



Organisation des Nations Unies
pour l'alimentation
et l'agriculture



INTERNATIONAL
FOOD
WASTE
COALITION

KIT ÉDUCATIF SUR LA RÉDUCTION DU GASPILLAGE ALIMENTAIRE DESTINÉ
AUX ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT PRIMAIRE ET SECONDAIRE

C'EST FINI, ZÉRO GASPI!

Groupe d'âge 4

14 ans et plus







C'EST TOI QU'IL FAUT NOURRIR, PAS LA POUCELLE :

9 CONSEILS

POUR RÉDUIRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

**KIT ÉDUCATIF SUR LA RÉDUCTION DU GASPILLAGE ALIMENTAIRE DESTINÉ
AUX ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT PRIMAIRE ET SECONDAIRE**

C'EST FINI, ZÉRO GASPI!

Groupe d'âge 4

14 ans et plus

Citation requise:

FAO. 2019. *C'est fini, zero gaspi! Kit éducatif sur la réduction du gaspillage alimentaire destiné aux établissements d'enseignement secondaire. Groupe d'âge 4 (14 ans et plus)*. Rome. 130 p.

Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

Les appellations employées dans ce produit d'information et la présentation des données qui y figurent n'impliquent de la part de l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO) aucune prise de position quant au statut juridique ou au stade de développement des pays, territoires, villes ou zones ou de leurs autorités, ni quant au tracé de leurs frontières ou limites. La mention de sociétés déterminées ou de produits de fabricants, qu'ils soient ou non brevetés, n'entraîne, de la part de la FAO, aucune approbation ou recommandation desdits produits de préférence à d'autres de nature analogue qui ne sont pas cités.

ISBN 978-92-5-131399-2

© FAO, 2019



Certains droits réservés. Ce travail est mis à la disposition du public sous la Licence Creative Commons - Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Partage dans les Mêmes Conditions 3.0 Organisations Internationales (CC BY-NC-SA 3.0 IGO; <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo/deed.fr>).

Selon les termes de cette licence, ce travail peut être copié, diffusé et adapté à des fins non commerciales, sous réserve de mention appropriée de la source. Lors de l'utilisation de ce travail, aucune indication relative à l'approbation de la part de la FAO d'une organisation, de produits ou de services spécifiques ne doit apparaître. L'utilisation du logo de la FAO n'est pas autorisée. Si le travail est adapté, il doit donc être sous la même licence Creative Commons ou sous une licence équivalente. Si ce document fait l'objet d'une traduction, il est obligatoire d'intégrer la clause de non responsabilité suivante accompagnée de la citation requise: «Cette traduction n'a pas été réalisée par l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO). La FAO n'est pas responsable du contenu ou de l'exactitude de cette traduction. L'édition originale anglaise doit être l'édition qui fait autorité.»

Toute médiation relative aux différends en rapport avec la licence doit être menée conformément au Règlement d'arbitrage de la Commission des Nations Unies pour le droit commercial international (CNUDCI) actuellement en vigueur.

Documents de tierce partie.

Les utilisateurs qui souhaitent réutiliser des matériels provenant de ce travail et qui sont attribués à un tiers, tels que des tableaux, des figures ou des images, ont la responsabilité de déterminer si l'autorisation est requise pour la réutilisation et d'obtenir la permission du détenteur des droits d'auteur. Le risque de demandes résultant de la violation d'un composant du travail détenu par une tierce partie incombe exclusivement à l'utilisateur.

Ventes, droits et licences.

Les produits d'information de la FAO sont disponibles sur le site web de la FAO (www.fao.org/publications/fr/) et peuvent être acquis par le biais du courriel suivant: publications-sales@fao.org. Les demandes pour usage commercial doivent être soumises à: www.fao.org/contact-us/licence-request. Les demandes relatives aux droits et aux licences doivent être adressées à: copyright@fao.org.

■ TABLE DES MATIÈRES

Avant-propos		v
Remerciements		vi
■ INTRODUCTION		
	Contexte	1
	Comment utiliser ce kit éducatif?	2
	Aperçu des leçons principales et des activités de suivi	4
LEÇON PRINCIPALE 1: C'EST FINI, ZÉRO GASPI!		
■ Leçon principale 1		8
■ Leçon principale 1: texte d'accompagnement		9
■ Feuille de révision de la leçon principale 1		16
ACTIVITÉS DE SUIVI POUR LA LEÇON PRINCIPALE 1		
■ Fiches d'activité	Mots croisés	19
	Quiz antigaspi!	22
	Pertes ou gaspillage alimentaire	26
	Causes et prévention des pertes et gaspillage alimentaires	30
	Plus de calculs, moins de déchets!	33
■ Discussions	De la ferme à l'assiette, tout un voyage!	36
	Quelle est l'empreinte de nos déchets?	42
	Le rôle de la FAO dans la réduction des pertes et gaspillage alimentaires	45
■ Jeux	Memo3	46
■ Exercices écrits	Entretien sur la chaîne d'approvisionnement alimentaire	52
	Mange, d'autres ont faim	52
	Les aliments ont de la valeur	52
LEÇON PRINCIPALE 2: C'EST TOI QU'IL FAUT NOURRIR, PAS LA POUCELLE: NEUF CONSEILS POUR RÉDUIRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE		
■ Leçon principale 2		54
■ Leçon principale 2: texte d'accompagnement		55
■ Feuille de révision de la leçon principale 2		59
ACTIVITÉS DE SUIVI POUR LA LEÇON PRINCIPALE 2		
■ Fiches d'activité	Réduire le gaspillage alimentaire	63
	Stop au gaspillage!	65
■ Discussions	Luttons contre le gaspillage!	67
	A l'affiche	68
	Savoir conserver les aliments	70
	Le frigo rigolo	75
■ Jeux	Vite, on range!	78
	Jeu de l'oie – zéro gaspi!	84
■ Exercices écrits	Flash infos antigaspi	86
■ Projets	Mon journal antigaspi	87
	Aux fourneaux	89
	Fais passer le mot!	90
■ Lettre aux parents		93
■ Annexe 1	Présentation leçon 1: C'est fini, zéro gaspi!	95
■ Annexe 2	Présentation leçon 2 Parce que la nourriture est faite pour être consommée et non jetée, neuf conseils pour lutter contre le gaspillage	114

Avant-propos

Sensibiliser les enfants aux enjeux de l'alimentation mondiale permet de les «impliquer dans la construction de l'avenir que nous voulons». José Graziano da Silva, Directeur général de la FAO.

On estime actuellement à 1,3 milliard de tonnes la quantité de nourriture produite pour la consommation humaine qui est perdue ou gaspillée chaque année, soit un coût pour l'économie mondiale de 940 milliards de dollars, tandis que 815 millions de personnes à travers le monde souffrent de malnutrition chronique et que 2 000 millions de personnes présentent des carences en micronutriments.

Ainsi, en apprenant aux générations de demain la valeur de la nourriture en vue de réduire le gaspillage alimentaire, nous contribuons au changement d'attitude nécessaire pour enrayer le problème, aujourd'hui et à l'avenir.

«C'est fini, zéro gaspi!» est un kit éducatif conçu à cette fin. Ce kit éducatif est le résultat d'un processus de développement exhaustif, scientifique et inclusif qui a fait appel à la contribution d'acteurs des secteurs public et privé. Il répond à la demande croissante d'informations du public sur les causes du gaspillage alimentaire et les solutions à y apporter, et cherche à faire participer les enfants à l'effort mondial qui vise à réduire le gaspillage et à atténuer son impact sur les plans économique, environnemental et social.

Le kit présente une perspective holistique des systèmes alimentaires en conjonction avec un style de communication et des outils adaptés à la sensibilisation des enfants à ces enjeux. Il a été conçu pour permettre aux enseignants et aux éducateurs de sélectionner et de mettre en œuvre les éléments qu'ils trouvent les plus pertinents. Sont également fournis des exemples et des conseils sur la façon dont les enfants peuvent devenir des «héros antigaspi» actifs et des agents du changement en faisant passer le message à leurs familles et à leurs amis.

Le contenu du kit a été pensé dans un format pouvant être facilement adapté aux différents publics cibles, qu'ils proviennent de pays développés ou en développement.

Le kit contribuera à atteindre l'objectif de réduction des pertes et gaspillage alimentaires: la cible 12.3 des Objectifs de développement durable (ODD) - d'ici à 2030, réduire de moitié à l'échelle mondiale le volume de déchets alimentaires par habitant au niveau de la distribution comme de la consommation et réduire les pertes de produits alimentaires tout au long des chaînes de production et d'approvisionnement, y compris les pertes après récolte, ainsi que d'autres cibles qui y sont liées, telles que la malnutrition, le changement climatique et la préservation des ressources naturelles.

Nous espérons que ce kit de formation stimulera tant la réflexion que l'action chez les enfants et leurs familles, afin de réduire le gaspillage alimentaire.

Anna Lartey


Directeur,

Division de la nutrition et des systèmes alimentaires

Remerciements

Ce matériel éducatif a été élaboré de 2015 à 2018. La conception et la direction générale ont été assurées par Djibril Dramé et Julia N. Heyl (Division de la Nutrition et des systèmes alimentaires, FAO). Marion Rana a été l'auteure principale, et Nina Gekeler l'illustratrice. Thomas Candéal et Hélène Castel, de l'International Food Waste Coalition, ont fourni un appui technique.

Au cours des différentes révisions, le matériel a largement bénéficié de la contribution de nombreuses personnes, en particulier d'Andrew Morrow (ESN, FAO), de Robert Van Otterdijk (FAOREU), d'Illia Rosenthal (FIAM, FAO) et de Florian Hug-Fouché. Nos remerciements vont également à Melissa Vargas (ESN, FAO), Ana Islas (ESN, FAO), Bin Liu (ESN, FAO), Maryam Rezaei (ESN, FAO), Camelia Bucatariu (ESN, FAO) et Constance Miller (CBC, FAO), ainsi qu'aux pairs évaluateurs externes Jonathan Bloom (www.wastedfood.com), Matteo Boschini (Université de Bologne), John Goggins, Luca Moussa, et à l'Agence nationale italienne pour les Nouvelles technologies, l'énergie et le développement économique durable (ENEA).

Enfin, nous remercions David Moretti pour la mise en page et la conception de la couverture, Jonathan Steffen pour la correction, Simone Morini et Luciana Ianiri pour la mise en page du poster et du flyer, Claudia Bastar pour le soutien administratif, Francesca Gianfelici et Chiara Deligia pour leur soutien au processus de production de la publication, ainsi que l'ensemble des écoles, des enseignants et des élèves qui ont participé à la phase d'essai pilote. Figurent également parmi les partenaires chargés de la mise en œuvre: la municipalité de Calcinato, la Marymount International School et l'Institut Saint Dominique de Rome (Italie), l'Eagle House School, l'Emmanuel School et la West Kirby Grammar School (Royaume-Uni), la municipalité de Nancy (France) et Sodexo.

■ INTRODUCTION



Contexte

Les pertes et gaspillage alimentaires constituent un problème mondial de taille: un tiers de l'ensemble des aliments produits sur la planète est soit perdu, soit gaspillé, ce qui signifie que chaque année, 1,3 milliard de tonnes de nourriture en très bon état et parfaitement comestible ne terminent pas dans l'assiette du consommateur final – soit 100 kg par personne. Si les pertes et gaspillage alimentaires ont un coût économique considérable d'environ 1 milliards de dollars, ils font également payer un lourd tribut environnemental et social.

