

COMMENT TRAQUER LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE ?

NOUS AVONS RAREMENT L'IMPRESSION DE GASPILLER. POURTANT, SUR TOUTE LA CHAÎNE ALIMENTAIRE, PLUS DU TIERS DES GASPILLAGES INTERVIENT AU MOMENT DES REPAS. DIAGNOSTIC ET SOLUTIONS.

LE GASPILLAGE EST UNE RÉALITÉ



d'aliments gaspillés chaque année

= 1 repas par semaine

= 100 € par habitant chaque année

dont 7 kg d'aliments encore emballés

Les + gaspillés



Légumes

Liquides

Fruits

OBJECTIF 2025

-50% de gaspillage

sur toute la chaîne alimentaire

DES SOLUTIONS ANTI-GASPI À TOUTES LES ÉTAPES

1 Avant les courses

Établir ses menus

et dresser une liste de courses

Acheter juste ce qu'il faut
(attention aux grandes quantités en promo !)



Regarder les dates de péremption

2 Pendant les courses



Décryptage des dates de péremption

À CONSOMMER JUSQU'AU :
01.04.20

À consommer de préférence avant le :
01.04.20

Ne pas dépasser car risque pour la santé

Dépassement possible avec des qualités gustatives et nutritionnelles moindres

3 À la maison

À la cantine ou au restau, même combat !

On se sert selon son appétit on n'hésite pas à emporter ce qu'on n'a pas consommé.



Bien conserver les aliments

et mettre devant ceux à consommer le plus vite.



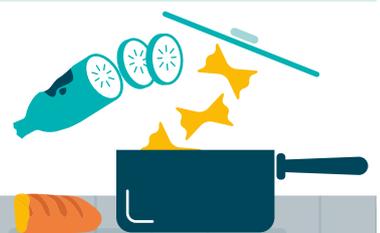
Ajuster les portions

en utilisant des doseurs, et en évitant de servir trop.



Cuisiner les restes

et trouver des recettes pour les fruits et légumes abîmés.



PREUVE QUE ÇA MARCHE !



Une opération nationale menée par l'ADEME et 3 associations de consommateurs (CSF, CLCV, Familles Rurales).



243 foyers accompagnés pour appliquer les solutions anti-gaspi.

- 59% de gaspillage alimentaire !

Les foyers passent en moyenne de 25,5 à 10,4 kg gaspillés par an et par personne, soit 30 repas économisés. 3 mois après l'opération, les foyers continuent d'appliquer les bons gestes.

POUR ALLER PLUS LOIN

www.ademe.fr/manger-mieux-gaspiller-moins

www.ademe.fr/particuliers-eco-citoyens/alimentation/eviter-gaspillage-alimentaire

Fiche ADEME "Ma recette anti-gaspi"

