

# Faut pas gâcher!



Une campagne de  
France Nature Environnement



## LE LIVRET DE L'EXPOSITION



# FAUT PAS GÂCHER !

« Aucun autre domaine n'est aussi emblématique quant aux opportunités qui permettraient l'avènement d'un monde beaucoup plus économe en ressources et plus durable que le gaspillage alimentaire. Et aucune autre question ne saurait mieux que celle-ci fédérer le Nord et le Sud, les consommateurs et les producteurs, partout dans le monde, autour d'une cause commune », M.Achim Steiner, Sous-Secrétaire général et Directeur exécutif du Programme des Nations Unies pour l'Environnement (PNUE)

## L'IDÉE GÉNÉRALE DU LIVRET

Du champ à l'assiette, nous sommes tous victimes et responsables du gaspillage alimentaire. Ce dernier résulte de nos modes de production, de distribution et de consommation actuels. Nous gaspillons lorsque nous jetons un aliment mais avons-nous vraiment conscience de ce qu'il entraîne avec lui au fond de nos poubelles ?

Ce livret vous propose de détailler la thématique du gaspillage alimentaire, son impact mais aussi de présenter les solutions applicables par tout un chacun afin de le limiter.

Une approche volontairement simple :

- ⊗ Messages courts ;
- ⊗ Astuces ;
- ⊗ Schémas, chiffres, phrases clés.

**L'OBJECTIF EST  
D'INTERPELLER LE PUBLIC ET  
DE SUSCITER LA REFLEXION**

## DÉFINITIONS

A ce jour, il n'existe pas encore de définition officielle et commune aux pays de l'Union Européenne.

Cependant, en 2013, la France, à l'occasion du Pacte National de lutte contre le gaspillage alimentaire, a défini ce dernier comme étant l'ensemble de la

nourriture destinée à la consommation humaine qui, à une étape de la chaîne alimentaire, est perdue, jetée ou dégradée. Cela n'englobe que les déchets alimentaires considérés comme évitables, c'est-à-dire propres à une consommation pleine et entière.

3



### Les différents déchets alimentaires

**INÉVITABLES**  
épluchures bananes, melons, coquilles d'oeuf, os...

**POTENTIELLEMENT ÉVITABLES**  
peau de pommes, fanes de carottes, croûte de fromage...



**ÉVITABLES**  
= GASPILLAGE ALIMENTAIRE

On confond encore beaucoup gaspillage et déchets alimentaires. Le terme « déchets alimentaires » concerne l'intégralité des déchets, que l'on puisse les éviter ou non. Il convient de distinguer trois types de déchets alimentaires :

**LES DÉCHETS ÉVITABLES (64%)**  
Tout aliment ou boisson jetés mais encore comestibles (restes, pain rassi...)

**LES DÉCHETS POTENTIELLEMENT ÉVITABLES (18%)**  
Tout aliment que certaines personnes mangent et d'autres non (ex : croûtes de fromage, de pain, épluchures réutilisables sous forme de chips, de tarte, etc.)

**DÉCHETS INÉVITABLES (18%)**  
Déchets d'aliments qui ne sont pas comestibles (os, coquilles d'œufs, peau de kiwi...)

Quelques exemples de déchets évitables :

- 7% du lait acheté est gaspillé
- 36% des produits de boulangerie sont jetés
- 50% des salades et légumes finissent à la poubelle

**MINUTE QUIZZ !**  
Il me reste des morceaux de pain rassi dans mes placards, comment puis-je les réutiliser ?

chopelure  
Réponse : pain perdu, croutons.