La lutte contre les pertes et gaspillage alimentaires représente un effort mondial important auquel nous pouvons – et nous devons – tous prendre part: dans les pays industrialisés en particulier, l'évolution du comportement des consommateurs peut avoir un impact considérable sur la quantité de nourriture gaspillée. Amener les jeunes à réduire leurs pertes et gaspillage alimentaires est une composante clé de ce combat: les enfants et les adolescents représentent l'avenir de notre planète, et ce sont leurs actions et leur savoir qui façonneront notre future vie sur Terre.

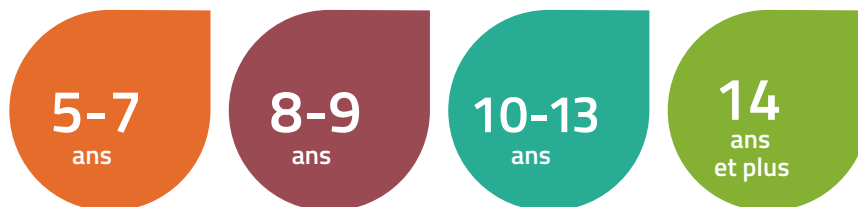
D'un point de vue pédagogique, le fait de discuter avec les élèves des causes et des conséquences des pertes et gaspillage alimentaires permet d'aborder et de renforcer certains aspects éducatifs clés: cela encourage les enfants et les adolescents à réfléchir à leur rapport à l'environnement, et au rôle qu'ils jouent dans le monde social, politique et écologique d'aujourd'hui. Les élèves peuvent devenir des agents du changement actifs et responsables, et s'épanouir dans le rôle de citoyen mondial. Enfin, le rôle de vecteur des connaissances liées au gaspillage alimentaire et d'expert au sein de leur famille, de leur communauté et de leur école peut permettre aux élèves d'accroître leur niveau d'estime et de confiance en eux.

C'est dans ce contexte qu'a été élaboré un kit éducatif sur la réduction du gaspillage alimentaire destiné aux écoles primaires et secondaires sous le slogan «C'EST FINI, ZÉRO GASPI! », à l'initiative de l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO) et en collaboration étroite avec l'International Food Waste Coalition (IFWC).

Cette ressource, conçue comme un kit éducatif, vise à sensibiliser les écoliers, les enseignants et le personnel, ainsi que leurs familles et réseaux, à la question des pertes et du gaspillage alimentaires, et à les initier aux bonnes pratiques propices à la réduction du gaspillage alimentaire, pour un impact à long terme. Elle contribue également à la réalisation de nombreux Objectifs de développement durable (ODD), notamment de la cible 12.3 qui vise, d'ici à 2030, à réduire de moitié à l'échelle mondiale le volume de déchets alimentaires et à réduire les pertes de produits alimentaires.

Comment utiliser ce kit éducatif?

Ce kit éducatif sur la réduction du gaspillage alimentaire dans les écoles primaires et secondaires a été conçu pour quatre groupes d'âge: de cinq à sept ans (Groupe d'âge 1), de huit à neuf ans (Groupe d'âge 2), de dix à treize ans (Groupe d'âge 3) et de quatorze ans et plus (Groupe d'âge 4), reflétant les différents intérêts et capacités qui existent au sein de la vaste tranche d'âge couverte.



Pour chaque groupe, le kit consiste en **deux leçons principales** et **différentes activités de suivi**. Notre logique dans la conception de ce kit a été de le rendre aussi flexible que possible: Vous y trouverez assez d'outils pour dispenser toute une série de leçons. Cependant, si vous disposez de peu de temps de cours, une seule ou quelques activités peuvent suffire.

Les leçons principales comprennent une série de **diapositives d'illustration** formant la «présentation»(qui figurent dans l'annexe), ainsi que des textes d'accompagnement (qui figurent dans le corps de texte du kit). Les leçons principales fournissent aux élèves les connaissances fondamentales nécessaires à la réalisation des activités de suivi. Le point de départ est la **Leçon principale 1, «C'EST FINI, ZÉRO GASPI!»**qui se veut informative et expose les causes et les conséquences du gaspillage alimentaire tout en proposant quelques solutions initiales pratiques. De son côté, la **Leçon principale 2, «C'est toi qu'il faut nourrir, pas la poubelle: Neuf conseils pour réduire le gaspillage alimentaire »**propose une approche plus pratique et suggère des actions concrètes permettant de réduire le gaspillage alimentaire. En fonction du temps et des ressources disponibles, des appareils techniques présents dans la salle de classe ainsi que de l'âge et des capacités des élèves, les enseignants peuvent choisir de projeter ou d'imprimer les diapositives d'illustration avant de lire le texte sous la forme d'une histoire (sans doute préférable pour les élèves les plus jeunes), d'en confier la lecture aux élèves eux-mêmes, de l'adapter en un petit exercice de jeu de rôle ou d'en demander la lecture complète à la maison (plus approprié pour les élèves plus âgés du groupe d'âge 4).

2 LEÇONS PRINCIPALES

Point de départ axé sur l'information:
Leçon principale 1
«C'EST FINI, ZÉRO GASPI! »



2ème étape basée sur la pratique:
Leçon principale 2: «C'est toi qu'il faut nourrir,
pas la poubelle: Neuf conseils pour réduire le
gaspillage alimentaire ».







Chaque leçon s'accompagne d'un ensemble d'activités de suivi visant à renforcer le message véhiculé. Les activités se présentent sous diverses formes. Il peut s'agir de fiches d'activité, de discussions, de jeux, d'exercices de jeu de rôle ou d'écriture, ou encore de projets convenant à des élèves et à des groupes dotés de divers intérêts et talents, d'une expérience créative, analytique et liée au contenu. Chaque activité inclut des objectifs d'apprentissage et des consignes utiles détaillant le temps et les ressources nécessaires à leur mise en œuvre.


ACTIVITÉS DE SUIVI	
Fiches d'activité	Favorisent une meilleure compréhension des principaux sujets abordés et permettent de construire le contenu sous forme textuelle et de le renforcer.
Discussions	Activités de groupe axées sur un contenu bien précis et permettant de développer l'implication intellectuelle et/ou la créativité autour du thème abordé.
Jeux	Revisitent les principales questions posées par le sujet afin d'offrir aux élèves l'opportunité d'approfondir leurs connaissances de manière ludique.
Exercices écrits	Permettent d'aborder les problématiques sous un angle à la fois cognitif et créatif.
Projets	Activités pratiques qui se déroulent sur plusieurs jours et permettent de faire évoluer les comportements.

Nous avons placé la flexibilité au centre du processus de planification. Le matériel a été structuré de sorte à permettre aux enseignants de sélectionner les activités qui correspondent le mieux aux besoins, aux capacités et aux intérêts de leurs élèves tout en tenant compte de contraintes de temps et de ressources. Les deux leçons principales et la plupart des activités de suivi ont été adaptées pour les différents groupes d'âge et ne diffèrent qu'au niveau de la profondeur avec laquelle elles abordent le sujet; ainsi, si vous avez le sentiment qu'un exercice particulier est trop difficile ou, au contraire, pas assez stimulant pour vos élèves, le kit vous donnera la possibilité de choisir une activité identique prévue pour un groupe d'âge différent. La plupart de ces activités peuvent être réalisées en 45 minutes; les activités plus longues ont été subdivisées en différentes parties. Ces leçons particulières peuvent être réalisées sur plusieurs jours. Vous trouverez davantage de documents, ainsi que des posters ou des brochures, sur le site de la FAO.


Votre expérience d'utilisation de ce kit nous intéresse! Vos retours nous permettront d'améliorer et d'actualiser ce produit. Envoyez-nous vos impressions par email: save-food@fao.org.

Aperçu des leçons principales et des activités de suivi


Activité	Demandez aux élèves de...	Objectifs d'apprentissage	Durée
LEÇON PRINCIPALE 1: C'EST FINI, ZÉRO GASPI!			
C'EST FINI, ZÉRO GASPI! 	... lire ou écouter une présentation sur les problèmes et les conséquences du gaspillage alimentaire, et sur les solutions permettant d'éviter le gaspillage alimentaire à la maison et à l'école.	Les élèves peuvent se rappeler les faits marquants ainsi que les techniques permettant de préserver les aliments.	45 min
Feuille de révision: C'EST FINI, ZÉRO GASPI!	...répondre aux questions de la feuille d'activité en tirant des conclusions, à partir de la présentation, sur les moyens et les techniques permettant de préserver les aliments.	Les élèves peuvent tirer des conclusions sur les moyens et les techniques permettant de préserver les aliments.	20 min
ACTIVITÉS DE SUIVI POUR LA LEÇON PRINCIPALE 1: C'EST FINI, ZÉRO GASPI!			
FICHES D'ACTIVITÉ			
Mots croisés	... résoudre des mots croisés sur les conseils et les concepts clés liés à la préservation des aliments.	Les élèves se rappellent les moyens et les techniques permettant de préserver les aliments.	15 min
Quiz antigaspi! 	... répondre aux questions sur le gaspillage alimentaire en se basant sur la présentation.	Les élèves peuvent tirer des conclusions sur les concepts clés liés au gaspillage alimentaire et aux techniques de préservation des aliments.	15 min
Pertes ou gaspillage alimentaires?	... identifier différents exemples de gaspillage ou de pertes alimentaires.	Les élèves peuvent faire la distinction entre pertes et gaspillage alimentaires.	20 min
Causes et prévention des pertes et gaspillage alimentaires	... tirer des conclusions, à partir d'un texte de la FAO, sur les raisons et les moyens de prévenir différents types de pertes alimentaires.	Les élèves peuvent mettre en application leurs connaissances relatives aux différences entre pertes alimentaires et gaspillage alimentaire à des exemples concrets.	45 min
Plus de calculs, moins de gaspillage!	... résoudre des problèmes mathématiques sur le thème du gaspillage alimentaire.	Les élèves peuvent mettre en application leur compréhension des pertes et gaspillage alimentaires et la considérer sous un angle mathématique.	25 min
DISCUSSIONS			
De la ferme à l'assiette, tout un voyage! 	... retracer le chemin de nos aliments à travers la chaîne d'approvisionnement alimentaire, en se basant sur l'exemple de leur choix.	Les élèves peuvent mettre en application leur compréhension des pertes et gaspillage alimentaires et la reporter sur la chaîne d'approvisionnement alimentaire.	90 min
Quelle est l'empreinte de nos déchets? 	... chercher des informations sur la toile sur l'empreinte générée par nos pertes et gaspillage alimentaires et les synthétiser pour en faire une présentation.	Les élèves peuvent identifier, classer et cataloguer les informations sur l'empreinte générée par nos pertes et gaspillage alimentaires.	110 min
Le rôle de la FAO dans la réduction des pertes et gaspillage alimentaires	... en apprendre davantage sur le rôle que joue la FAO dans la réduction des pertes et gaspillage alimentaires en menant et en présentant leurs propres recherches.	Les élèves peuvent se rappeler les moyens et les techniques permettant de préserver les aliments.	60 min



