

CHARTRE *Ramène ta fraise*

Ce texte a pour ambition d'exprimer les grands enjeux qui nous fédèrent, d'affirmer l'essence même de notre engagement au service de toutes celles et ceux qui souhaitent changer les pratiques de consommations pour améliorer la santé des générations futures.

Cette charte révèle les racines de notre engagement et doit en être le socle commun.

I. CONTEXTE : UN SIECLE DE BOULEVERSEMENTS

1. Des habitudes alimentaires en pleine révolution

En France, comme dans l'ensemble des pays industrialisés, les habitudes alimentaires ont beaucoup plus changé au cours des 50 dernières années qu'au cours des siècles précédents, avec des aspects positifs comme négatifs sur la santé.

- . Passage de l'insuffisance alimentaire à la gestion de l'abondance
- . Progrès technologiques : conservation, stérilisation, sélection, lyophilisation, etc.
- . Budget alimentaire en baisse
- . Part du budget ménager dédiée à l'alimentation en baisse
- . Changements sociologiques impactant les consommations : travail des femmes, familles monoparentales, urbanisation, sédentarisation des métiers, etc.
- . Changement de la composition du panier : 2 X moins de pain qu'il y a 50 ans, - de pomme de terres, de légumes secs, + de protéines animales, + de produits sucrés, mais aussi + de fruits et légumes
- . De + en + de produits transformés consommés et de repas pris à l'extérieur.
- . Développement de la restauration collective

Cette évolution de notre alimentation a des conséquences nutritionnelles, positives et négatives :

- . Réduction globale de l'apport énergétique
- . Diversification importante de l'alimentation
- . Diminution de la part des glucides complexes et augmentation de la part des sucres simples
- . Augmentation de la part des protéines d'origine animale et diminution de la part des protéines d'origine végétale
- . Augmentation de la part des lipides, notamment invisibles et saturés,
- . Diminution de l'apport des fibres alimentaires.
- . développement d'intolérances et allergies alimentaires (gluten, lactose, arachides, etc.)

Pour en savoir plus : <http://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/conso.pdf>

2. Quelques chiffres clés

Les ménages consacrent 20% de leur dépense de consommation à l'alimentation... contre 35% en 1960.

La principale dépense du panier alimentaire reste la viande, même si sa part baisse (20% contre 26 dans les années 60).

¾ du budget alimentaire concerne l'alimentation à domicile. Le ¼ restant = restaurants, bars, cantines.

Source : <https://www.insee.fr/fr/statistiques/1379769>

3. A l'école : de la charité à l'éducation alimentaire

Au XIXe siècle, devant le dénuement de certains écoliers, des communes (notamment Paris en 1849), accordent une aide alimentaire aux enfants indigents et procèdent aux distributions dans les cantines.

Après la guerre 1914-1918, la cantine se structure à partir de l'école et de la commune, sans intervention de l'Etat, pour tous les enfants dont les parents travaillent et aux cas sociaux. Le concept même de « restaurant d'enfants » né en 1946.

C'est dans les années 1960, que l'éducation nutritionnelle est vue comme aussi importante pour l'avenir des enfants que l'éducation intellectuelle et physique. Le moment du repas est considéré comme le mieux dévolu à cette éducation.

Des recommandations de principes vont dès lors être régulièrement donnés, mais il faut attendre janvier 2001 pour qu'une politique de lutte contre l'obésité et d'éducation à la bonne alimentation se mette véritablement en place : un Programme National Nutrition Santé (PNNS) est lancé pour une « alimentation saine et équilibrée » ; il évoque la restauration scolaire comme moyen d'éducation nutritionnelle.

Le code de l'éducation (Article L. 312-17-3) prévoit qu'une information et une éducation à l'alimentation et au gaspillage soient dispensées dans les écoles.

