

U mio Monda

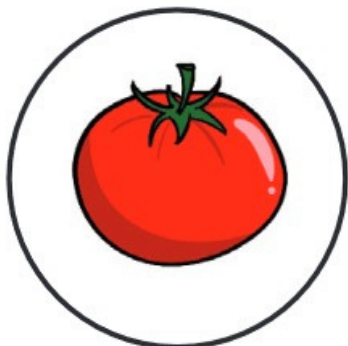
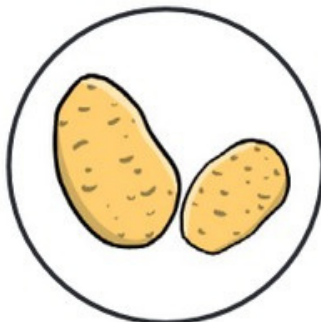
11 fiches pédagogiques bilingues
à la découverte de notre territoire
et de ses produits fermiers



LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE



- **Présentation**
- **Proposition d'activités**
- **Pour aller + loin**



LE GASPILLAGE DES RESSOURCES FONDAMENTALES

Un tiers des aliments produit sur la planète termine à la poubelle. Dans l'Union Européenne, en 2020, cela représentait 127 kg par personne (soit le poids de 4 enfants du CE2).



Les initiatives "anti-gaspi" se multiplient dans les magasins.

Objectifs pédagogiques

- Préparer son engagement en tant que citoyen

Compétences

- Être conscient des conséquences de ses actions quotidiennes
- Connaître les bases d'un comportement alimentaire responsable

Le gaspillage des ressources fondamentales débute dès la production d'un aliment. En effet, avant même d'avoir atteint notre assiette, il a consommé de l'énergie et de l'eau. Il a utilisé des ressources naturelles qui se raréfient et contribué à l'émission de gaz à effet de serre. L'organisation des Nations Unies pour l'Alimentation et l'Agriculture (FAO) œuvre à la prévention et à la réduction des pertes et du gaspillage alimentaire. Elle estime que 14 % des produits alimentaires destinés à la consommation sont perdus chaque année entre la post-récolte et l'étape précédent la vente au détail. Le pourcentage reste encore à affiner pour estimer la perte jusqu'à l'assiette mais il est estimé à 30 % en tout. L'objectif est de diviser ce chiffre par deux d'ici 2030.

Les causes

Mauvais calibre, rupture de la chaîne du froid, produit abîmé pendant le transport, etc., à chaque étape, il existe des causes différentes de gaspillage sur lesquelles il est possible d'agir. Le reportage de l'ADEME illustre parfaitement les différents stades le gaspillage alimentaire peut intervenir :

- production : 32%
- transformation : 21%
- distribution : 14%
- consommation : 33% dont 14% pour la restauration (collective et commerciale) et 19 pour la consommation à domicile.



Le gaspillage alimentaire - [Infographie de l'ADEME](#)

Chaque individu jetterait chaque année 7 Kg d'aliments encore emballés en France (soit le poids de 2 cartables de CM2). Les dates limites de consommation et une mauvaise conservation des aliments en sont les principales raisons.

Une bouteille de lait entamée, un morceau de fromage que l'on oublie au fond du frigo, des légumes défraîchis avant d'être cuisinés, un pot de miel retrouvé dans un placard, ... autant d'exemples que chaque foyer pourrait citer.

C'est là que la quantité d'aliments gaspillés est la plus haute.

Si le repas du midi est souvent pris à l'extérieur, les journées restent longues et le temps à consacrer à cuisiner restreint.

Chacun a sa part de responsabilité, chacun peut agir à son niveau.



Répartition du gaspillage par type de produits en France

Les pistes d'amélioration

Victimes de leur apparence, les fruits et légumes sont les plus connus pour être écartés du panier de courses. Pourtant, cela n'a pas d'influence sur leur goût. De plus, ils sont souvent consommés découpés voire mixés en compote ou en soupe. Les possibilités existent, le consommateur les connaît mais se retrouve souvent à jeter un reste de plat, un produit périmé.

Ce qu'il faut faire :

- acheter seulement ce dont on aura besoin jusqu'aux prochaines courses
- ranger ses courses en fonction des dates de péremption
- cuisiner les légumes frais rapidement
- à table, je finis mon assiette
- cuisiner les restes
- des petits pas...durables

En pratique :

- les listes de courses et des menus de la semaine aident beaucoup
- bien conserver les aliments dans les placards et le frigo
- acheter des produits locaux, de saison
- je me serre des petites portions
- les conserver au congélateur
- nourrir ses poules avec les déchets alimentaires ou les composter

Des initiatives anti-gaspi



- l'application Too good to go propose des paniers anti-gaspi de magasins ou restaurants vendus à prix réduits.
- les groupes de tri et dons, les recycleries proposent aussi de l'alimentaire.
- les magasins proposent de plus en plus de produits anti-gaspi à prix réduits.

