

Quelques conseils aux consommateurs...

Les aliments que nous trouvons sur les étals des marchés et les rayons des magasins ont une histoire : ils ont parcouru tout un circuit de production et de transformation avant d'être mis en vente.

Chercher à mieux connaître cette histoire et en tenir compte lors des choix que nous faisons permet d'adopter des choix plus éthiques, à l'égard de l'environnement, des travailleurs qui sont intervenus dans la chaîne de production mais aussi par apport à notre santé et celle de nos proches.

En l'absence d'information sur l'origine de la plupart des produits que nous trouvons dans les magasins, connaître cette histoire n'est pas chose facile. Néanmoins quelques pistes peuvent être suivies.

- Redécouvrons les saveurs des fruits et légumes locaux : il en existe de nombreuses variétés, délicieuses et permettant de savoureuses recettes.
- Réapprenons le rythme des productions saisonnières : les fruits et légumes produits en pleine terre, sans forçage, ont davantage de goût; en outre, les fruits et légumes sont souvent moins chers en pleine saison de production.
- Privilégions les produits locaux issus de l'agriculture biologique
- Informons-nous sur l'origine des produits que nous achetons et découvrons les mille et une facettes de la production agro-alimentaire locale.
- Lorsque nous achetons un produit exotique, les labels du commerce équitable identifient des produits provenant de circuits où les conditions de travail sont correctes et les rémunérations équitables ; en outre, les cahiers de charge du commerce équitable comprennent souvent des critères environnementaux.
- La plupart des produits frais (fruits et légumes, viande, poisson, crustacés) exotiques ont été transportés par avion ; autant le savoir et décider en connaissance de cause.
- Nous faisons nos courses la plupart du temps en voiture, même lorsque le magasin se trouve à quelques centaines de mètres. Nous choisissons des enseignes parfois fort éloignées de chez nous et nous faisons aussi plus souvent les courses. Nous pouvons contribuer à un environnement de meilleure qualité en réduisant les distances que nous faisons parcourir aux aliments et en utilisant des modes de déplacement plus « doux » : à pied, en vélo, en transport en commun.