférence d'une heure sur l'alimentation durable uniquement.

Infos & réservations

> Voir : [Tarif, réservation, infos pratiques](#) [3]

Mots-clés :

[alimentation durable](#) [4]

[étiquettes](#) [5]

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | info@ecoconso.be | www.ecoconso.be

Liens

[1] <https://www.ecoconso.be/fr/content/animation-alimentation-durable-et-decryptage-detiquettes>

[2] <http://www.ecoconso.be/Visite-de-supermarche>

[3] <http://www.ecoconso.be/fr/content/des-animations-conferences>

[4] <https://www.ecoconso.be/fr/mots-cles/alimentation-durable>

[5] <https://www.ecoconso.be/fr/mots-cles/etiquettes>