*Pertes de nourriture
+ Gaspillage alimentaire
= 1/3 des aliments produits.
& 1 habitant sur 9 qui ne
mange pas à sa faim...*

Vocabulaire

- **Perte de nourriture** : nourriture perdue entre la récolte et la vente au détail, à l'exclusion de cette dernière étape.
- **Gaspillage des ressources fondamentales** : nourriture gaspillée par le consommateur ou à la vente au détail.

*Différence établie par la FAO
pour mieux cibler les causes
et pouvoir les traiter.*

PROPOSITIONS D'ACTIVITÉS

Guide du maître

1/ C'est périmé ou je peux le manger ?

Classe entière avec adulte OU en autonomie sur fiche, par groupe
 Matériel : magnets (lait, miel, brocciu, ficatellu, farine de châtaigne, huile d'olive, figue, veau) + visuels pâtes et sel/poivre à découper page suivante.
 crayon papier, fiche trace écrite à imprimer en A4

Les élèves répartiront les magnets en deux colonnes.
 D'autres visuels pourront être ajoutés pour cette activité.
 Pour la trace écrite, page 6, les élèves entoureront les visuels de deux couleurs différentes.



Je retiens : Après la DLC, c'est dangereux pour la santé !

2/ Sauras-tu ranger ton frigo correctement ?

Classe entière avec adulte OU en autonomie sur fiche, par groupe
 Matériel : crayon papier, fiche frigo imprimé en A3, visuels produits à imprimer en A4, ciseaux, colle

Il s'agira de découper les vignettes et de les replacer au bon endroit dans le frigo.

Selon les réfrigérateurs, la partie la plus froide se trouve :

- en haut s'il y a un freezer
- **au-dessus du bac à légumes s'il n'y a ni freezer ni bac à glaçons**
- dans l'espace 0°C si mention ou dans tout le réfrigérateur s'il s'agit d'un appareil à froid ventilé.



3/ QCM : entoure la bonne réponse

Classe entière ou par groupe, avec adulte à l'oral pour les non lecteurs OU en autonomie sur fiche
 Matériel : crayon papier, fiche

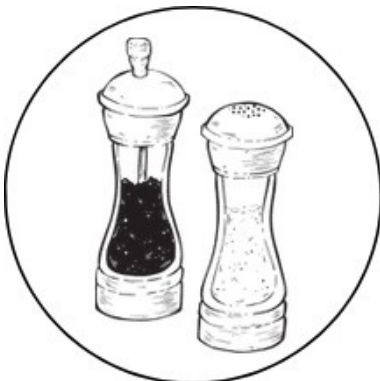
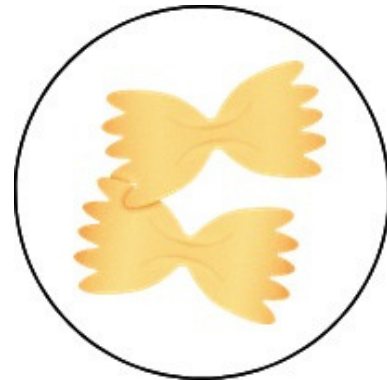
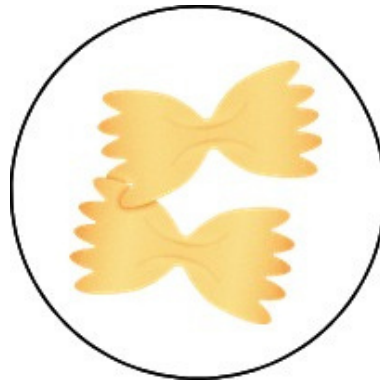
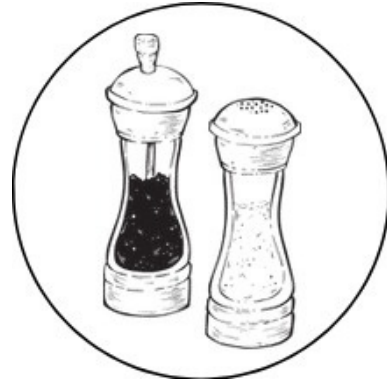
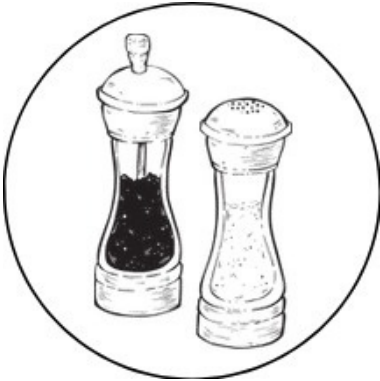
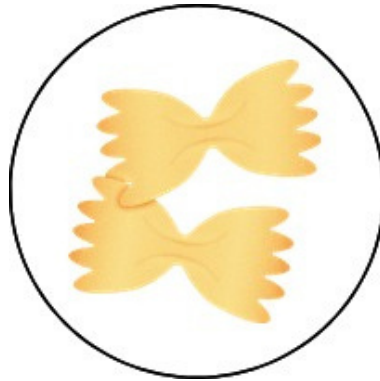
Il s'agira de trouver la réponse aux questions proposées. Une seule réponse possible sauf mention contraire.



