DOSSIER D'INFORMATION

pour les enseignants,
éducateurs et encadrants.

ARRÊTONS DE NOURRIR NOS POUBELLES !

Syvedac
Agissons durablement sur nos déchets

Le gaspillage alimentaire

VALLÉE DE L'ORNE

PRÉAMBULE

L'éducation à l'environnement est une partie intégrante de l'éducation. Elle a pour objectif de favoriser un comportement responsable de l'enfant aujourd'hui pour en faire un citoyen de demain, capable de prendre part aux débats sur la gestion de notre environnement.

Pour atteindre cet objectif, des animations pédagogiques sur le gaspillage alimentaire, ainsi que la réalisation de documents d'information sont assurées par le Centre Permanent d'Initiatives pour l'Environnement Vallée de l'Orne dans le cadre d'un marché avec le Syndicat pour la Valorisation et l'Elimination des Déchets de l'Agglomération Caennaise (SYVEDAC).

La gestion et la prévention des déchets sont des préoccupations majeures pour notre société dont le mode de consommation est très producteur. La lutte contre le gaspillage alimentaire est l'un des leviers permettant la réduction des déchets (ordures ménagères) à traiter et la préservation de nos ressources.

Ce dossier d'information est destiné aux enseignants, éducateurs et encadrants. Il apporte des connaissances factuelles sur le gaspillage alimentaire, des ressources ainsi que des fiches pédagogiques complémentaires à l'intervention en classe.

GASPILLER [gaspije] v.t. (provençal gaspilha, grappiller, croisé avec l'ancien français gapailler, rejeter les balles de blé). Faire un mauvais emploi de quelque chose, de telle sorte qu'il se perd en partie : Gaspiller la nourriture. (source Larousse)

SOMMAIRE

5 Présentation
6 Introduction
6 Petit historique des déchets
8 Gérer les déchets, une question de société
9 Gestion des déchets sur le territoire du SYVEDAC
12 Le gaspillage alimentaire
12 Définitions
13 Ça chiffre
14 Les enjeux de la lutte contre le gaspillage alimentaire
14 Scandale étique et social
15 Dommages environnementaux
17 Coût du gaspillage
18 Les causes du gaspillage alimentaire de la terre à l'assiette
22 Le gaspillage et moi : des pistes de solutions

26 Glossaire & abréviations
29 Sources
29 Pour aller plus loin
30 Annexes
Affiches de synthèse par niveau
Test « Du gaspillage dans vos placards ? »

PRÉSENTATION

Ce dossier d'information est conçu pour vous permettre de préparer et/ou d'exploiter l'intervention en classe sur le gaspillage alimentaire. Il fait partie d'un ensemble de supports pédagogiques destinés à faire comprendre aux scolaires les enjeux de la lutte contre le gaspillage alimentaire.

Les documents annexes pourront être utilisés dans le cadre de votre projet de classe sur les thématiques des déchets (prévention, tri, gaspillage alimentaire, compostage).

L'intervention de l'animateur spécialisé du CPIE Vallée de l'Orne se passe dans votre salle de classe.

Elle dure 2h pour le collège et lycée, et s'organise en 2 sessions d'1h30 pour le cycle 3, en classe entière.
L'animation est financée par le Syvedac, donc gratuite pour les établissement appartenant à son territoire.

Pour fixer une date d'animation, contactez :

Syvedac
Agissons durablement sur nos déchets

Tél : 02 31 28 40 03
contact@syvedac.org

Conditions d'intervention et d'encadrement

Lieu Dans votre salle de classe

Durée de l'intervention

2h (collège et lycée)

2x 1h30 (cycle 3).

Public Du cycle 3 au lycée.

Effectif 30 personnes max

Objectifs

Sensibiliser les élèves à la réduction des déchets

Découvrir le gaspillage alimentaire, ses causes et ses conséquences

Découvrir des solutions individuelles et collectives pour lutter contre le gaspillage alimentaire.

Introduction

Petit historique des déchets

Les déchets ont toujours créé des difficultés dans nos sociétés. Trois grandes époques ont marqué leur gestion :

Les débuts du ramassage des ordures ménagères au début du 20ème siècle en Angleterre.

Au Moyen-Age, déchets et excréments étaient jetés dans la rue. Un manque d'hygiène qui vaudra à la France de nombreuses épidémies meurtrières comme la Peste noire de 1347. A la Renaissance, un service d'enlèvement des boues est créé moyennant un impôt qui soulève la colère de la population.

Le 19e siècle voit les prémisses d'une gestion organisée des déchets. En 1870, interdiction de jeter par les fenêtres, eaux, urines et autres ordures sous peine d'amende… 14 ans plus tard, le Préfet Eugène Poubelle ordonne le dépôt des déchets dans des récipients spéciaux. La première collecte des déchets est née !

1884 : le Préfet Poubelle invente la... poubelle !

L'Epoque moderne. Le dernier siècle, avec la révolution industrielle, a connu un accroissement rapide de nos déchets et une évolution du contenu de nos poubelles. Avec le temps, de nouveaux déchets ont été produits : matières plastiques et autres produits de synthèse, matériaux composites tels les tétrabricks utilisés en grande quantité pour les aliments liquides, déchets spéciaux ménagers qui s'avèrent toxiques pour la santé et l'environnement (produits de nettoyage divers, produits de bricolage et de jardinage, médicaments, huiles de vidange et de friture, piles, bains de photographie, tubes fluorescents…).

Cet accroissement des déchets a entraîné une série de mesures depuis la dernière partie du 20eme siècle :

En 1975, fin des décharges sauvages. Les collectivités doivent traiter leurs ordures ménagères dans des sites ayant reçu une autorisation préfectorale.

En 1992, interdiction de mettre en décharge des déchets dont la part valorisable n'a pas été extraite, ou dont le caractère polluant et dangereux n'a pas été réduit. La société Eco-Emballages est créée pour accompagner la mise en place de dispositifs de collectes sélectives des emballages ménagers en France.

En 1994, l'Union européenne oblige les Etats européens à valoriser 50 à 65 % du poids de leurs déchets d'emballages au plus tard le 30 juin 2001.

En 2002, la mise en place du tri sélectif est obligatoire en France.

