

## COMMUNIQUE DE PRESSE

Berne, 23 janvier 2018

### **Le pain: un superaliment pour le quotidien**

**Mandaté par l'association Pain suisse, l'institut LINK a réalisé un sondage de suivi en automne 2017 et a interrogé 1047 personnes sur leur comportement d'achat et de consommation ainsi que sur leur perception du pain. Alors que la consommation du pain reste stable, le sujet de «l'alimentation saine» joue un rôle de plus en plus important. Pour les personnes interrogées, le pain est considéré comme un «superaliment pour le quotidien» puisqu'il est source d'énergie naturelle et favorise la digestion.**

L'étude-panel «Pain suisse Evaluation de suivi 2017» révèle que le pain est toujours un aliment très ancré au sein de la population suisse et qu'il fait partie de son quotidien. Malgré une légère tendance à la baisse, le pain classique, la tresse ou les petits pains sont consommés matin et soir. Le sandwich, quant à lui, occupe une place de choix pour le repas de midi. Par ailleurs, les pains et sandwiches sont majoritairement fabriqués à partir de farine complète ou bise, tandis que l'on préfère la farine blanche pour la tresse, les petits pains, les croissants, les toasts et le pain plat. Selon les estimations subjectives, les personnes âgées de 45 ans et plus consomment moins de pain et de sandwiches, alors que cette tendance est moins marquée chez les plus jeunes. L'association Pain suisse précise toutefois que ce genre d'évaluation ne permet pas de tirer des conclusions sur les quantités réellement consommées. Enfin, l'étude révèle que la fraîcheur, la qualité et la diversité font partie des critères d'achat principaux, parallèlement à la disponibilité. Quant au sandwich, il doit certes être pratique à manger et correctement garni, mais la fraîcheur de son pain joue également un rôle important.

Dans le cadre de l'étude, les personnes ont également été interrogées sur leurs connaissances en matière d'alimentation. Il en est ressorti que le pain était considéré comme un aliment de base servant de source d'énergie naturelle et favorisant la digestion. «Effectivement, le pain peut être défini comme un 'superaliment pour le quotidien' car il est riche en substances nutritives et essentiel à la santé», déclare Stephan Scheuner, gérant de l'association Pain suisse. «Il nous fournit par ailleurs de précieuses protéines végétales, des substances minérales et des fibres alimentaires. De plus, en dehors des vitamines et des sels minéraux, les céréales contiennent également de précieux oligo-éléments.» La culture alimentaire suisse, avec ses repas à base de pain, est donc tout à fait adaptée aux recommandations pour une alimentation équilibrée.

#### **Téléchargement**

Des extraits de l'étude sont disponibles sous forme électronique sur <https://painsuisse.ch/medias>

---

#### **Association Pain suisse**

Belpstrasse 26, Case postale, CH 3001 Berne  
+41 (0)31 385 72 79

[info@painsuisse.ch](mailto:info@painsuisse.ch)  
<https://painsuisse.ch>

**Personne de contact**

Stephan Scheuner, gérant de l'association Pain suisse  
+41 (0)31 385 72 79, [media@painsuisse.ch](mailto:media@painsuisse.ch)