

La petite EXPO

# DU GRAND GASPILLAGE

## C'est quoi le gaspillage alimentaire ?



« Toute nourriture destinée à la consommation humaine qui, à une étape de son cycle de vie, est perdue, jetée, dégradée »

... est considéré comme **gaspillage alimentaire** !

### → A l'échelle mondiale

1/3 de la production mondiale de denrées alimentaires est jetée.

1/3



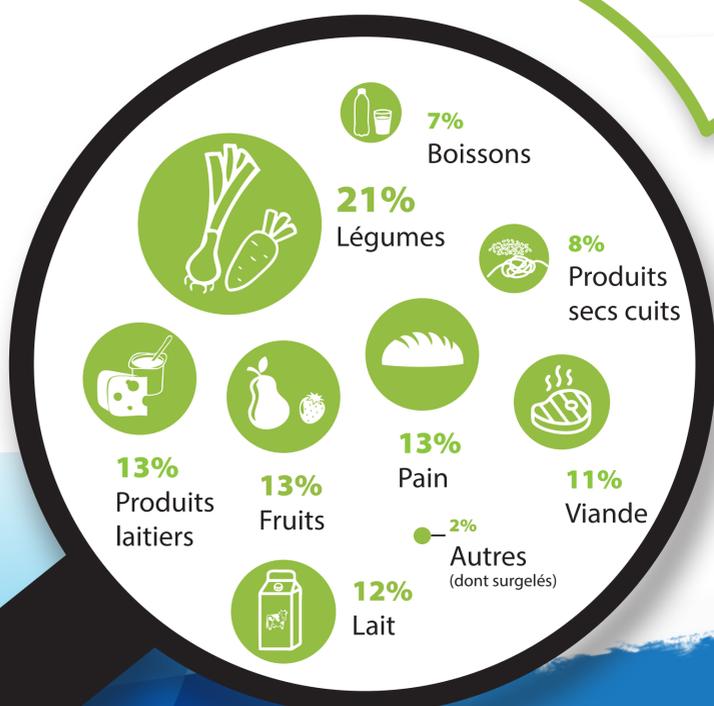
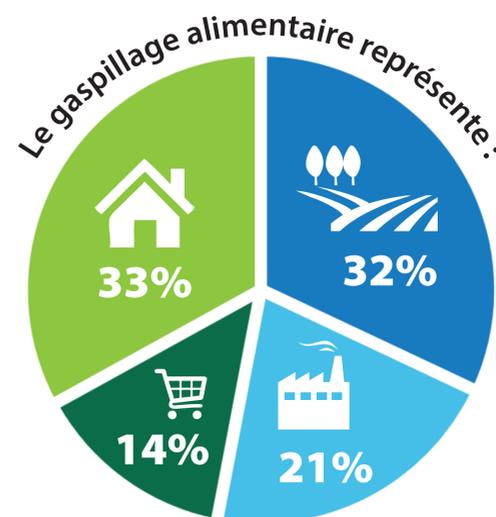
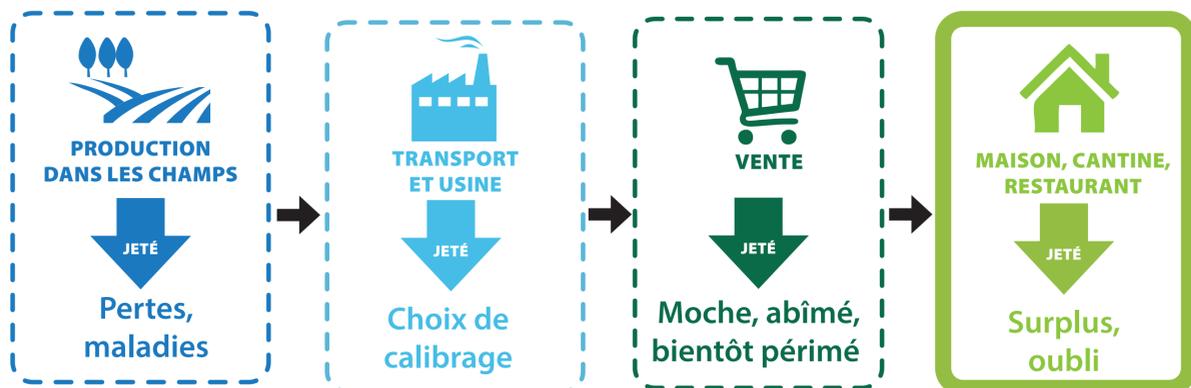
DES ALIMENTS  
PRODUITS SUR  
LA PLANÈTE

(FAO 2011)

=



### → Gaspillage du champ à l'assiette



### À LA MAISON

Le gaspillage alimentaire représente entre **20 kg** et **30 kg** par personne dont **7 kg** de produits encore emballés.



Syndicat Centre Hérault

## Pourquoi limiter le gaspillage alimentaire ?

### → Enjeu éthique

Limiter le gaspillage alimentaire a également une valeur morale, dans un monde où 1 personne sur 6 souffre de malnutrition.



En France, chaque année, **2,4 millions de personnes** font appel aux services de la banque alimentaire.

### → Enjeu environnemental

Le gaspillage alimentaire, c'est aussi une consommation inutile de ressources comme l'eau, les terres agricoles et l'énergie.



### ÉMISSION DES GAZ À EFFETS DE SERRE

Si le gaspillage alimentaire était un pays, il serait **le 3<sup>e</sup> plus grand**

**émetteur de gaz à effet de serre** derrière les États-Unis et la Chine.

### → Enjeu économique

Le gaspillage alimentaire, c'est inévitablement un gaspillage d'argent et il coûte cher : entre 12 et 20 milliards d'euros par an en France. Pour les familles, cela représente environ **160 € par personne**.

**12 À 20 milliards €/an**



**Le coût total du gaspillage alimentaire.**

La petite EXPO

# DU GRAND GASPILLAGE

## Comment agir ?

### AVANT



- Faire l'**inventaire** de ce qui reste dans ses placards et son frigo, puis établir les **menus de la semaine** : cela permet de préparer sa liste de courses et gérer ses achats.
- Faire la différence entre la date DLC (Date Limite de Consommation) et la DDM (Date de Durabilité Minimale) ! Contrairement à la DLC, **une DDM dépassée ne veut pas dire que le produit ne peut plus être consommé !**

### PENDANT



- **Ne pas faire ses achats le ventre vide.**
- **Non à la discrimination des moches !**  
Bannir le calibrage des denrées alimentaires est à la portée de tous.  
L'important, c'est le goût !
- Acheter les produits **frais en petite quantité.**
- Bien nettoyer son frigo et ranger ses produits selon la règle du **premier entré, premier sorti !**

### APRÈS



- Ludique et anti-gaspi, **la cuisine des restes** est une vraie solution au quotidien !  
Quelques idées à retrouver sur les fiches recettes du SCH !
- **Congeler** ses repas préparés en trop grande quantité, ou son reste de pain frais avant qu'il ne durcisse, permet de limiter la perte et de les retrouver quelques semaines plus tard avec plaisir !
- Adopter une attitude durable même au restaurant : demander un **gourmet bag** pour emporter ses restes.

Et quand tout semble perdu...  
Penser au **compostage !**



Syndicat Centre Hérault