En 2011, le décret du 11 juillet limite les quantités de déchets qui peuvent être incinérés et mis en décharge. Les déchets doivent être traités par ordre de hiérarchie, comme suit :

- réutilisation,
- recyclage (matière et organique),
- valorisation énergétique

En juin 2013, lancement du Pacte National de lutte contre le gaspillage alimentaire visant à diviser par deux le gaspillage alimentaire d'ici 2025. 11 mesures pour y parvenir dont la journée nationale de lutte contre le gaspillage alimentaire le 16 octobre.

En 2014, publication du plan national de réduction des déchets par arrêté ministériel. Il renouvelle l'objectif initial du Grenelle de l'environnement, soit la diminution de 7% de la production de déchets ménagers et assimilés en 2020 par rapport à 2010, et inclut dans ces mesures un nouvel axe : la lutte contre le gaspillage alimentaire.

Gérer les déchets, une question de société

En adoptant la loi sur la transition énergétique pour la croissance verte (LTECV) le 17 août 2015, la France s'est engagée dans un défi majeur :

- réduire de 10 % les quantités de déchets ménagers en 2020,
- réduire de 50 % la quantité de déchets mis en décharge d'ici 2025,
- recycler 55% des déchets dangereux,
- favoriser l'énergie issue de la valorisation des déchets non recyclables,
- lutter efficacement contre le gaspillage alimentaire.

5R

REFUSER
RÉDUIRE
RÉPARER
RÉUTILISER
RECYCLER

AUTOPSIE DE LA POUBELLE GRISE D'UN HABITANT DU TERRITOIRE DU SYVEDAC
(ANNÉE 2019 - EN KILOGRAMMES)

87,3 KG Poubelle **jaune**

9,6 KG Colonne à **verre**

11,2 KG Tri en **déchèteries**

19,6 KG **Gaspillage** alimentaire

73,3 KG Déchets **compostables**

66,2 KG **Ordures ménagères** Résiduelles

Source : Analyses SYVEDAC 2019 sur un échantillon représentatif du territoires

Gestion des déchets sur le territoire du SYVEDAC

Le SYVEDAC et ses missions

Le SYVEDAC est le Syndicat pour la Valorisation et l'Elimination des Déchets de l'Agglomération Caennaise. Il assure la mission de service public du traitement et de la valorisation des déchets ménagers et assimilés sur un territoire de **175 communes** *.
Les collectes sont organisées par les collectivités ou groupements membres du SYVEDAC, cela représente près de 140 000 tonnes de déchets par an.

Le Syvedac a pour priorité la réduction des déchets. Afin d'y parvenir, il mène différentes actions au sein de son territoire :

- Promotion du compostage domestique et du jardinage pauvre en déchets
- Lutte contre le gaspillage alimentaire
- Promotion de la consommation pauvre en déchets
- Réduction des imprimés publicitaires non sollicités
- Sensibilisation de la réutilisation et du réemploi
- Démarche d'éco exemplarité
- Sensibilisation à la nocivité des produits dangereux
- Communication du programme local de prévention

631 KG

de déchets* sont produits par chaque habitant en une année.

** Tous déchets confondus (recyclable, déchetterie notamment).*

* Cliquer pour voir l'étendue du territoire du Syvedac depuis le 1er avril 2021

Une seconde vie pour nos déchets

Les matières recyclables

Les emballages issus des collectes sélectives d'emballages ménagers ou des déchèteries (emballages en plastique, papiers, cartons, boîtes métalliques) sont envoyés vers un centre de tri.
Les emballages y sont triés par type de matériaux et acheminés chez les industriels du recyclage.
Le verre est dirigé chez le verrier Tourres & Compagnie au Havre.

Terre enrichie...

S'ils ne sont pas compostés dans des composteurs individuels, les déchets verts issus de l'entretien des jardins des particuliers et collectés en déchèterie ou en porte à porte, sont compostés sur le site de VALNOR situé à Billy et sur le site de SOCOMPOST situé à Carpiquet. Le compost est un amendement* organique de qualité.

Energie

Les déchets ménagers (poubelle noire) deviennent source d'énergie. La chaleur produite par l'incinération de déchets ménagers à l'Unité de Valorisation Energétique (UVE) de Colombelles permet l'alimentation d'un réseau de chaleur urbain à Hérouville-Saint-Clair et le CHU de Caen depuis 2019.
Depuis 2017, l'UVE produit également de l'électricité en utilisant l'énergie produite par la combustion des déchets. L'électricité sert à 85% à l'autoconsommation du site, le reste est diffusé sur le réseau local de consommation électrique.
Depuis 2021, 3,6 hectares de serres maraîchères sont alimentés en chaleur.

Une partie des résidus solides issus de la combustion des déchets ménagers, appelés «mâchefers», est dirigée vers un centre de traitement des mâchefers à Blainville-sur-Orne pour être valorisée en remblais ou en sous-couche routière, selon la réglementation en vigueur.
Quant aux ferrailles issues du déferraillement des mâchefers, elles sont recyclées dans l'industrie sidérurgique.

* cf glossaire

Les ultimes

Les encombrants collectés en porte à porte ou en déchèterie sont triés sur le site SNN à Blainville sur Orne . Les cartons, bois et plastiques bénéficient d'une valorisation de matière tandis que les déchets ultimes (non valorisables) sont dirigés en Installation de Stockage de Déchets non dangereux à Cauvicourt.

Les Résidus d'Epuration des Fumées d'Incinération des Ordures Ménagères non valorisables issus de l'incinération des déchets ménagers, appelés REFIOM, sont amenés en ISDD (Installation de stockage de déchets dangereux) à Argences pour y être stabilisés et enfouis selon la réglementation en vigueur.
En 2019, moins de 6 % des déchets du territoire ont été enfouis.

Les autres déchets...

Les déchets dangereux, les piles, les déchets électriques et électroniques apportés en déchèterie bénéficient d'une valorisation de matière après dépollution dans les filières spécialisées.
De même, les batteries sont traitées et recyclées en batteries neuves, les pneus sont recyclés en revêtement sportif ou routier, les huiles de moteurs sont régénérées en huile de moteur propre, les gravats sont triés et réutilisés en remblais, enfin, les textiles sont réutilisés et recyclés.
Il existe par ailleurs des points de collecte pour les piles, les ampoules basse consommation et les cartouches d'imprimantes dans les magasins. Les produits électroménagers peuvent également être rapportés en magasin lors d'achat de produits neufs ou peuvent être apportés dans des structures solidaires de type ressourcerie/recyclerie pour être réparés et revendus, au même titre que les textiles.

LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

(Source FAO, Ademe)

Plusieurs définitions:

Attention à ne pas confondre gaspillage alimentaire avec déchets alimentaires.

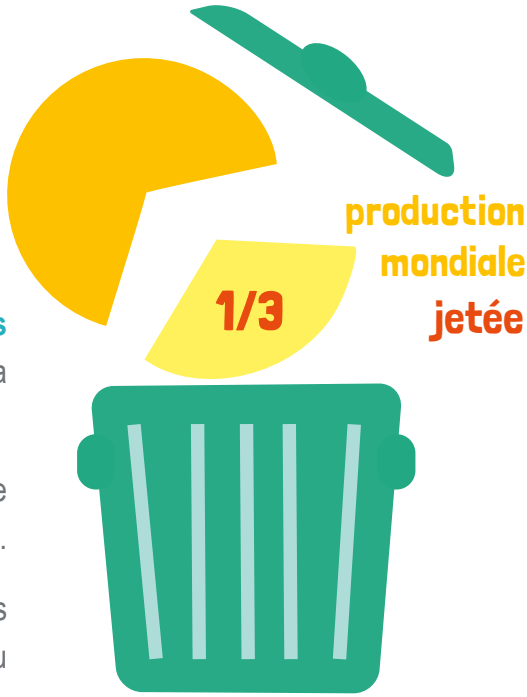
Le terme « déchets alimentaires » comprend les déchets évitables et inévitables.
Les déchets « évitables » correspondent aux aliments jetés qui auraient pu être consommés (pain rassis, aliments dont la date de péremption est dépassée, plat oublié dans le fond du réfrigérateur…).
Les déchets « inévitables » correspondent aux parties des aliments préparés qui ne sont pas consommables (coquille d'œufs, os, …).

Selon le programme national de prévention des déchets 2014-2020 en France, le « gaspillage alimentaire » se définit comme : « **toute nourriture destinée à la consommation humaine qui, à une étape de la chaîne alimentaire, est perdue, jetée, dégradée** ». Il correspond donc aux pertes alimentaires vérifiées depuis le stade de la production, jusqu'au stade de la consommation, et concerne bien la part évitable des déchets alimentaires.

D'après l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO), le terme « gaspillage alimentaire » se réfère le plus souvent au comportement des distributeurs et des consommateurs tandis que les « pertes alimentaires » s'observent en début de chaîne (production, après-récolte, transformation).

Dans ces deux définitions, les pertes et/ou gaspillages alimentaires excluent les aliments destinés initialement à l'alimentation animale, ou non consommables (déchets inévitables). Par conséquent, **un aliment destiné à la consommation humaine mais faisant l'objet d'une réutilisation non alimentaire (aliment pour animaux, énergie) est considérée comme perte ou gaspillage alimentaire**.

Ça chiffre :



Dans le monde, **un tiers de la part comestible des aliments produits** destinés à la consommation humaine est perdue ou gaspillée (de la production à la consommation).

Cela représente **1,3 milliards de tonnes** de denrées gaspillées chaque année, soit 41 200 kg de nourriture jetés chaque seconde dans le monde.

En France, sur 6,5 millions de tonnes de « déchets alimentaires» produits par les ménages chaque année, 1,2 millions est de la nourriture pas ou partiellement consommée. Cela représente selon l'Ademe 20 à 30 kg de déchets alimentaires jetés chaque année par habitant dont 7 kg qui n'ont pas été déballés, soit l'équivalent d'un repas par semaine.

Ce sont 38 kg de nourriture consommable jetés toutes les secondes par les consommateurs.

Chaque seconde

=

41 200 kg
de nourriture jetés
de la production à la consommation

Dans le monde

38 kg
de nourriture jetés
par les consommateurs

En France

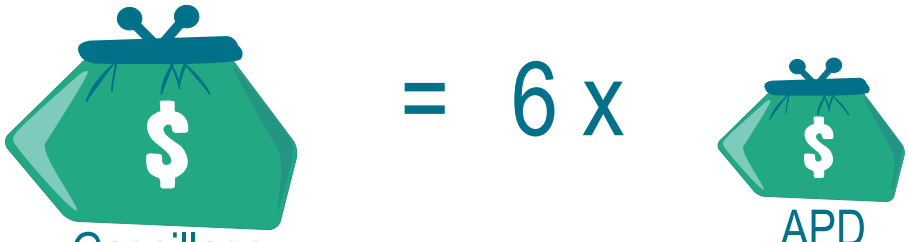
Les enjeux

(Source FAO, FNE, Ademe)

Un scandale éthique et social :

L'un des objectifs du millénaire pour le développement des Nations Unies : éliminer la faim dans le monde. 795 millions de personnes sont sous-alimentés dans le monde, soit 1 personne sur 9.
Et pourtant, **¼ des aliments jetés sur la planète suffirait à nourrir ces populations**.

Une aberration d'autant plus grave que le coût des denrées gaspillées dans le monde est 5 à 6 fois plus élevé que le montant total de l'Aide Publique au Développement mondial (APD) (134,4 milliards de dollars en 2014). Une aide précieuse pour les pays en développement qui pourrait améliorer leur politique alimentaire afin d'assurer la sécurité alimentaire de ses habitants.



Les pays développés sont également touchés par l'insécurité alimentaire. En France, on estime à 6 millions le nombre de personnes dans cette situation.
D'autre part, les commerces anticipent le coût du gaspillage alimentaire et le répercutent sur le prix final du produit alimentaire. Cela appuie le phénomène d'insécurité alimentaire chez les personnes en difficulté financière.

Enfin, les petits producteurs et ouvriers agricoles du monde entier sont autant de ressources humaines qui travaillent (souvent dans des conditions difficiles et pour des revenus faibles) pour nous nourrir, en vain.

Dommages environnementaux :

Les sols

en superficie

28 % des terres agricoles mondiales sont inutilement cultivées pour produire des aliments jetés. Cela représente 1,4 milliards d'hectares soit plus de **20 fois la superficie de la France**. Si c'était un pays, il serait le 2e plus grand pays derrière la Russie et devant le Canada.

Des pertes irréversibles de terres cultivables. L'utilisation, intensive pour la plupart, de ces terres agricoles implique l'utilisation massive d'engrais et de produits phytosanitaires contribuant alors à leur pollution, à la diminution de leur fertilité et à leur érosion.

