



STOP AU GASPILLAGE ALIMENTAIRE !



Documents pédagogiques niveau "cycle 3" réalisés par le SYDED du Lot.

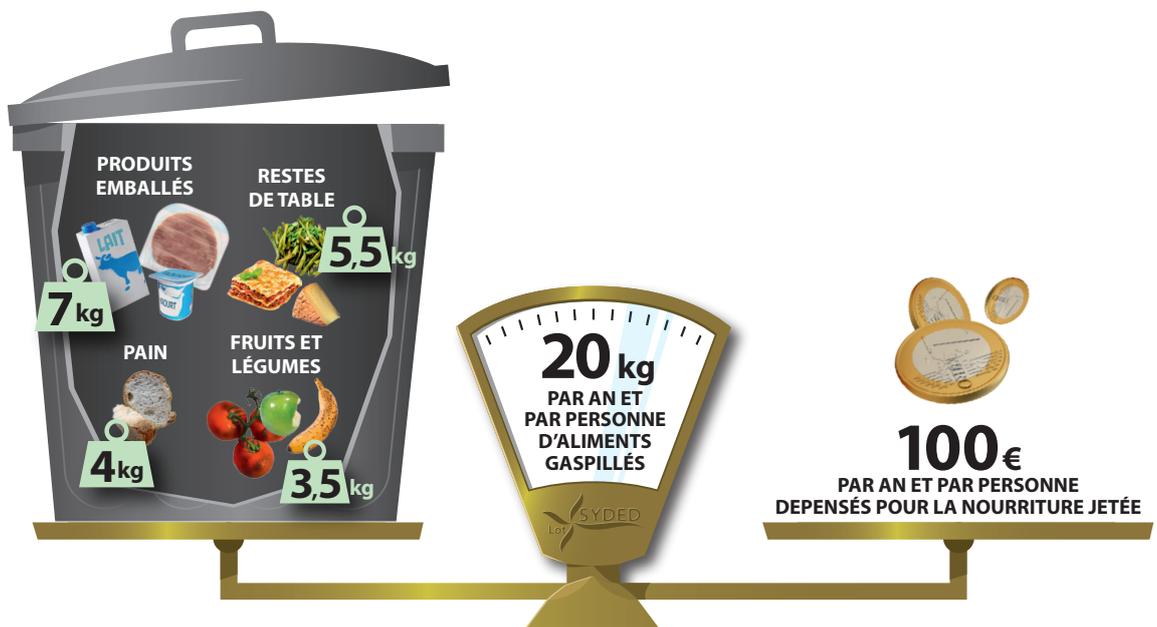
LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE : QU'EST-CE QUE C'EST ?

Le gaspillage alimentaire est représenté par toute la nourriture destinée à la consommation humaine qui est jetée, perdue ou dégradée. Il se produit à toutes les étapes de vie des produits : production, transformation, distribution, consommation.

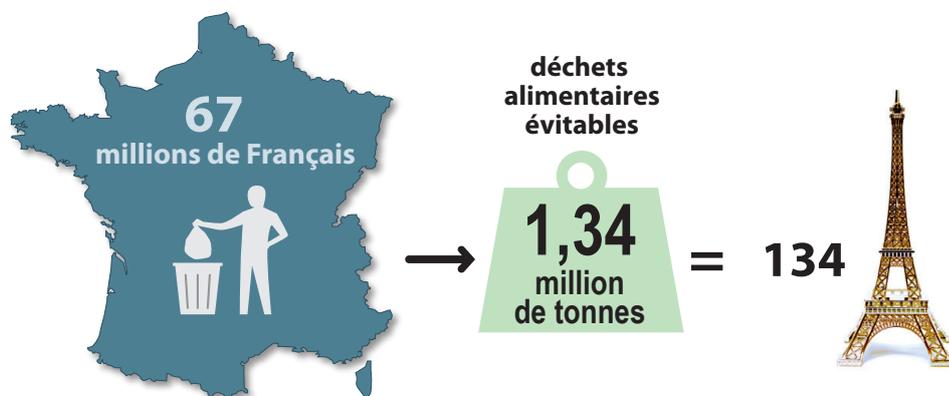
A son niveau de consommateur, chaque français jette, en moyenne, chaque année **20 kg de produits alimentaires dans les poubelles !** Sur le Lot, la situation est très proche avec 19 kg par habitant.

