

## **«ALIMENTATION - LES BONS CHOIX. MANGER EN COHERENCE»**

---

- **Scandales alimentaires**
- **Progression du fast food**
- **Politique agricole en débat**
- **Foisonnement de préconisations, de labels et de conseils...**

**... le consommateur perd confiance, perd pied.**

**Simultanément, de nombreux acteurs s'engagent pour que ça change.**

**Ce livre est dédié à toutes celles et ceux qui se battent pour une nouvelle donne agro-alimentaire, et veut aider à fédérer ces engagements. »Manger en cohérence », ce n'est pas compliqué ! Cinq critères suffisent pour aller dans la bonne direction : Santé, proximité, diversité, équité et conditions de production plus naturelles.**

**Première vue d'ensemble de ces critères, «ALIMENTATION - LES BONS CHOIX, MANGER EN COHERENCE» explicite chacun d'entre eux et montre leurs convergences. *«Car manger bio c'est bien, mais si le bio vient surtout de loin, il y a un problème. Le commerce équitable concerne autant le fromage du cru que le thé d'ailleurs. Consommer des produits du terroir ne donne pas un brevet d'alimentation saine...»***

**Paru 2013 aux Editions Jouvence**

**159 pages**

**France, Belgique 8,70 € Suisse 12,90 CHF**

## Alimentation : les bons choix

Manger en cohérence

Face aux excès de l'agro-alimentaire industriel, un mouvement est en marche. **Manger sain, manger bio, manger équitable, manger proximité et diversité** en sont les principales composantes. Mais pour une meilleure efficacité, il faut savoir conjuguer ces cinq critères.

Comment orienter nos choix alimentaires? Comment reprendre le contrôle sur notre alimentation ?

Ce livre expose de façon simple et documentée les enjeux de tous les critères à respecter pour retrouver notre souveraineté alimentaire ; il nous oriente efficacement pour qu'en tant que consommateur averti nous puissions faire nos choix dans le bon sens.



Tout ce qu'il faut savoir pour faire les bons choix alimentaires!

Questions de société



>>> René Longet est un expert reconnu en développement durable. Ancien Maire de la Ville d'Onex (Suisse), ancien parlementaire fédéral, membre des Sommets de la Terre 1992, 2002 et 2012, il est engagé dans les enjeux agro-alimentaires sociaux, de la jeunesse, de l'énergie et de la solidarité Nord-Sud. Il est notamment l'auteur de *Pourquoi manger local?* et *Fruits et légumes de saison* parus aux éditions Jouvence.

Les Maxi  
Pratiques

Prix : 8,70 €



René Longet

Alimentation : les bons choix

## Alimentation : les bons choix

René Longet



Questions de société

114

jouvence  
ÉDITIONS

Manger en cohérence