De plus, les déchets générés par le gaspillage alimentaire (nourriture et emballages) sont traités et finissent enfouis dans des unités de stockage et par conséquent occupent inutilement l'espace terrestre.

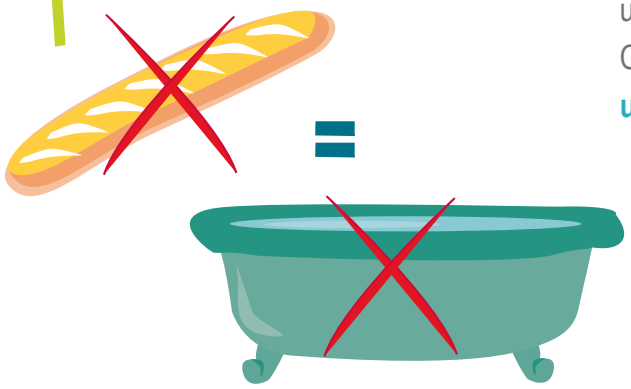
Gâchis d'eau douce

Le volume d'eau gaspillée chaque année pour les cultures des aliments gaspillés correspond à un volume de 250 km^3 soit plus de 9 fois le volume du débit annuel de la Loire. Une quantité qui pourrait couvrir les besoins en eau potable de tous les habitants de la planète.

L'eau virtuelle utilisée pour la production, la préparation industrielle, l'emballage, le transport des aliments est également gaspillée.

Par exemple, il faut **1000 L d'eau pour produire 1 kg de farine.** Cela équivaut à une baignoire remplie d'eau utilisée en vain pour chaque baguette gaspillée.

Ce sont **70 baignoires pleines d'eau gaspillées pour un rôti de porc oublié** dans le fond du réfrigérateur.



Emission de Gaz à Effet de Serre (GES)

Le gaspillage alimentaire contribue à l'accroissement des émissions de GES sur la planète et par conséquent au changement climatique global.
Il résulte de la consommation d'espaces agricoles, d'énergie et de produits chimiques pour produire, stocker, conserver, transporter, cuisiner la nourriture mais aussi pour la collecter et la traiter lorsqu'elle devient un déchet.
À cela s'ajoutent les émissions générées par la production et le traitement des emballages de la nourriture gaspillée.

Les denrées alimentaires perdues ou gaspillées le long de la chaîne alimentaire représentent 3,3 Gigatonnes équivalent CO_2 rejeté dans l'atmosphère chaque année.
Si le gaspillage alimentaire était un pays, il serait le 3e plus gros émetteur de GES après la Chine et les États-Unis.

en GES

Perte de la biodiversité

Le gaspillage alimentaire contribue à l'expansion de l'agriculture et des pêcheries dans les zones sauvages, à la surexploitation des ressources naturelles, à la modification des habitats naturels, à la pollution et aux émissions de GES. Ce qui a pour conséquence la disparition de la biodiversité sauvage (mammifères, oiseaux, poissons, amphibiens, pollinisateurs...).

Coût du gaspillage alimentaire :

Le coût total du gaspillage est estimé à **2 600 milliards de dollars**. Il englobe :

Les coûts économiques

1 000 milliards de dollars (prix des denrées au détaillant) ou 750 milliards de dollars (prix des denrées au producteur).

Les coûts des dommages environnementaux

Environ 660 milliards de dollars.

Les coûts sociaux

1 000 milliards de dollars (impact des pesticides sur la santé humaine, perte de moyens de subsistance liée à la raréfaction des ressources naturelles, subventions visant à produire des denrées alimentaires jetées ou aux conflits favorisés par une pression exercée sur les ressources naturelles).

Les coûts cachés

Ils sont difficilement mesurables (valeur des poissons rejetés à la mer, perte de la biodiversité, perte de zones humides…).

En France, le coût direct du gaspillage pour le consommateur représente selon l'Ademe 160€ par personne et par an (dont prise en charge et traitement du déchet par la collectivité)

Dans un monde où les ressources naturelles sont limitées et inégalement réparties (terres, eau, ressources énergétiques), améliorer l'efficacité de l'ensemble des filières alimentaires permettrait de réduire leurs pertes et leurs gaspillages amenant vers un développement plus durable des ressources de la planète (humaines, naturelles et économiques). Dans le même temps, cela répondrait aux enjeux actuels et futurs de la sécurité alimentaire mondiale face à une population toujours croissante.

Comme pour l'UE, la France s'est fixée pour objectif de réduire de moitié le gaspillage alimentaire d'ici à 2025. Cela a donné naissance au Pacte national de lutte contre le gaspillage alimentaire. Elle s'est également dotée d'un Plan national de prévention des déchets pour la période 2014-2020 qui contient un axe sur la réduction du gaspillage alimentaire (cf mission du Syvedac).

Les causes du gaspillage alimentaire

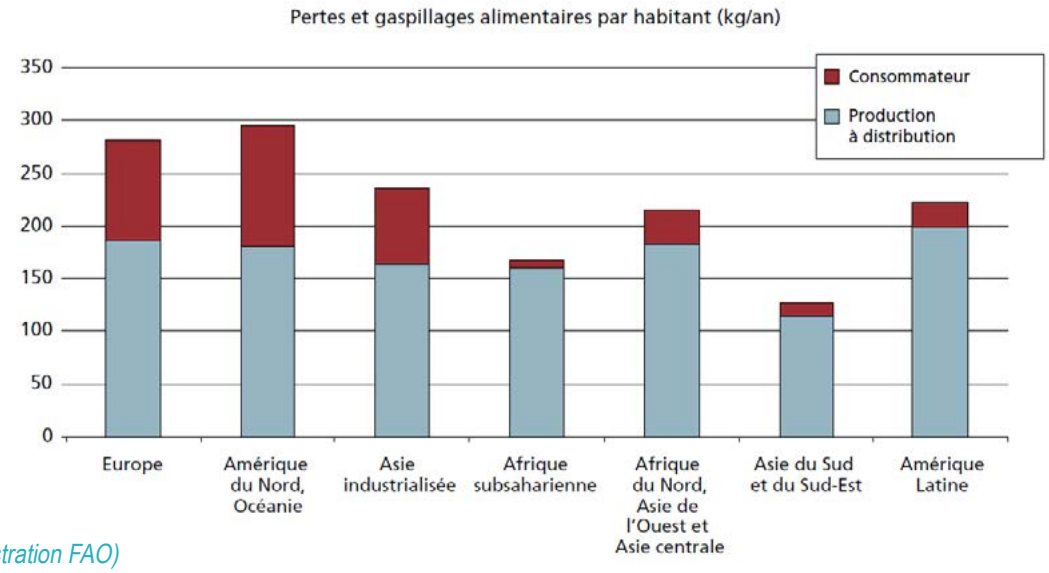
(Source FAO, Ademe)