Parmi ces produits, **environ 1/3 n'ont même pas été entamés, ils sont encore emballés.**

L'ensemble des produits alimentaires gaspillés représente une somme de **100 euros dépensés inutilement** par an et par personne.



Gaspiller c'est jeter des produits alimentaires encore consommables. Ils deviennent ainsi des déchets qui auraient pu être évités, en ayant pris certaines précautions.



LE SAVAIS-TU ?

Le service de collecte et de traitement des déchets est payant. Le gaspillage des produits alimentaires fait augmenter les quantités de déchets et, par conséquent, le prix à payer par les usagers.

LES IMPACTS SUR L'ENVIRONNEMENT

En plus de l'augmentation de la quantité de déchets et de l'argent dépensé inutilement pour l'achat des produits jetés, le gaspillage entraîne d'autres pertes et nuisances moins visibles. En effet, avant sa consommation, la fabrication d'un produit passe par plusieurs étapes (production, transformation, conditionnement, distribution, transport) et nécessite l'utilisation de toutes sortes de ressources. Quand, au lieu de nourrir, le produit finit sa vie à la poubelle, **des ressources sont utilisées pour rien** :

- de la **nourriture** pour le bétail ou **des engrais** pour la terre des plantations,
- de l'**eau** pour abreuver le bétail ou pour l'arrosage des cultures,

LE SAVAIS-TU ?

Pour fabriquer l'équivalent d'un pain, il faut 150 litres d'eau, soit autant d'eau que pour prendre un bain !



- du **travail** nécessaire dans toutes les tâches liées à la fabrication,
- de l'**énergie** pour les installations (électricité) et pour le transport (carburant),
- de l'**argent** dépensé à chaque étape pour arriver au produit consommé.

Exemple de la tomate :

LE PARCOURS DU CHAMP À L'ASSIETTE !

Le savais-tu ? Quand on gaspille, que jette-t-on de plus ?

ÉTAPE	IMPACTS
LONGUE DISTANCE (INTERNATIONAL)	EAU, ENGRAIS, ÉNERGIE, TRAVAIL, POLLUTION, ARGENT, DÉCHETS
COURTE DISTANCE (MARCHÉ)	EAU, ENGRAIS, ÉNERGIE, TRAVAIL, ARGENT, DÉCHETS

Le graphique illustre le processus de la tomate de la serre au supermarché (transport international) et de la ferme au marché (transport départemental). Les impacts environnementaux sont résumés par des icônes : eau (robinet), engrais (sac), énergie (ampoule), travail (marteau), pollution (fumée), argent (monnaie), et déchets (poubelle). Le transport international est marqué d'une croix rouge, indiquant qu'il génère plus de déchets et de pollution que le transport local.

Le gaspillage alimentaire entraîne aussi un **surcroît de pollution**, due entre autres au transport des produits. C'est pourquoi, il est toujours préférable de favoriser les circuits courts en achetant des produits locaux et de saison, mais aussi pour favoriser l'emploi local.



PETITES ASTUCES ANTI GASPI

À LA MAISON



Ne pas faire les courses le ventre vide



Préparer une liste de course, en regardant ce qui reste en stock



Rester vigilant sur les offres promotionnelles



Transporter les produits avec des sacs adaptés (isothermes)



Ranger correctement les produits dans le frigo (selon date et température de conservation)



Bien ranger ses denrées alimentaires (les plus anciens devant)



Adapter les quantités cuisinées aux besoins



Conserver les restes de repas au frigo ou congélateur (filmés ou en boîtes fermées)



Cuisiner les restes de repas



PETITES ASTUCES ANTI GASPI

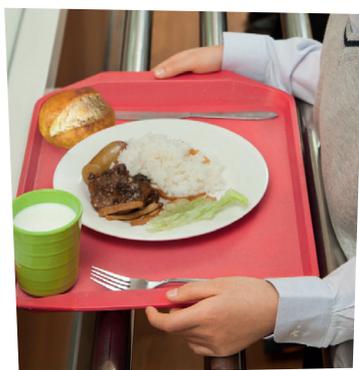
AU COLLÈGE



J'évite de grignoter avant le repas.



