Zeitschrift: Femmes suisses et le Mouvement féministe : organe officiel des informations de l'Alliance de Sociétés Féminines Suisses

Herausgeber: Alliance de Sociétés Féminines Suisses

Band: 55 (1967)

Heft: 72

Artikel: Nous en sommes victimes... prenons-en conscience : le symbole dans la publicité

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-271671

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: 12.07.2025

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

la page de l'acheteuse

qui veut connaître ses produits, ses prix, son pouvoir d'achat

Nous en sommes victimes... Prenons-en conscience

Le symbole dans la publicité

Au cours d'une récente Semaine de la publicité française, un spécialiste en publicité déclarait :

« On sait depuis un certain temps maintenant que l'on achète un produit moins pour ses qualités techniques (donc objectives) que pour les significations symboliques qui s'en dégagent. Chaque objet a pour l'individu un sens, un contenu symbolique que l'acquéreur de cet objet endosse : par exemple, en France, l'eau minérale a encore un statut de boisson pour personnes délicates, surveillant leur santé, etc. Quand un jeune homme fort est surpris par des camarades à consommer cette boisson, il ne fait pas de doute pour ceux-ci que leur ami va mal. Si notre consommateur accepte de boire de l'eau minérale devant les amis, il consent par là-même à endosser les significations symboliques du produit.

« Il en va de même pour les marques : certaines marques de voitures par exemple sont le symbole de la jeunesse et de la force, d'autre sont dites féminines, d'autres conviennent à des personnes d'âge mûr « installées » dans leur situation. Pourtant dans l'objet même (la voiture ici) aucune caractéristique technique ne justifie de telles représentations : il s'agit de symbole dont l'origine souvent complexe est (le plus souvent) ignorée des consommateurs.

« Acquérir un produit, c'est accepter ses significations symboliques : acheter, c'est s'identifier aux symboles du produit acheté. »

Et le consommateur ne se sent même pas dupe de la publicité. Il n'est pas rare de voir la vente d'un produit monter de 25 à 50 % grâce à une publicité habile maniant la suggestion (du farniente, du bonheur, de l'amour, du succès) en lieu et place d'une explication technique définissant la qualité d'un produit.

« La meilleure publicité est celle qui utilise les meilleurs symboles. » Les fabricants le savent bien. Il est bon que les consommateurs le sachent aussi.

Les dépenses publicitaires en Suisse

Une agence de publicité bâloise a évalué récemment à environ 1,3 milliards de francs les dépenses publicitaires en Suisse.

Un tiers environ de ce montant, soit 460 millions de francs, est consacré à la publicité dans les journaux et périodiques.

Le deuxième poste est représenté par des catalogues et prospectus, qui absorbent 235 millions de francs.

La publicité dans les vitrines atteint 160 millions de francs, la distribution d'échantillons 91 millions de francs, les affiches 35 millions de francs, la réclame à la TV, 40 millions de francs, au cinéma, 15 millions de francs, etc.

Si l'on compare ces chiffres avec ceux d'autres pays, on constate que les dépenses publicitaires de la Suisse sont relativement élevées. Ce sont les journaux qui restent, et de beaucoup, les « agents publicitaires » les plus importants. — (cps)

Haute Couture
Prêt à porter
Mesure

Ida-Laurence

10, rue du Vieux-Collège - Genève - Tél. 25 00 85

Bijoux-fantaisie de Paris

Notre pain quotidien

Il ne faut pas se leurrer : plus nous nous éloignons de Dame Nature, en raffinant au maximum notre nourriture (pain, riz, etc.), plus nos dents se vengent en se cariant, et plus notre organisme se dégénère. On sait que la carie dentaire a fait des progrès foudroyants au cours des siècles, exception faite en temps de guerre, seules périodes — o ironie — où les gens sont forcés de se nourrir convenablement. Voilà bien longtemps que médecins, dentistes, hygiénistes et naturistes nous mettent en garde. Rien n'y fait. On dirait que nous ne nous soucions aucunement de la santé de notre corps, pourvu que nous ayons notre pain blanc en semaine, et nos croissants, le dimanche. Et pourtant, la gamme des pains est aussi longue et variée que la gamme musicale.

