

Pour aller plus loin :

Direction Générale de la Concurrence, de la Consommation et de la Répression des Fraudes : <https://www.economie.gouv.fr/dgccrf/Publications/Vie-pratique/Fiches-pratiques>

Agence nationale de santé publique : <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/nutrition-et-activite-physique/articles/>

Programme national de nutrition santé : <https://www.mangerbouger.fr/>

Applications :

Des applications qui vous permettent de mieux choisir vos produits et d'agir pour l'alimentation saine et responsable de demain :

<https://scanup.fr/>

<https://fr.openfoodfacts.org/decouvrir>

<https://yuka.io/>

Une application mobile de cuisine durable, à destination de tous, rassemblant les meilleures infos pour s'alimenter autrement :

<https://etiquettable.eco2initiative.com/>

Sans oublier le site www.qualimentaire.fr

Le saviez-vous ?

Marquage des oeufs

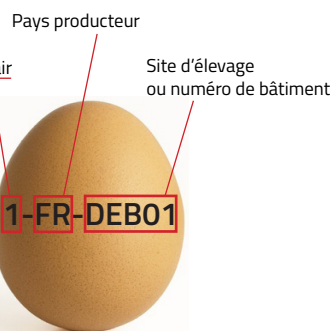
Modes d'élevage

0 : œufs biologiques

1 : œufs de poules élevées en plein air

2 : œufs de poules élevées au sol

3 : œufs de poules élevées en cage



Le Groupement Régional pour la Qualité Alimentaire met à votre disposition toutes les informations sur la qualité alimentaire, notamment les signes officiels de qualité et d'origine.

Lecture d'une étiquette : l'obligation de subir vous donne le droit de savoir !

En tant que consommateur, vous avez le pouvoir de choisir votre modèle d'alimentation, mais encore faut-il en avoir le temps et les moyens.

D'ailleurs, lorsque que vous faites vos courses, avez-vous déjà pris le temps de lire l'ensemble des informations qui se trouvent sur l'emballage du produit alimentaire que vous achetez ? Avez-vous compris le sens de chacune des informations qui s'y trouvent ?

Afin de vous aider à faire des choix plus éclairés dans votre manière de consommer, cet atelier vous permettra de décrypter les emballages alimentaires, d'identifier les mentions obligatoires qui sont occultées par les messages publicitaires et marketing.



Déchiffrer les étiquettes de produits préemballés

Groupement Régional pour la Qualité Alimentaire

2 rue de Dormagen
59350 Saint-André-lez-Lille
Tél. 03 28 38 94 94
info@qualimentaire.fr

www.qualimentaire.fr

Suivez-nous sur [Twitter](#) et [LinkedIn](#) !

Soutenu par  Région Hauts-de-France

Conception : Groupement Régional pour la Qualité Alimentaire



Les règles d'étiquetage des denrées alimentaires

Afin de ne pas induire le consommateur en erreur, le règlement INCO actualise, simplifie et planifie l'étiquetage.

Les règles d'étiquetage des denrées alimentaires sont régies par le Règlement européen (UE) 1169/2011, concernant l'information des consommateurs. Ces règles sont différentes selon le mode de conditionnement ou de présentation des denrées alimentaires (pré-emballées ou non).

2 règles à respecter :

L'étiquetage doit faire figurer de manière lisible les informations qui renseignent objectivement le consommateur.
L'étiquetage doit être loyal et précis, il ne doit pas induire le consommateur en erreur.

Dates de péremption

Elles indiquent la période pendant laquelle le produit conserve ses propriétés spécifiques.

Date de Durabilité Minimale (DDM) : Indique le délai au-delà duquel les qualités gustatives ou nutritionnelles du produit risquent de s'altérer. Il est précédé des termes à consommer de préférence avant le/fin...)

Date limite de consommation (DLC) : Pour les denrées périssables dont la consommation au-delà de cette date présente un danger pour la santé (précédé du terme à consommer jusqu'au...).

Dénomination de vente

Elle indique la nature de l'aliment contenu dans l'emballage. Lorsque le produit dispose d'une dénomination «fantaisie» la dénomination de vente peut être située au niveau de la liste des ingrédients.

Pays d'origine ou lieu de provenance

Si son omission risque d'induire le consommateur en erreur quant au pays d'origine ou de provenance réel du produit.

Les signes officiels de qualité et d'origine : des logos reconnus par l'État qui garantissent des aliments de qualité, typiques, ou élaborés dans le respect de l'environnement et du bien-être animal.



Label Rouge : Officiellement supérieur !

Le Label Rouge est l'unique signe national officiel qui garantit une qualité supérieure à celle d'un produit courant similaire, tant au niveau de sa production, de son élaboration que de sa qualité gustative.



AOP : Officiellement du terroir !