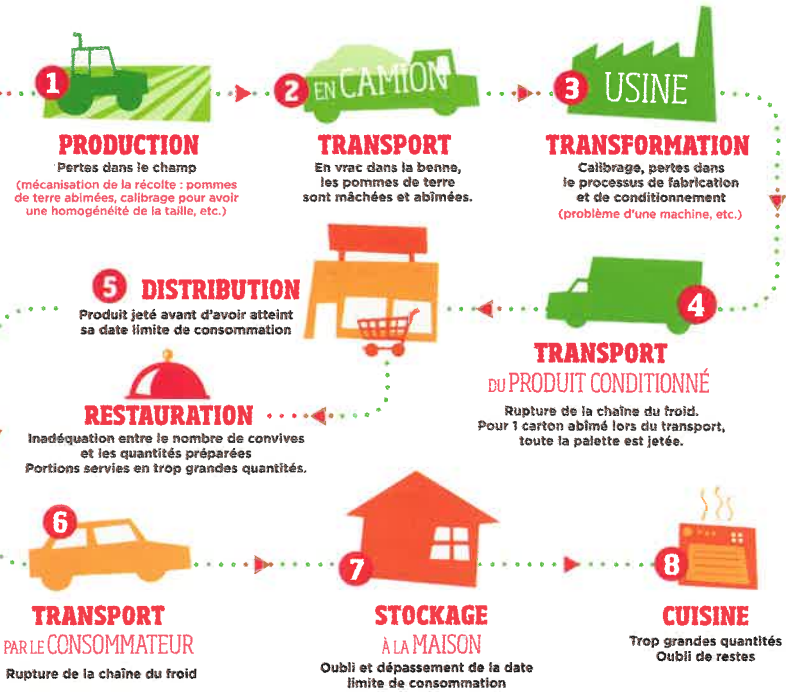
### Les étapes de la chaîne alimentaire

Avant de parvenir dans nos assiettes, les aliments passent par différents intermédiaires qui constituent la chaîne alimentaire. On y retrouve notamment la production, les transports, les usines de transformation, la grande distribution, etc. Or, à chacune de ces étapes, il y a du gaspillage alimentaire.

Une étude de la Commission Européenne datant de 2010 estime que 89 millions de tonnes de déchets alimentaires seraient produits chaque année dans l'Union Européenne :

- 42% proviennent des ménages ;
- 39% de l'industrie agroalimentaire ;
- 14% de la restauration ;
- 5% de la vente au détail et en gros.

Mais ces chiffres ne tiennent pas compte des pertes à l'étape de la production agricole.





## LES CHIFFRES CLÉS

En partant de l'individu, pour qui le gaspillage alimentaire s'élève de 20 à 30 kg par an, comprendre le gaspillage alimentaire, c'est aussi en apprécier l'étendue. Pour cela, voici quelques chiffres parlants.

### A l'échelle individuelle




### A l'échelle mondiale

Dans le monde, 1,3 milliards de tonnes de déchets sont produits chaque année par le gaspillage alimentaire. Ce qui veut dire qu'environ la moitié de nos denrées finit à la poubelle (étude menée par la FAO, l'Institut international de l'eau de Stockholm et l'Institut international de gestion de l'eau IWMI).



### LE SAVIEZ VOUS ?

 La FAO est une organisation intergouvernementale qui compte 194 Etats membres, deux membres associés et une organisation membre, l'Union Européenne. Elle dispose d'un important réseau de connaissances qu'elle met à la portée de tous, offre son expertise en matière de politique agricole et aide les pays à prévenir et à atténuer les risques pesant sur l'agriculture, l'alimentation et la nutrition.



En fonction de la région du monde où l'on se trouve, le gaspillage n'a pas lieu aux mêmes étapes de la chaîne alimentaire.

- ⊗ Dans les pays dits « développés » : le gaspillage alimentaire a lieu dans toutes les étapes de la chaîne alimentaire, c'est-à-dire de la production jusqu'à la consommation.
- ⊗ Dans les pays en développement : le gaspillage a lieu principalement de l'étape de production à celle de la distribution pour plusieurs raisons :

- Des techniques de culture et de récolte mal maîtrisées, des mauvaises conditions de stockage, de transport et de distribution (liées au manque d'infrastructures par exemple) ;
- Un climat parfois chaud et humide qui ne favorise pas une bonne conservation : on parle de 15 à 35% de gaspillage dans les champs et de 10 à 15% au moment de la fabrication, du transport et du stockage.

#### MINUTE QUIZZ !

Que signifie le sigle « FAO » ?  
 1/ Food and Agriculture Organization of the United Nations ;  
 2/ Fight Against Organic food ;  
 3/ Federations, Associations and Organisations.

Response: Food and Agriculture Organization of the United Nations

Le gaspillage alimentaire entraîne avec lui d'importantes pertes de ressources, comme l'eau, les terres agricoles et l'énergie. Cela génère également des pollutions liées à la production d'aliments qui finiront à la poubelle, à la gestion et au traitement des déchets ménagers et assimilés qui nécessitent des transports jusqu'aux lieux d'enfouissement ou d'incinération.