Quelques spécialités

Nous avons d'abord **le pain de Graham,** fait de farine complète à 100 %, auquel on peut adjoindre des gruaux d'avoine. On y trouve les vitamines B_1, B_2 et E, et des sels minéraux tels que le phosphore, le calcium, le magnésium et le potassium, que l'on a aussi dans d'autres pains complets comme **le 4-céréales,** par exemple. A noter que, dans ces pains dits complets, la farine complète, ou farine bise, n'a pas été cuite seule, mais a souvent été mélangée avec de la farine mi-blanche, ceci afin que le pain ne s'émiette pas trop vite. Le pain complet n'atteint d'ailleurs toute sa saveur que le deuxième jour.

Le pain Steinmetz, lui, est également intégral, quoique plus léger puisqu'on a pris soin d'enlever la couche de cellulose du grain de blé. On peut donc le recommander aux personnes à la digestion difficile.

Quant au **pain de son,** il est constitué par le germe du blé et les couches extérieures, le tout représentant justement les parties les plus riches du grain et les éléments les plus nutritifs et les plus sains. Enfin, le **pain de seigle** peut être comparé au pain de froment, certains paysans mélangeant le froment ou le seigle à l'épeautre, ou faisant entrer dans leur pain de seigle trois quarts ou deux tiers de farine de blé, ou encore l'orge. (L'avoine et l'orge sont particulièrement riches en matières minérales et en matières grasses.)

Voici d'ailleurs un petit tableau significatif, tiré de la très intéressante brochure de Berta Schnyder « La fabrication du pain à la ferme » :

	Froment	Seigle
Gluten	12,80 %	10,30 %
Calories	65,89 %	69,00 %
Matières grasses	1,90 %	1,68 %
Matières minérales	1,60 %	1,75 %
Cellulose	2,08 %	1,75 %
Eau	15,67 %	15,00 %

Toujours selon Mme Berta Schnyder, qui veut que nous n'ignorions rien de la composition d'un grain de froment, le **germe** est la partie principale du grain, qui permet la reproduction de la plante, la **glemme** constitue la réserve nutritive pour le germe et gonfle le grain de froment de 84 % et celui de seigle de 78 %, et enfin l'**aleuron,** partie supérieure de la glemme, a des cellules très serrées, enrichies par de l'albumine, des sels nutritifs et de minuscules gouttes d'huile. (La particularité du grain de seigle est que l'albumine se trouve concentrée dans la partie supérieure de l'enveloppe.)

Les animaux mieux nourris que les hommes

Hélas, les divers pains complets ne se trouvent pas dans toutes les boulangeries. Il faut les commander à l'avance, ou alors se rendre directement dans un magasin de diététique (« Bonne Santé », ou autre) ou dans l'une des Coopératives Migros ou autres.

En revanche, **le pain noir,** ou **pain bis,** est plus courant, mais il n'est plus ce qu'il était avant 1960. En effet, alors qu'il a contenu jadis jusqu'à 85 % de son et d'éléments riches en vitamines naturelles, depuis 1960, par décision des meuneries, il a été ramené à 82 %. Cet abaissement du taux de blutage le rapproche évidemment du pain mi-blanc, ce qui est bien dommage pour nos dents et pour notre organisme.

En ce qui concerne le pain mi-blanc, c'est encore pis. « Le pain mi-blanc, écrit le docteur Max-Henri Béguin, dans l'une des pages que la presse consacre à l'alimentation et à la santé, se situe à 72 % : 100 kg de blé donnent 72 kg de farine pour les hommes et 28 kg de son pour les bêtes. On peut lire sur les graphiques combien cette farine est pauvre en sels minéraux et en vitamines. Il n'en reste environ qu'un tiers ».

Ce qui revient à dire qu'à **notre époque de « progrès », les animaux sont beaucoup mieux nourris que les hommes...** Et le docteur Béguin de proposer aux boulangers de revenir au pian noir d'avant 1960 en prenant de la farine bise à 85 % et en y ajoutant 2 % de germes, ce qui donnerait, pense-t-il, un pain savoureux, presque complet, et bien préférable au pain bis actuel.

A qui la faute ?