Activité	Demandez aux élèves de...	Objectifs d'apprentissage	Durée
JEUX			
Memo3	... jouer au Memo3 sur le thème du gaspillage alimentaire.	Les élèves peuvent se rappeler les moyens et les techniques permettant de préserver les aliments.	30 min
EXERCICES ÉCRITS			
Entretien sur la chaîne d'approvisionnement alimentaire 	... choisir un acteur de la chaîne d'approvisionnement alimentaire et mener une interview fictive.	Les élèves peuvent identifier les pertes et gaspillage alimentaires et les problèmes qui y sont associés tout au long de la chaîne d'approvisionnement alimentaire.	30–40 min
Mange, d'autres ont faim	... discuter de l'adage selon lequel il ne faut pas gaspiller la nourriture car «il y a des enfants qui meurent de faim dans le monde.»	Les élèves peuvent remettre en question les perceptions communes sur le gaspillage alimentaire et discuter du lien qui existe entre leur propre comportement et les enjeux mondiaux.	30–40 min
Les aliments ont de la valeur	... discuter de la façon dont le gaspillage alimentaire est lié à la valeur que nous accordons à la nourriture.	Les élèves examinent la façon dont la société et eux-mêmes gèrent la nourriture, et puis établissent un lien avec le gaspillage alimentaire.	30–40 min

LEÇON PRINCIPALE 2: C'est toi qu'il faut nourrir, pas la poubelle : neuf conseils pour réduire le gaspillage alimentaire

Parce que la nourriture est faite pour être consommée et non jetée 	... lire ou écouter une présentation mettant en lumière neuf conseils permettant de réduire le gaspillage alimentaire à la maison.	Les élèves peuvent se rappeler les conseils et les techniques permettant de préserver les aliments.	30 min
Feuille de révision: Parce que la nourriture est faite pour être consommée et non jetée	tirant des conclusions, à partir de la présentation, sur les techniques clés pour la préservation des aliments.	Les élèves peuvent tirer des conclusions sur les techniques clés permettant de préserver les aliments et les reproduire.	20 min

ACTIVITÉS DE SUIVI POUR LA LEÇON PRINCIPALE 2: Parce que la nourriture est faite pour être mangée et non jetée

FICHES D'ACTIVITÉ			
Réduire le gaspillage alimentaire	... reproduire les principales astuces permettant de réduire le gaspillage alimentaire.	Les élèves peuvent examiner les conseils antigaspillage et donner leurs propres conseils.	25 min
Stop au gaspillage! 	... évaluer la façon dont ils gèrent la nourriture à la maison et réfléchir aux moyens de réduire le gaspillage alimentaire en famille.	Les élèves peuvent identifier et déterminer les pratiques qu'ils mettent en œuvre à la maison pour préserver les aliments.	20 min
DISCUSSIONS			
Luttons contre le gaspillage!	... créer des affiches sur les thèmes «Comment pouvons-nous éviter de gaspiller la nourriture?» et «Que pouvons-nous faire avec les restes?».	Les élèves peuvent se rappeler les concepts clés liés à la réduction du gaspillage alimentaire et examiner la façon dont ils les appliquent à la maison.	70 min

Activité	Demandez aux élèves de...	Objectifs d'apprentissage	Durée
A l'affiche 	... illustrer un conseil sur chaque affiche et discuter de la façon dont les pratiques de préservation des aliments peuvent être mises en œuvre à la maison et à l'école.	Les élèves peuvent reconnaître et aborder les concepts clés liés à la réduction du gaspillage alimentaire.	100 min
Savoir conserver les aliments	... déterminer le caractère périssable de certains aliments, ainsi que l'endroit où ils devraient être conservés.	Les élèves acquièrent et discutent des connaissances sur la bonne façon de conserver les aliments.	45 min
Le frigo rigolo	... les élèves colorient, découpent et collent les différents aliments au bon endroit sur l'image du réfrigérateur, après en avoir discuté en groupe.	Les élèves se rappellent les connaissances acquises sur la bonne façon de conserver les aliments et en discutent.	25 min
JEUX			
Vite, on range!	... dans un jeu de rapidité et de connaissances, les élèves courent à travers la pièce afin d'attribuer le bon emplacement aux différents types d'aliments.	Les élèves peuvent déterminer le caractère périssable de certains aliments et peuvent en tirer des informations sur la bonne façon de stocker les aliments.	40 min
Jeu de l'oie antigaspi	... jouer à un jeu de l'oie portant sur les moyens d'éviter le gaspillage alimentaire.	Les élèves peuvent se rappeler les moyens et les techniques permettant de réduire le gaspillage alimentaire.	30 min
EXERCICES ÉCRITS			
Flash infos antigaspi	... rédiger ou illustrer un article d'un journal/magazine/blog sur le gaspillage alimentaire.	Les élèves peuvent se rappeler les problèmes et astuces clés liés à la préservation des aliments et les adapter.	30–40 min
PROJETS			
Mon journal antigaspi 	... consigner et évaluer leurs efforts en matière de réduction du gaspillage alimentaire à la maison.	Les élèves peuvent appliquer et évaluer les astuces liées à la préservation des aliments et en parler à leur famille.	Several days
Aux fourneaux!	... imaginer des recettes permettant de réintégrer les aliments les plus couramment gaspillés et tenter de les préparer à la maison.	Les élèves peuvent se rappeler les moyens efficaces de réutiliser les aliments qui pourraient autrement finir à la poubelle et sont en mesure de les mettre en pratique.	45 min
Fais passer le mot!	... concevoir et distribuer des brochures reprenant les conseils clés, et interviewer l'une des personnes ayant reçu la brochure.	Les élèves peuvent se rappeler, catégoriser et évaluer les pratiques liées à la préservation des aliments.	90 min



■ LEÇON PRINCIPALE 1

C'EST FINI, ZÉRO GASPI!

LEÇON PRINCIPALE 1: C'EST FINI, ZÉRO GASPI!



LEÇON PRINCIPALE 1: C'EST FINI, ZÉRO GASPI! explique les problèmes et les conséquences engendrés par le gaspillage alimentaire, et propose des solutions permettant d'éviter le gaspillage alimentaire à la maison et à l'école. Dans la première leçon principale, les élèves se familiarisent avec les problèmes et les conséquences du gaspillage alimentaire et commencent à comprendre la manière dont ils peuvent l'éviter à la maison et à l'école. L'outil principal pour enseigner les contenus de la leçon principale 1 est la présentation 1: «C'EST FINI, ZÉRO GASPI!» En fonction du temps et des ressources (techniques) disponibles, vous pouvez choisir de projeter ou d'imprimer les diapositives d'illustration (qui figurent dans l'annexe de ce document).

La présentation s'accompagne d'un texte explicatif (voir pages suivantes) que vous pouvez lire à voix haute, ou dont vous pouvez vous inspirer pour raconter une histoire. Pour les élèves plus âgés, il est peut-être préférable qu'ils lisent le texte eux-mêmes, l'adaptent en un petit exercice de jeu de rôle ou effectuent une lecture complète à la maison. Utilisez la feuille de révision jointe pour aider les élèves à tirer des conclusions sur les questions clés de la présentation.

Dans ce texte, vous trouverez des questions qui vous permettront d'amorcer la discussion et d'éveiller l'intérêt des élèves. Il ne s'agit là que de suggestions, donc soyez libre de les modifier, d'ajouter d'autres éléments ou de les raccourcir.

NB: Le texte correspondant à la diapositive n°4 évoque la possibilité de voir des guerres et des conflits éclater à cause du changement climatique. Si vous estimez que cela pourrait perturber vos élèves, n'hésitez pas à faire l'impasse sur ce passage.



45 min



Matériel:

- Vidéoprojecteur et ordinateur pouvant lire les fichiers PDF
- Une version numérique de la présentation
Vous pouvez également imprimer les diapositives sur des transparents et utiliser un rétroprojecteur, ou bien les imprimer sur des feuilles A4 et demander à un élève de les montrer à la classe pendant que vous lisez le texte.
- Si vous le souhaitez, copies du texte et de la feuille de révision FR 1 (un exemplaire par élève)



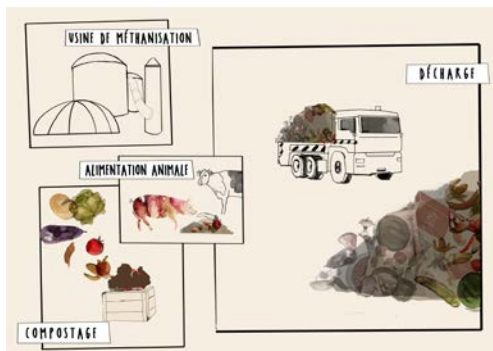
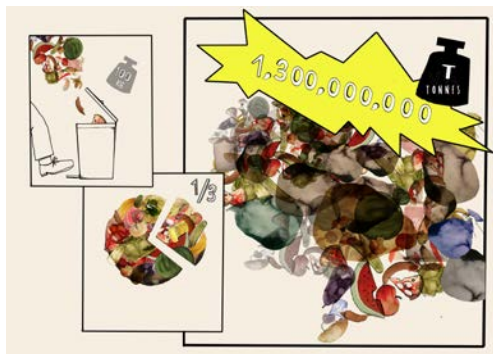
1 —
2 —
3 —

Consignes:

1. Montrez la présentation et lisez le texte d'accompagnement ou demandez aux élèves de le lire en classe ou à la maison.
2. Discutez du contenu avec les élèves. Les questions fournies dans le texte constitueront peut-être pour vous un bon point de départ pour la discussion.
3. Distribuez la feuille de révision et demandez aux élèves de la compléter.
4. Comparez les résultats et discutez-en: Qu'ont appris les élèves grâce à cette leçon principale? Dans quelle mesure cette information est-elle pertinente pour leur propre vie? Comment peuvent-ils modifier leur propre comportement pour réduire le gaspillage alimentaire? Pourquoi est-il important que chacun d'entre nous modifie son comportement?

LEÇON PRINCIPALE 1: Texte d'accompagnement

C'EST FINI, ZÉRO GASPI!



1 On estime qu'à l'échelle mondiale, plus de 1,3 milliard de tonnes de nourriture sont perdues ou gaspillées chaque année. Cela signifie qu'au total, près d'un tiers de toute la nourriture produite est perdue ou jetée chaque année, soit environ 100 kg de pertes alimentaires par personne.

2 Une partie de la nourriture jetée est utilisée pour créer de l'énergie dans des usines de digestion anaérobie. Là, des matériaux biodégradables tels que la nourriture jetée peuvent être utilisés pour créer de l'énergie. Une autre partie sert à nourrir des animaux et certaines personnes utilisent les déchets alimentaires dans leur jardin pour faire du compost. Mais la plupart de la nourriture gaspillée finit dans des décharges où elle pourrit.

Une fois qu'ils ont été jetés, les déchets alimentaires occupent souvent des terres qui pourraient être utilisées pour autre chose. Les transporter vers les décharges coûte de l'énergie et de l'argent, mais produit également du CO₂. En pourrissant dans les décharges, la nourriture jetée pollue les environs et produit à nouveau des gaz à effet de serre.

Le traitement de la nourriture une fois qu'elle a été jetée n'est cependant qu'une partie du tableau. Jetons un coup d'œil à ce que nous appelons la chaîne d'approvisionnement alimentaire.