Les causes précises des pertes et du gaspillage alimentaire varient en fonction des régions du monde et sont liées à la situation géographique et aux conditions particulières de chaque pays :

- Politiques agricoles menées
- Infrastructures et capacités existantes
- Filières de commercialisation
- Circuits de distribution
- Comportement des consommateurs et habitudes alimentaires

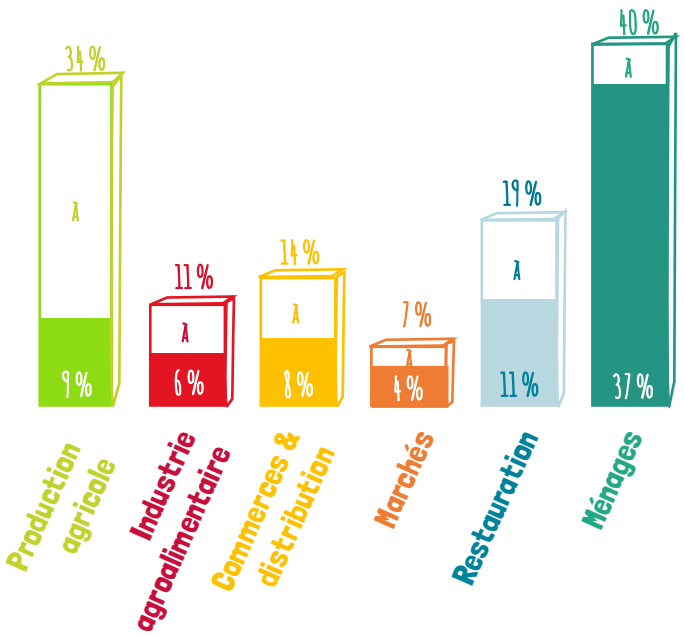
Tous les pays sont concernés par le gaspillage alimentaire.
Cependant, dans les pays à revenu moyen et élevé, le gaspillage survient principalement en fin de cheminement (distribution et consommation) et par manque de coordination entre les différents acteurs des filières alimentaires.
En revanche, dans les pays à revenu faible, la perte des denrées alimentaires ont principalement lieu en début ou en milieu de cheminement (manque d'infrastructures, équipements inadaptés, mauvaises gestion de récolte, de stockage, de transport) alors que le gaspillage par les consommateurs est limité.
Par exemple, en Afrique subsaharienne, les pertes et gaspillage alimentaire par le consommateur est de 6 kg par habitant et par an tandis qu'il est de 95 kg par habitant et par an en Europe.

Pertes et gaspillages alimentaires par habitant et par région,
aux stades de la consommation et de l'avant consommation



(Illustration FAO)

Du champ à l'assiette :



Répartition du gaspillage alimentaire en France

(Source Rapport Garot)

Dans les champs et océans :

- Facteur météorologique et environnemental
- Maladie et parasite
- Mécanisation qui abîme les denrées pendant la récolte et le tri
- Problème de conservation
- Cours de marché trop bas qui ne couvre pas le coût de la production et de la récolte
- Norme de calibrage imposée par la distribution qui aboutit à la destruction des denrées non satisfaisante. 15 à 20 % des productions agricoles sont laissées dans les champs par les producteurs eux-mêmes, car ils savent qu'ils seront refusés par les distributeurs
- Normes sanitaires
- Clauses contractuelles (refus de livraison par contrat avec le distributeur ou l'entreprise agro-alimentaire)
- Surproduction et surpêche amenant à des invendus consommables le plus souvent détruits
- Techniques de pêche non sélectives dévastatrices. 30 à 70 % des poissons pêchés seraient remis à l'eau (surpêche, normes réglementaires, espèces non désirées). Cependant, le taux de survie de ces prises accessoires est faible.

Dans les transports et entrepôts :

- Produits trop mûrs, abîmés ou perdus
- Mauvais conditionnement (rupture chaine du froid)
- Refus de livraison par l'industrie agro-alimentaire et la grande distribution
- Crise sanitaire

Dans les usines agro-alimentaires :

- Transformation des aliments qui génèrent du rejet consommable (exemple : croute de pain de mie, parage de fruits et légumes)
- Rupture de la chaine du froid
- Défaut d'étiquetage
- Process et conditionnement défectueux
- Clauses contractuelles (reprise des invendus consommables par contrat avec le distributeur)
- Défauts de calibrage des produits

Dans les commerces :

- Rupture de la chaîne du froid
- Système de conservation défectueux
- Commandes mal anticipées ou inappropriées
- Course à l'ultra fraicheur (DLC et DDM/DLUO) et critère esthétique
- Retrait des produits abîmés et présentant un défaut d'étiquetage
- Manipulation des produits par les clients, casse en rayon
- Stratégie marketing (promotion, surabondance dans les rayons)

À table :

82% des européens pensent qu'ils gaspillent peu voire pas du tout.
Et pourtant lorsqu'on autopsie les poubelles des Français, on constate que le gaspillage d'aliments représente chaque année 30% des déchets ménagers.

(Source FNE)

À la maison :

- Portion inadaptée
- Surdosage
- Oublis
- Mode et rythme de vie (manque de temps)
- Manque de transmission des compétences culinaires au sein de la famille
- Achat de quantité non adaptée aux besoins réels de la famille
- Méconnaissance de la signification des dates de péremptions (DLC et DDM/DLUO)
- Méconnaissance des modes de conservations des produits
- Impact des stratégies marketing sur le comportement d'achat
- Eloignement des lieux de production agricole (pas de contact avec le producteur)

En restauration (collective et commerciale)

En restauration collective le gaspillage alimentaire représente 167 g / personne / repas.

C'est 1 repas servi sur 3 qui n'est pas consommé.

- Problème de conservation
- Qualité gustative des aliments
- Mauvaise estimation du nombre de convives et portions inadaptées
- Pratiques professionnelles qui génèrent le gaspillage (épluchage)
- Appétit variable des convives
- Réglementation floue (règles d'hygiène alimentaire, recommandation nutritionnelle, dons, boîte à emporter)

Le gaspillage alimentaire et moi

(Source FNE)

Des pistes de solutions

Quand j'achète ?