Source : <http://www.cde9.fr/presentation/historique/>

Source : <http://www.gemrcn.fr/definition-gemrcn>

GEMRCN = Groupement d'Etude des Marchés en Restauration Collective et de Nutrition (guide pratique pour la restauration collective sociale)

4. Les tendances émergentes

Près de 85 % des Français estiment que la manière dont ils mangent influe sur leur état de santé (cette proportion augmente : 75 % en 1997).

En 2007, 68 % se disaient prêts à payer un produit plus cher pour un avantage santé.

Les parents placent la qualité comme premier critère (étude Odoxa pour Danone France sur l'alimentation des enfants)

- . pour 82% d'entre eux, la santé est le critère prioritaire dans leurs choix alimentaires.
- . 51% estiment aussi que leurs enfants mangent mieux qu'eux au même âge
- . **et surtout 73% disent avoir amélioré leur alimentation à l'arrivée de leur premier enfant**

Des tendances nouvelles apparaissent :

- . Démocratisation du bio (dont les cantines scolaires)
- . Essor des labels,
- . Montée de l'attrait pour le « local »,
- . Lutte contre le gaspillage,
- . bien-être animal,
- . Végétarisme, véganisme
- . étiquetage carbone,
- . Retour du plaisir de cuisiner,
- . Mais aussi médicalisation de l'alimentation

Certaines de ces tendances émergentes sont contradictoires avec certaines des tendances lourdes relevées précédemment comme la réduction de la part du budget consacrée à l'alimentation.

Un individu qui peut faire dans la même journée ses achats de base dans un *hard discount* et craquer pour un produit de luxe dans une épicerie fine, manger des sandwiches à midi et s'offrir de temps en temps un restaurant gastronomique... La consommation alimentaire, est le résultat de tiraillements entre les aspirations (éthiques, écologiques, etc.) et les contraintes (budgétaires, de temps) des individus.

Sources :

<http://www.odoxa.fr/sondage/parents-francais-vigilants-a-l'alimentation-de-leurs-enfants-pourraient-mieux-faire/>

https://m.corporate.danone.fr/uploads/tx_bidanonepublications/CP-Odoxa.pdf

<http://agreste.agriculture.gouv.fr/IMG/pdf/doctravail50112.pdf>

II – DEFINITION : QU'EST-CE QU'UNE BONNE ALIMENTATION POUR LES ENFANTS ?

1. Définition et droit selon l'OMS et l'UNICEF

« La nutrition, c'est l'apport alimentaire répondant aux besoins de l'organisme.

Une bonne nutrition – c'est-à-dire un régime adapté et équilibré – et la pratique régulière d'exercice physique sont autant de gages de bonne santé.

Une mauvaise nutrition peut entraîner un affaiblissement de l'immunité, une sensibilité accrue aux maladies, un retard de développement physique et mental et une baisse de productivité. »

En 2001, l'OMS et l'UNICEF ont élaboré conjointement une stratégie mondiale pour l'alimentation du nourrisson et du jeune enfant afin de rappeler au monde les effets des pratiques d'alimentation sur l'état nutritionnel, la croissance et le développement, la santé du nourrisson et du jeune enfant. Il en ressort :

- . L'importance avérée de la nutrition dans les premiers mois et les premières années de vie,
- . L'importance cruciale des pratiques d'alimentation appropriées dans la réalisation d'un état de santé optimal.

« La nutrition est une composante cruciale universellement reconnue du droit qu'à l'enfant de jouir du niveau de santé le plus élevé possible. Les enfants ont droit à une nutrition adéquate ainsi qu'à un accès à des aliments sûrs et nutritifs »

Source :

<http://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>

2. Les règles d'une bonne alimentation

Il n'y a pas de « recette miracle », mais des principes de bon sens afin d'apporter quotidiennement tous les nutriments (glucides, protéines, lipides, minéraux, vitamines, eau) et toute l'énergie dont le corps a besoin, sans carence ni excès

En résumé : manger de tout et n'abuser de rien !