**PRODUCTION**  
AGRICOLE



**TRANSFORMATION**  
INDUSTRIELLE



**CONSOMMATION**



**L'accaparpation des terres**

Pour sa production, la nourriture gaspillée mobilise inutilement des terres cultivées, du temps de travail, des intrants tels que l'eau pour l'irrigation, les engrais et pesticides, le carburant, mais aussi de l'énergie, nécessaire à son transport, à sa transformation et à sa distribution.



Les aliments gaspillés les plus impactants sur l'environnement sont les produits laitiers et carnés (viande, volaille, lait). En effet, en France, on estime que près de 80% des céréales produites servent à nourrir l'élevage. De fait, si l'on jette à la poubelle un morceau de viande, cela revient à jeter toutes les céréales ayant servi à l'alimentation de l'animal !

### MINUTE QUIZZ !

Combien de litres d'eau sont nécessaires à la production d'1 kg de bœuf ?

- 1/ 100 litres ;
- 2/ 1 200 litres ;
- 3/ 15 000 litres.

Réponse : 15 000 litres !

Plus concrètement, on jette une baignoire d'eau virtuelle pour chaque baguette rassie jetée.



L'EMPREINTE  
**EAU**  
DU GASPILLAGE  
ALIMENTAIRE



PRÈS DE  
**5 000 FOIS**  
LA CONSOMMATION ANNUELLE  
MOYENNE D'UN FRANÇAIS



En 2007 ce sont 28% des terres agricoles dans le monde, soit 1,4 milliards d'hectares qui ont servi à produire des denrées alimentaires qui ont fini à la poubelle.



## L'empreinte carbone du gaspillage alimentaire

L'empreinte carbone du gaspillage alimentaire représente l'ensemble des gaz à effet de serre (GES) émis au cours de la vie du produit (de sa production à son traitement en tant que déchet).

Pour produire un aliment, des gaz à effet de serre sont émis à chaque étape de la chaîne alimentaire : dans les champs, l'emploi d'engrais aboutit à une importante

émission de gaz à effet de serre (notamment du protoxyde d'azote  $N_2O$  issu des engrais azotés). Il faut ensuite transporter ce produit, alimenter en énergie des véhicules réfrigérés, ce qui engendre de nouvelles émissions. Enfin, un aliment jeté devient un déchet, qui fermente et dégage des gaz comme le méthane (qui est 25 fois plus impactant

que le  $CO_2$  sur l'effet de serre).

Une étude de la FAO estime que les denrées gaspillées représentent 3,3 milliards de tonnes d'équivalent  $CO_2$  par an, ce qui équivaut à plus de deux fois les émissions de gaz à effet de serre des transports aux Etats-Unis.

**SI LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE ÉTAIT UN PAYS, IL SERAIT LE 3<sup>e</sup> PLUS GRAND ÉMETTEUR DE GAZ À EFFET DE SERRE.**

(FAO 2013)



Ainsi, réduire le gaspillage à chacune des étapes de la chaîne alimentaire, c'est contribuer à

baisser l'émission de gaz à effet de serre. Cela revient à agir concrètement pour atténuer le dérèglement climatique. Le climat, à moyen et long terme, serait ainsi préservé (les gaz à effet de serre ont une durée de vie longue, impactant les phénomènes climatiques sur des dizaines voire des centaines d'années).



Réduire de moitié le gaspillage alimentaire du Royaume-Uni correspond à ôter une voiture sur 5 des routes du pays.



## L'empreinte eau du gaspillage alimentaire

Selon la FAO, le gaspillage alimentaire a une empreinte eau de 250  $km^3$ /an, soit plus de 3.6 fois la consommation totale d'eau aux Etats-Unis. Cette eau gaspillée est ponctionnée en vain aux milieux naturels, accentuant les périodes de sécheresse et participant aux conflits d'usage pour accéder à la ressource en eau (eau potable, irrigation, tourisme, industrie, fonctionnement des milieux naturels etc.). La consommation d'eau liée au gaspillage alimentaire est plus élevée que la consommation de pays comme l'Inde ou la Chine, qui sont les pays les plus consommateurs d'eau !

### MINUTE QUIZZ !

Aux Etats-Unis, environ 40 000 milliards de litres d'eau sont gaspillés. De combien de millions de personnes cela couvrirait les besoins ?

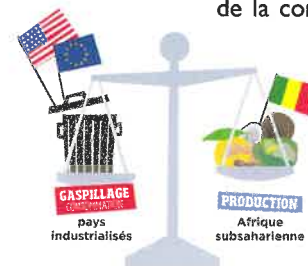
5    50    500

Réponse: Cela couvrirait les besoins de 500 millions de personnes.



