

# Stop au gaspillage alimentaire

En France, 29 kg de déchets d'origine alimentaire sont jetés chaque année, dont 7 kg de produits encore emballés. Le gaspillage alimentaire nécessite une approche éducative qui passe par une prise de conscience du gaspillage à tous niveaux, de la nécessité d'adopter une alimentation équilibrée et des astuces pour limiter la quantité de déchets organiques à traiter par la collectivité.

## “La tribu des Guménous”

**NIVEAU : CE1/CE2/CM1**  
**DURÉE : 2h30**

### Objectifs de la séance

- Prendre conscience des sources de gaspillage multiples (ressources naturelles, aliments, énergie).
- Amener les enfants à faire le lien entre les courses et le gaspillage alimentaire.
- Comprendre l'intérêt d'une bonne alimentation, sur les plans de la santé et de l'environnement.

### Contenu de la séance

La séance débute par une histoire, dont les protagonistes sont au cœur de problématiques qui seront traitées dans les ateliers tournants qui sont au nombre de quatre :

- “Gaspiropode”, pour aborder le gaspillage du lieu de récolte jusqu'à la maison, en passant par le transport et les intermédiaires de distribution.
- “Assiette-toi bien”, pour apprendre à élaborer des menus afin d'éviter des achats inutiles.
- “Mais z'ont raison mais z'ont tort”, pour identifier les différentes causes du gaspillage y compris énergétique.
- “Les Guménous”, pour comprendre l'intérêt de manger des produits frais et de saison.

## “Gaspi'Astuces”

**NIVEAU : CM2/6e/5e**  
**DURÉE : 2h**

### Objectifs de la séance

- Acquérir des notions relatives au gaspillage alimentaire
- Favoriser l'échange parents/enfants
- Prendre conscience du gaspillage alimentaire à la maison
- Comprendre et agir pour lutter contre le gaspillage alimentaire



## Contenu de la séance

A l'aide d'un quiz, la séance commence en orientant le sujet progressivement vers les problématiques du gaspillage alimentaire. Chaque groupe a, à sa disposition, une maquette de réfrigérateur avec quelques aliments restants. L'animation se poursuit en 3 étapes, réalisées en même temps par trois ou quatre groupes :

1. Réaliser des courses, à l'aide d'étiquettes-produits, pour nourrir une famille de 4 personnes sur 5 repas.
2. Composer les menus de la semaine et mettre de côté les aliments qui n'auront pas été consommés.
3. Vérifier que les repas sont équilibrés et qu'il n'y a pas d'aliments gaspillés.

Enfin, les élèves vont réfléchir à des astuces pour limiter le gaspillage. Celles-ci sont récapitulées dans un guide qui sera remis à chaque enfant :

- Vérifier ce qu'il reste dans le réfrigérateur.
- Planifier les menus à l'avance et faire une liste de courses.
- Limiter les tentations en magasin.
- Bien ranger son réfrigérateur.
- Cuisiner les restes...