PROPOSITIONS D'ACTIVITÉS

Guide du maître

Images complémentaires pour l'exercice 1 avec les aimants



PROPOSITIONS D'ACTIVITÉS

Pour l'élève

1/ C'est périmé ou je peux le manger ?

Connais-tu la définition de ces deux sigles ?

DLC : _____

DDM : _____

Entoure en rouge les aliments qui ont une DLC et en vert les aliments qui ont une DDM :

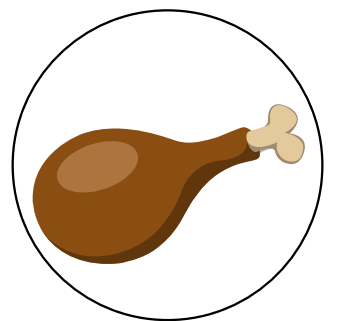
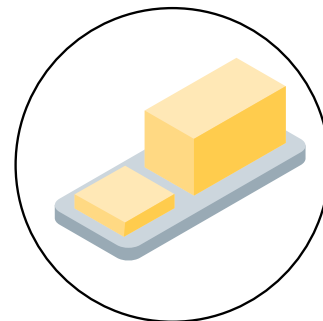
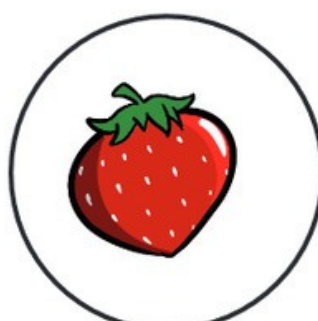
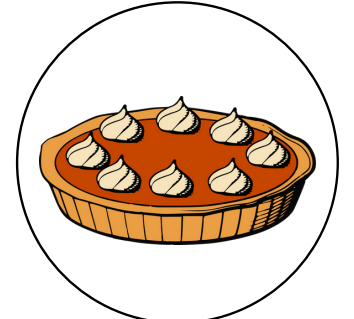
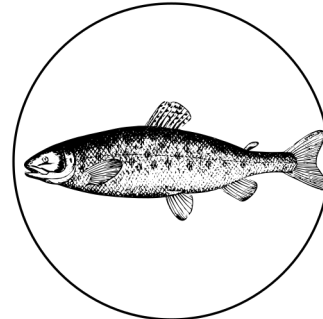
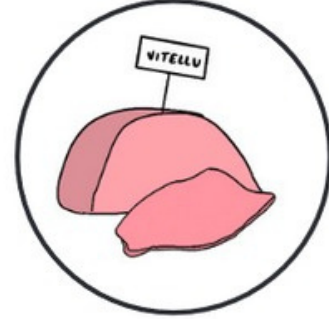
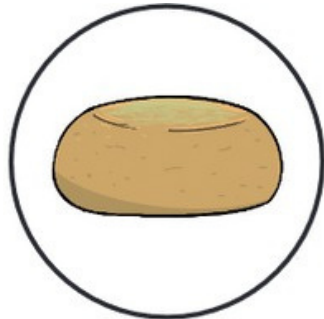
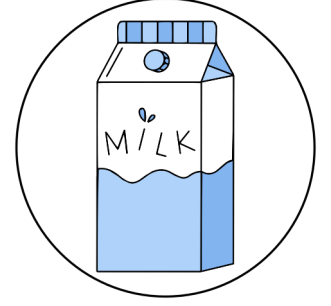
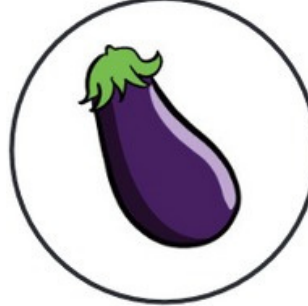


Je retiens :

2/ Sauras-tu ranger correctement ton frigo ?



