

# Interview utilisateur – Thématique : Le gaspillage

**Groupe** : Fatah - Clarence - Ilyes - Nacim

**Date** : 03/12/2025

**Interviewer** : Nacim TALAOUBRID

**Participant** : Gabriel

## **C'est quoi ton rapport au gaspillage (alimentaire, énergétique, etc.) ?**

Alors j'avoue que je suis assez sensible au gaspillage. J'essaie de faire attention, surtout au gaspillage alimentaire. J'essaie de ne jamais prendre plus que ce que je peux manger.

Parfois, on pourrait croire que je me force à finir mon assiette, mais en réalité juste le fait de se forcer c'est déjà du gaspillage, mais je me dis que le vrai problème, c'est que je devrais apprendre à prendre moins dès le départ. C'est plus facile à dire qu'à faire.

J'ai aussi conscience que dans certaines régions du monde, des familles ont des difficultés à se nourrir. Dans notre société, on en est arrivé à un point où l'alimentation est devenue une industrie plus qu'un besoin, et ça fait réfléchir.

Il y a aussi d'autres domaines où on gaspille, comme le fait de changer de téléphone tous les ans : c'est du gaspillage. Personnellement, j'essaie de garder le mien le plus longtemps possible. Mon dernier téléphone, je l'ai gardé 7 ans.

Et puis il y a des formes de gaspillage auxquelles on ne pense pas forcément, comme les emails ou le cloud. Je trouve que c'est un vrai problème aussi.

---

## **Tu te situes où par rapport aux autres en termes de gaspillage alimentaire ?**

J'ai tendance à vraiment peu gaspiller. Je pense être largement en dessous de la moyenne enfin, d'après ce que j'observe autour de moi.

---

## **Cette semaine, est-ce que tu as gaspillé ou jeté des aliments ?**

Quand on gaspille, on essaie souvent d'oublier vite. Mais oui, il y a deux jours par exemple :

normalement je mets ma viande au congélateur, mais j'ai oublié de mettre du poulet par flemme. J'ai essayé de le manger rapidement mais je n'ai pas réussi à tout finir, donc je l'ai jeté.

---

**Tu parlais du gaspillage lié aux emails et aux serveurs. À chaque fois que tu envoies un email, tu te demandes s'il est vraiment nécessaire ?**

C'est vrai que je ne me pose pas la question à chaque fois. J'essaie d'avoir des prises de conscience régulières, mais il y a beaucoup d'emails qui ne sont pas nécessaires et qui pourraient, ou devraient, être supprimés.

J'ai même une boîte mail de mon ancienne école qui est presque remplie à 100 %, parce que je m'étais abonné à plein de listes de diffusion, et je ne la consulte plus du tout.

---

**Est-ce qu'au quotidien, quelque chose te motive à réduire ta consommation énergétique ?**

C'est assez difficile d'être motivé. Il n'y a rien qui me motive vraiment au quotidien.

Les seules motivations sont à long terme, comme les désastres écologiques, mais il n'y a aucun rappel quotidien, mensuel ou annuel qui me pousse à agir.

Aujourd'hui, la motivation est surtout financière : se dire qu'on perd un peu d'argent. Mais ce n'est pas suffisant. Par exemple, si je n'éteins pas la lumière, je perds quelques centimes — ce n'est pas assez pour me motiver.

---

**Est-ce que tu as une idée, même infaisable, pour réduire le gaspillage ?**

Je pense que pour réduire la consommation, il faudrait d'abord sensibiliser les gens, leur montrer les conséquences écologiques et économiques. Le problème principal, pour moi, c'est l'industrialisation de l'agroalimentaire : on ne voit plus ce qu'on mange, ni le parcours du produit jusqu'à l'assiette.

Taxer les gens n'est pas une solution selon moi. Au contraire, on devrait plutôt donner un bonus à ceux qui ne gaspillent pas. Par exemple, si une personne n'a pas acheté de téléphone ou de vêtements pendant l'année, elle pourrait avoir une récompense.

Le problème, c'est que pour appliquer ce système, il faudrait suivre les achats de tout le monde, ce qui n'est pas une bonne idée... mais je pense que c'est dans cette direction qu'il faudrait aller.