

Le gaspillage alimentaire



Figure 1: Image tirée du journal "libération"

Table des matières

Table des matières

Erreur ! Signet non défini.

Introduction :	3
Qu'est-ce que le gaspillage alimentaire ?	3
Comment éviter le gaspillage alimentaire ?	4
Sensibiliser est-il important ?	4

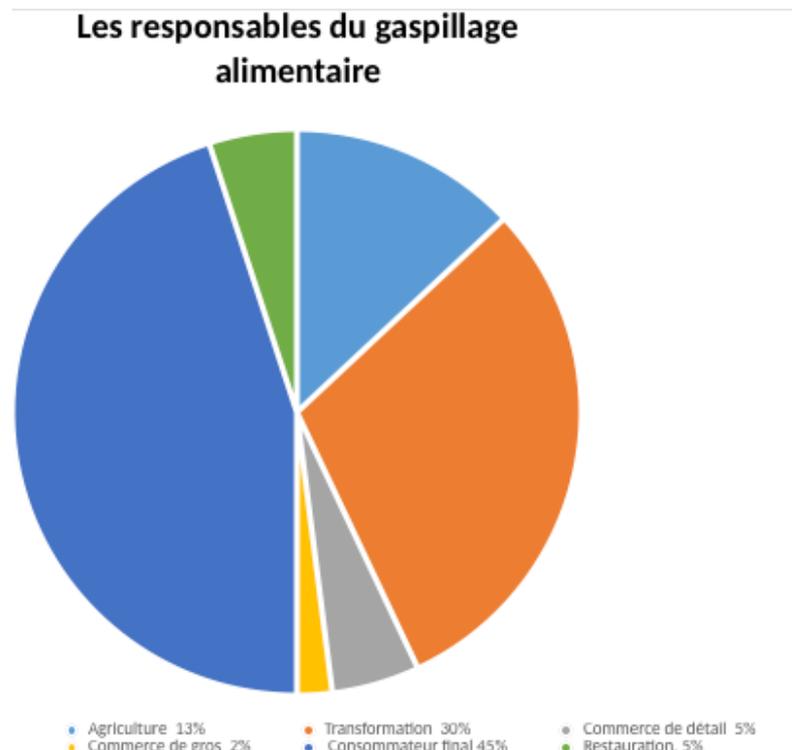
Introduction :

Trop laids, trop petits, difformes, voici les raisons pour lesquelles les gens jettent d'innombrables quantités d'aliments. La question du gaspillage alimentaire revient assez souvent, les conséquences climatiques et économiques font de ce sujet un problème d'actualité. Selon le WWF (World Wildlife Fund), seul 34 pommes sur 100 sont consommées. Les 66 autres restantes, bien qu'elles soient comestibles, sont jetées. Ces chiffres sidérants ne sont que la pointe émergée de l'iceberg que nous allons vous faire découvrir tout au long de ce projet.

Qu'est-ce que le gaspillage alimentaire ?

Le gaspillage alimentaire est le fait d'éliminer des aliments qui auraient dû être consommés. Sachant que plusieurs étapes avant de voir l'aliment dans nos assiettes, comme la culture, le traitement et la vente du produit au consommateur. Le gaspillage se situe à chacune des étapes citées précédemment, selon plusieurs motifs parfois peu convaincants. Des arguments comme « *Le produit n'est pas beau* » « *Le produit ne respecte pas les tailles préconisées par les magasins* » ... Ce qui nous amène qu'il est parfaitement évitable de jeter des aliments assurément consommables. Il existe aussi des pertes inévitables, comme par exemple des maladies qui ont prises pour cibles des produits destinés à la consommation. Le gaspillage alimentaire a, non seulement, un impact sur l'environnement mais aussi un lourd impact financier. Selon le WWF, un ménage suisse jette en moyenne entre 500 et 1000 francs de nourriture par année. Ce qui fait une moyenne de 320 grammes de nourriture jetée par personne en un jour (représentant un repas). Le WWF avance 117 kilogrammes de gaspillage alimentaire par personne par année. Le gaspillage alimentaire contribue au gâchis de ressources primordiales, comme par exemple l'eau, les terres arables, l'énergie qui contribue à la culture des aliments.

Ci-dessous vous trouverez les responsables du gaspillage alimentaire



Comment éviter le gaspillage alimentaire ?

