Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 21 (1991)

Heft: 4

Rubrik: SOS consommateurs : provisions de ménage, c'est plus sage!

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: 05.07.2025

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

Provisions de ménage, c'est plus

Ce slogan et d'autres du même genre émanent régulièrement de l'Office fédéral pour l'approvisionnement économique du pays (OFAE). S'il est sage de faire des provisions de ménage, la manière de s'y prendre, elle, ne l'est pas toujours. Et certains consommateurs ne sont pas sages non plus. Nous voulons parler de ceux qui, lors de l'annonce du conflit dans le Golfe, ont été saisi de frénésie, engrangeant à pleins paniers ou chariots.

Et, hélas, il faut le dire, ceux qui se sont précipité sur le sucre, la farine, le riz et les macaronis étaient souvent des gens d'un certain âge ou des retraités.

Réaction compréhensible de la part de cette catégorie de consommateurs, peut-être, excusable, absolument pas. Ces personnes ont vécu leur adolescence pendant la dernière guerre, elles ont le souvenir des cartes de rationnement, des «coupons», ainsi que des récits de leurs parents sur la guerre de 14-18 en certains cas. D'où cette peur de «manquer» de quelque chose. Peur aussi qu'en cas de conflit, les prix augmentent, mettant en péril un budget parfois limité.

Pourtant des provisions normales, quotidiennes, bien gérées sont, tous les spécialistes le disent, tout à fait suffisantes et devraient éviter une ruée égoïste.

Si vous désirez recevoir un dépliant de l'OFAEE contenant le temps de conservation des provisions de ménage, écrivez à J. Chassot, 1464 Chavannes-le-Chênes, en joignant un timbre de 50 cts.

Un problème de place et de stockage

Les petits appartements, les placards exigüs et peu nombreux, par exemple, ne permettent pas toujours d'avoir un maximum d'aliments en réserve. Et, on l'oublie parfois, la durée et les conditions d'entreposage (obscurité, sécheresse) ne sont pas toujours idéales, quoique très importantes. Que vont donc faire tous ces petits hamsters de tous ces spaghettis, de ces kilos de farine, de ces litres d'huile, dont la durée de garde est, l'ont-ils oublié, limitée?

Le datage des aliments

Date de consommation ou date de vente ne sont pas toujours obligatoires contrairement à une opinion répandue. L'Ordonnance sur les denrées alimentaires (ODA) ne rend le datage obligatoire que pour certaines catégories bien précises de produits, particulièrement de produits frais (produits laitiers, viande et poissons préemballés, œufs...) qui n'entrent pas directement dans la catégorie d'aliments visés par les provisions de guerre.

CENTRE ACOUSTIQUE RIPONNE

P.E. Duvoisin

GRATUIT:
Contrôle d'ouïe; nettoyage, contrôle de votre appareil; renseignements et conseils

RUE DU TUNNEL 5 devant entrée NORD du PARKING RIPONNE 021/20 61 34

Fournisseurs agréés AI/AVS — AUDIOPROTHÉSISTES — BREVET FÉDÉRAL

Ph. Estoppey

Pour tous les autres produits, du café à la confiture, en passant par les conserves, le chocolat, les pâtes, etc... ce sont les fabricants et les distributeurs qui choisissent de faire figurer librement une date sur leur emballages.
Heureusement, beaucoup le font; ce qui doit faciliter l'entreposage et la consommation des provisions de base et des provisions complémentaires.

Provisions de base

En principe tout le monde les connaît: par personne, on prévoit deux kilos de sucre, 2 kilos de pâtes ou riz (1 kilo de chaque par ex.) 2 kilos ou 2 litres d'huile, ou graisse. Attention, si vous avez l'habitude d'en consommer, le riz brun, les pâtes au blé complet, le sucre brun non raffiné ont une durée de conservation beaucoup plus courte. Pensez-y, ou compléter avec des produits ordinaires.

Provisions complémentaires

Ce sont, en fait tout ce que vous pouvez ajouter aux provisions de base en tenant compte des grandes catégories d'aliments, de leur richesse en protéines, en sels minéraux, vitamines. A titre d'exemple:

Produits laitiers: Lait en poudre, lait UP, condensé, crème à café, fromage fondu en boîte.
Viandes, poissons, légumineuses: pâté, terrine en boîte, thon, sardines, lentilles.
Conserves: Fruits, légumes, salades en sachets, confitures.
Pain, pommes de terre: Biscottes, pain croustillants complets, toutes les pâtes, maïs, biscuits, pommes de terre en flocon, rôstis.
Sucres: Miel, chocolats, édulcorants.
Divers: Epices et herbes sèches, sel iodé, vinaigre, levure.
Boissons: Eaux minérales, thé, café sous vide.
...et encore: Plats cuisinés, les boîtes du chat.

Chacun a ses préférences, ses habitudes alimentaires et garnit son placard à provisions comme il veut.
Quelques provisions bien pensées vous aiderons aussi si vous êtes malades, s'il fait très mauvais temps, si vous avez des visites à l'improviste.

Comme au magasin: la gestion des stocks

Se rappeler que rien, sauf exception ne se conserve plus de 12 mois dans des conditions normales.
Stocker les provisions dans un endroit sec, frais et à l'abri de la lumière.
N'achetez pas de produits qui ne portent aucune date. Favorisez les fabricants qui vous donnent cette utile information.
Laissez les produits dans leur emballage original, la date visible, et inscrivez aussi la date d'achat.
Bien sûr ne rangez pas les nouveaux achats sur les anciens, consommer d'abord ceux qui sont devant.
Sortez et mettez de côté pour une consommation immédiate ou à court terme ceux qui vont être périmés.
Contrôlez chaque mois les provisions.
Imaginez quelques menus tenant compte de vos réserves.
N'oubliez pas de consommer aussi des produits frais: fruits, légumes, laitages, si vous devez manger en catastrophe vos réserves!
Les dates sont une indication: un produit mal entreposé peut être ranci ou abîmé avant l'échéance.
Certaines indications sont en très petites lettres, pourquoi ne pas accrocher une loupe dans votre placard?

Presque tout pour presque rien

MAGASIN DE VENTE, D'OCCASION :
rue de la borde 24, Lausanne Tél. (021) 36 74 74

SERVICE GRATUIT DE RECUPERATION A DOMICILE ET DEBARRAS D'APPARTEMENT,

Tous objets en bon état pouvant encore servir, tels que: meubles, appareils ménagers, vaisselle, vêtements, livres, etc. nous donneront la possibilité de venir en aide aux personnes dans le besoin.