

Fruits et légumes, savoir les acheter, les préparer et les conserver



Nous consommons tous des fruits et légumes, mais de quelles façons les consommer, les conserver plus longtemps et les cuisiner facilement ?

L'INC et Aprifel s'associent pour informer les consommateurs et leur donner des conseils pratiques.

Dans ces vidéos, réalisées avec l'Agence pour la recherche et l'information en fruits et légumes, vous comprendrez pourquoi le prix des fruits et légumes peut varier d'un jour à l'autre, de quelle façon les conserver au mieux et quelle est la méthode à adopter pour les cuisiner facilement (surtout lorsque l'on manque de temps) ?

[Voir les vidéos](#)

Actualités

Cette semaine, l'émission "L'Instant Conso" offre une analyse approfondie du nutriscore, soulignant que ce système de notation n'est qu'un des nombreux éléments à considérer lors du choix des aliments. De plus, l'émission ConsoMag aborde le sujet de la trêve hivernale. Celle-ci ne s'applique pas universellement à tous les locataires.

Restez informé sur ces sujets cruciaux touchant à la consommation et au logement.



Le nutriscore, au service de notre santé

Apposé sur le produit alimentaire, il nous informe de sa qualité nutritionnelle. Mais attention, la note attribuée par le nutriscore ne doit pas être la seule information à prendre en compte.

[Voir la vidéo](#)



Trêve hivernale, qui est concerné ?

Du 1er novembre au 31 mars de l'année suivante, la trêve hivernale évite aux personnes en difficulté, aux familles, aux personnes âgées et, ou malades, de se retrouver sans logement. Mais des exceptions existent.

[Voir la vidéo](#)

Electromenager : des sèche-linge qui se veulent plus économes et durables

Les sèche-linge domestiques sont soumis à de nouvelles exigences européennes à compter du 1^{er} juillet 2025.

[Lire l'article](#)



Utiliser les écrans, ça s'apprend : une campagne de l'ARCOM sur les contenus TV et radio pour les mineurs

Pour protéger les mineurs à l'exposition de contenus choquants, l'autorité propose aux professionnels de l'audiovisuel de faire apparaître des sigles en bandeau à la télévision et sur les écrans, en bas à droite.

[Lire l'article](#)

Les vidéos ConsoMag en Décembre



Vente aux enchères : les droits des acheteurs
Ski : ce qu'il faut savoir sur les avalanches

SPECIAL PLACEMENTS : Que faut-il savoir avant d'investir dans la cryptomanie ?
Préparer financièrement votre retraite...

[> Voir le programme](#)



[Fiches pratiques](#) | [Lettres types](#) | [Simulateurs](#) | [Associations de consommateurs](#)

Institut National de la
Consommation
76, avenue Pierre Brossolette
92240 MALAKOFF



Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }} car vous vous êtes abonné à la lettre d'information du site de l'Institut national de la consommation ([mentions légales](#)).

Vous pouvez mettre fin à ces envois en cliquant sur le lien de désinscription situé au bas de ce mail. Vous pouvez exercer vos droits d'accès, de rectification, de limitation, de portabilité, d'opposition ou d'effacement de vos données en nous écrivant à l'adresse dpo@inc60.fr.

A tout moment, vous pouvez introduire une réclamation auprès de la Cnil.
[Se désinscrire](#)