



**Vainqueur du test
La meilleure
note décernée à
un shampoing
Migros**

Un test comparatif organisé par la revue alémanique des consommateurs «Saldo» et portant sur douze shampoings pour cheveux normaux a accordé la première place à Daily Care, de la marque Lam de Migros. Selon le laboratoire chargé de l'évaluation, le produit facilite le coiffage et donne un bel éclat à la chevelure. De plus, les testeurs n'y ont décelé aucune substance problématique telle que conservateurs ou fragrances allergènes. Enfin, Daily Care ne coûte qu'un franc les 100 ml, ce qui le situe parmi les produits les moins chers soumis au verdict des experts.



Bien-être animal Dans son guide des labels durables récemment paru, le WWF accorde la mention «vivement recommandé» au bœuf de pâturage Bio de Migros. L'organisation de défense de l'environnement loue les conditions de détention des bêtes qui peuvent en effet pâturer librement pendant toute l'année et passent au moins huit heures par jour dans les prés en été.

Consommation

«L'école a un rôle à jouer»

Pour Marlis Koller-Tumler, présidente de la Commission fédérale de la consommation,

Texte: Thomas Tobler Photo: Severin Nowacki

Marlis Koller-Tumler, vous souhaitez éduquer les consommateurs. Qu'entendez-vous par là? Les consommateurs, dont nous faisons tous partie, doivent acquérir dès que possible les compétences nécessaires pour agir comme des individus critiques et responsables.

Comment faire pour nous approprier ces capacités? Dans l'idéal, il faudrait commencer à la maison, avec l'exemple



Marlis Koller-Tumler est présidente de la Commission fédérale de la consommation (CFC).

des parents, ainsi qu'à l'école. Les programmes pédagogiques devraient proposer davantage de matières en lien avec la consommation: gestion de l'argent, publicité, conditions générales de vente... Les médias ont aussi un rôle important à jouer, en informant de façon critique et compétente.

La manifestation organisée à l'occasion de votre jubilé portera sur le thème de l'économie

Pour-cent culturel Migros**Soutien à la culture numérique**

Cette année aussi, le Pour-cent culturel Migros a attribué des contributions de soutien à la culture numérique, et ce, pour un montant total de 60 000 francs. Le jury de cinq personnes a primé huit des trente idées présentées. Les projets soutenus montrent que les médias numériques ne mènent pas uniquement à des créations artistiques esthétiques, mais qu'ils abordent également des questions et des défis sociétaux.

Parmi les projets distingués, on trouve, par exemple, un système de localisation pour les bateaux de réfugiés imaginé par



Le prototype du système de géolocalisation de Mathias Jud prend place dans une bouteille en PET.

Christoph Wachter et Mathias Jud, qui ont remporté 18 000 francs.
www.pour-cent-culturel-migros.ch.

MIGROS
pour-cent culturel

Le chiffre de la semaine

100 000

Tel est le nombre de kilowattheures que la nouvelle installation frigorifique du magasin **Mythen Center** à **Schwyz** permet d'économiser par an.

Pour ses efforts, Migros Lucerne a reçu le prix de l'innovation lors du congrès international de la gestion énergétique EHI de Cologne.

qui fête ses 50 ans, il faut éduquer le consommateur.

du partage. A quoi les consommateurs doivent-ils être attentifs?

Ces dernières années, les consommateurs sont de plus en plus souvent devenus des prestataires. Les frontières entre les activités se sont estompées. L'économie du partage pratiquée à cette échelle n'est possible que sur la Toile. Cela oblige les internautes à fournir des données personnelles relativement nom-

breuses à un interlocuteur inconnu, et souvent sans connaître l'usage qui en sera fait. Je le répète donc: il est essentiel d'apprendre aux consommateurs à maîtriser les informations écrites comme les conditions de vente.

A l'occasion de ses 50 ans, la Commission fédérale de la consommation organise une manifestation sur l'économie du partage le 26 novembre à l'Université de Berne (Lerchenweg 36), salle F023, dès 14 h 15. Entrée gratuite, inscription souhaitée auprès de konsum@bfk.admin.ch.

Le chou de Bruxelles divise les cœurs comme peu d'autres légumes. Ses détracteurs doivent cependant savoir qu'il n'a aujourd'hui plus rien à voir avec le plat trop cuit et insipide qu'on leur servait jadis. Ainsi, effeuillées, les petites billes vertes constituent un mets des plus fins.

411 mg de potassium
77 mg de phosphore
1,1 mg de fer
110 mg de vitamine C

**env. 43 kcal
pour 100 g**

Vitamine C

En termes de vitamine C, les petits choux de Bruxelles battent les agrumes à plate couture – ils en contiennent en effet deux fois plus. Ils constituent aussi une meilleure source de vitamines B que la plupart des autres légumes.



Les choux de Bruxelles ont une teneur en eau sensiblement plus faible que les autres crucifères. C'est pourquoi ils sont aussi plus caloriques. Ils ne contiennent toutefois pas de matières grasses.

→ Recettes en page 56.