- Planifier un menu pour la semaine
- Lister ses courses en prenant soin de vérifier les stocks dans le placard et le réfrigérateur
- Faire les courses l'estomac plein
- Partir avec un sac cabas
- Acheter des quantités adaptées aux besoins de la famille
- Privilégier les produits en vrac, à la découpe et sans emballage (apporter vos contenants)
- Résister aux tentations des offres promotionnelles. (Le produit concerné répond-il à un réel besoin ?)
- Ne pas bouder les produits à date limite de consommation proche
- Ne pas exiger des produits visuellement parfaits
- Privilégier des produits locaux, frais et de saison (plus sain, nutritif et savoureux)
- Limiter les achats de plats pré-cuisinés
- Respecter la chaîne du froid (sac isotherme, achat des produits frais / surgelés en dernier lieu)
- Demander conseil au commerçant

DDM - date de durabilité minimale

À CONSOMMER DE PRÉFÉRENCE AVANT LE 01/04/2015

après cette date, le produits n'est pas périmé, il est sans danger mais peut avoir perdu certaines de ses qualités

DLC - date limite de consommation

À CONSOMMER AVANT LE 01/04/2015

après cette date, le produits est périmé et non consommable

Quand je range ?

- Savoir interpréter les dates de péremption: DLC et DDM (ou DLUO)
- Stocker selon la règle, premier rentré premier sorti
- Laver régulièrement le réfrigérateur et les placards
- Savoir ranger dans un réfrigérateur selon les zones de froid.
- Conserver les aliments dans des boites hermétiques au réfrigérateur (cela évite les contaminations entre aliments)
- Indiquer les dates d'ouverture des aliments (produits laitiers)
- Tenir compte de la durée de vie et de conservation des aliments crus ou cuits.
- Congeler ou mettre en conserve le surplus des produits frais

La durée de conservation des aliments

Poisson cuit	1 à 2 jours
Ragoût, quiche	2 à 3 jours
Pommes de terre cuites	3 jours
Soupe	3 à 4 jours
Viande cuite	3 à 4 jours
Lait	3 à 5 jours
Pâtes et riz cuits	3 à 5 jours
Tomates	1 semaine
Beurre	2 semaines
Oeufs	1 mois

(Source FNE)

(Illustration FNE)

Quand je cuisine ?

- Adapter le dosage aux besoins du repas
- Goûter avant d'assaisonner
- Réduire la consommation de plats pré-cuisinés et congelés
- Congeler ou mettre en conserve le surplus des produits cuisinés
- Revigorer des aliments défraichis en applicant quelques astuces
- Cuisiner les aliments qui vont bientôt se périmer
- Cuisiner les fanes et les épluchures des légumes
- Limiter la part de protéines animales aux besoins nutritionnels
- Accommoder les restes

Revigorer les fruits & légumes

Céleri

Le mettre dans de l'eau froide avec un peu de sucre, il retrouvera son croquant.

Pomme flétrie

L'arroser avec de l'eau bouillante ou l'y tremper un instant

Carottes

Ajouter une cuillère à café de sucre à l'eau dans laquelle bouillent les carottes défraîchies.

Légumes mous

Couper les légumes mous, les laver et les laisser tremper dans de l'eau au frigo jusqu'au lendemain.
Ils seront de nouveau croquants.

Salade défraîchie

Mettre un morceau de sucre dans un grand volume d'eau et y laisser tremper la salade défraîchies pendant 3/4 d'heure.

Savoir doser les aliments

par personne

Légumes 200 g

Poisson 140 g

Lentilles 3 grosses cuillères à soupe

Laitue un bol

riz 50 g

Pâtes 80 g

Pommes de terre 5 pommes de terre moyennes

(Sources FNE)

Quand je mange ?

- Demander/servir des portions adaptées à son appétit (à la maison, ou en restauration)
- Goûter avant d'assaisonner
- Goûter avant de dire «Je n'aime pas»
- Conserver les restes dans une boîte de conservation au réfrigérateur
- Ne pas jouer avec la nourriture
- Demander une boîte à emporter dans les restaurants

Seulement en dernier recours

- Composter les restes qui ne peuvent plus être consommés
- Donner les restes aux animaux

Glossaire

Aide publique au développement (APD) : Ensemble des dons et des prêts à conditions très favorables accordés par des organismes publics aux pays et aux territoires figurant sur la liste des bénéficiaires du « Comité d'aide au développement » (CAD) de l'Organisation de coopération et de développement économique (OCDE).

Amendement : Produit apporté aux sols pour augmenter leur fertilité en améliorant leur pH, leur structure ou leurs éléments nutritifs. Les amendements sont donc utilisés en agronomie et pour le jardinage afin d'améliorer les terres et les rendre plus productives.

Biodiversité : Ensemble des milieux naturels et des formes de vie (plantes, animaux, êtres humains, champignons, bactéries, virus…) ainsi que toutes les relations et les interactions qui existent, d'une part, entre les organismes vivants eux-mêmes, et, d'autre part, entre ces organismes et leurs milieux de vie.

Boite à emporter (ou doggybag): Emballage dans lequel le client d'un restaurant peut emporter les restes de son repas.

Chaîne alimentaire : Dans le cadre du gaspillage alimentaire, elle représente le cheminement des aliments produits à travers les étapes de la production, la transformation, le transport, la distribution, la consommation.

Chaîne du froid : ensemble des opérations logistiques et domestiques (transport, manutention, stockage) visant à maintenir des produits alimentaires à une température donnée afin d'en préserver la salubrité et les qualités gustatives.

Composter : Action de conversion et de valorisation des matières organiques (issues du vivant) par voie biologique en un produit stabilisé, hygiénique, semblable à un terreau, riche en composés humiques appelé le compost.

Conditionnement : action de placer une denrée alimentaire dans un contenant en contact direct avec la denrée concernée. Avec l'emballage, il constitue une étape importante de la transformation qui facilite la manutention lors du transport, du stockage et au niveau de la distribution. Ensemble, ils assurent une protection adéquate du produit contre les contaminations extérieures et contre l'humidité de l'air.