Je n'ai pas les yeux plus gros que le ventre.



J'adapte ma quantité de pain au repas proposé.



J'ose dire au serveur si je n'aime pas, ou si j'en ai assez.



En cas de libre service, je me sers raisonnablement.

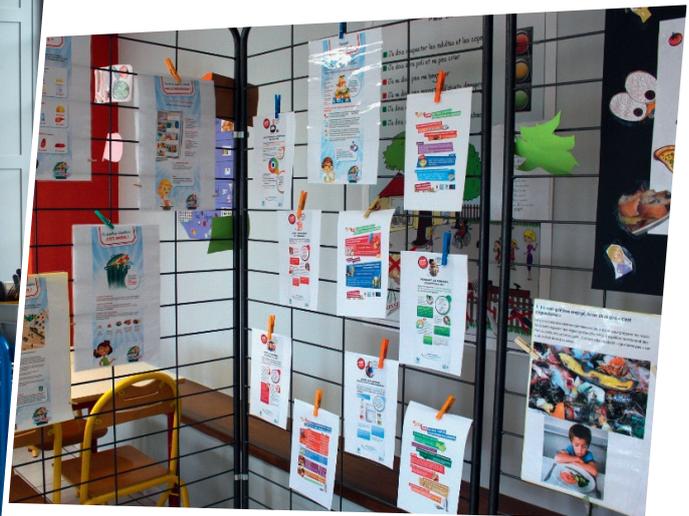
LE SAVAIS-TU ?

Chaque collège a une organisation propre de son service de restauration. Aussi d'autres solutions peuvent exister, selon le mode de fonctionnement mis en place.

AGIS DANS TON COLLÈGE !

Voici des idées pour permettre de partager tes nouvelles connaissances sur le gaspillage alimentaire et ainsi de le réduire. N'hésite pas à les mettre en pratique avec tes camarades !

Outil « Gachipain »