- . prendre le temps de trois repas chaque jour et les compléter au besoin par une ou deux collations.
- . boire beaucoup d'eau, au moins 1,5 à 2 litres par jour, et réduire sa consommation d'alcool, au besoin.
- . privilégier les aliments bénéfiques à notre santé (fruits, légumes, féculents, poissons...)
- . limiter la consommation de produits sucrés (confiseries, boissons sucrées...), salés (gâteaux apéritifs, chips...) et gras (charcuterie, beurre, crème...).

Cf. les recommandations de l'ANSES (Agence nationale de sécurité sanitaire, alimentation, environnement, travail) : <https://www.anses.fr/fr>

III. UN ENJEU DE SOCIÉTÉ

1. Une « déstructuration » alimentaire chez les jeunes

Selon des travaux du Credoc, la génération née entre 1977 et 1986 dépense huit fois moins pour les produits frais que la génération de ses grands-parents au même âge.

D'une manière générale, les nouvelles générations consacrent une part nettement moins importante de leur budget à l'alimentation que les précédentes.

Les jeunes adultes (18-34 ans) consomment davantage que leurs aînés des aliments transformés ou demandant peu de temps de préparation (céréales pour petit-déjeuner, pizzas, sandwiches, etc.) et ont plus souvent recours au plateau-repas ainsi qu'à la livraison de plats tout prêts à domicile.

Selon l'enquête INCA 2, les moins de 35 ans prennent de moins en moins leurs trois repas par jour, le petit-déjeuner étant souvent sauté.

41% des moins de 25 ans déclarent grignoter parfois et 29 % très souvent.

2. Une alimentation trop salée, trop sucrée, trop grasse et donc risquée

Trop salée

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), aucune quantité de sel ne doit être ajoutée à l'alimentation des bébés jusqu'à au moins 9 mois, de 18 à 3 ans, elle ne doit pas excéder 2 gr par jour et 5 gr à partir de 7 ans.

Les garçons de 3 à 17 ans consomment par jour, en moyenne, 5,9 g de sel et les filles 5 g.

L'étude indique également que les adolescents de 13 à 17 ans, surtout les garçons, sont de gros consommateurs de sel avec 7,55 gr chaque jour. Plus d'un (36%) provient de pains et de produits céréaliers.

Si l'on mange trop salé, le sel absorbé augmente la diurèse (production d'urine), ce qui accélère la perte en minéraux. Le calcium, notamment, est alors éliminé en trop grande quantité. Or le calcium est très important pour une bonne croissance osseuse.

Trop sucrée

L'OMS appelle tous les pays à réduire l'apport en sucre chez l'adulte et l'enfant à moins de 5% de la ration énergétique totale, soit à 25 grammes (6 cuillères à café) environ par jour.

Une étude publiée par le *National Diet and Nutrition Survey*, montre que les plus jeunes ont déjà ingurgité près de 11 grammes de sucre avant 9 heures, soit déjà la moitié des apports journaliers recommandés pour cette tranche d'âge

L'enquête alimentaire Inca 3 montre que les petits Français en consomment probablement deux à trois fois plus.

La plupart des sucres consommés aujourd'hui sont « dissimulés » dans des aliments transformés qui ne sont généralement pas considérés comme sucrés (exemple : le ketchup)

3. Des additifs nocifs dans nos assiettes

Un grand nombre de substances sont ajoutées aux aliments pour obtenir un effet aromatique, conservateur, humectant, texturant, stabilisant, épaississant, colorant, émulsifiant ou antimicrobien.

- . Colorants
- . Rehausseurs de goût
- . Antioxydants (pour éviter que les aliments, comme les fruits et légumes, s'oxydent et pourrissent)
- . Édulcorants
- . Conservateurs
- . Agents de textures

On trouve aujourd'hui des additifs alimentaires dans la plupart des aliments produits de manière industrielle. Ce sont les fameux « E » suivis de deux ou trois chiffres. Il en existerait près de 320...

Certains d'entre eux présenteraient un risque réel pour les consommateurs, et notamment pour les enfants, notamment les nanoparticules et les perturbateurs endocriniens.

Ces additifs sont-ils néfastes? Des études ont démontré que les additifs alimentaires (comme le E110 présents dans les bonbons) sont liés à l'hyperactivité des enfants.