Date de péremption : Date à partir de laquelle la fraîcheur d'un produit (alimentaire, pharmaceutique, ménager) n'est plus assurée. Il existe plusieurs types de date de péremption ayant des significations différentes (DLC ou DLV et DDM ou DLUO)

DLC : La Date Limite de Consommation ou la Date Limite de Vente (DLV) indiquent jusqu'à quel moment le produit peut être consommé. Cette date est reconnaissable grâce à l'indication suivante : « A consommer jusqu'au … ». Elle est impérativement à respecter du fait de la qualité même du produit. Elle concerne souvent des produits dits fragiles comme la viande, le poisson ou les produits laitiers.

DDM ou DLUO: La Date de Durabilité Minimale ou Date Limite d'Utilisation Optimale désigne jusqu'à quelle date le produit peut être consommé tout en conservant ses qualités diététiques et organoleptiques optimales. Elle se caractérise notamment par l'indication suivante « à consommer de préférence avant…». Mais au contraire de la DLC, la DDM n'est pas impérative. Si le produit est dit « périmé », il verra peut-être son goût altéré mais pourra toujours être consommé s'il a été parfaitement conservé.

Déchet ultime : Résidu de déchet après traitement ou déchet pour lequel il n'existe pas de traitement de valorisation.

Déchet alimentaire : ce sont les déchets biodégradables qui proviennent de la préparation des aliments ou des restes récupérés dans les assiettes de restauration. Ce sont également des produits déclassés, secs ou semi-secs, provenant des industries agroalimentaires.

Eau virtuelle (ou empreinte hydrique) : C'est un indicateur de la quantité d'eau directe et indirecte, consommée et polluée pour la fabrication d'un produit ou d'un service.

Energie fossile : Elle désigne l'énergie que l'on produit à partir de roches issues de la fossilisation des êtres vivants : pétrole, gaz naturel et houille. Elles sont présentes en quantité limitée et non renouvelable, leur combustion entraîne des gaz à effet de serre.

Erosion : L'érosion du sol désigne la dégradation des sols par les pluies et le travail mécanisé du sol. Les sols pauvres en matières organiques sont sensibles à l'érosion, et peut amener à la perte de terres arables.

GES : Les Gaz à Effet de Serre sont des gaz qui absorbent une partie des rayons solaires en les redistribuant sous la forme de radiations au sein de l'atmosphère terrestre, phénomène appelé effet de serre. L'augmentation de leur concentration dans l'atmosphère terrestre est à l'origine du changement climatique. Tous n'ont pas le même pouvoir réchauffant global, et tous n'ont également pas la même durée de vie dans l'atmosphère. L'unité de mesure est la tonne équivalent CO2 ou la tonne équivalent C.

Mécanisation agricole : Matériel agricole employé à des fins agricoles, que ce soit à l'extérieur de la ferme et dans ce cas elle comprend tous les travaux d'aménagement et de production à partir des travaux du sol jusqu'à la récolte, ou que ce soit à l'intérieur de la ferme et concerne toute la technologie pour la production animale et les opérations de transformation primaire des produits agricoles.

Norme de calibrage : Normes réglementaires de qualité (UE) fixent des règles de calibrage. Selon le produit, le calibrage est fixé en fonction d'un ou plusieurs critères : diamètre, longueur, largeur ou poids. Les normes de calibrage ont été réduites depuis 2008, mais persistent malgré tout du fait des exigences des distributeurs.

Prises accessoires : Capture non intentionnelle d'espèces marines au moyen de l'équipement de pêche conçu pour d'autres espèces. Ces poissons pris accidentellement sont rejetés morts ou mourants à la mer.

Process : Ensemble des étapes ou transformations nécessaires à la fabrication d'un produit. Succession des phases d'un mode de fabrication. Le process peut être manuel, mécanisé voire complètement automatisé.

Produits locaux : Le produit local se définit comme un produit distribué et consommé à proximité de son lieu de production. Dans la pratique, la distance entre le lieu de production et de distribution n'est pas strictement établie mais correspond généralement à une distance allant de 100 à 250 km.

Produit phytosanitaire : Produit de l'industrie chimique, utilisé pour soigner ou prévenir les maladies des organismes végétaux. Par extension, on utilise ce mot pour des produits utilisés pour contrôler des plantes, insectes et champignons.

Règles d'hygiène alimentaire : Ensemble de textes réglementaires assurant l'hygiène et la sécurité des aliments dans le but de prévenir des atteintes potentielles à la santé du consommateur.

Sécurité alimentaire : Le Comité de la Sécurité Alimentaire mondiale la définit ainsi : « La sécurité alimentaire existe lorsque tous les êtres humains ont, à tout moment, la possibilité physique, sociale et économique de se procurer une nourriture suffisante, saine et nutritive leur permettant de satisfaire leurs besoins et préférences alimentaires pour mener une vie saine et active. »

Stratégie marketing : Ensemble de techniques marketing permettant notamment d'influencer au maximum le comportement des acheteurs lorsqu'ils sont dans un point de vente, mais aussi les fidéliser (exemple : promotion, diffusion de senteur et de musique d'ambiance…)

Vrac (ou détail) : Mode de distribution où le produit n'est pas conditionné.

Zone humide : Milieu où l'eau est le facteur déterminant pour le fonctionnement de ces zones naturelles et pour la vie animale et végétale. Selon le code de l'environnement, les zones humides sont des « terrains, exploités ou non, habituellement inondés ou gorgés d'eau douce, salée ou saumâtre de façon permanente ou temporaire; la végétation, quand elle existe, y est dominée par des plantes hygrophiles pendant au moins une partie de l'année».

Abréviations

ADEME Agence de l'Environnement et de la Maitrise de l'Énergie

FAO Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture

FNE France Nature Environnement

Sources

Lutte contre le gaspillage alimentaire : proposition pour une politique publique, rapport (mission parlementaire, Guillaume Garot 2015)

L'état de l'insécurité alimentaire dans le monde, rapport (FAO, 2015)

Programme national de prévention des déchets 2014-2020 (MEDDE, 2013)

Du gaspillage alimentaire à tous les étages, rapport (FNE, 2013)

A vos tabliers ! Astuces et recettes anti gaspillage, guide (FNE 2013)

Global Gachis : le scandale du gaspillage alimentaire, documentaire (Olivier Lemaire, 2012)

Le scandale du gaspillage alimentaire, documentaire (Marie Pierre Raimbault, 2012)

Pertes et gaspillage alimentaires dans le monde, rapport (FAO,2011)

Pour aller plus loin...

Des exposition, des jeux et des ouvrages peuvent être empruntés au Syvedac et au CPIE.

