



LACELLE

Les dangers des additifs alimentaires
abordés lors d'une conférence-débat

ANIMATION. Corinne Gouget a aussi animé des ateliers pour apprendre à bien lire une étiquette.

La mairie et l'association Gardarem la Terra ont dernièrement organisé une conférence-débat sur les additifs alimentaires, animée par Corinne Gouget, auteur d'un livre référence : *Danger : additifs alimentaires. Le guide indispensable pour ne plus vous empoisonner*, paru aux Éditions **Chariot** d'Or.

Elle a ainsi expliqué que de nombreux consommateurs étaient désireux de savoir ce qui se cachait dans la liste des ingrédients, sous des noms ou des codes parfois difficiles à lire - comme le E951, qui n'est autre que l'aspartame.

Savoir lire les étiquettes

L'objectif de ce livre est donc de permettre à chacun de savoir ce que sont la plupart des ingrédients cités sur les emballages. Concernant l'aspartame, Corinne Gouget considère qu'« on ne pourra pas changer le système par le haut, mais par le bas. C'est à dire nous tous, les

consommateurs qui achetons ces produits dangereux sans le savoir. Nous pouvons en effet dire non et dépenser notre argent dans des produits de meilleure qualité nutritive, les plus naturels possible ». Ajoutant : « Il est intéressant de savoir que, selon une étude récente, nous consommerions, en un an, près de trois kilos d'additifs par personne ! »

Concernant le cancer, elle a souligné que « depuis 35 ans, le cancer fait de plus en plus de victimes et de plus en plus jeunes. Il faudrait des campagnes de prévention pour déterminer quel pesticide, quel cosmétique ou quel aliment peut provoquer un cancer ».

En conclusion, elle a insisté sur l'importance de prendre soin de son organisme : « Votre santé est entre vos mains ainsi que celle de vos enfants ». ■

➔ **Contact.** Corinne Gouget, Consommateurs Associés, 41, rue du Couedic, 75014 Paris ; www.santeendanger.net.