3 Le processus selon lequel la nourriture en provenance d'une ferme ou d'un autre site de production finit dans notre assiette est appelé «chaîne d'approvisionnement alimentaire». Elle comprend toutes les étapes effectuées par la nourriture au cours de ce processus.

(3a) La chaîne d'approvisionnement alimentaire commence chez le producteur. Les fruits, les céréales et les légumes sont cultivés dans un champ ou dans une serre. Les animaux sont élevés dans des fermes ou unités piscicoles.

(3b) Les fruits et légumes sont acheminés vers les marchés ou les centres de manutention et de transformation, où ils sont emballés, parfois transformés et préparés pour le transport. Les animaux sont emmenés à l'abattoir et leur viande est alors également transportée vers des centres de traitement et de transformation. La plupart des fruits, des légumes, des céréales et de la viande entrent dans la composition de produits transformés; ils sont acheminés depuis le centre de conditionnement vers une usine de production où ils sont transformés en plats cuisinés ou autre. Ceux-ci sont à nouveau emballés et ensuite **(3c)** distribués aux revendeurs **(3d)**. L'étape suivante est le transport de la nourriture **(3e)** soit vers un restaurant, soit vers une cantine scolaire, ou encore vers votre maison. Idéalement, la chaîne d'approvisionnement alimentaire s'arrêterait là, mais comme vous le savez déjà, beaucoup de nourriture n'est finalement pas mangée, **(3f)** mais jetée et entre dans le dispositif de gestion des déchets alimentaires.

La chaîne d'approvisionnement alimentaire s'est mondialisée ces dernières décennies. Alors qu'autrefois la plupart de la chaîne alimentaire se situait dans le même pays, ou au moins sur le même continent, aujourd'hui

Q: Quels sont les avantages et les inconvénients associés à la mondialisation de la chaîne alimentaire?

R: Parmi les avantages, on peut citer le fait que les entreprises peuvent élaborer leurs produits là où cela coûte le moins cher, avec des prix plus bas pour le consommateur final. Les chaînes d'approvisionnement alimentaire globales permettent aussi de disposer d'une plus grande variété d'aliments. Le principal problème concerne les émissions de gaz à effet de serre générées par le transport à l'autre bout du monde de la nourriture, ce qui contribue au changement climatique. L'origine, la salubrité et la qualité de la nourriture peuvent également être moins faciles à tracer et à documenter.

les produits peuvent être transportés n'importe où dans le monde. Jetons un coup d'œil aux problèmes que les pertes et gaspillage alimentaires peuvent générer aux différentes étapes de la chaîne d'approvisionnement.

EMPREINTE CARBONE :
LA NOURRITURE QUI EST ENSUITE GASPILLÉE ÉMET 3,6 GIGATONNES DE GAZ À EFFET DE SERRE CHAQUE ANNÉE - DAVANTAGE QUE N'IMPORTE QUEL PAYS À L'EXCEPTION DE LA CHINE ET DES ÉTATS-UNIS.



4 Produire, distribuer et préparer de la nourriture consomme du carburant et de l'énergie et produit des gaz à effet de serre tels que du CO₂, du méthane et de l'azote. 3,3 gigatonnes de gaz à effet de serre sont émises chaque année par la production, la transformation, le stockage et le transport de la nourriture qui est ensuite perdue ou jetée et qui se décompose dans les décharges, où elle produit encore des gaz à effet de serre.

Q: Pourquoi les émissions de gaz à effet de serre sont-elles tellement élevées dans la production alimentaire?

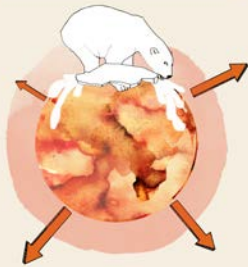
R: Beaucoup de CO₂ est émis au cours des opérations agricoles telles que le labour et la récolte et bien sûr au cours du transport de la nourriture à travers le monde. Traiter les cultures avec des engrais azotés libère du protoxyde d'azote (N₂O, un gaz à effet de serre 300 fois plus puissant que le CO₂ et l'une des substances chimiques les plus destructrices de l'ozone) dans le sol et dans l'air. De grandes quantités d'électricité sont nécessaires pour le stockage et la transformation des aliments et beaucoup de gaz à effet de serre sont émis à cette étape. En outre, la décomposition des aliments, tout comme l'élevage de bétail, produit du méthane, un autre gaz à effet de serre.

Cela crée une empreinte carbone plus importante que celle de n'importe quel pays, à l'exception de la Chine et des États-Unis, ce qui veut dire que si moins de nourriture était perdue ou gaspillée, nous réduirions vraiment les émissions de gaz à effet de serre et contribuerions efficacement à lutter contre le changement climatique.

Q: Qu'est-ce que l'empreinte carbone?

R: Nous appelons empreinte carbone la quantité totale de gaz à effet de serre émise par une seule source (par exemple, une personne, une organisation, un produit ou un événement).

LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE CONTRIBUE AU CHANGEMENT CLIMATIQUE.



5 La Terre est enveloppée de plusieurs couches qui forment ensemble l'atmosphère. Grâce à son atmosphère, la Terre ne se refroidit pas dans l'espace: ses couches laissent passer quelques rayons du soleil, mais empêchent aussi la chaleur de s'échapper. Les gaz à effet de serre apparaissent naturellement et, sans eux, il n'y aurait pas de vie sur Terre. Cependant, l'humanité produit de plus en plus de gaz à effet de serre, avec l'industrie, l'agriculture, le traitement des déchets et la combustion des énergies fossiles dans les voitures ou les centrales thermiques au charbon. Les gaz à effet de serre que nous produisons ont créé un déséquilibre dans l'atmosphère naturelle et conduit au changement climatique: ces gaz s'y trouvent à présent en trop grande quantité, et une partie de la chaleur qui devrait s'échapper de la Terre ne peut plus partir dans l'espace. Le changement climatique rend notre planète plus chaude qu'elle ne devrait. Si nous continuons à produire autant de gaz à effet de serre, une grande partie des glaciers présents sur Terre va fondre, le niveau des océans va monter et les gens et les animaux auront moins de terre où vivre. Le climat deviendra plus extrême. Certaines plantes et certains animaux ne survivront pas à ces nouvelles températures et il deviendra plus difficile pour beaucoup de gens de faire pousser leur nourriture et de trouver des endroits pour vivre. Il est aussi très probable que le risque de conflits augmente du fait de la concurrence pour la terre, l'eau et la nourriture.

WATER FOOTPRINT:
1/4 OF WATER USED IN AGRICULTURE
IS USED IN FOOD THAT WILL END UP AS WASTE.



6 Entre autres choses, le changement climatique, auquel contribue la nourriture que nous gaspillons, entraîne des pénuries d'eau, de la sécheresse et la désertification de nombreuses régions du monde.

Dans le même temps, produire de la nourriture consomme beaucoup d'eau. Un quart de l'eau utilisée dans le secteur de l'agriculture sert à la production des denrées alimentaires qui finissent perdues ou à la poubelle. L'empreinte eau provoquée par les pertes et gaspillage alimentaires représente plus ou moins la même quantité d'eau que celle qui est utilisée par l'ensemble des ménages du monde sur une année, et autant que ce que la Volga, le plus long fleuve d'Europe, déverse en un an.



7 Un autre problème est l’empreinte de l’occupation du sol, c’est-à-dire la superficie de terre utilisée pour faire pousser de la nourriture qui est plus tard jetée. La nourriture qui va être jetée ou perdue est cultivée sur environ 1,4 milliard d’hectares de terre. Si on compare cette zone à la surface des plus grands pays du monde, elle n’est dépassée que par la totalité de l’étendue de la Fédération de Russie. Les surfaces de production de nourriture ensuite jetée ou perdue occupent ainsi un territoire plus grand que la Chine ou le Canada.



8 La façon dont nous cultivons la nourriture peut aussi nuire à ce que nous appelons la biodiversité.

Q: Avez-vous une idée de ce qu’est la biodiversité?

R: Le mot biodiversité se rapporte à la variété de la vie sur Terre à tous les niveaux, des gènes aux microbes, des animaux aux écosystèmes. Toutes les espèces et tous les organismes apportent quelque chose à leur environnement commun, il est donc très important d’interférer aussi peu que possible dans les écosystèmes qui fonctionnent.

Des forêts sont abattues pour laisser la place à des champs ou à d’autres espaces utilisés pour produire de la nourriture. Cela veut dire que les plantes de la forêt disparaissent, ce qui accroît les problèmes liés aux émissions de CO₂ et autres gaz à effet de serre.

Q: Pourquoi est-ce que couper des forêts conduit au changement climatique?

R: Les plantes utilisent la lumière du soleil et du CO₂ pour produire de l’énergie. Au cours de ce processus, elles libèrent de l’oxygène. Les plantes filtrent ainsi l’air et capturent le CO₂. Quand nous coupons des forêts, tout le CO₂ est libéré dans l’atmosphère, ce qui contribue au changement climatique.

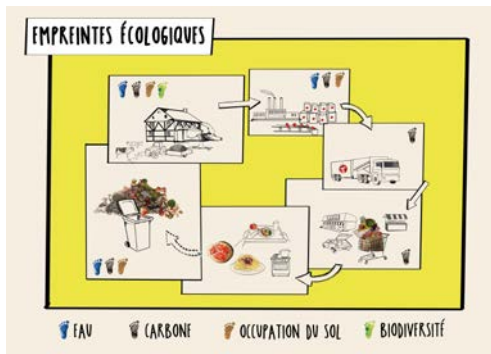


9 Si nous ne changeons pas la façon dont nous traitons le problème de notre nourriture, les problèmes liés aux pertes et gaspillage alimentaires augmenteront significativement à l’avenir: comme la population mondiale augmente, nous devons améliorer considérablement notre manière de cultiver et d’utiliser la nourriture afin d’être en mesure de nourrir tout le monde à l’avenir. Éviter de gaspiller la nourriture contribuerait ainsi à lutter contre la faim dans le monde.



10

Q: D’après toi, à quelle étape de la chaîne d’approvisionnement alimentaire les différentes empreintes apparaissent-elles?



11

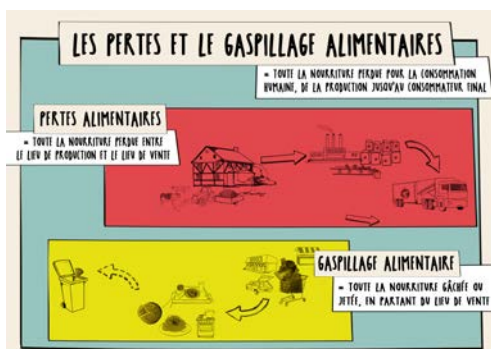
R: L'eau est utilisée pour faire pousser et pour transformer la nourriture (empreinte en eau).

L'empreinte de **l'occupation du sol** est la plus élevée sur les sites de production, mais de la terre est aussi utilisée pour construire des usines de transformation et de traitement, ou pour créer des décharges.

L'**empreinte sur la biodiversité** du gaspillage alimentaire est aussi très importante sur les lieux de production car, comme nous l'avons déjà montré, les forêts et autres habitats sont détruits pour laisser la place à de nouveaux champs ou de nouvelles fermes, mais la biodiversité est également menacée par les sites de transformation et les décharges.