Journée de sensibilisation
Exposition
Exposé

Brigade anti-gaspi

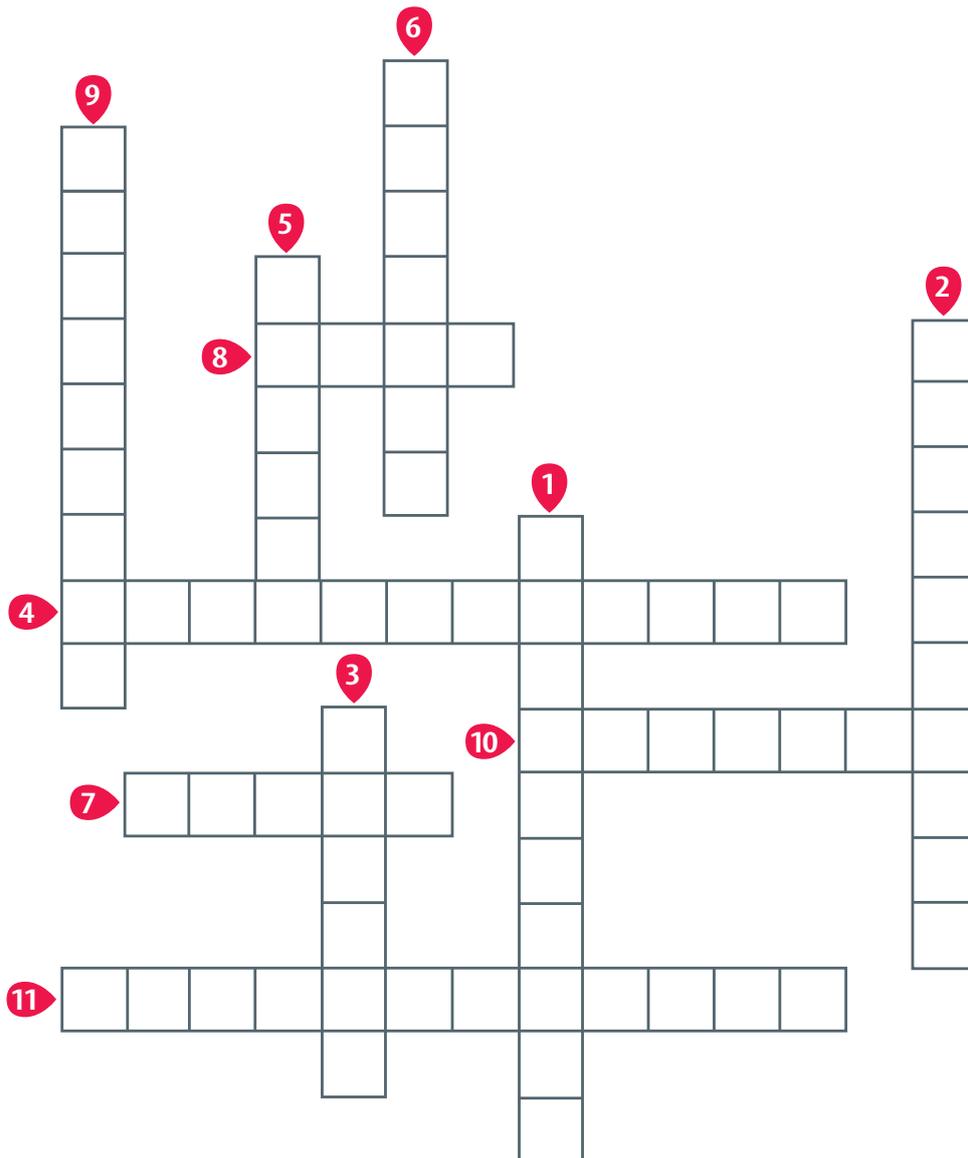


Affichage

À TOI DE JOUER ! "MOTS CROISÉS"

Trouve les mots de la grille grâce aux définitions ci-dessous :

1. Action de jeter des produits encore utilisables ou consommables.
2. Toute substance qui sert à l'alimentation des êtres vivants.
3. Objet dont on a plus l'utilité et que l'on jette.
4. Utilisation d'un produit (aliment, énergie, eau potable...) à son usage personnel.
5. Tout ce qui est perdu par la mauvaise utilisation qui en est faite.
6. Diminuer quelque chose.
7. Structure qui s'occupe de missions environnementales (déchets, eau, assainissement, réseaux de chaleur au bois) dans le Lot.
8. Faire quelque chose, accomplir une action.
9. On la puise, on l'exploite. Elle peut être naturelle, renouvelable ou non renouvelable.
10. C'est un bien créé qui naît d'une activité de la nature ou de l'homme.
11. Action de préserver un aliment intact, de le maintenir dans le même état.



LEXIQUE

Circuit court :

Le circuit de distribution dans lequel intervient au maximum un intermédiaire entre le producteur et le consommateur.

DLC (date limite de consommation) : « à consommer jusqu'au... »

Elle concerne les aliments périssables à conserver au frais et à consommer avant la date indiquée.

DDM (date de durabilité minimale) : « à consommer de préférence avant... »

Il est possible de consommer les produits après la date indiquée, sans risque pour la santé. Dans ce cas, ils peuvent avoir perdu une partie de leurs qualités gustatives ou nutritionnelles.

LIENS PRATIQUES

ADEME (Agence De l'Environnement et de la Maîtrise de l'Energie) participe à la mise en œuvre des politiques publiques dans les domaines de l'environnement, de l'énergie et du développement durable : www.ademe.fr

Ministère de l'agriculture : agriculture.gouv.fr

Ministère de la santé : solidarites-sante.gouv.fr

France Nature Environnement est la fédération française des associations de protection de la nature et de l'environnement : www.fne.asso.fr

RÉPONSE AUX JEU

Mots croisés (page 6) :
1. Gaspillage ; 2. Nourriture ; 3. Déchet ; 4. Consommation ; 5. Gâchis ; 6. Réduire ; 7. Syded ; 8. Agir ; 9. Ressource ;
10. Produit ; 11. Conservation.



SYDED du Lot

Les Matalines - 46150 Catus

Tél. 05 65 21 54 30

communication@syded-lot.fr

www.syded-lot.fr