Pour l'E131 et l'E133, il est désormais précisé qu'ils peuvent provoquer : "*Hyperactivité, asthme, réaction cutanée, nausées, problèmes de tension artérielle, tremblements, insomnies*".

Les colorants chimiques E131 et E 133 sont interdits en Australie, aux États-Unis et en Norvège, mais autorisés dans l'Union européenne.

Pour en savoir plus :

https://www.sciencesetavenir.fr/nutrition/securete-alimentaire/un-nouveau-guide-classe-les-additifs-alimentaires-selon-leurs-effets-sur-la-sante_111157

4. Des contenants /emballages néfastes et polluants

L'omniprésence des emballages plastique pose un réel problème environnemental et sanitaire. En effet, de nombreuses études montrent que des éléments toxiques présents dans les plastiques peuvent migrer dans les aliments. L'impact de ces substances sur la santé a suscité de nombreuses polémiques, dont la plus populaire est celle du **bisphénol A, qui est interdit en France mais qui reste autorisé dans certains pays.**

Notamment, le réchauffage de produits transformés achetés dans des barquettes en plastique ou le contact de ces barquettes avec des corps gras n'est pas sans danger pour la santé.

De même, l'usage largement répandu du suremballage des produits par les fabricants à des fins uniques de visibilité dans les rayons ou de surprotection des produits (fruits / légumes notamment) est problématique.

5. Conséquences sur la santé (liste non exhaustive)

. Surpoids, obésité... et maigreur

En France, un enfant sur six est en surpoids (17%, dont 4% en obésité)

Alors que chez l'adulte, le développement du surpoids est spectaculaire (notamment depuis les années 1990), le taux d'obésité reste relativement faible chez les enfants et n'a pas augmenté ces 20 dernières années.

L'obésité touche quatre fois plus les enfants d'ouvriers que ceux de cadres.

Le surpoids est responsable de multiples complications : diabète de type 2, troubles articulaires, troubles cardiaques, etc.

En parallèle, la maigreur augmente chez les enfants, notamment chez les jeunes filles de 11-14 ans, avec une jeune fille sur cinq concernée.

Source : <https://www.insee.fr/fr/statistiques/1281016#titre-bloc-8>

Source : *Etude ESTEBAN 2014-2016 (étude de santé sur l'environnement, la biosurveillance, l'activité physique et la nutrition) sur la corpulence*

. les maladies cardio-vasculaires.

A long terme, l'un des risques d'une alimentation trop salée se situe au niveau cardio-vasculaire. Les enfants habitués à manger salé auront du mal, à l'âge adulte, à changer leurs habitudes. Or, les gros consommateurs de sel ont un risque accru de maladies cardio-vasculaires, d'hypertension (infarctus et AVC) et d'ostéoporose.

. les troubles de développement cognitif et comportemental.

Plusieurs études de cohortes ont démontré des liens entre certains types ou modèles d'alimentation et des effets physiologiques.

Entre autres, une alimentation pauvre en fruits et légumes et en produits laitiers, mais comportant une forte proportion d'aliments industrielle est associée à des performances scolaires plus faibles.

Il est également soupçonné une perturbation de la croissance des enfants du fait de la présence de perturbateurs endocriniens. De même qu'un risque accru de cancer du colon et colo rectal du fait de la surconsommation de viande rouge et de charcuterie

6. Conséquences environnementales

Il nous semble essentiel de s'informer largement sur l'impact de nos modes alimentaires sur l'environnement.

La surconsommation effrénée de plastique dans notre alimentation, à usage unique pour l'essentiel, génère des conséquences environnementales désastreuses. Il n'y a qu'à faire quelques pas dans la nature ou en bord de mer pour s'en apercevoir. Une prise de conscience s'impose.

De même, nous devons nous questionner un changement de nos habitudes culturelles consistant à introduire systématiquement des protéines animales à chaque repas. Au-delà de l'impact nocif sur la santé d'une consommation excessive de viande, selon la FAO, l'élevage serait à l'origine de 18% des émissions de gaz à effet de serre (davantage que les transports) et de 8% de la consommation mondiale d'eau.