Le savais-tu ? L'empreinte eau du gaspillage alimentaire, aussi appelée « eau virtuelle », représente l'eau utilisée tout au long de la chaîne alimentaire, principalement pour alimenter les champs et les élevages, la transformation et la consommation.

La sécurité alimentaire n'est pas assurée pour tous dans le monde. En ce sens, le gaspillage alimentaire est un scandale. Le gaspillage au niveau de la consommation des pays industrialisés (222 millions de tonnes/an) est presque aussi élevé que la production alimentaire totale nette de l'Afrique subsaharienne (230 millions de tonnes/an).



**1 PERSONNE SUR 9**  
SOUFFRE DE MALNUTRITION

Il ne faut pas oublier que la sous-alimentation concerne également une partie de la population française, ainsi qu'eupéenne.

**EN FRANCE**

Au-delà du problème d'accès à la nourriture en quantité, il y a aussi le problème d'accès à une nourriture de qualité et variée, c'est-à-dire à une alimentation équilibrée. Les personnes en situation de « précarité alimentaire » sont susceptibles de développer des pathologies liées à la malnutrition (obésité, hypertension artérielle, diabète, etc.).

Le prix des denrées alimentaires est également impacté par le gaspillage : plus il y a de gaspillage alimentaire, plus la demande sur le marché mondial est élevée, plus le prix des denrées augmente, plus l'accès à ces denrées pour les habitants des pays en développement est difficile.

En 2008, 78 000 tonnes de produits alimentaires ont pu bénéficier à 680 000 personnes en France et ainsi échapper à la destruction.



**Une solution :  
les circuits courts**

Plus les lieux de production sont éloignés des lieux de consommation, plus la chaîne d'approvisionnement devient complexe et le risque de perte augmente. Il est donc intéressant de réduire cette chaîne alimentaire, à travers les circuits courts de proximité.

En favorisant les circuits courts, l'agriculteur peut dégager un revenu décent pour faire vivre sa famille, et le consommateur payera globalement le même prix, en ayant la satisfaction de participer à un mode de commerce plus équitable.

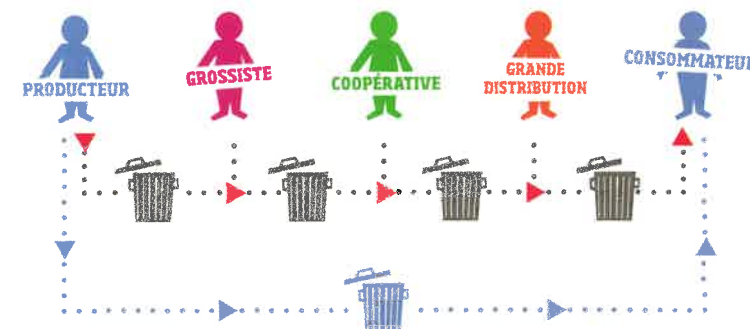
### MINUTE QUIZZ !

Les pommes de terre de M. Morin, agriculteur, sont vendues 1€90 le kg au supermarché. Sachant que le grossiste, la coopérative et le supermarché encaissent 70% du prix du produit, combien M. Morin gagne-t-il pour 1 kg de pommes de terres vendu ?

Réponse : M. Morin ne gagne que 57 centimes d'euro par kilo de pommes de terre !

**Flèches rouges :**  
Circuit classique.

**Flèches bleues :**  
Circuit court.





## LES ENJEUX ÉCONOMIQUES

D'après une étude menée par la FAO, les conséquences économiques du gaspillage de produits agricoles sont estimées à 750 milliards de dollars par an dans le monde, ce qui représente le PIB annuel de la Suisse.



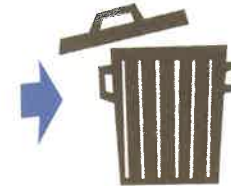
Les économies que l'on peut faire en luttant contre le gaspillage alimentaire sont considérables !

**1,3  
MILLIARDS  
DE TONNES**



Le coût du gaspillage alimentaire par an est de plus de 600€ pour une famille de 4 personnes, alors qu'une étude menée en 2013 a démontré que le budget moyen dédié à l'alimentation est de 393€/ménage/mois. Le gaspillage alimentaire reviendrait donc à jeter à la poubelle 1,5 mois de courses dans l'année !