Catalogues des outils du Syvedac en prêt

Catalogues des outils du CPIE en prêt

D'autres interventions peuvent être menées pour enrichir votre projet (compostage, prévention et tri des déchets, visites de sites de traitement des déchets)

SYVEDAC
02 31 28 40 03
syvedac@caenlamer.fr

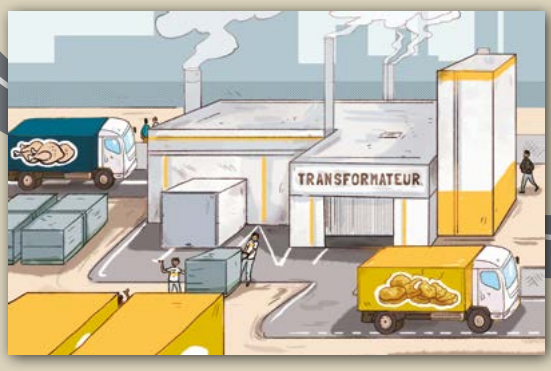
CPIE Vallée de l'Orne
02 31 30 43 27
accueil@cpievdo.fr

LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

DE LA TERRE...

Épuisement des ressources naturelles

20 x la superficie de la France



Pollution de l'eau, de l'air et du sol

1/3 des aliments produits dans le monde

Insécurité alimentaire

Perte de la biodiversité

250 km³ d'eau utilisés pour les cultures

Changement climatique

3,3 Gtonnes eq CO_2 émises dans l'atmosphère

160 € par personne et par an en France

Pertes économiques

2600 milliards de $

... À L'ASSIETTE

IPTE VALLEE DE L'ORNE

Syvedac Agissons durablement sur nos déchets

LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

DE LA TERRE ...

Épuisement des ressources naturelles

20 x la superficie de la France

Pollution de l'eau, de l'air et du sol

1/3 des aliments produits dans le monde

Insécurité alimentaire

Perte de la biodiversité

250 km^3 d'eau utilisés pour les cultures

Changement climatique

3,3 Gtonnes eq CO_2 émises dans l'atmosphère

160 € par personne et par an en France

Pertes économiques

2600 milliards de $

... À L'ASSIETTE

TPE VALLÉE DE L'ORNE
Syvedac Agissons durablement sur nos déchets

Du gaspillage alimentaire dans vos placards ?

FAITES LE TEST...

Règles du jeu :

Répondez le plus honnêtement possible aux dix questions. Attention, une seule réponse est possible par question.
Puis, additionnez vos **+ points**.
Et enfin, comparez votre score aux résultats.

1 **Votre famille est sensible au gaspillage alimentaire :**

Oui **+ 0**
Non **+ 20**

2 **À la maison ou en dehors, vous jetez de la nourriture :**

Ah non jamais **+ 5**
Ça peut arriver mais très rarement **+ 10**
Oui et trop souvent à mon goût **+ 20**

3 **Quand vous faites vos courses :**

Je jette un œil dans les placards mais pas besoin de liste **+ 5**
Je vérifie les stocks, je prépare une liste de courses et je m'y tiens **+ 0**
Je me laisse guider par mes envies dans le magasin **+ 20**

4 **Vous et les promotions :**

J'en profite aussitôt, même si je n'en ai pas besoin pour le moment, je l'utiliserai à un moment ou à un autre **+ 20**
Pas de tentation, je sais ce que je dois acheter et je m'y tiens **+ 0**
Pourquoi pas, j'en avais justement besoin cette semaine **+ 10**

5 **Quand vous rangez vos courses :**

Pas de règles précises, je range là où il y a de la place **+ 20**
Les plus vieux produits devant, et les plus récents derrière, telle est notre devise **+ 0**
Je range du mieux que je peux pour ne pas avoir à jeter **+ 10**

6 Ouvrez votre réfrigérateur, y a-t-il au moins un produit inconsommable (moisi ou périmé) ?

Non, aucun **+ 0**

Ah oui, je l'avais oublié celui-là **+ 20**

7 Vous est-il arrivé de jeter des produits secs (type riz, pâte, gâteaux secs) parce que la date limite annoncée sur le paquet était dépassée ?

Oui **+ 20**

Non **+ 0**

8 Vous connaissez la différence de signification entre DLC* et DLUO* :

Oui **+ 0**

Non **+ 20**

9 Quand vous cuisinez :

Je dose à la perfection en fonction du nombre de personnes **+ 0**

À la louche, c'est mon repère **+ 20**

J'en fais volontairement plus au cas où **+ 10**

10 Les restes dans votre frigo :

On a beau les recuisiner, une partie finit toujours à la poubelle ou dans la gueule du chien **+ 10**

On attend qu'ils développent des couleurs et des odeurs suspectes pour les jeter **+ 20**

On arrive toujours à bout de nos restes, en les accommodant par exemple **+ 0**

À vos résultats !

0 à 50

Toujours à l'affut. Vous êtes la/le pire ennemi(e) du gaspillage alimentaire ! Votre défi, si vous l'acceptez : approcher au plus près le Zéro Gaspi.

50 à 100

Vous faites de votre mieux. Vous connaissez même les astuces pour ne pas gaspiller. Pourtant, vous n'arrivez pas encore à toutes les appliquer. Rassurez-vous ! Petit à petit, ces gestes inhabituels vous paraitront familiers.

+ de 100

Pas de panique ! Des gestes très simples peuvent vous aidez à réduire significativement votre gaspillage. Il suffit de vous lancer ! C'est facile et vous verrez, votre porte-monnaie appréciera.

** DLC : Date limite de consommation DLUO : Date limite d'utilisation optimale*

TRIE VALLEE DE L'ORNE
Syvedac Agissons durablement sur nos déchets

SYVEDAC
9 rue Francis de Pressensé
14460 COLOMBELLES
Tél : 02.31.28.40.03
contact@syvedac.org

CPIE Vallée de l'Orne
Enceinte de l'Abbaye aux Hommes
14054 Caen cedex 04
Tél. 02 31 30 43 27
accueil@cpievdo.fr

Dossier réalisé par le CPIE Vallée de l'Orne en partenariat avec le SYVEDAC
- 2021-

Rédaction
Alexandra Carayon - CPIE Vallée de l'Orne
Nathalie Euzenne - SYVEDAC

Conception graphique et infographie
Alexandra Carayon - CPIE Vallée de l'Orne

Illustrations
Ariane Delrieux