Autre exemple, l'utilisation massive d'huile de palme dans la fabrication d'aliments transformés contribue largement à la déforestation et in fine la disparition d'espèces animales en Asie du Sud-est, en Amérique du Sud et en Afrique.

III – « RAMENE TA FRAISE »

1. Sa genèse

En 2016, un groupe de 10 femmes ont décidé de constituer un groupe de réflexions et d'actions près de Montpellier, surnommé Olympe, dans le but d'aider les autres autant qu'elles s'entraidaient. Leur ambition était de d'agir pour sensibiliser sur des sujets qui amélioreront le quotidien et permettront d'éveiller les consciences pour in fine changer le monde.

En juin 2018, deux de ses membres, Catherine Labrousse et Gwenaëlle Guerlavais, qui partageaient régulièrement leurs interrogations sur l'alimentation de leurs enfants, leurs bonnes pratiques, leurs trouvailles et leurs astuces, ont décidé de lancer un premier projet : *Ramène ta fraise*.

Catherine Labrousse a été élue à la mairie de Montpellier de 2008 à 2014 en charge de la restauration scolaire. Durant son mandat, elle a initié deux réflexions. La première sur l'implantation du bio dans la restauration scolaire de la ville de Montpellier. Ce point a donné lieu à l'introduction du bio à hauteur de 12%. La seconde, elle a contribué au rapprochement entre le Marché Gare de l'Agglomération de Montpellier et la cuisine centrale. Sont objectif était alors de d'assurer une complémentarité entre circuit-court et agriculture biologique.

Dans son village des Matelles, au nord de Montpellier, Gwenaëlle Guerlavais a fait partie des parents d'élèves qui ont poussé – non sans mal face à la résistance des élus – à l'introduction du bio à la cantine scolaire de ses enfants.

Une troisième les a rejoints lors de la naissance de cette aventure associative : Marine Dubois considère que l'acte de consommation est un acte citoyen et politique permettant d'agir utilement et concrètement pour inciter au changement de pratiques. A ce titre, elle est coopératrice et membre active du supermarché coopératif La Cagette. Elle est également membre de la FIMIF qui milite pour valoriser l'industrie française au service du bien commun. En outre, en qualité de délégué parent d'élève, elle participe à la sensibilisation des élèves sur les problématiques de gaspillage alimentaire.

La création d'une association dédiée à la question de l'alimentation des enfants, tout au long de la journée et tout au long de leur jeunesse, leur est apparue comme une réponse collective, citoyenne et concrète.

2. Sa définition

Ramène ta fraise est une association dont le but est d'améliorer l'alimentation des enfants, tout au long de la journée (petit-déjeuner / déjeuner / goûter / dîner) et tout au long de leur développement (du ventre de leur mère à l'âge adulte). L'objectif est qu'ils deviennent des adultes en bonne santé et ayant de bonnes pratiques alimentaires, qu'ils transmettront, à leur tour, à leurs enfants.

Le but de l'association est de sensibiliser le plus grand nombre (parents, enfants, acteurs de l'enfance, agriculteurs, professionnels privés et publics de la restauration) par une prise de conscience, une mise en valeur des bonnes idées et un développement des initiatives intéressantes.

L'objectif est que ces enfants démarrent leur vie d'adulte avec le meilleur « capital santé », une bonne connaissance de ce qui est bon pour eux et en fassent bon usage.

Ramène ta fraise, dont le périmètre d'action est l'Occitanie, souhaite jouer un rôle fédérateur et porter un discours positif sur l'éducation alimentaire, sans dogmatisme, sans idées reçues ni culpabilisation des parents ou des enfants.

Mieux manger est, selon l'association, un enjeu de santé publique et environnementale qui doit s'apprendre dès le plus jeune âge et nécessite une prise en compte globale : tout au long de la journée, tout au long de la vie et sur toutes les composantes (bio, local, produits naturels/transformés, plastique, locavorisme, gaspillage alimentaire, bilan carbone, etc.)

