

**Zeitschrift:** Femmes suisses et le Mouvement féministe : organe officiel des informations de l'Alliance de Sociétés Féminines Suisses

**Herausgeber:** Alliance de Sociétés Féminines Suisses

**Band:** 53 (1965)

**Heft:** 53

  

**Artikel:** Nous comparons les fruits secs

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-271075>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 01.10.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## la page de l'acheteuse

qui veut connaître  
ses produits, ses prix,  
son pouvoir d'achat

### La Fédération romande des consommatrices face à l'augmentation du prix du lait et de la viande

Le Comité de la FRC, dans sa séance du 1er juin, a débattu de la nouvelle hausse du prix du lait et de la viande.

Tout en admettant la nécessité d'assurer au paysan un revenu normal, face à l'augmentation des salaires et du matériel, la FRC exprime le vœu que ces augmentations apportent une amélioration à la situation des petits paysans de la plaine et de la montagne.

Elle a enregistré avec satisfaction l'initiative des autorités fédérales d'entreprendre une nouvelle étude qui considérerait séparément les revenus des exploitations de la plaine et de celles de la montagne.

Le Comité de la FRC espère que l'augmentation du prix du lait ne se répercutera pas sur les yogourts qui ont déjà été augmentés récemment.

En ce qui concerne la viande, la FRC regrette qu'en l'absence de tout affichage des prix dans les boucheries, les consommateurs soient dans l'impossibilité de vérifier quelle sera la répercussion effective sur les prix de détail, de l'augmentation accordée aux éleveurs.

# Nous empoisonne-t-on à petites doses?

Récemment, un congrès a étudié, à Lucerne, le problème des additifs alimentaires, c'est-à-dire des substances qui sont ajoutées par l'industrie à notre alimentation pour en améliorer la conservation ou l'apparence. Saisissons ce prétexte pour poser quelques jalons pouvant être utiles aux acheteuses.

Disons d'emblée que les craintes que nourrissent certains consommateurs paraissent en partie justifiées. Il ressort, en effet, des exposés faits à Lucerne par des hommes de science que, dans plusieurs cas, on a autorisé des additifs sans avoir eu le temps de pousser les recherches aussi loin qu'il aurait fallu pour être absolument certain de leur innocuité. En faisant absorber à des rats telle ou telle substance, on a pu prouver qu'à court terme, et pour le rat, cet additif n'était pas nocif. Les tests n'ont pas toujours été faits sur d'autres espèces animales. Les expériences

faites sur le rat sont-elles donc probantes en ce qui concerne l'homme? Cela n'est pas certain. Les recherches ne se faisant d'autre part que pour un additif à la fois et généralement pendant un temps assez court, on reste le plus souvent dans l'ignorance des conséquences à long terme et surtout des effets cumulatifs que peuvent avoir une série d'additifs absorbés quotidiennement pendant des années. Or c'est probablement notre cas à tous.

### Où se cachent-ils?

La seconde constatation qui s'impose à l'esprit du consommateur, c'est l'immensité de son ignorance: où donc y a-t-il des additifs et où n'y en a-t-il pas?

Le Dr Högl, ancien chef du Service fédéral de l'hygiène publique, a publié, en août 1960, un article fort instructif à cet

égard dans la « Revue médicale de Suisse romande ». Il y établit les menus de sa propre famille pendant un jour pour démontrer combien une famille suisse consomme peu d'additifs par jour. Mais savez-vous où il a trouvé des additifs? Dans un potage-maison à base d'orge perlé auquel un cube de bouillon a été ajouté, dans la charcuterie, dans une crème en sachet, dans le fromage fondu et dans des fruits secs. Il précise que sa femme prépare toujours elle-même potages, confitures, conserves de fruits et pâtisseries et il conclut qu'évidemment si ces denrées et d'autres étaient achetées prêtes à l'emploi, comme c'est le cas aux Etats-Unis, la somme des additifs absorbés décuplerait. Dans l'état actuel des choses (1960), la somme des additifs lui paraît minime et la marge de sécurité considérable.

Cet article jette une lumière aveuglante sur notre ignorance. Qui sait que l'orge perlé et les fruits secs contiennent de l'acide sulfureux? Quand on sait que les pommes qui nous sont offertes au printemps ont été aspergées d'un produit chimique qui prévient leur flétrissement, que la plupart des oranges, des citrons et des pamplemousses qui nous viennent d'outre-mer sont entourés d'un papier imprégné de diphényl dont on retrouve les traces dans l'écorce, que les légumes et même le lait peuvent contenir des résidus d'insecticides, quand on se rend compte que la plupart des produits alimentaires en boîtes, en sachets ou en tubes contiennent soit des antioxydants, soit des conservateurs, soit des émulsifiants (qui leur permettent de garder leur cohésion), soit des colorants et souvent plusieurs de ces adjuvants à la fois, on se demande s'il existe encore des produits naturels! Faut-il donc renoncer au « progrès » dans le domaine alimentaire et revenir à la culture et la fabrication personnelle de tout ce que nous mangeons?

