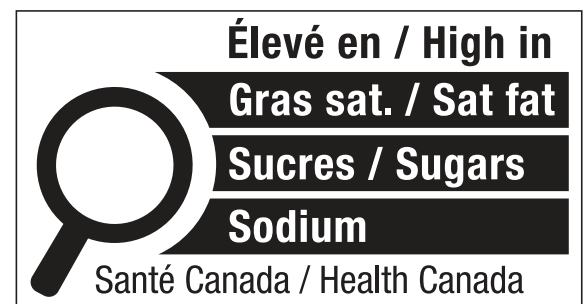


L'étiquetage nutritionnel sur le devant de l'emballage

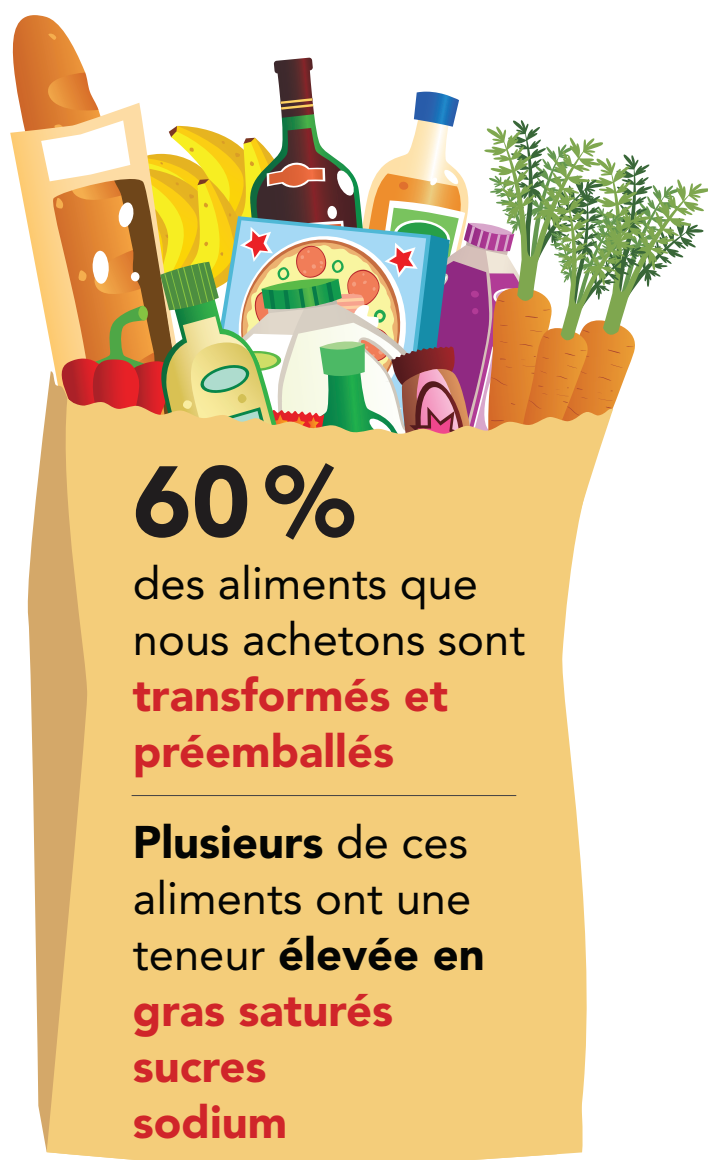
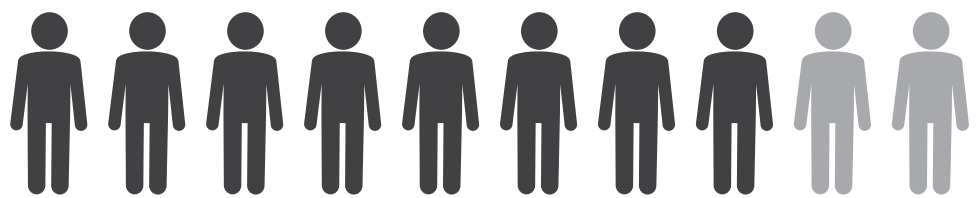


vous aidera à rapidement et facilement identifier les aliments à teneur élevée en gras saturés, sucres et sodium

Une alimentation élevée en gras saturés, en sucres et en sodium est un facteur de risque majeur pour l'obésité, les maladies du cœur et le diabète

8 Canadiens sur 10

affirment que la **nutrition est importante** lors du choix d'aliments, mais...



GRAS SATURÉS

1/3 des **gras** que nous mangeons proviennent des **collations et des aliments de restauration rapide**



SUCRES

2/3 des **aliments préemballés** à l'épicerie contiennent des **sucres** ajoutés



SODIUM

3/4 du **sodium** que nous consommons provient des **aliments transformés et préemballés**



canada.ca/fr/sante-canada/services/modifications-etiquetage-aliments/devant-emballage