En revanche, *Ramène ta fraise* n'est pas une association moralisatrice et culpabilisante.

Ramène ta fraise est un lieu d'échange d'informations et de bonnes pratiques, et de co-construction : chacun amène et prend ce qu'il souhaite.

Ramène ta fraise est une association loi 1901, indépendante et à but non lucratif.

3. Ses missions

Tout le monde doit s'y mettre ! #colibri

. vis-à-vis des futurs parents / femmes enceintes

- . savoir identifier les aliments les mieux adaptés à la grossesse
- . mieux manger durant la grossesse pour le bon développement de l'enfant et ses défenses immunitaires
- . sensibiliser aux bienfaits de l'allaitement sur la santé de l'enfant
- . informer sur les meilleurs laits infantiles et les meilleurs contenants, mais aussi sur les petits pots pour bébé
- . démontrer que bien manger ne coûte pas nécessairement plus cher

. vis-à-vis des familles / parents

- . éduquer à l'importance d'une bonne alimentation de l'enfant et à l'impact des produits chimiques et transformés sur la santé et le développement de l'enfant (psychique et physique).
- . favoriser les bonnes pratiques en matière d'alimentation des enfants (produits, cuisson, méthode, etc.) et orienter vers des produits de meilleure consommation
- . aider et guider à trouver dans un lieu de proximité les produits les plus sains possibles
- . démontrer que bien manger ne coûte pas nécessairement plus cher

. vis-à-vis des enfants

- . éduquer à l'importance d'une bonne alimentation tout petit et à l'impact des produits chimiques et transformés sur leur santé et leur développement (psychique et physique).
- . favoriser les bonnes pratiques en matière d'alimentation des enfants (produits, cuisson, méthode, etc.) et orienter vers des produits de meilleure consommation
- . éducation au goût des bonnes choses, à la connaissance des aliments, de leur préparation et au circuit alimentaire.
- . Sensibiliser au gaspillage alimentaire

. vis-à-vis des pouvoirs publics et des collectivités territoriales

- . influencer sur le cadre législatif
- . éduquer à l'importance d'une bonne alimentation tout petit et à l'impact des produits chimiques et transformés sur leur santé et leur développement (psychique et physique).
- . promouvoir toutes les bonnes initiatives publiques, les faire connaître pour les dupliquer
- . soutenir et participer à leurs côtés à toutes bonnes initiatives favorisant l'éducation alimentaire
- . démontrer que bien manger ne coûte pas nécessairement plus cher

. vis-à-vis des professionnels de l'enfance (tous les lieux où enfants amenés à manger)

- . éduquer à l'importance d'une bonne alimentation tout petit et à l'impact des produits chimiques et transformés sur leur santé et leur développement (psychique et physique).
- . promouvoir toutes les bonnes initiatives publiques, les faire connaître pour les dupliquer
- . soutenir et participer à leurs côtés à toutes bonnes initiatives favorisant l'éducation alimentaire

. vis-à-vis professionnels de la restauration publiques comme privés (cantine scolaire, restaurants)

- . éduquer à l'importance d'une bonne alimentation tout petit et à l'impact des produits chimiques et transformés sur leur santé et leur développement (psychique et physique).
- . promouvoir toutes les bonnes initiatives, les faire connaître pour les dupliquer
- . soutenir et participer à leurs côtés à toutes bonnes initiatives favorisant l'éducation alimentaire
- . démontrer que bien manger ne coûte pas nécessairement plus cher
- . alerter sur la nécessaire lutte contre le gaspillage alimentaire

. vis-à-vis des agriculteurs

- . encourager à cultiver en préservant au mieux la qualité de leur produit
- . partager leur savoir faire en les faisant témoigner sur leur métier, en ouvrant les exploitations agricoles
- . les rassurer sur la possibilité de débouchés commerciaux