2/ Sauras-tu ranger correctement ton frigo ?



2/ Sauras-tu ranger ton frigo correctement ? CORRECTION



3/ QCM : entoure la bonne réponse

1

À la cantine, il y avait du veau aux olives avec des pâtes :

- A : j'ai terminé mon assiette
- B : je n'ai mangé que les pâtes
- C : je n'ai pas touché à mon assiette car je n'aime pas ce plat

2

Le miel se conserve :

- A : 1 an
- B : 10 ans
- C : ne se périmé pas

3

Maman vient d'acheter des fraises chez le maraîcher :

- A : nous les mangerons la semaine
- B : je les préparerai d'ici deux ou trois jours
- C : je les prépare dès que je rentre pour éviter qu'elles ne s'abîment

4

Avec les légumes d'été, Tonton a fait une ratatouille :

- A : il fait une tarte avec les restes
- B : il laisse les restes au frigo jusqu'à son retour de vacances
- C : il jette les restes

5

Au frigo, il reste la moitié du sachet de farine de châtaigne acheté le mois dernier :

- A : Tata le jette
- B : Tata va le jeter à la fin du mois
- C : Tata peut le garder un an dans le bac à légumes

6

À la foire, Papi a acheté de l'huile d'olive :

- A : 1 grande bouteille pour en avoir jusqu'à la prochaine récolte
- B : 3 petites bouteilles pour en avoir jusqu'à la prochaine récolte
- C : 6 bouteilles car Mémé en casse toujours la moitié

7

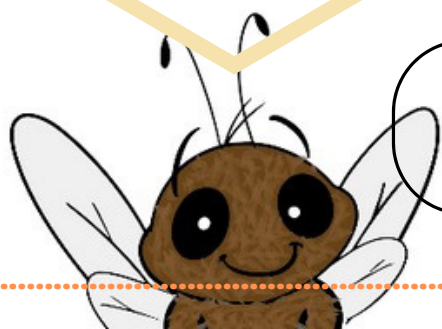
Mémé nous a donné 3 Kg de pommes un peu abîmées :

- A : Maman n'était pas très contente
- B : Maman a préparé de la compote et une tarte aux pommes
- C : Maman les a données aux cochons

8

Papa a acheté un panier de légumes et a oublié de cuisiner les carottes :

- A : elles sont toutes molles, il les jette
- B : il les laisse où elles sont
- C : il les met dans un saladier rempli d'eau froide pour qu'elles retrouvent leur croquant



Halte au gaspillage !

POUR EN SAVOIR +

ADEME : vidéo le gaspillage alimentaire

<https://youtu.be/59FHOMkMxf4?feature=shared>

Conseils pour bien ranger son frigo

<https://www.inao.gouv.fr>

France Nature Environnement

<https://fne.asso.fr/dossiers/maitrisez-le-gaspillage-alimentaire-de-la-definition-aux-actions>

La journée internationale de sensibilisation aux pertes et gaspillages de nourriture a lieu le 29 septembre. Elle a été instaurée par l'Organisation des Nations Unies en 2020.

Crédits photos :

Page 1 : Stella
EMMANUELLI
Page 2 : Lien vidéo
Ademe (cf. ci-dessus),
illustration réalisée à
partir des données de
l'ADEME sur la
répartition du
gaspillage Illustrations
: PNRC, Canva

Correction des activités :

1/ DLC : la Date Limite de Consommation est indiquée par la mention "à consommer jusqu'au". Au-delà de cette date, la consommation d'un aliment représente un danger pour la santé.

DDM : la Date de Durabilité Minimale est indiquée par la mention "à consommer de préférence avant le". Elle peut être dépassée. En rouge : la viande, le ficatellu, le brocciu, le lait de la traite (le lait pasteurisé acheté en bouteille peut se consommer dans les deux mois après la DDM) En vert : les pâtes, l'huile d'olive. La farine de châtaigne reste comestible mais sera rance. Le sel et le poivre, le miel ne périssent pas. Les fruits et légumes frais et entiers ne sont pas soumis à cette obligation d'information.

2/cf. correction dans le guide du maître. La zone froide est située au-dessus du bac à légumes.

3/ 1 : A ; 2 : C, 3 : C, 4 : A, 5 : C 6 : B : elle se conserve entre 1 et 3 mois une fois ouverte, 7 : B, 8 : C.