Comme la nourriture voyage sans arrêt, des gaz à effet de serre sont émis à presque toutes les étapes de la chaîne d'approvisionnement (**empreinte carbone**): les moteurs diesel utilisés pour le travail agricole sur les sites de production créent du CO₂, comme les usines de transformation et d'emballage et les entrepôts frigorifiques. Du CO₂ est aussi émis durant le transport des aliments jusqu'au magasin et du magasin jusqu'à nos maisons.

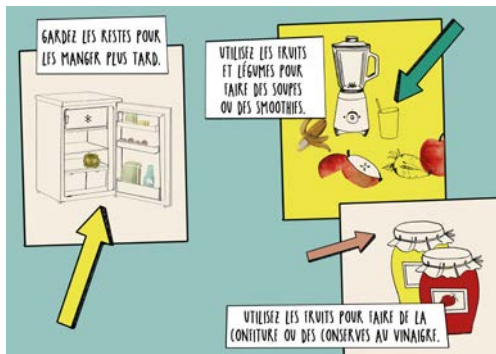
À la fin de la chaîne, les **décharges** n'utilisent pas d'eau mais les toxines qui en sont issues peuvent polluer le sol et l'eau potable (**empreinte en eau**). Les décharges produisent plus de dix gaz toxiques, le plus notable étant le méthane, qui contribue aussi à l'**empreinte carbone** du gaspillage alimentaire.



12 Comme vous vous en doutez, de la nourriture est gaspillée tout le long de cette chaîne d'approvisionnement. Pour parler plus facilement de ce problème, deux termes différents sont utilisés pour désigner ce processus de perte de nourriture. Toute nourriture qui aurait pu être consommée mais qui est gaspillée en raison d'une négligence ou de notre comportement (par exemple, mauvaise planification ou courses alimentaires excessives) est appelée gaspillage alimentaire. Si quelque chose périmé dans votre frigo parce que vous ne l'avez pas mangé à temps, si vous avez mis trop de nourriture dans votre assiette et jeté vos restes plutôt que de les manger plus tard, on parle de gaspillage alimentaire. Toute nourriture qui est perdue involontairement à cause de dysfonctionnements ou de défauts au sein des chaînes d'approvisionnement alimentaire (par exemple, manque d'espaces de stockage ou de réfrigération appropriés) est appelée perte alimentaire. Si du maïs stocké est mangé par les souris, si un poisson se détériore pendant le transport parce que le système de refroidissement a cessé de fonctionner, ou si vous laissez tomber vos œufs et les cassez sur le chemin entre le magasin et chez vous, on parle de perte alimentaire. Si nous voulons parler de l'ensemble du processus au cours duquel de la nourriture est perdue, nous utilisons l'expression «les pertes et gaspillage alimentaires».



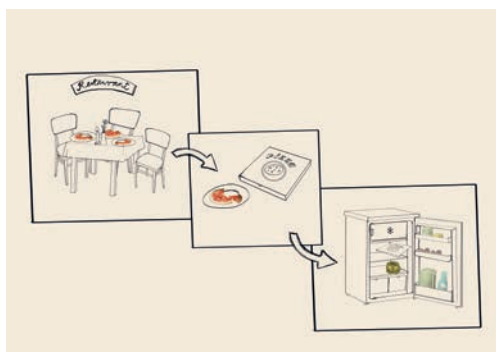
13 En tant qu'individus nous ne pouvons pas faire grand-chose pour diminuer les pertes alimentaires, mais nous pouvons faire beaucoup pour réduire la quantité de nourriture qui est gaspillée. De la nourriture est gaspillée parce que nous en mettons trop dans nos assiettes, parce que nous achetons de la nourriture et ne la mangeons pas avant qu'elle ne soit périmée ou parce que les restaurants et les cantines scolaires servent des portions trop grosses.



14 Alors, vous pouvez tout simplement prendre des portions plus petites et retourner en chercher si vous avez encore faim. S'il y a des restes, mettez-les au frigo pour les manger le lendemain, ou, si possible, au congélateur pour un autre jour. Essayez de trouver des moyens d'utiliser la nourriture qui risque de s'abîmer: le congélateur est une possibilité, mais vous pouvez aussi utiliser les légumes pour faire des conserves au vinaigre, un ragoût ou une soupe. Les fruits sur le point de s'abîmer peuvent devenir un smoothie, vous pouvez aussi en faire une salade de fruits, ou de la confiture.



15 Pensez bien à ce dont vous avez besoin en faisant vos courses. Faites une liste et respectez-la. Quand vous êtes au magasin, pensez à acheter des fruits et légumes de forme bizarre. De nombreux supermarchés les vendent moins cher et, même s'ils ne le font pas, en choisissant des fruits de forme bizarre, vous montrez au propriétaire du magasin que vous achetez de la nourriture pour son goût et sa valeur nutritionnelle et pas pour sa forme. Enfin, en rapportant vos courses à la maison et en les rangeant dans le frigo ou dans le placard, faites-les tourner de sorte que les produits les plus récents soient derrière.



16 Si vous êtes dans un restaurant ou une cantine qui sert de trop grosses portions, demandez-en une plus petite pour commencer. Si vous ne pouvez pas finir votre assiette, demandez un doggie bag et profitez du reste de votre repas à la maison le lendemain. Engagez-vous pour que votre cantine scolaire installe un système de réduction du gaspillage alimentaire.



17 Gaspiller de la nourriture signifie gaspiller de l'énergie, de la terre et de l'eau. Si nous évitons tous de gaspiller des aliments, cela contribuerait à réduire le nombre de personnes souffrant de la faim dans le monde, à protéger l'habitat naturel des animaux et la biodiversité, et à ralentir le rythme du changement climatique. Chacun de nous peut faire la différence: en mettant de plus petites portions dans son assiette, en gardant et en réutilisant les restes et en faisant ses courses raisonnablement. Ensemble, nous pouvons lutter contre le gaspillage alimentaire. Alors, C'est fini! Zéro gaspi!

FEUILLE DE RÉVISION: LEÇON PRINCIPALE 1

1. Selon les estimations, quelle quantité de nourriture est gaspillée chaque année ...
 - ◆ par personne?
 - ◆ dans le monde?
 - ◆ en pourcentage par rapport à toute la nourriture disponible?
2. Que deviennent les aliments que nous jetons? →
3. Quels sont les problèmes liés à la gestion des aliments gaspillés? →
4. Qu'est-ce que la chaîne d'approvisionnement alimentaire? →
5. Décris brièvement les différentes étapes de la chaîne d'approvisionnement alimentaire. →
6. Produire, distribuer et préparer de la nourriture consomme du carburant et de l'énergie et produit des gaz à effet de serre tels que du CO₂, du méthane et du protoxyde d'azote. Combien de tonnes de gaz à effet de serre sont émises chaque année au cours des processus et activités liés au gaspillage alimentaire? Pourquoi cela est-il nocif pour la planète? →
7. La quantité de CO₂ produite par le gaspillage alimentaire est appelée empreinte carbone. Quelles sont les deux autres empreintes associées au gaspillage alimentaire? À quel niveau se situent-elles? →
8. Quel est le lien entre le gaspillage alimentaire et la biodiversité? →
9. Quelle est la différence entre gaspillage alimentaire et pertes alimentaires? →
10. Que pouvons-nous faire, en tant que consommateurs, pour éviter le gaspillage alimentaire? →

■ Feuille de révision: LEÇON PRINCIPALE 1 (Solutions)

1. Selon les estimations, quelle quantité de nourriture est gaspillée chaque année ...

- ◆ par personne? 100 kg
- ◆ dans le monde? Plus de 1,3 milliard de tonnes
- ◆ en pourcentage par rapport à toute la nourriture disponible? 33,3% (1/3)

2. Que deviennent les aliments que nous jetons?

Les aliments jetés à la poubelle peuvent être conduits dans des usines de macération anaérobie où il sont utilisés pour créer de l'énergie. Une partie est utilisée pour nourrir les animaux ou dans les usines de compost domestiques ou industrielles. La plupart des aliments jetés à la poubelle finit dans les décharges, où ils pourrissent, inexploités.

3. Quels sont les problèmes liés à la gestion des aliments gaspillés?

Transport: transporter les aliments gaspillés vers les usines de fermentation ou de compost ou vers les décharges coûte de l'énergie et de l'argent, mais produit également du CO₂.

Pollution: s'ils finissent à la décharge, les déchets alimentaires occupent des terres qui auraient pu être utilisées pour autre chose. Ils polluent également les environs et produisent du méthane.

4. Qu'est-ce que la chaîne d'approvisionnement alimentaire?

L'expression «chaîne d'approvisionnement alimentaire» désigne le processus par lequel la nourriture en provenance d'une ferme ou d'un autre site de production finit dans nos assiettes. Elle comprend toutes les étapes effectuées par la nourriture au cours de ce processus.

5. Décrivez brièvement les différentes étapes de la chaîne d'approvisionnement alimentaire.

1. Ferme: Les fruits, les céréales et les légumes sont cultivés dans un champ ou dans une serre. Les animaux sont élevés dans des fermes ou unités piscicoles.
2. Marchés / centres de conditionnement et de transformation: Les fruits et légumes sont emportés aux marchés ou vers des centres de traitement et de transformation, où ils sont emballés et préparés pour le transport. Les animaux sont emmenés à l'abattoir et leur viande est alors également transportée vers des centres de traitement et de transformation.
3. Centres de transformation: La plupart des fruits, des légumes, des céréales et de la viande entrent dans la composition de produits transformés; ils sont acheminés depuis le centre d'emballage vers une usine de production où ils sont transformés en plats cuisinés ou autre. Ceux-ci sont ensuite à nouveau emballés et ensuite distribués aux revendeurs.
4. Revendeur: C'est là que les produits alimentaires sont vendus aux individus ou à des entreprises.
5. Consommation: La nourriture est acheminée depuis le revendeur vers un restaurant, vers une cantine scolaire ou encore vers nos maisons. Idéalement, la chaîne d'approvisionnement alimentaire s'arrêterait là.
6. Gestion des déchets: La nourriture qui n'a pas été consommée finit dans des usines de fermentation ou de compost, est donnée à manger aux animaux ou est acheminée vers des décharges

6. Produire, distribuer et préparer de la nourriture consomme du carburant et de l'énergie et produit des gaz à effet de serre tels que du CO₂, du méthane et du protoxyde d'azote. Combien de tonnes de gaz à effet de serre sont émises chaque année au cours des processus et activités liés au gaspillage alimentaire? Pourquoi cela est-il nocif pour la planète?

3,6 gigatonnes de gaz à effet de serre sont émises chaque année. Cela est très nocif car l'augmentation des gaz à effet de serre a provoqué un déséquilibre dans l'atmosphère naturelle de la Terre et conduit au changement climatique. Le changement climatique rend notre planète plus chaude qu'elle ne devrait. Une grande partie des glaciers présents sur Terre pourrait fondre, le niveau des océans va monter et les gens et les animaux auront moins de terre où vivre à cause du changement climatique. Le climat pourrait devenir extrême. Certaines plantes et certains animaux pourraient ne pas survivre à ces nouvelles températures et il pourrait devenir plus difficile pour beaucoup de gens de faire pousser leur nourriture et de trouver des endroits pour vivre.