La question étant de savoir le pourquoi de la réduction par les meuneries de la farine complète dans le pain bis, nous y sommes allée de notre petite enquête personnelle. La réponse des boulangers que nous avons contactés fut unanime : « Nous recevons nos farines déjà prêtes. Elles nous viennent directement des moulins de Granges-Marnand ou de Cossonay. Adressez-vous à eux. »

Ce que nous avons fait. **Les moulins de Granges-Marnand** sont catégoriques : « Rappelez-vous la période de guerre : notre pain bis était très foncé. La farine contenait de 85 à 90 % de son et d'éléments riches en vitamines naturelles. Sous le régime de l'économie de guerre, on ne pouvait pas fabriquer autre chose. On ne pouvait plus importer. Il fallait tout mettre, « faire bon poids », arriver à nourrir quand même toute la population. Et la clientèle, elle, trouvait cela bon en tant qu'« ersatz », même si c'était tout noir. Mais après la guerre, on a de nouveau pu avoir tout le blé qu'on voulait, et quand il n'y en avait pas assez, on pouvait en importer. Alors, les gens sont devenus de plus en plus gourmands. La clientèle veut avoir le pain le plus clair possible. C'est la raison pour laquelle on a ramené l'ancien pain bis de 85 % à 72, voire 70 %, en conservant presque exclusivement la partie centrale du grain de blé, ce qui donne finalement du pain blanc à 50 %. Tout le reste (le meilleur !) part au fourrage, pour le bétail. Il est vrai que les meuniers ont remédié à cette carence du nouveau pain de l'homme en revitaminant la farine ordinaire. Mais il s'agit là de vitamines synthétiques... »

Comparaison de quelques pains complets

	Poids	Prix Fr.	Prix par livre Fr.
Steinmetz	500 gr.	0.75	0.75
Graham	500 gr.	0.75	0.75
4-céréales	700 gr.	1.20	0.85
Son	500 gr.	1.20	1.20
Seigle	350 gr.	0.65	0.93
Migros	500 gr.	0.75	0.75

On dévitamine pour revitaminer ensuite artificiellement

Et quelle est la valeur de la farine revitaminée par rapport à la farine naturelle ? Pour le savoir, nous avons pris contact avec l'Institut suisse des vitamines, à Lausanne.

Là-bas, on nous apprend que le Service fédéral d'hygiène publique exige, pour que le pain ait droit à son appellation de pain mi-blanc, bis ou complet, au minimum 4 milligrammes de vitamines B_1, 2 milligrammes de vitamines B_2 et 50 milligrammes de vitamines PP par kilog. Pour le riz, les exigences sont les mêmes, mais, seules, les proportions varient.

Mais les vitamines synthétiques valent-elles vraiment les naturelles ?

A l'Institut, on a la foi : « Les vitamines naturelles ne sont-elles pas quand même chimiques, après tout ? Et puis, c'est dans la nature que l'on a extrait les substances que sont les vitamines. Cela devrait, en fin de compte, revenir au même. Evidemment, il y a certainement, dans la nature, des associations qu'on ne peut pas recréer exactement de main d'homme. On essaye de « recompléter », mais il faudrait peut-être autre chose encore... **En fait, on se nourrit mal. Plus on va de l'avant, plus on va vers le meilleur à la vue et au goût, mais aussi vers le plus malsain et le plus pauvre. On tue les rapaces et les parasites, mais cela ne résout rien. On déséquilibre tout... »**

Aux Grands Moulins de Cossonay, on s'indigne un peu : « Mais on ne détruit rien du tout ! Chacun peut encore choisir le pain qui lui convient. Les vitamines se trouvent à l'extérieur du grain. A l'intérieur, il y a l'amande, ou endosperme, partie blanche. Il y a aussi une première couche, des cellules et le germe. Dans le pain mi-blanc, il manque évidemment une partie des éléments nutritifs, mais Migros, par exemple, enrichit ses farines par des vitamines synthétiques qui sont déjà présentes dans le blé, qui y ont été assurées par la nature elle-même.

