

LUTTONS CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE !

Le gaspillage alimentaire peut sembler difficile à éviter, mais avec quelques gestes simples au quotidien, chacun peut faire sa part et contribuer ainsi à préserver les ressources naturelles, protéger l'environnement et soutenir une consommation plus responsable.

8 gestes simples pour réduire le gaspillage alimentaire

Planifiez vos repas et achetez en juste quantité

Cela évite les achats superflus et les aliments oubliés.

Respectez la chaîne du froid

Utilisez un sac isotherme pour conserver la fraîcheur de vos produits jusqu'à chez vous.

Apprenez à lire les étiquettes

Faites la différence entre DLC (*Date Limite de Consommation*) et DLUO (*Date de Durabilité Minimale*) : un produit peut souvent être consommé après la DLUO.

Rangez votre frigo intelligemment

Mettez les produits à consommer rapidement devant et nettoyez-le régulièrement.

Congelez pour mieux conserver

Viandes, légumes, restes de plats : presque tout peut se congeler !

Cuisinez les restes

Faites preuve de créativité : une soupe, une omelette ou un gratin peuvent donner une seconde vie à vos restes.

Adaptez les portions à votre appétit

Ne surchargez pas vos assiettes pour éviter de jeter ce qui n'est pas mangé.

Partagez plutôt que jeter

Proposez vos surplus à vos voisins, amis ou via des applications de dons alimentaires.

Le gaspillage alimentaire en quelques chiffres

C'est en moyenne, par an et par personne, **58 kg de déchets alimentaires**, dont **24 kg de produits encore consommables**.

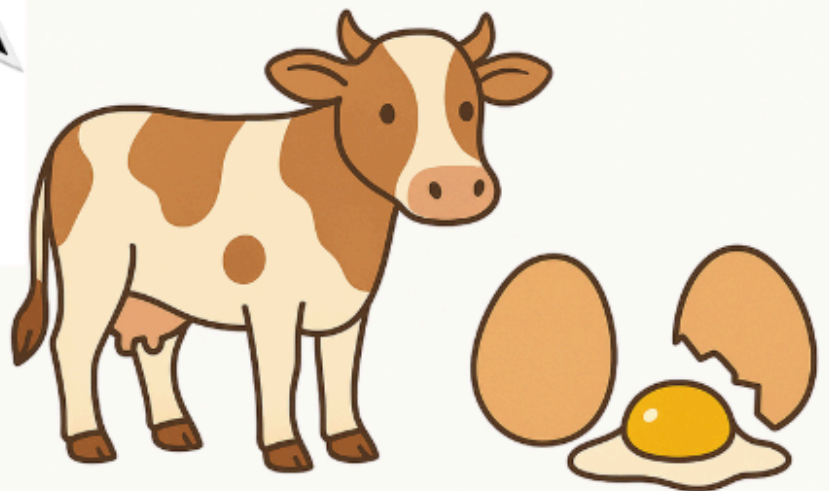
Cela inclut des produits non entamés, emballés, ainsi que des restes de repas, des fruits et légumes abîmés ou non consommés qui finissent à la poubelle.

Au total, ce sont **9,4 millions de tonnes** de nourriture qui sont gaspillées chaque année en France, dont environ **4 millions de tonnes** encore comestibles.

La restauration scolaire n'est pas en reste : nos enfants jettent en moyenne **150 g d'aliments par repas**, soit environ **150 000 tonnes par an** de nourriture pouvant être évitée.

Le gaspillage alimentaire
est un non sens
environnemental, social et
économique.
Luttons tous ensemble
contre ce fléau !

Qui jette un œuf, jette un bœuf



Le saviez-vous ?

- En Europe, le gaspillage alimentaire s'élève à **89 millions de tonnes par an** (soit 179 kg/habitant). Et pour 2020 les estimations sont de **126 millions de tonnes** (soit plus de 40%).
- Origine du gaspillage: les ménages en sont responsables à **42%** (dont 60% peuvent être évités) devant l'industrie agroalimentaire (39%), le secteur de la restauration (14%) et les détaillants (5%).
- En France, on estime que **38 kg** de nourriture consommable sont jetés toutes les secondes.

Par an :

- 1 famille française jette 400 € d'aliments
- Les belges jettent 174 € de nourriture
- En Grande Bretagne, 25 % des aliments achetés sont jetés

Le rapport de la FAO* sur le gaspillage de nourriture



Les « points chauds »