7. La quantité de CO₂ produite par le gaspillage alimentaire est appelée empreinte carbone. Quelles sont les deux autres empreintes associées au gaspillage alimentaire? À quel niveau se situent-elles?

1. Empreinte en eau: Un quart de l'eau utilisée dans le secteur de l'agriculture sert à la production des denrées alimentaires qui finissent à la poubelle. L'empreinte en eau provoquée par le gaspillage alimentaire représente plus ou moins la même quantité d'eau que celle qui est utilisée par l'ensemble des ménages du monde sur une année, et autant que ce que la Volga, le plus long fleuve d'Europe, déverse en un an.
2. L'empreinte de l'occupation du sol (la superficie de terre utilisée pour faire pousser de la nourriture qui est plus tard jetée): la nourriture qui va être jetée est cultivée sur environ 1,4 milliard d'hectares de terre. Si on compare cette zone à la surface des plus grands pays du monde, elle n'est dépassée que par la totalité de l'étendue de la Fédération de Russie. Les surfaces de production de nourriture ensuite jetée occupent ainsi un territoire plus grand que la Chine ou le Canada.

8. Quel est le lien entre le gaspillage alimentaire et la biodiversité?

Des forêts sont abattues pour laisser la place à des champs cultivés, à des sites de production et de transformation et à des décharges. Au cours de ce processus, qu'on appelle déforestation, de nombreux animaux perdent leur habitat et sont menacés d'extinction. De plus, les plantes de ces forêts disparaissent, ce qui intensifie les problèmes liés aux émissions de CO₂ et autres gaz à effet de serre.

9. Quelle est la différence entre gaspillage alimentaire et pertes alimentaires?

Toute nourriture qui aurait pu être consommée mais est gaspillée en raison d'une négligence ou de notre comportement (par exemple, mauvaise planification ou courses alimentaires excessives) est appelée gaspillage alimentaire.

Toute nourriture qui est perdue involontairement à cause de dysfonctionnements ou de défauts au sein des chaînes d'approvisionnement alimentaire (par exemple, manque d'espaces de stockage ou de réfrigération appropriés) est appelée perte alimentaire.

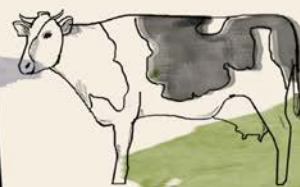
10. Que pouvons-nous faire, en tant que consommateurs, pour éviter le gaspillage alimentaire?

Le gaspillage alimentaire existe parce que nous mettons trop de nourriture dans nos assiettes, parce que les portions dans les restaurants ou les cantines scolaires sont excessives ou parce que nous laissons les aliments périr une fois que nous les avons achetés. Pour éviter de gaspiller la nourriture, nous pouvons prendre ou demander des quantités plus petites et nous resservir si nous avons encore faim. Nous pouvons mettre les restes au réfrigérateur pour les manger le lendemain, ou au congélateur pour un autre jour. Les aliments sur le point de périr peuvent aussi être congelés ou utilisés dans des pot-au-feu, des smoothies, des sauces ou des confitures. Un moyen encore plus simple d'éviter de gaspiller la nourriture est d'être plus attentif en faisant les courses et de n'acheter que les aliments dont nous avons réellement besoin et que nous sommes sûrs d'utiliser à temps.

Pour décourager les magasins de jeter la nourriture, nous pouvons essayer d'acheter des fruits et légumes de forme bizarre. De nombreux supermarchés les vendent moins cher que les produits de forme «normale», et même s'ils ne le font pas, en choisissant des fruits de forme bizarre, nous pouvons montrer au revendeur que nous achetons de la nourriture pour son goût et sa valeur nutritionnelle et pas pour sa forme.

EMPREINTE EAU :

1/4 DE L'EAU UTILISÉE POUR L'AGRICULTURE SERT À FAIRE
POUSSER DES ALIMENTS QUI SERONT ENSUITE GASPILLÉS.



■ ACTIVITÉS DE SUIVI

pour la LEÇON 1

C'EST FINI, ZÉRO GASPI!

Les ACTIVITÉS DE SUIVI visent à impliquer davantage les élèves et à approfondir leur compréhension des points clés de la leçon 1.

■ LEÇON PRINCIPALE 1: FICHES D'ACTIVITÉ



■ Mots croisés

La répétition de certains des termes clés de la présentation dans ces mots croisés permet d'ancrer les concepts importants liés à la réduction du gaspillage alimentaire.



15 min

Matériel:



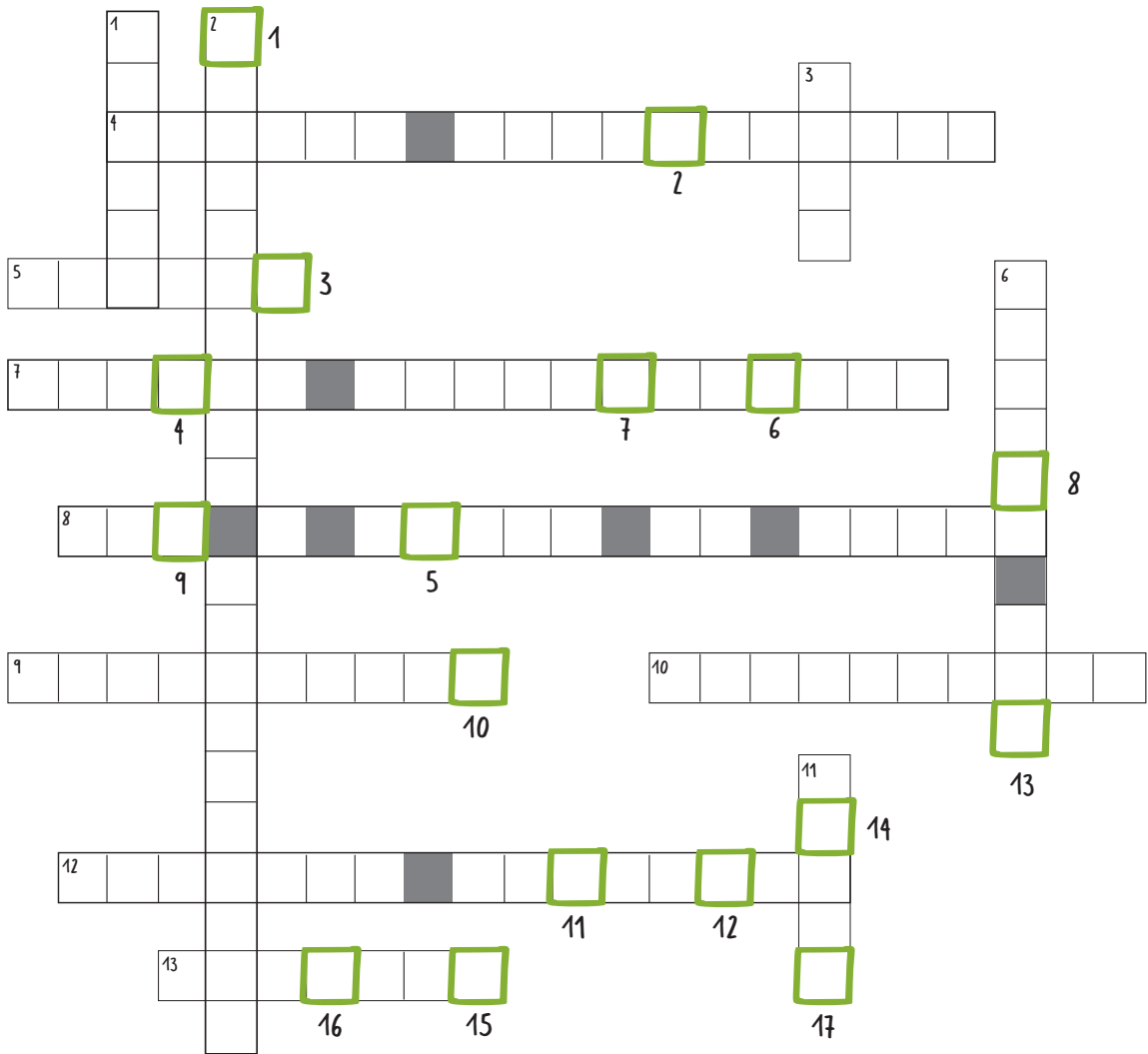
- Copies des mots croisés (un exemplaire par groupe de deux)
- Un exemplaire de la fiche de réponses pour vous



Consignes:

1. Répartissez les élèves en groupes de deux.
2. Distribuez la fiche d'activité FA 1 et demandez aux élèves de faire les mots croisés ensemble.
3. Comparez les résultats.

MOTS CROISÉS



HORIZONTAL →

4. LE PARCOURS DES ALIMENTS DE LA FERME À L'ASSIETTE.
5. GARDE-LES AU RÉFRIGÉRATEUR POUR PLUS TARD.
7. L'ENSEMBLE DES ALIMENTS ÉCARTÉS DE LA CONSOMMATION AVANT LEUR MISE EN VENTE.
8. PROVOQUE LE RÉCHAUFFEMENT DE LA PLANÈTE.
9. L'ENSEMBLE DES ALIMENTS GASPILLÉS QUI N'AURAIENT PAS DÙ L'ÊTRE.
10. PERMET DE TRANSFORMER LES DÉCHETS ALIMENTAIRES EN ENGRAIS.
12. DEMANDE DES ... POUR ÉVITER DE GASPILLER LES RESTES.
13. ON PEUT LES ÉVITER EN FAISANT UNE LISTE DE COURSES.

VERTICAL ↓

1. ACHÈTE DES FRUITS ET LÉGUMES ... POUR ÉVITER LE GASPILLAGE.
2. REND NOTRE PLANÈTE PLUS CHAUDE QU'ELLE NE DEVRAIT.
3. LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE POURRAIT CONTRIBUER À LA DANS LE MONDE
6. AU RESTAURANT, DEMANDE UN ... POUR POUVOIR EMPORTER LES RESTES.
11. C'EST FINI: ZÉRO ...!

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 !

SOLUTION MOTS CROISÉS

The crossword puzzle grid is filled with the following words, with their starting letters highlighted in green:

- 1. CHAÎNE ALIMENTAIRE
- 2. CHAÎNE ALIMENTAIRE
- 3. RESTES
- 4. PERTES ALIMENTAIRES
- 5. RESTES
- 6. PERTES ALIMENTAIRES
- 7. PERTES ALIMENTAIRES
- 8. GAZ À EFFET DE SERRE
- 9. GAZ À EFFET DE SERRE
- 10. GAZPILLAGES
- 11. GAZPILLAGES
- 12. GAZPILLAGES
- 13. GAZPILLAGES
- 14. PETITES PORTIONS
- 15. SURPLUS
- 16. SURPLUS
- 17. SURPLUS

C'EST FINI : ZÉRO GAZPILI !
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17

■ Quiz antigaspi

À travers ces neuf questions, les élèves testent leurs connaissances sur le gaspillage alimentaire.



15 min



Matériel:



- Copies de la FA 3 (une par élève)
- Copie de la fiche de réponses pour vous



Consignes:

1. Distribuez les fiches d'activité.
2. Répartissez les élèves en groupes de deux, et demandez-leur de répondre au quiz ensemble.
3. Comparez les résultats.

