

ALIMENTATION DURABLE ET LUTTE ANTI-GASPILLAGE

Qu'est-ce que le gaspillage alimentaire ?

C'est toute nourriture destinée à la consommation humaine qui, à une étape de la chaîne alimentaire est perdue, dégradée ou jetée.



5 bonnes raisons de ne pas gaspiller

Le partage

La pollution

Le travail

Les ressources limitées

L'argent

Le gaspillage alimentaire en quelques chiffres



1/3 des aliments produits
sont **gaspillés**

1 personne sur **6**
souffre de
malnutrition



1,3 milliard de tonnes
d'aliments sont jetés
chaque année



Consommer local et de saison

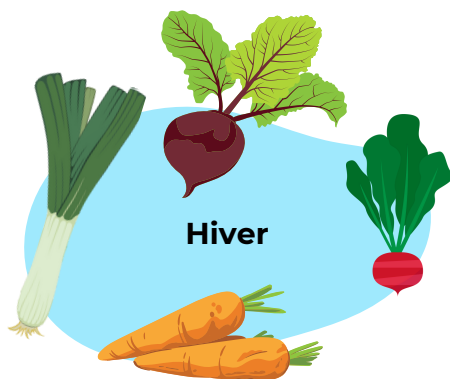
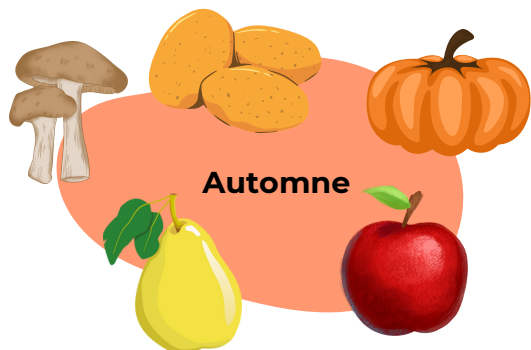
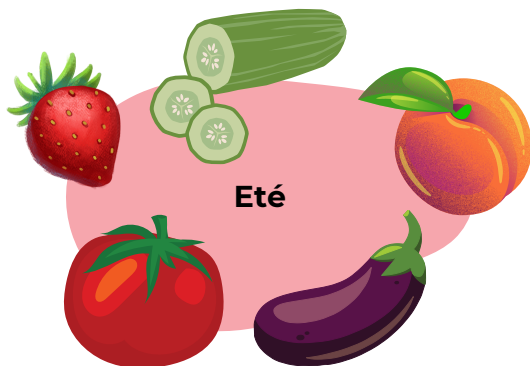
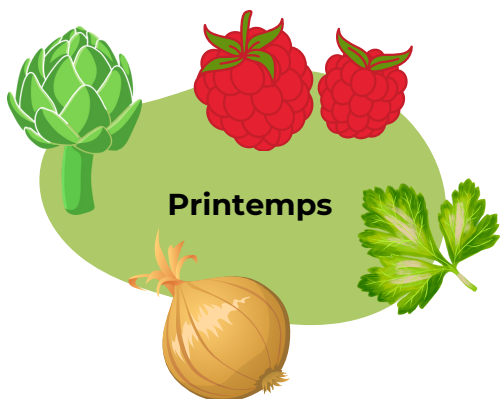
La consommation locale et de saison est une solution efficace pour lutter contre le gaspillage alimentaire. En consommant local et de saison :

Nous consommons moins d'énergie

Les temps de trajets sont plus courts et plus respectueux de l'environnement

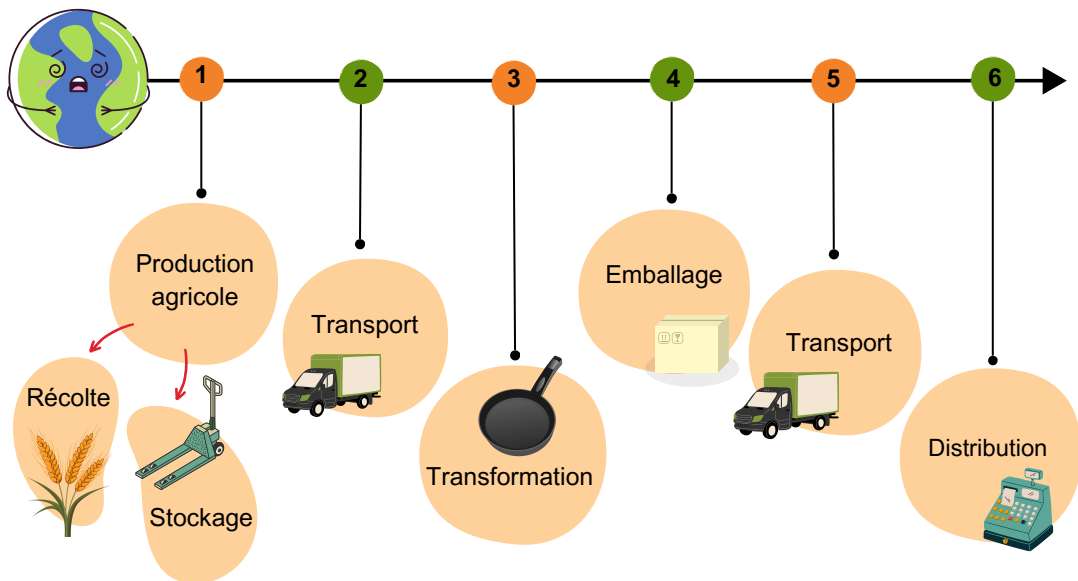
Les pertes alimentaires diminuent

Les fruits et légumes de saison



La chaîne agro-alimentaire

Le gaspillage alimentaire est présent tout au long de la chaîne agro-alimentaire.



La chaîne agro-alimentaire est très énergivore, il est nécessaire de la raccourcir

Le gaspillage alimentaire est aussi un **gaspillage des ressources** à chaque étape de la production de nos aliments.



L'eau



L'énergie



Le travail

Comment éviter le gaspillage alimentaire ?

Acheter local
ou directement
chez le producteur



Conserver
et cuisiner les restes



Faire une liste
de course



Idées anti-gaspi



Transformer **le pain sec** en
croustons, chapelure, pain perdu ou
tartines grillées.

Consommer **les fruits pas assez ou
trop mûrs** en compotes, confitures,
gelées ou sirops.

Acheter les bonnes
quantités en vrac



Manger
"de saison"



Eviter les
emballages



Eviter les plats
préparés



Faire attention aux
dates limites de
consommation