*Pense à ce que représentent 600 € ! C'est l'équivalent d'une semaine d'hébergement en famille à la montagne, environ 60 places de cinéma, 30 menus au restaurant, etc.*



LE COÛT DU GASPILLAGE ALIMENTAIRE PAR AN EST DE 636€ POUR UNE FAMILLE DE 4 PERSONNES. (SOURCE : ADEME : 159€/PERSONNE/AN)

LE BUDGET MOYEN DÉDIÉ À L'ALIMENTATION EST DE 396€/MÉNAGE/MOIS. (SOURCE : SOFINSCOPE 2013)

### MINUTE QUIZZ !

Jeanne et Raphael ont deux filles jumelles de 15 ans. Selon l'étude de 2013 mentionnée plus haut, combien d'euros la famille a-t-elle perdu, au total, en gaspillant de la nourriture ?

Réponse: La famille a perdu 9 000€ !



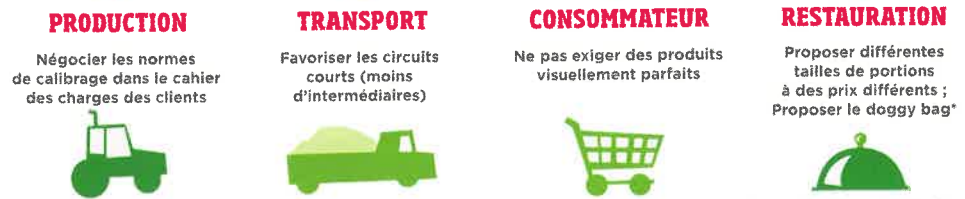


# LES SOLUTIONS

Nous sommes tous victimes et responsables du gaspillage alimentaire, à chaque étape de la chaîne. Il existe néanmoins des leviers d'actions à différents niveaux :



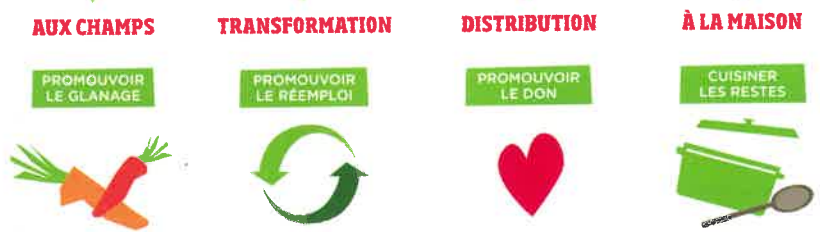
**À la source, en agissant directement sur les produits alimentaires.**



\* terme anglais qui désigne l'emballage dans lequel le client d'un restaurant peut emporter les restes de son repas.



**En gérant le gaspillage alimentaire, c'est-à-dire en évitant que les produits ne deviennent des déchets : glanage, transformation, dons alimentaires, etc..**



**En valorisant les denrées devenues déchets : alimentation animale, compostage ou méthanisation.**



## MINUTE QUIZZ !

Qu'est-ce que le glanage ?

- 1/ Le ramassage des produits issus de l'agriculture tombés au sol lors de la récolte ;
- 2/ Le ramassage des fruits restants dans les arbres après la cueillette ;
- 3/ Le vol des récoltes qui ne sont pas encore détachées du sol

Réponse : Le glanage consiste à ramasser des produits issus de l'agriculture tombés au sol lors de la récolte.



## Au niveau de la production agricole



### Initiative locale

atelier de pressage de pommes proposé par Corrèze  
Environnement qui permet aux citoyens de transformer leurs pommes en jus.

Les circuits courts de distribution pour les produits non calibrés peuvent être privilégiés.

Les produits restants peuvent être retransformés.

Les glaneurs, appelés par les agriculteurs, peuvent venir récupérer fruits et légumes restés dans le champ.

## OU

## ENCORE

En incitant les grandes surfaces et les distributeurs à donner leurs invendus aux associations caritatives, on favorise leur redistribution aux bénéficiaires de l'aide alimentaire.

Pour éviter le gaspillage dans les champs, dans les marchés publics, etc. les critères de calibrage des produits pourraient être allégés.

## QUE PEUT-ON FAIRE ?

On peut acheter ses fruits et légumes sur le marché, ou directement à la ferme, et choisir les produits non calibrés ou de 2ème catégorie. On peut aussi commander son panier de légumes dans des AMAP.