QUIZ ANTIGASPI



Coche les bonnes réponses. Attention, plusieurs réponses sont parfois possibles pour une même question.

1. Quelle quantité de nourriture chacun de nous gaspille-t-il chaque année?
 - 50 kg
 - 100 kg
 - 200 kg
2. Dans le monde, quelle proportion de nourriture est jetée au lieu d'être mangée?
 - un cinquième
 - un quart
 - un tiers
3. Quelle quantité d'eau est utilisée pour la production des aliments qui finissent à la poubelle?
 - un quart de toute l'eau utilisée pour l'agriculture
 - autant que la consommation annuelle de la Chine et du Canada
 - la même quantité d'eau que celle qui est utilisée par l'ensemble des ménages du monde sur une année
4. Les pénuries d'eau peuvent causer:
 - des sécheresses
 - des désertifications
 - le réchauffement climatique
5. Quelle est l'ampleur des terres occupées par des aliments qui sont gaspillés? Autrement dit, quel espace occupent les aliments qui finiront plus tard à la poubelle?
 - un espace aussi grand que l'océan Atlantique
 - un territoire aussi grand que le Canada et la Chine réunis
 - 1,4 milliard d'hectares



6. Quelles quantités de gaz à effet de serre sont émises pour la production et le transport des aliments qui finissent à la poubelle?
- plus que les émissions produites par n'importe quel pays, à l'exception de la Chine et des États-Unis
 - 1,3 gigatonne
 - 3,3 gigatonnes
7. Les gaz à effet de serre
- contribuent au changement climatique
 - sont générés par la combustion des énergies fossiles, par exemple dans les voitures ou les centrales thermiques au charbon
 - sont produits par les activités liées à l'industrie, l'agriculture et le traitement des déchets
8. Quelle est la différence entre gaspillage alimentaire et pertes alimentaires?
- Les pertes alimentaires comprennent toute la nourriture perdue entre la ferme et l'assiette, le gaspillage alimentaire représente l'ensemble des aliments gaspillés une fois qu'ils sont arrivés en magasin.
 - Les pertes alimentaires comprennent tous les aliments gaspillés avant d'arriver au magasin, le gaspillage alimentaire couvre tous les aliments gaspillés après.
 - Les pertes alimentaires couvrent les légumes qui sont gaspillés, tandis que le gaspillage alimentaire désigne l'ensemble des produits à base de viande qui sont gaspillés tout au long de la chaîne d'approvisionnement alimentaire.
9. Nous pouvons lutter contre le gaspillage alimentaire en
- remplissant moins nos assiettes
 - demandant des portions plus petites à la cantine ou au restaurant
 - faisant attention lorsque nous faisons les courses

■ Quiz anti-gaspi (Solutions)

Coche les bonnes réponses. Attention, plusieurs réponses sont parfois possibles pour une même question.

1. Quelle quantité de nourriture chacun de nous gaspille-t-il chaque année?
 - 50 kg
 - 100 kg**
 - 200 kg
2. Dans le monde, quelle proportion de nourriture est jetée au lieu d'être mangée?
 - un cinquième
 - un quart
 - un tiers**
3. Quelle quantité d'eau est utilisée pour la production des aliments qui finissent à la poubelle?
 - un quart de toute l'eau utilisée pour l'agriculture**
 - autant que la consommation annuelle de la Chine et du Canada
 - la même quantité d'eau que celle consommée par l'ensemble des personnes sur la planète en un an**
4. Les pénuries d'eau peuvent causer:
 - des sécheresses**
 - des désertifications**
 - le réchauffement climatique
5. Quelle est l'ampleur des terres occupées par des aliments qui sont gaspillés? Autrement dit, quel espace occupent les aliments qui finiront plus tard à la poubelle?
 - un espace aussi grand que l'océan Atlantique
 - un territoire plus grand que celui de la Chine ou du Canada**
 - 1,4 milliard d'hectares**
6. Quelles quantités de gaz à effet de serre sont émises pour la production et le transport des aliments qui finissent à la poubelle?
 - plus que les émissions produites par chaque pays, à l'exception de la Chine et des États-Unis**
 - 1,3 gigatonne
 - 3,3 gigatonnes**
7. Les gaz à effet de serre:
 - contribuent au changement climatique**
 - sont générés par la combustion des énergies fossiles, dans les voitures ou les centrales thermiques au charbon**
 - sont produits par les activités liées à l'industrie, l'agriculture et le traitement des déchets**
8. Quelle est la différence entre gaspillage alimentaire et pertes alimentaires?
 - Les pertes alimentaires comprennent toute la nourriture perdue entre la ferme et l'assiette, le gaspillage alimentaire représente l'ensemble des aliments gaspillés une fois qu'ils sont arrivés en magasin.
 - Les pertes alimentaires comprennent tous les aliments gaspillés avant d'arriver au magasin, le gaspillage alimentaire couvre tous les aliments gaspillés après.**
 - Les pertes alimentaires couvrent les légumes qui sont gaspillés, tandis que le gaspillage alimentaire désigne l'ensemble des produits à base de viande qui sont gaspillés tout au long de la chaîne d'approvisionnement alimentaire
9. Nous pouvons lutter contre le gaspillage alimentaire en:
 - remplissant moins nos assiettes**
 - demandant de plus petites quantités à la cantine ou au restaurant**
 - faisant attention lorsque nous faisons les courses**

■ Pertes ou gaspillage alimentaires?

Cette activité permet aux élèves d'approfondir leurs connaissances relatives aux différences qui existent entre pertes alimentaires et gaspillage alimentaire.



15 min



Matériel:



- Copies de la FA 3 (une par élève)
- Fiche de réponses pour vous
- Ordinateur, projecteur, version électronique de la leçon 1 «C'est fini, zéro gaspi!». *Sinon, une copie de la diapositive 11 de la présentation 1 «C'est fini, zéro gaspi!»*



Consignes:

1. Demandez aux élèves s'ils se souviennent des différences qui existent entre pertes alimentaires et gaspillage alimentaire. (Les pertes alimentaires désignent les aliments perdus en raison de facteurs sur lesquels nous n'avons aucun contrôle; le gaspillage alimentaire désigne tout aliment qui finit à la poubelle pour des raisons qui auraient pu être évitées.) Montrez la diapositive 11 de la leçon pour leur rafraîchir la mémoire.
2. Distribuez les fiches d'activité.
3. Répartissez les élèves en groupes de deux, ou demandez-leur de travailler ensemble sur la fiche d'activité.
4. Comparez les résultats en discutant les raisons qui expliquent la différence entre pertes et gaspillage alimentaires.

PERTES OU GASPILLAGE ALIMENTAIRES?



1. En raison des normes de qualité très strictes relatives au poids, à la taille, la forme et l'apparence de nos aliments, certains fruits et légumes sont rejetés par les magasins. **Il s'agit d'un exemple de** _____

2. Des récoltes sont contaminées par les excréments d'animaux pendant le stockage. → _____

3. Certaines personnes n'achètent pas de légumes ayant une forme bizarre... → _____

4. Dans les chaînes de production standardisées, les produits n'ont finalement pas le bon poids, la bonne taille ou apparence, ou les emballages sont endommagés, à cause d'une erreur de traitement, mais sans que cela n'affecte la sécurité, le goût ou les valeurs nutritionnelles des aliments. → _____

5. En raison du manque d'infrastructures pour le transport et le stockage des aliments, notamment dans un endroit réfrigéré, des produits frais s'abîment à cause de la chaleur. → _____

6. Afin de garantir la livraison des quantités commandées, des agriculteurs finissent par produire de plus grandes quantités que nécessaire, et vendent le surplus à des centres de transformation ou comme nourriture pour animaux. → _____

7. Les consommateurs n'achètent pas de nourriture dont la date d'utilisation conseillée approche. → _____

8. Des agriculteurs pauvres récoltent les fruits ou les légumes trop tôt parce qu'ils manquent de nourriture ou parce qu'ils ont besoin d'argent. → _____

9. Les restes du dîner sont donnés aux animaux de compagnie → _____

10. Des résidus toxiques provenant, par exemple, de l'utilisation de pesticides ou de traitements vétérinaires rendent les aliments impropres à la consommation humaine. → _____

11. Au restaurant, des restes de plats sont renvoyés en cuisine. → _____

■ Pertes ou gaspillage alimentaires? (Solutions)

1. **En raison des normes de qualité très strictes relatives au poids, à la taille, la forme et l'apparence de nos aliments, certains fruits et légumes sont rejetés par les magasins.**

Il s'agit d'un exemple de **gaspillage alimentaire**: Les fruits et légumes auraient pu être mangés sans problème, c'est juste l'idée que les magasins/consommateurs se font de leur apparence qui les empêche d'être proposés à la vente. Nous pouvons essayer de changer les mentalités en choisissant volontairement des fruits et légumes qui ont une forme bizarre, lorsque nous faisons nos courses. En plus, ils sont souvent moins chers.

2. **Des récoltes sont contaminées par les excréments d'animaux pendant le stockage.**

Il s'agit de **pertes alimentaires**: ces aliments ne sont pas gaspillés consciemment, mais parce qu'ils ont été contaminés. Ils sont devenus impropres à la consommation humaine. Il est possible de limiter ce type de pertes alimentaires en améliorant les systèmes de stockage. Cependant, ce n'est pas quelque chose que nous - en tant que consommateurs - pouvons influencer directement.

3. **Certains personnes n'achètent pas de légumes ayant une forme bizarre...**

Ce comportement conduit au **gaspillage alimentaire**: étant donné que nous sommes nombreux à ne pas acheter de fruits et légumes qui ont une forme ou une taille bizarre, les magasins refusent de vendre les aliments qui n'ont pas une forme standard. Cela signifie que de nombreux produits, qui sont à la fois bons et sains, ne sont même pas récoltés, car ils n'ont pas la bonne taille ou la bonne forme. Ils sont utilisés comme nourriture pour animaux ou finissent directement à la poubelle. Comme dans l'exemple 1, nous pouvons avoir un impact direct sur ce comportement en achetant des fruits et légumes «moches».

4. **Dans les chaînes de production standardisées, les produits n'ont finalement pas le bon poids, la bonne taille ou apparence, ou les emballages sont endommagés, à cause d'une erreur de traitement, mais sans que cela n'affecte la sécurité, le goût ou les valeurs nutritionnelles des aliments.**

Ce comportement conduit souvent au **gaspillage alimentaire**: comme la plupart des magasins refusent de mettre en rayon des produits considérés comme légèrement imparfaits, les aliments transformés dont l'étiquette est abîmée ou dont l'emballage est décoloré ne seront même pas proposés aux consommateurs.

5. **En raison du manque d'infrastructures pour le transport et le stockage des aliments, notamment dans un endroit réfrigéré, des produits frais s'abîment à cause de la chaleur.**

Il s'agit d'un exemple de **pertes alimentaires**: en raison de problèmes d'infrastructures, certains aliments s'abîment et deviennent impropres à la consommation humaine. Comme dans l'exemple 2, en tant que consommateurs, nous ne pouvons pas beaucoup agir sur ce problème. Afin de réduire ce type de pertes alimentaires, il serait nécessaire d'améliorer les infrastructures, notamment dans les pays en développement.