. vis-à-vis de la grande distribution

- . Éduquer à l'importance d'une bonne alimentation tout petit et à l'impact des produits chimiques et transformés sur leur santé et leur développement (psychique et physique).
- . Encourager à mettre en valeur les produits locaux et de bonne qualité
- . Favoriser des animations autour du « bien manger » dans leurs structures

IV. – LES MOYENS D'ACTION DE « RAMENE TA FRAISE »

1. La création d'une communauté Facebook – partage de bonnes pratiques

2. un site internet d'information de références

3. des conférences de sensibilisation

4. Formation par des tutos ou mooks pratiques à destination des parents

5. Des campagnes d'influence

V. – LES AMBITIONS DE « RAMENE TA FRAISE »

Objectif n°1 : Faire prendre conscience aux parents d’Occitanie des enjeux, pour qu’ils deviennent les premiers acteurs de changements et ambassadeurs de cette cause, au quotidien.

Objectif n°2 : Faire que les enfants d’Occitanie mangent mieux pour une meilleure santé, quel que soit l’endroit où ils habitent et leur milieu social (principe d’égalité).

Objectif n°3 : Dans tous les cas de restauration collective (public, privé) et grande distribution, faire qu’une véritable prise de conscience et réflexion soit réalisé sur ce qui est donné à manger à nos enfants.

A terme, l’objectif est que décideurs publiques et privés ne proposent que de bons produits à nos enfants.

Objectif n°4 : Démontrer que mieux s’alimenter n’est pas forcément plus cher.

Objectif n°5 : Faire de l’Occitanie un laboratoire d’idées de toutes les bonnes pratiques en la matière d’alimentation des enfants.

Objectif n°6 : Favoriser la transparence des distributeurs vis-à-vis des consommateurs (provenance, qualité, etc.)

Objectif n°7 : Favoriser prise de conscience d’une nécessaire réduction de l’impact environnemental de notre consommation humaine

VI– LES PRISES DE POSITION DE « RAMENE TA FRAISE »

. L’alimentation de nos enfants est une question de santé publique et un enjeu majeur de notre société.

. Il existe une corrélation très forte entre ma santé et ce que je mange. Une bonne alimentation est indispensable pour être en bonne santé et bien grandir.

. La question de l’alimentation des enfants doit être pris dans sa globalité :

- . à tous les moments de la journée : du petit-déjeuner au dîner en passant par le goûter
- . à tous les endroits de prise de repas : maison, restaurant, cantine, etc.
- . sur tous les aspects de l’assiette : contenu comme contenant (question du plastique)

. Le « bon » aliment idéal est :

- . Le plus naturel possible et le moins transformé possible
- . Issu de pratiques agricoles respectueuses de l’environnement
- . Issu du territoire (local) et avec le plus faible impact carbone possible
- . Sans plastique ou contenant dangereux
- . À coût raisonnable

. *Ramène ta fraise* ne porte un discours ni alarmiste, ni culpabilisant ou moralisateur. L'intention de l'association est d'accompagner les parents et les enfants à faire des choix.

VII – NOS VALEURS

Elles représentent notre philosophie et notre état d'esprit. Ce socle commun, partagé par l'ensemble de nos adhérents guident nos réflexions nos conduites, nos actions et nos choix.

Notre engagement repose sur un triptyque de valeurs :

. **L'AUTHENTICITE** : de notre message, de nos relations... et des produits de notre alimentation. Cela sous-tend beaucoup d'écoute, de bienveillance et de respect.

. **LE PARTAGE** : de ce que l'on sait, de nos expériences... et de nos bons repas. Cela sous-tend beaucoup de convivialité et un goût prononcé pour la transmission.

. **LA LIBERTE** : d'agir, de refuser, de proposer... et de consommer mieux pour manger mieux et vivre mieux.

. **LA TRANSPARENCE** : il n'y a pas une seule réponse à nos questionnements ni de solutions prêtes à l'emploi. La transparence des sources et des informations partagées est essentielle à une pensée vive, ouverte et dénuée de parti pris.