Utiliser ses vieux fruits et légumes pour en faire compotes, soupes...

Se rapprocher d'associations de protection de l'environnement ou de foyers ruraux pour organiser le glanage dans les champs et les vergers au moment des récoltes.



Le responsable de la cantine scolaire pourrait mettre dans le cahier des charges de sa commande un poids de fruits ou légumes, sans préciser un calibre particulier.



### Initiative nationale

Avec son opération «Quoi ma gueule?», le collectif de producteurs de fruits et légumes cherche à interpeller les consommateurs et à valoriser les oubliés de la grande distribution. Ces oubliés, ce sont les fruits et légumes hors calibre ou avec des défauts mineurs souvent écartés des étals alors qu'ils ont les mêmes qualités gustatives que leurs voisins de champs.



## MINUTE QUIZZ !

Qu'est-ce qu'une AMAP ?

- 1/ Association pour la Mixité, l'Amitié et la Paix
- 2/ Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne
- 3/ Association d'Aide Médicale pour les Palestiniens.

Reponse : Une AMAP est une Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne

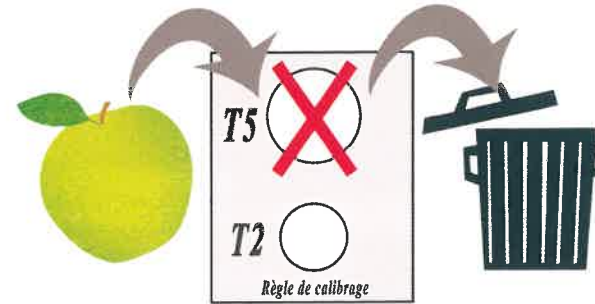
## Au niveau de la transformation



## TRANSFORMATION INDUSTRIELLE

Le transformateur peut décider d'alléger les critères de calibrage des produits qu'il impose et qu'il subit, en travaillant avec les acteurs en amont et en aval de la chaîne, et en adaptant ses cahiers des charges (petits lots pour faciliter l'accès aux petits producteurs, calibre non-déterminé, etc.)

Il peut aussi trouver des débouchés pour les coproduits de la transformation. Certaines parties de la matière première qui ne sont pas utilisées lors du processus de fabrication. Par exemple : flocons pour purée de pommes de terre, soupes de légumes, jus de fruits, confitures, compotes, etc.



Les emballages des produits méritent aussi une attention pour limiter le gaspillage : préférer les emballages permettant une conservation optimale du produit, des quantités et formats mieux adaptés, des étiquetages clairs sur les conditions de conservation, etc.

**Initiative**  
Le chantier d'insertion Le Potager de Marianne, qui récupère les invendus au sein du marché de Rungis, les trie, et les propose aux bénéficiaires de l'aide alimentaire dans les épiceries sociales et solidaires : 741 tonnes de fruits et légumes ont ainsi été valorisés en Ile-de-France en 2011.



Les produits non conformes peuvent enfin être donnés aux structures d'aide alimentaire.

**MINUTE QUIZZ !**  
Donne un exemple de structure d'aide alimentaire !  
Réponse : Les Restaurants du Cœur, la Banque Alimentaire, la Croix Rouge Française, etc.

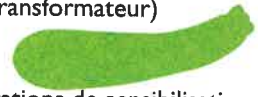


### Au niveau de la distribution

On peut envisager les actions suivantes pour limiter le gaspillage des denrées alimentaires dans la distribution :

### EN AMONT

Des normes de calibrage allégées dans les cahiers des charges, en travaillant avec les acteurs en amont de la chaîne (producteur et transformateur)



### EN RAYON

Les fruits et légumes ne correspondant pas aux « normes » esthétiques peuvent être proposés à la vente accompagnés d'une campagne de communication spécifique

Les opérations de sensibilisation sur le gaspillage alimentaire mises en place pour le consommateur, les salariés et les fournisseurs



Les campagnes « Quoi ma gueule ? » ou « les fruits et légumes moches » permettent de valoriser des produits initialement écartés des circuits de distribution et aussi de communiquer en magasin sur l'impact du gaspillage alimentaire.