L'Appellation d'Origine Protégée (AOP) désigne un produit dont les étapes de production sont réalisées selon un savoir-faire reconnu dans une même aire géographique, qui donne ses caractéristiques au produit. C'est un signe européen qui protège le nom du produit dans toute l'Union européenne.



IGP : Officiellement d'ici !

L'Indication Géographique Protégée (IGP) identifie un produit dont la qualité, la réputation ou d'autres caractéristiques sont liées à son origine géographique. Au moins une étape est réalisée dans la zone protégée. Comme l'AOP, l'IGP protège le nom du produit dans toute l'Union européenne.



STG : Officiellement traditionnel !

Ce signe officiel européen ne fait pas référence à une origine, mais protège la composition d'un produit ou son mode d'élaboration traditionnel.



L'Agriculture Biologique : Officiellement naturelle !

L'Agriculture Biologique garantit un mode de production respectueux de l'environnement et du bien-être animal. Les règles qui encadrent ce mode de production sont les mêmes dans toute l'Union européenne et les produits importés sont soumis aux mêmes exigences.

GRQA 2 rue de Dormagen 59350 Saint-André-lez-Lille

FR 59-110-01 CE Lot:154896

A consommer avant le : 20/11/2019:22:12

Poids net : 250 g e -1 part

Aiguillettes de poulet* riz et ratatouille de légumes du soleil

Ingrédients :
.....
.....
.....

Traces éventuelles de moutarde, céleri et soja.

Produit élaboré en France * Produit fictif

Ingrédients :
Riz blanc cuit (24 %), tomate pelée (22 %), filet de poulet rôti (20 %) [origine France], courgette (4 %), aubergine (2 %), basilic, arôme artificiel de paprika

Déclaration nutritionnelle
Energie : 432 Kj / 103 kcal
Matières grasses : 28 g
dont acide gras saturés : 3,3 g
Glucides : 12 g
dont sucres 1,2 g
Protéines : 6,4 g
Sel : 0,71 g

Mode d'emploi :
Au four à micro-ondes : Enlevez le film de la barquette et réchauffez au micro-ondes sous cloche, 3 minutes à 600 W.
A la poêle : versez le contenu de la barquette dans une poêle avec 2 cuillères à soupe d'eau froide. Réchauffez à couvert et à feu doux pendant 10 minutes.

Conservation : A conserver entre 0°C et 4°C. A consommer rapidement après ouverture. Conditionné sous atmosphère protectrice. A consommer jusqu'au N° de lot : voir la date figurant sur le côté.

Sans conservateur
Sans colorant
Sans arôme artificiel

Déclaration nutritionnelle:
.....
.....
.....

Label Nutri-Score: A B C D E

Marque de salubrité

Indique que l'établissement est agréé par les services vétérinaires départementaux pour la transformation des denrées d'origine animales conformément aux règles d'hygiène communautaires.

Identification fabricant / conditionneur

Comporte le nom et l'adresse du fabricant ou du conditionneur ou d'un distributeur ou d'un importateur situé dans l'Union européenne.

Lot de fabrication

Indiqué sous une forme libre par le fabricant, à des fins de traçabilité. Ce numéro doit être envoyé au fabricant en cas de question ou de réclamation.

Quantité nette

Exprimée en unité de volume (l ou ml) pour les produits liquides ou masse (kg ou g) pour les autres produits. Le symbole e indique que les poids ont été vérifiés par le fabricant.

Liste des ingrédients

Comprend tous les composants qui entrent dans la fabrication de l'aliment, encore présents dans le produit fini, y compris les additifs et les arômes. Les ingrédients sont énumérés dans l'ordre pondéral décroissant de sa recette.

Allergènes

Obligation de faire référence par une mise en relief dans la liste des ingrédients de 14 substances ou produits provoquant des allergies ou intolérances.

Déclaration nutritionnelle

rendue obligatoire sur les denrées préemballées*

Permet de connaître la valeur énergétique et la composition en nutriments d'un aliment, pour 100 g ou 100 ml de produit. Peut aussi être donnée par une portion, à condition que celle-ci soit quantifiée sur l'étiquette sur l'étiquette et que le nombre de portions contenues dans l'emballage soit indiqué.

Inclut obligatoirement les éléments dans l'ordre suivant :

- valeur énergétique (en kJ et kcal)
- quantité de matières grasses et d'acides gras saturés (en g)
- quantité de glucides et de sucres (en g)
- quantité de protéines (en g)
- quantité de sel (en g)



Allégations

Ce sont des mentions qui mettent en avant une qualité nutritionnelle particulière de l'aliment ou une relation entre l'aliment et la santé.

Système étiquetage complémentaire

Vous informe sur la qualité nutritionnelle d'un produit en le positionnant sur une échelle à 5 niveaux associant des lettres et des couleurs.

Mentions obligatoires

Mentions facultatives