

# Collecte d'aliments sans allergènes

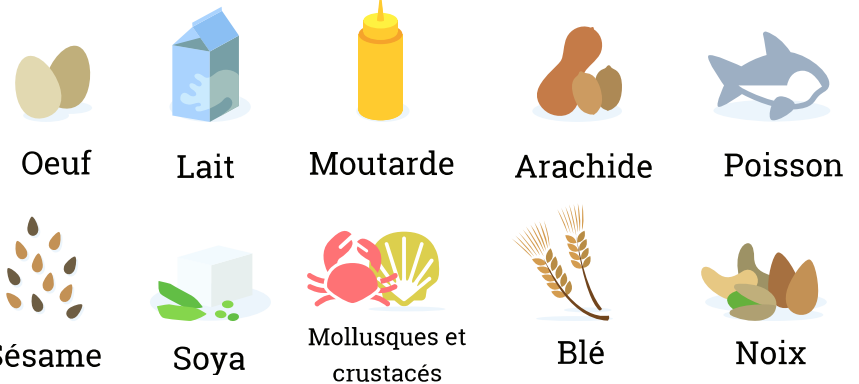
Les allergies alimentaires touchent **plus de 2,6 millions** de personnes, soit **1 personne sur 13**, au Canada. Avec la **collecte d'aliments sans allergènes d'Allergies Alimentaires Canada**, nous recueillons de la nourriture sans allergènes dans le but d'éduquer et de conscientiser le public aux allergies alimentaires et à l'anaphylaxie. Les aliments recueillis seront remis à des banques alimentaires. Apprenez-en davantage sur notre site au [allergiesalimentairescanada.ca](http://allergiesalimentairescanada.ca).



Allergies Alimentaires Canada informe la population, soutient les personnes qui vivent avec des allergies alimentaires et qui présentent un risque d'anaphylaxie et défend les intérêts de ces dernières. Nous appuyons également la recherche sur les allergies alimentaires, en plus d'y participer.



## Allergènes alimentaires prioritaires



## Lecture des étiquettes

Voici quelques astuces qui pourraient vous être utiles :

- Prenez toujours le temps de lire la liste d'ingrédients complète et les mises en garde (p. ex. « peut contenir ») sur l'ensemble des produits.
- Évitez les produits qui contiennent ou qui « peuvent contenir » l'allergène qui vous a été attribué.
- Évitez les produits vendus en vrac, les produits importés et les produits qui ne présentent pas de liste d'ingrédients.
- Prenez soin de ne pas vous fier uniquement aux allégations de type « sans » qui figurent sur le devant des emballages (p. ex. « sans arachides ») pour déceler la présence d'allergènes. Lisez toujours la liste d'ingrédients complète et l'étiquette sur l'emballage.

Trouvez nos conseils sur la lecture des étiquettes au [allergiesalimentairescanada.ca](http://allergiesalimentairescanada.ca).