Les promotions « différées » proposées (un produit acheté = un produit offert mais plus tard)

Promouvoir la vente à la découpe (pour les fruits et légumes, viandes, fromages, charcuterie, poissonnerie), et la vente en vrac encouragées pour que le client puisse ajuster ses achats à ses besoins

Les emballages et les installations mieux adaptés

Au Royaume-Uni, les sacs utilisés pour les fruits et légumes sont perforés. Cela évite le développement rapide de moisissures, et donc



le gâchis du fruit ou du légume. Pour éviter le pourrissement, on peut installer des brumisateurs, des pastilles qui absorbent l'éthylène (molécule produite par les fruits qui induit leur mûrissement) ou encore promouvoir les sacs en papier.

### Les dates de péremption



Les produits dont la date limite de consommation (DLC) est bientôt atteinte peuvent être vendus à moitié prix. Un système d'information peut être mis en place par les supermarchés ou les producteurs permettant ainsi aux consommateurs d'interpréter correctement les dates figurant sur les étiquettes. Nous avons tous tendance à chercher les produits dont la date de péremption est la plus lointaine, alors que souvent, on les consomme rapidement. En mettant prioritairement en rayon des produits dont la période de péremption est proche, les supermarchés évitent davantage les pertes. La politique d'étiquetage a ainsi été revue : certaines dates peuvent être repoussées sur les produits secs, ou même supprimées (pour le sel par exemple).

### MINUTE QUIZZ !

De quel type de date limite les produits laitiers et carnés sont-ils munis ?  
1/ D'une DLC  
2/ D'une DLUO

Réponse : Les produits laitiers et carnés sont munis d'une Date Limite de Consommation (DLC). Les produits secs, accompagnés d'un sel, sont le plus souvent munis d'une DLUO.

## Les surplus et invendus

Les fruits et légumes abîmés peuvent être transformés en soupes, salades ou jus et revendus, soit directement par la grande surface, soit par une association partenaire ;

Les invendus ou les produits se rapprochant de la Date Limite de Consommation peuvent être distribués à une structure d'aide alimentaire.

### MINUTE QUIZZ !

Que pourrait-on envisager de faire avec une pomme gâtée ?

Réponse : Une compote, un gâteau, un smoothie, un jus, etc...

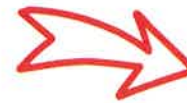


### Initiative

Dans le cadre d'un partenariat signé en 2011, les Restos du Cœur et la Fédération Française des Banques Alimentaires récupèrent les produits Intermarché ayant une date limite de consommation courte et les redistribuent à leurs antennes locales. Intermarché Le Sequestre (81), lui, en fait don à la Banque Alimentaire du Tarn via l'Association Pain de vie de Réalmont.

Pour aller plus loin, consulter nos fiches « Bonnes pratiques : Gestion et Prévention des Déchets ».

Source : <http://le-rsc.net/gaspillage-alimentaire-10-initiatives-grandes-surfices-supermarchés-professionnels-16047/>



## Au niveau du consommateur

Il convient de bien distinguer deux types de dates limites sur les produits alimentaires :



La DLC (Date Limite de Consommation) concerne les produits

périssables à conserver au frais (produits laitiers, viande, poisson, etc.). Elle est souvent traduite par la mention « à



consommer jusqu'au » avec le jour et le mois indiqués. Passé cette date, le produit peut présenter un risque pour la santé du consommateur.



La DLUO (Date Limite d'Utilisation Optimale) concerne les produits d'épicerie, les

conserves et les surgelés. On y trouve inscrit « à consommer de préférence avant le... ». Cela signifie que passé cette date, le produit peut être



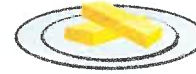
consommé mais certaines qualités organoleptiques peuvent être modifiées (texture, goût, couleur), sans que la santé du consommateur soit inquiétée.



# QUELQUES ASTUCES -

Faire périodiquement un inventaire de ses placards et réfrigérateur que l'on nettoie afin d'éviter la prolifération des bactéries !

Au frigo, respecter la règle du premier entré, premier sorti : je range ce que je viens d'acheter à l'arrière du frigo et consomme les plus anciens, situés à l'avant, rapidement !



Ranger son frigo en fonction des zones de froid. Consulter la notice de votre réfrigérateur !



Indiquer la date d'ouverture des aliments sur les emballages.

Avoir en tête que la plupart des fruits ne se conservent pas au frigo (tomates, poivrons, melons, etc.) !



Emballer les denrées avant de les mettre au réfrigérateur, pour prévenir leur dégradation et éviter les odeurs. Les mettre dans des boîtes de conservation plutôt que dans des films plastiques !



