**Quizz santé**

NOM PRENOM : ……………………… CLASSE : ……… DATE : ………… NOTE …../20

**[Répondre aux questions en effectuant si nécessaire des recherches dans le dictionnaire, sur Internet.]**

1. A quoi sert le sport? **2pts**
2. A quoi sert l'échauffement? **2pts**
3. Citez 2 exercices d'échauffement: **2pts**
4. Pourquoi faut-il bien manger au petit déjeuner? **1 pt**
5. Proposer un exemple de petit déjeuner complet: **1pt**
6. Que peut déclencher le manque de sommeil et de nourriture? **2pts**
7. Pourquoi se douche t'on après le sport ? **2pts**
8. Pourquoi faut-il mettre des chaussettes ? **1pts**
9. Pourquoi doit-on éviter de courir pied-nu? Quelles sont les chaussures les plus adaptées au sport? Pourquoi? **2pts**
10. Quelle est la consommation d'eau recommandée par jour ? **3pts**
11. Pourquoi le soda ne peut pas remplacer l’eau ? **2pts**

**Les mêmes étiquettes, mais des produits de moindre qualité pour certaines populations. En Europe, des producteurs utilisent des ingrédients meilleur marché pour les pays de l'Est. En France, les taux de sucre sont plus élevés en outre-mer, où sévit l'obésité.**

Les Français d'outre-mer vont continuer à manger et à boire des produits plus sucrés que dans l'Hexagone. C'est pourtant là que les taux d'obésité sont les plus élevés (deux fois plus qu'en métropole, chez les enfants), une obésité que « certaines pratiques discutables de l’industrie agroalimentaire viennent encore accentuer », souligne le député de Guadeloupe Victorin Lurel. En effet, hors de métropole, « des produits de consommation courante ont une concentration en sucre supérieure à celle des mêmes produits de mêmes marques vendus en France hexagonale ».

En Guadeloupe, en Martinique, en Guyane ou à Mayotte, un Fanta Orange contient par exemple 40% de sucre de plus que dans la même boisson achetée à Paris. « Ces teneurs très élevées en sucres sont d’autant plus critiquables que le consommateur n’en est pas le plus souvent informé », dénonce le député qui a déposé [une proposition de loi](http://www.lesnouvellesnews.fr/index.php/civilisation-articles-section/bien-etre/1412-soda-des-riches-soda-des-pauvres#P318_22436) visant à obliger les industries agroalimentaires à diminuer ces teneurs en sucre.

**Des ingrédients moins chers pour l'Europe orientale**

Derrière un même emballage, des produits différents : la règle s'applique aussi selon le pays d'Europe où on habite. Et là aussi, l'action publique a ses limites. La Commission européenne vient de se déclarer incompétente pour intervenir dans l'harmonisation des recettes, tout en admettant que les consommateurs devraient être tenus informés de la composition de ce qu'ils consomment. Car les consommateurs des pays les plus pauvres, ceux d'Europe centrale et orientale, subissent des pratiques « discriminatoires », selon l'eurodéputée roumaine Elena Oana Antonescu. Avec d'autres, elle appuie ses accusations sur une enquête menée en avril dans plusieurs pays européens. Il apparaît que des produits de Coca-Cola et de Nescafé, notamment, emballent sous le même nom des produits de qualité différente en fonction du pays européen auxquels ils sont destinés.

Les fabricants se justifient : oui, leurs recettes varient, mais c'est pour mieux s'accorder aux préférences des consommateurs ; et la qualité des produits n'est pas pour autant inférieure dans les pays d'Europe de l'Est. Mais certains producteurs ont reconnu avoir utilisé des ingrédients moins chers pour le marché oriental, tout en assurant que cela n’avait pas affecté le goût ou la qualité.

Justification un peu courte aux yeux des eurodéputés. Elena Oana Antonescu juge « inacceptable de suivre le principe du deux poids, deux mesures et d’avoir des différences de qualité pour les produits alimentaires commercialisés dans l’Union européenne ».