« Les meuniers, eux, n'ont rien modifié, rien détruit. La Suisse ne doit-elle pas importer un tiers de blé étranger ? D'ailleurs, il existe un pain à la farine bise, qui peut aller de 83 à 90 %. Mais il ne faut pas exagérer. L'homme ne peut pas digérer toutes ces enveloppes. Il n'a pas les enzymes nécessaires. Pour bien faire, il faudrait soit préparer soigneusement le pain vraiment intégral, de façon qu'il soit digeste, soit porter le pain à 78 ou 80 %. On sait que la farine fleur est de 0 à 20 %, et que la farine mi-blanche, à 72 %, se compose de plusieurs farines de passage, une suite d'opérations étant nécessaire. Ce mélange de farines contient un nombre variable de vitamines. Depuis 70 %, par exemple, chaque pourcent de plus extrait du grain augmente le pourcent des vitamines, qu'on peut d'ailleurs observer, voire photographier dans le grain, ce qui a été fait souvent aux Grands Moulins de Cossonay.

« Mais une chose est certaine : le nombre des vitamines présentes dépend du grain lui-même. La contenance en vitamines varie d'un grain à l'autre. On ne peut donc pas garantir exactement un certain nombre de vitamines. Chez certains boulangers, lors de la cuisson du pain, le 50 % des vitamines est détruit par la chaleur. Chez d'autres, qui « surprennent » la pâte, l'intérieur n'est pas ou que très peu touché. Je répète donc qu'il faudrait au moins porter le taux de blutage à 78 ou 80 % pour être certain d'avoir un pain vraiment nourrissant. »

En somme, **si notre pain s'appauvrit, ce n'est pas la faute des meuniers, et encore moins celle des boulangers, mais bien celle de la clientèle, de ces ménagères qui ignorent encore que le pain intégral est non seulement bon pour la santé, mais encore délicieux au goût.** Pour ma part, je trouve le pain blanc parfaitement fade comparé au noir. Et je n'ai jamais commencé un repas sans avoir, au préalable, en guise d'apéritif, avalé ma cuillerée de germe de blé pur séché à l'air (l'un des aliments les plus savoureux qui soient).

Les mangeurs de pain blanc sont inexcusables à notre époque de vulgarisation de la médecine et de l'hygiène. Il ne se passe pas de jour sans qu'au moins un journal, dans le monde, ne traite de la carie dentaire ou de l'appauvrissement progressif de notre régime alimentaire. Dans ces conditions, **c'est un crime de donner à des enfants en pleine croissance un pain immaculé** qui n'est, somme toute, que de l'amidon pur, alors que pour le même prix, on peut leur offrir un aliment complet et leur assurer ainsi une bonne santé, des os et des dents solides.

L'Helvétie.

le gaz est indispensable

Statistique et prix des appartements

L'OFIAMT (Office fédéral de l'Industrie, des Arts et Métiers et du Travail) vient de publier une statistique consacrée à l'évolution des budgets familiaux. L'Office s'est basé sur les budgets de 413 familles de salariés (227 ouvriers et 186 employés) comptant 2-3 enfants, sans s'arrêter aux personnes dont le revenu du travail est relativement élevé. On nous précise que, dans les cas examinés, chez les ouvriers, 2 femmes sur 7, chez les employés, 1 femme sur 6 exercent une activité lucrative.

Le budget est divisé en 13 postes. Nous nous sommes arrêtés spécialement sur le chapitre loyer qui engloutit, nous apprend-on, les 11,6 % du revenu familial (chiffres valables pour 1965).

Il est intéressant de transformer ce pourcentage en clair, ce qui donne, pour une famille ayant un revenu de 1500 fr., 174 fr. consacrés au logement.

Or, une famille de 4-5 personnes a besoin, pour se loger très modestement de 2 pièces et demi à 3 pièces au minimum. Nous serions donc curieux d'apprendre où arrivent à se loger les familles interrogées. En Suisse romande, nous ne voyons pas car, en 1965 déjà, on ne trouvait guère de 2 pièces et hall pour moins de 200 fr. et encore étaient-elles éloignées d'un centre, ce qui augmentait les frais de transport de la famille.

Voici, à titre indicatif, le prix 1966 de quelques appartements, charges non comprises :

2 pièces et hall	215 - 250 fr.
3 pièces	280 fr. (quelques travaux de conciergerie à effectuer)
3 pièces et hall	320 - 450 fr.

Cela prouverait que :

ou le pourcentage donné par la statistique ne correspond pas à la réalité,

ou une famille de 4-5 personnes ne peut pas se loger décemment avec un revenu de 1500 fr. par mois,

ou il existe encore des appartements bon marché.

Mais où ?