## MINUTE QUIZZ !

Selon toi, comment conserver au mieux une boisson gazeuse en bouteille ?

Réponse : En la plaçant à l'envers dans le frigo pour éviter que le gaz ne s'échappe par le bouchon !





## Au niveau de la restauration collective et commerciale



Dans tous les cas, il est primordial de mettre en place une démarche pérenne impliquant l'ensemble des acteurs de la restauration collective (direction, convives, parents d'élève, professeurs, étudiants, etc.). Une commission spéciale « anti-gaspillage alimentaire » peut même être créée !

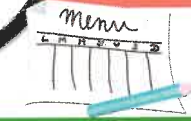
Lors de la préparation des repas : mise en place d'un système d'inscription des convives, suivi régulier de la consommation pour pouvoir adapter les commandes, adapter les portions en fonction de l'appétit, travail avec des produits de qualité et issus de circuits courts, etc...

**Idée !** Organise avec le chef cuisinier de ta cantine une visite des cuisines par les élèves de ta classe : cela permettra à tous de connaître le fonctionnement de la cuisine, de savoir comment les aliments sont préparés et de mieux savoir ce que l'on mange !



Lors du repas : disposition de la salle, augmentation du temps passé à table, changement de place du pain dans la chaîne du self, accompagnement des élèves, bar à salade, assiettes « petite ou grande faim », etc.

**Idée !** Le fait de mettre le pain en début de chaîne dans un self-service encourage le gaspillage : on a tendance à en prendre plus, au cas où on n'aimerait pas le plat, ou au cas où ce serait un plat en sauce, etc. En le plaçant en fin de chaîne, on sait déjà ce que l'on va manger et on est plus raisonnable !



En aval, la gestion des surplus : servir le lendemain des repas non servis la veille, dans le respect des règles de sécurité alimentaire, établir un contrat avec une structure d'aide alimentaire, etc...

**Idée !** Pourquoi ne pas réaliser une pesée des déchets de la cantine pendant une semaine ? Cela permettra de savoir quelle quantité est réellement gaspillée, d'en parler aux autres élèves, aux cuisiniers et de mettre en place tous ensemble des mesures concrètes pour diminuer les chiffres.

Lors du repas : proposer des assiettes de tailles et de prix différents, faire payer au poids de nourriture, offrir la possibilité au client de repartir avec ses restes.

### MINUTE QUIZZ !

Qu'est-ce que le « doggy bag » ?

1/ Un sac pour chien

2/ Le dernier album de Snoopdog

3/ Un sac pour repartir avec les restes de son repas

Restes que l'on n'a pas consommés au restaurant.  
Réponse : Le doggy bag est un sac pour repartir avec les restes.



### Initiative

Le restaurant parisien Simone Lemon achète ses fruits et légumes « hors calibres ». Le restaurant tente par-là d'impulser une dynamique nouvelle dans laquelle tout le monde s'y retrouve : les producteurs vendent l'intégralité de leur production et les consommateurs ont accès à des repas de qualité à moindre coût.



## POUR ALLER PLUS LOIN, CONSULTEZ L'EXPO SUR LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE DONT LE SOMMAIRE EST LE SUIVANT :

- ⇒ **SOMMAIRE**
- ⇒ **DÉFINITIONS**
- ⇒ **CHIFFRES CLÉS**
- ⇒ **ENJEUX ENVIRONNEMENTAUX- EAU**
- ⇒ **ENJEUX ENVIRONNEMENTAUX - ÉNERGIE/SOLS**
- ⇒ **ENJEUX SOCIO-ÉCONOMIQUES**
- ⇒ **LES SOLUTIONS**
- ⇒ **ASTUCES**
- ⇒ **SOLUTIONS PRATIQUES**
- ⇒ **LE FRIGO**
- ⇒ **RECETTES DE RESTES**
- ⇒ **EN RESTAURATION COLLECTIVE**

**DIRECTEUR DE LA PUBLICATION :**  
Thierry de Noblens, Président de FNE Midi-Pyrénées

**RÉDACTION ET CONTENU :**  
Floriane Lelièvre-Oury et Andréa Jack, Services civiques à FNE Midi-Pyrénées

**GRAPHISME, ILLUSTRATIONS, MISE EN PAGE :**  
Les Delo  
Emilie Marsaud - Chargée de mission FNE Midi-Pyrénées

**OPÉRATION RÉALISÉE AVEC LE SOUTIEN FINANCIER DE :**