## Voulez-vous acheter un casque pour sécher vos cheveux?

La Fondation pour la protection des consommateurs vient de publier un nouveau test fort intéressant sur les casques pour sécher les cheveux à la maison.

Nous résumons brièvement les conclusions auxquelles parvient l'Institut ménager qui a procédé au test.

### Tout d'abord trois préliminaires

1. En procédant aux achats, la Fondation a découvert qu'une certaine marque — qu'elle ne désigne pas — vendait, en même temps et au même prix, des appareils anciens et de nouveaux appareils améliorés. Rien ne pouvait permettre au consommateur de se rendre compte de la différence.
2. Deux marques, Lady et Lady-Satrap, portent des noms quasi identiques et pourtant ils sont de provenance et de construction totalement différentes.
3. Deux marques, Lady-Satrap (Coop) et Florida de luxe (Migros), proviennent de la même fabrique et sont presque semblables.

### Les points les plus intéressants

Les points les plus intéressants à observer au moment de l'achat d'un casque sont les suivants: **La température.** Elle doit être à peu près pareille dans tout le casque et non pas être concentrée au centre où elle peut provoquer un échauffement.

**La ventilation.** Si elle est mal faite, elle provoque un chauffage irrégulier, qui peut devenir trop intense. C'est le point faible de plusieurs marques examinées.

**La stabilité.** Certains de ces casques sont trop lourds pour le pied qui les accompagne. D'autres doivent être fixés définitivement à un mur sans possibilité de déplacement.

### Quel appareil choisir?

Voici les conclusions de la Fondation pour la protection des consommateurs:

« Abstraction faite de quelques détails insignifiants, les deux modèles les moins chers (Florida de luxe - Migros, à 59 fr.) et (Lady-Satrap - Coop, à 63 fr., moins ristourne) sont identiques. Le rendement technique de ces deux appareils est peu satisfaisant étant donné la ventilation insuffisante. Daniela (W. Zimmerli/Wädenswil, à 69 fr.) peut être recommandée. Son prix est raisonnable, les conditions de chauffage et de ventilation sont bonnes. Le casque Philips qui, techniquement, vient en tête des appareils examinés coûte un peu plus, soit 79 fr. Il présente toutefois le désavantage de devoir être fixé à la paroi. Le casque Rotel possède les mêmes éléments techniques que Daniela, mais est 20 fr. plus cher. De plus, le pied supportant cet appareil accuse un défaut de construction. L'appareil Solis est techniquement au point. Les conditions de chauffage et de ventilation sont bonnes. Le prix en est toutefois un peu élevé (98 fr.). Lady (O. Schumpf, Bâle) est de loin le casque le plus cher (123 fr.). Son prix est trop élevé; les conditions de chauffage et de ventilation sont défavorables (danger d'échauffement). L'interrupteur à mercure constitue une source de danger. L'achat de ce casque est à déconseiller. »

Si nous résumons ces recommandations, nous voyons que le casque le plus cher est le moins bon, tandis que deux casques seulement sont recommandés à tous les points de vue: Daniela, à 69 fr., et Solis, à 98 fr.

Les personnes qui voudraient avoir tous les détails techniques peuvent demander le test complet à la Fondation pour la protection des consommateurs, 81, Monbijoustrasse, Berne.

### Un danger superflu

Avant d'en venir à une mesure aussi extrême et d'ailleurs pratiquement impossible, il paraît indispensable que les consommateurs prennent conscience du problème et cherchent à se protéger. Leur toute première démarche doit être d'exiger l'inscription sur l'emballage des additifs et colorants éventuels que contient l'aliment. Nous avons le droit de savoir où il y a des additifs. Cette inscription nous permettrait de choisir entre le sirop coloré chimiquement et celui qui a sa couleur naturelle. Elle nous encouragerait peut-être à lutter contre notre paresse et à préparer nous-mêmes le potage ou la sauce au lieu d'aller vite l'acheter à la dernière minute. Nous sommes persuadés, d'autre part, qu'une telle inscription aurait un effet inhibiteur sur l'industrie qui, si elle sentait une résistance du consommateur, s'aviserait peut-être de chercher d'autres procédés de conservation.

Cependant, il faut se rendre compte que, s'il y a des additifs utiles — ceux qui préviennent le rancissement, la moisissure des produits alimentaires et par conséquent empêchent que ne se perdent de précieuses denrées — il y en a de parfaitement inutiles. Nous voulons parler des colorants. Or, ce sont précisément les additifs les plus dangereux, ceux qui sont le plus susceptibles d'être cancérogènes. Et ne pensons pas que les colorants naturels soient toujours inoffensifs. Le professeur Truhaut de Paris a déclaré que certains colorants tirés de végétaux non-alimentaires pouvaient être toxiques au même degré que des colorants chimiques, que, d'autre part, il arrivait souvent que des colorants naturels soient commercialisés de façon impure, c'est-à-dire mélangés à des impuretés qui, elles, peuvent être toxiques.