Voici quelques conseils afin de réduire les déchets alimentaires :

- Etablir les menus de la semaine
Cela permet de savoir les quantités à préparer et donc permet d'éviter en fin de semaines de ne pas avoir trop de reste ou alors de la nourriture qui a atteint sa date de péremption.
- Faire ses courses sans avoir faim
Cette petite astuce permet d'acheter seulement les aliments dont on a besoin et donc ne pas prendre trop de quantité
- Faire attention aux dates de péremption
Surtout pour les produits frais la date de péremption est quelque chose de très important car elle permet d'anticiper les menus et donc éviter de gaspiller des aliments car ils ont dépassé la date.
- Conserver les aliments à bonne température
Cela permet de pouvoir garder plus longtemps les aliments et surtout de ne pas faire pourrir de simples aliments
- Cuisiner les bonnes quantités
C'est la chose la plus importante afin d'éviter le gaspillage, cuisiner les bonnes permet de ne pas avoir un surplus qui sera la plupart du temps mis à la poubelle
- Utiliser les restes
Cela reprend le dernier point et permet lorsqu'il y a un surplus d'aliments de l'utiliser dans des repas à venir ou alors de le donner à des associations

Sensibiliser est-il important ?

La sensibilisation n'a en aucun cas un effet immédiat sur le changement mais il peut permettre aux gens de faire eux-mêmes le changement. Si en effet le plus grand changement à effectuer est au niveau des grandes surfaces et des grands établissements qui gaspille une quantité considérable d'aliment chaque jour, cela n'est toutefois pas facile car il leur est interdit de distribuer des aliments à des associations par exemple. Nous avons recensé plusieurs cas qui sont arrivés ou des personnes qui ont distribué des aliments passés de date, se sont retrouvé licencié.

Avec cette affiche, nous essayons principalement de sensibiliser les consommateurs du CIFOM. Car oui, le moindre petit geste peut avoir des conséquences importantes. Le but principal est tout d'abord de « choquer » les clients afin de leur faire prendre conscience de l'importance de ce problème. Par la suite si un changement se fait voir, il y a alors la possibilité de soumettre un projet que nous vous détaillerons ci-dessous. Ce qui permettra, nous l'espérons, de faire changer quelques mauvaises habitudes

Partie pratique

A la suite de notre rencontre avec le chef cuisinier de la cafétéria du CIFOM-ET, nous nous sommes rendus compte d'un problème majeur. Premièrement ce qui revient le plus fréquemment, et qui nous choque le plus, sont les quantités de nourriture qu'il reste en fin de journée et les sacs poubelle pleins de déchets alimentaires. Nous avons constaté que les aliments les moins consommés sont les légumes présents dans le menu du jour (repas équilibré, différent chaque jour). De grandes quantités de légumes restent chaque jour dans les assiettes des clients. Mais il y en a pour tous les goûts, des plats typés fastfood sont aussi disponibles en cafétéria. (Étrangement ce qu'il reste le moins...)

De notre point de vue lorsqu'une personne peut choisir ce qu'elle veut prendre elle ne laisse généralement pas, voire très peu dans l'assiette. Malgré qu'une personne puisse choisir si elle veut prendre le menu ou pas, en règle générale elle choisit le menu car cela représente une alimentation variée mais est donc contrainte à prendre ce qui est mis à disposition et qui ne correspond pas forcément à un plat qu'elle va apprécier tous ce qui s'y trouve, donc va laisser plus facilement de la nourriture.

Un système qui a été mis en place dans différents établissements en France prouve qu'une baisse de plus de 50% du gaspillage. Ce concept permet, grâce à une application, aux personnes de choisir le menu qu'ils désirent manger le lendemain parmi plusieurs menus proposés, cela permet tout d'abord d'avoir une baisse considérable des aliments commandés pour confectionner le menu ainsi que d'avoir une baisse dans le gaspillage au retour des plats en cuisine. Le problème de ce concept est que le chef de la cafétéria du CIFOM n'a pas libre accès pour choisir le menu ensuite il y a plusieurs menus à préparer et donc une augmentation des prix.

Un système qui est souvent utilisé dans plusieurs établissements, est la prévention. À l'aide d'affiches, comme nous l'avons fait, cela peut déjà permettre une petite prise de conscience des consommateurs. Mais nous avons trouvé une solution plus efficace, il s'agit tout simplement de jeter, les aliments que nous n'avons pas consommés, nous même. Selon le WWF, jeter nos propres aliments nous fait « culpabiliser » de ne pas les avoir mangés, donc se dire moins se servir la fois d'après...

En conclusion de cet entretien, il y a effectivement des solutions pour limiter ce gaspillage alimentaire qui peuvent être mises en place, mais cela n'est pas simple et demande certaines contraintes. Le moyen le plus accessible est de sensibiliser les gens afin de leur faire prendre conscience qu'un acte anodin peut avoir de lourdes conséquences sur l'environnement.

LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE



Comment l'éviter ?

No. 1 Faire une liste de course.

No. 2 Faire ses courses le ventre plein, cela vous évitera des achats impulsifs commandés par votre estomac.

No. 3 Conserver les aliments dans de bonnes conditions pour les préserver au maximum de la moisissure.

No. 4 Bien ranger son frigo vous permettra de ne pas oublier quelques aliments au fond du frigo.

No. 5 Regarder les dates limites.

No. 6 Estimer les bonnes quantités à cuisiner.

No. 7 Conserver les restes et les réchauffer si nécessaire.