Du fait que certaines denrées alimentaires peuvent être colorées dans certains pays, alors qu'il est interdit de le faire dans d'autres, nous pouvons conclure qu'il est certainement possible de limiter à l'extrême la coloration des aliments. Pourquoi ne pas nous employer à diminuer le nombre des denrées colorées chez nous? Pourquoi ne pas apprendre à la maîtresse de maison à distinguer les denrées colorées et celles qui ne le sont pas, lui apprendre « à ne pas se laisser guider par l'apparence » comme nous l'écrivait une lectrice. Si notre civilisation exige que nous absorbions des additifs, absorbons-en tout de même le moins possible, limitons les dégâts éventuels en commençant par éliminer les moins utiles.

Un étiquetage clair, puis un choix raisonné, le second décollant du premier, tels sont les deux objectifs que la réunion de Lucerne nous invite à adopter.

Ariane Schmitt

## NOUS COMPARONS LES FRUITS SECS

Les fruits secs? direz-vous, au moment où nous nous précipitons sur les premières fraises et les premières cerises! Mais les fruits secs ont aussi leur place dans la belle saison: ils accompagnent nos voyages, les courses de montagnes, les pique-niques. Sous un encombrement réduit, ils sont un aliment d'appoint appréciable. Riches en sucres naturels, ils sont précieux pour les sportifs, les enfants, les élèves au moment de l'effort des examens. L'abricot, en particulier, est une source intéressante de carotène (provitamine A) et de fer.

La Section de Fribourg, sous la direction de Mme Haag, s'est livrée, ce printemps, à une étude détaillée des fruits secs les plus courants sur le marché. La place nous manque pour publier ici la totalité de cet intéressant travail; nous y reviendrons cet automne, saison où les fruits secs sont appelés à compléter le choix plus limité de fruits frais. Mais nous avons pensé rendre service aux maîtresses de maison en publiant, d'ores et déjà, la comparaison des « mélanges » qui sont les plus achetés pendant l'été.

Il est intéressant de rappeler tout d'abord que, d'une manière générale, il faut éliminer à l'achat les fruits durs et racornis. Le fruit de bonne qualité doit être souple et tendre, qu'il s'agisse d'abricots, de figues, de pommes ou de poires, de pruneaux, de pêches ou de raisins secs.

Une remarque encore: la comparaison ci-dessous ne couvre pas toutes les marques de fruits secs. D'ailleurs, beaucoup de fruits secs ne portent pas de marque.

Il a été dressé, pour chaque mélange, une liste des prix et des qualités: pas d'étoile désigne un mauvais produit, une étoile indique un assez bon produit, deux étoiles, un bon ou très bon produit, trois étoiles, des produits excellents.

### FRUITS SECS - MÉLANGE

| Lieu d'achat             | Présentation      | Références (marque, provenance) | Prix | Poids indiqué | Poids net réel | Aspect                                | Dégustation | Remarques   | Prix aux 100 g. de produits consommés |
|--------------------------|-------------------|---------------------------------|------|---------------|----------------|---------------------------------------|-------------|---|---------------------------------------|
| Coopérative              | Cornet cellophane | Aucune                          | 1.50 | 200 g.        | 195 g.         | Ensemble appétissant                  | **          | 10 abricots 43 g.,<br>6 pruneaux (noyaux) 60 g.,<br>12 rondelles de pommes 32 g., 2 demi-poires et 2 demi-pêches 60 g.    | 0.81                                  |
| Trois Tours              | Sac plastique     | Issro                           | 1.45 | 160 g.        | 150 g.         | Beaucoup de variétés:                 | **          | 15 g. raisins secs, 35 g. poires, 25 g. figues, 15 g. pruneaux, 20 g. pêches, 15 g. abricots, 10 g. pommes, 20 g. bananes | 0.97                                  |
| Nouveaux Grands Magasins | Cornet cellophane | Aucune                          | 1.20 |               | 180 g.         | Fruits racornis                       | * à **      | 6 abricots 20 g., 19 pruneaux (noyaux) 100 g., 7 rondelles de pommes 20 g., 2 demi-pêches, 1 demi-poire 40 g.             | 0.66                                  |
| Migros                   | Cornet cellophane | Sun Queen, Californie           |      | 250 g.        | 235 g.         | Ensemble d'apparence médiocre         | *           | Pruneaux 105 g., abricots 35 g., poires 25 g., pommes 35 g., pêches 35 g.   |                                       |
| Trois Tours              | Cornet cellophane | Mariani Brand, Californie       | 2.45 | 341 g.        | 340 g.         | Dominante pruneaux                    | 0 à *       | Pruneaux 190 g., abricots 55 g., pêches 45 g., poires 45 g.   | 0.72                                  |
| Alimentation fine        | Sac plastique     | Fruits de Californie            | 1.75 | 250 g.        | 250 g.         | Mélange bien équilibré et appétissant | ** à ***    | Pommes 50 g., pêches 25 g., pruneaux 60 g., poires 40 g., abricots 75 g.  | 0.70                                  |
| Mercurie                 | Sac plastique     | Aucune                          | 1.50 | 200 g.        |                | Mélange appétissant                   | **          | Abricots 65 g., pruneaux 95 g., pommes 40 g., poires 50 g.  | 0.82                                  |