6. **Afin de garantir la livraison des quantités commandées, des agriculteurs finissent par produire de plus grandes quantités que nécessaire, et vendent le surplus à des centres de transformation ou comme nourriture pour animaux.**

Il s'agit d'un exemple de **gaspillage alimentaire**: Les magasins veulent s'assurer de disposer à tout moment des produits en quantité suffisante et mesurable. Si les agriculteurs ne parviennent pas à fournir les quantités demandées, ils risquent de devoir payer des amendes et/ou de perdre leur contrat pour la saison suivante. Pour éviter cela, même en cas de mauvaise récolte, les agriculteurs doivent souvent produire beaucoup plus que nécessaire. En conséquence, une grande partie de leur récolte reste dans les champs. Ils les vendent alors à bas prix comme nourriture pour animaux, ou les jettent directement dans des décharges, par exemple.

7. **Les consommateurs n'achètent pas de nourriture dont la date d'utilisation conseillée approche.**

Ce comportement conduit au **gaspillage alimentaire**: même si la plupart des aliments peuvent toujours être mangés une fois que la date d'utilisation conseillée est dépassée, de nombreux consommateurs ne veulent pas acheter de produits dont la date d'utilisation conseillée approche. En conséquence, les magasins finissent par jeter à la poubelle des aliments parfaitement sains. Nous pouvons réduire ce type de gaspillage alimentaire en acceptant d'acheter des aliments dont la date d'utilisation conseillée approche. Si nous planifions correctement nos courses, les aliments dont la date d'utilisation conseillée approche ne finiront pas à la poubelle une fois à la maison.

8. **Des agriculteurs pauvres récoltent les fruits ou les légumes trop tôt parce qu'ils manquent de nourriture ou parce qu'ils ont besoin d'argent.**

Il s'agit d'un exemple de **gaspillage alimentaire**: La pauvreté est l'un des facteurs qui conduit aux pertes et gaspillage alimentaires. En effet, certains agriculteurs ne disposent pas d'infrastructures et d'équipements adéquats (pertes alimentaires). Il arrive également qu'ils aient besoin de récolter leurs cultures avant qu'elles ne soient mûres parce qu'ils ont besoin d'argent.

9. **Les restes du dîner sont donnés aux animaux de compagnie.**

Il s'agit de **gaspillage alimentaire**: Il vaut mieux donner les restes du dîner à manger à nos animaux de compagnie, plutôt que de les jeter à la poubelle. Cependant, en faisant ça, on gaspille quand même de la nourriture qui aurait été propre à la consommation humaine. Il vaut mieux les mettre au réfrigérateur et les manger le lendemain. Mieux encore, pourquoi ne pas préparer et servir des portions plus petites.

10. **Des résidus toxiques provenant, par exemple, de l'utilisation de pesticides ou de traitements vétérinaires rendent les aliments impropres à la consommation humaine.**

Il s'agit d'un exemple de **pertes alimentaires**: les aliments qui étaient initialement propres à la consommation humaine ne sont plus bons pour la santé. À notre échelle, nous ne pouvons pas faire grand-chose pour limiter ce type de pertes alimentaires. Nous pouvons cependant acheter des fruits et légumes bio, dont la culture limite l'utilisation de pesticides et les traitements antibiotiques sur les animaux.

11. **Au restaurant, des restes de plats sont renvoyés en cuisine.**

Il s'agit d'une forme de gaspillage alimentaire: au restaurant, si ton assiette est trop remplie, demande un doggie-bag et emporte les restes à la maison pour les manger un autre jour. Si cela se produit souvent, essaie de demander des quantités plus petites.

■ Causes et prévention des pertes et gaspillage alimentaires

Cet exercice va un pas plus loin que la FA 4 (Pertes ou gaspillage alimentaires?) et invite les élèves à tirer des conclusions à partir d'un texte de la FAO sur les raisons et les moyens de lutter contre les différents types de pertes alimentaires.



45 min

Matériel:



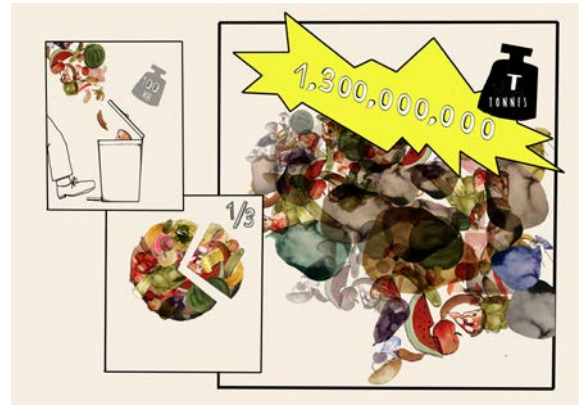
- Copies du texte source: Chapitre 4 p.11 à 16, «Pertes et gaspillages alimentaires dans le monde». Cette publication est un rapport de la FAO de 2011, accessible en ligne sur le site de la FAO: <http://www.fao.org/docrep/016/i2697f/i2697f.pdf>
- Copies de la FA 4b (une par élève)



Consignes:

1. Distribuez le texte «Pertes et gaspillages alimentaires dans le monde»(FA 4a). Si vos élèves sont habitués à lire des textes émanant de sources secondaires, demandez-leur de lire le texte, puis de mettre en lumière et de synthétiser les éléments clés. S'ils n'ont pas l'habitude de ce genre de textes, lisez le texte ensemble et posez éventuellement des questions au fur et à mesure que vous le parcourez.
2. Distribuez la fiche d'activité FA 4b et demandez aux élèves de travailler dessus (seuls ou en groupe).
3. Comparez les résultats.

CAUSES ET PRÉVENTION DES PERTES ET GASPILLAGE ALIMENTAIRES



Il existe de nombreuses stratégies permettant d'éviter les pertes et gaspillage alimentaires. Choisis un exemple de pertes alimentaires et un autre de gaspillage alimentaire, consulte la publication de la FAO «Causes et prévention des pertes et gaspillages alimentaires» (<http://www.fao.org/docrep/016/i2697f/i2697f.pdf>) et identifie des stratégies de prévention pour ces types de pertes et gaspillage alimentaires.

J'ai choisi le type de **pertes alimentaires** suivant: _____

Origines et causes de ce type de pertes alimentaires: _____

Elles peuvent être évitées en: _____

CAUSES ET PRÉVENTION DES PERTES ET GASPILLAGE ALIMENTAIRES

Voici comment je peux apporter ma contribution: _____

J'ai choisi le type de **gaspillage alimentaire** suivant: _____

Elles peuvent être évitées en: _____

Voici comment je peux apporter ma contribution: _____

■ Plus de calculs, moins de gaspillage!

Grâce à cette activité, les élèves se familiarisent avec le contenu de la présentation sous un angle mathématique.



25 min

Matériel:



- Copies la fiche d'activité FA 5 (une par élève)
- Copie de la feuille de réponses pour vous



Consignes:

1. Distribuez la fiche d'activité.
2. Demandez aux élèves de résoudre les exercices (seuls ou en groupe).
3. Comparez les résultats.

PLUS DE CALCULS,
MOINS DE GASPILLAGE!



1. Anna et Théo achètent 4 pommes, un paquet de noisettes, une grappe de raisins et 3 bananes. Ils mangent $\frac{3}{4}$ d'une pomme, $\frac{1}{3}$ d'un paquet de noisettes, $\frac{2}{3}$ d'une grappe de raisins, $2\frac{1}{2}$ poires, et $1\frac{3}{4}$ banane. Calcule la fraction et le pourcentage d'aliments qu'ils ont consommés.

Les enfants ont consommé ou % des aliments en tout.

2. L'an passé, la famille d'Anna et de Théo a gaspillé 310 kg de nourriture. La famille de Sofia a gaspillé 505 kg, et celle de Raheem 265 kg. Calcule la quantité moyenne de nourriture gaspillée par chaque famille.

En moyenne, chaque famille a gaspillé kg de nourriture.

Anna et Théo vivent avec leur père. Sofia vit avec ses parents et sa sœur. Raheem vit avec ses parents, mais n'a pas de frères et sœurs. En moyenne, quelle quantité de nourriture a été gaspillée par **chaque personne**?

En moyenne, chaque personne a gaspillé kg de nourriture.

3. La nourriture que nous gaspillons et que nous jetons doit être ramassée et transportée vers des décharges ou des sites de compostage. Si 10 personnes ont besoin de 3 jours pour évacuer les déchets d'une ville, combien de temps cela prendrait-il à 4 personnes?

4 personnes auraient besoin de jours pour évacuer la même quantité de déchets.

Si seulement un tiers de la nourriture était gaspillée, de combien de temps 5 personnes auraient-elles besoin pour évacuer tous ces déchets?

5 personnes auraient besoin de jours pour évacuer un tiers des déchets.

■ Plus de calculs, moins de gaspillage! (Solutions)

1. Anna et Théo achètent 4 pommes, un paquet de noisettes, une grappe de raisins et 3 bananes. Ils mangent $\frac{3}{4}$ d'une pomme, $\frac{1}{3}$ d'un paquet de noisettes, $\frac{2}{3}$ d'une grappe de raisins, $2\frac{1}{2}$ poires, et $1\frac{3}{4}$ banane. Calcule la fraction et le pourcentage d'aliments qu'ils ont consommés.

Les enfants ont consommé $\frac{3}{4}$ ou 75 % des aliments en tout.

2. L'an passé, la famille d'Anna et de Théo a gaspillé 310 kg de nourriture. La famille de Sofia a gaspillé 505 kg, et celle de Raheem 265 kg. Calcule la quantité moyenne de nourriture gaspillée par chaque famille.

En moyenne, chaque famille a gaspillé 360 kg de nourriture.

Anna et Théo vivent avec leur père. Sofia vit avec ses parents et sa sœur. Raheem vit avec ses parents, mais n'a pas de frères et sœurs. En moyenne, quelle quantité de nourriture a été gaspillée **par chaque personne?**

En moyenne, chaque personne a gaspillé 108 kg de nourriture.

3. La nourriture que nous gaspillons et que nous jetons doit être ramassée et transportée vers des décharges ou des sites de compostage. Si 10 personnes ont besoin de 3 jours pour évacuer les déchets d'une ville, combien de temps cela prendrait-il à 4 personnes?

4 personnes auraient besoin de 7,5 jours pour évacuer la même quantité de déchets.

Si seulement un tiers de la nourriture était gaspillée, de combien de temps 5 personnes auraient-elles besoin pour évacuer tous ces déchets?

5 personnes auraient besoin de 2 jours pour évacuer un tiers des déchets.

■ LEÇON PRINCIPALE 1: DISCUSSIONS



■ De la ferme à l'assiette, tout un voyage!

Les élèves choisissent un ingrédient tiré d'un plat de leur choix et doivent identifier les causes des pertes et gaspillage alimentaires qui se produisent à chaque étape de la chaîne d'approvisionnement alimentaire et y trouver des solutions. Cette activité leur permet d'approfondir leurs connaissances au regard des différents facteurs et ressources en jeu pour faire parvenir les aliments jusqu'à nos assiettes.



90 min

(45 min pour la partie 1, 45 min pour la partie 2)

ESSENTIEL

Matériel:



- Copies de la feuille de support D 1a et de la fiche d'activité D 1b (un exemplaire par élève)
- Ordinateur, projecteur et version électronique de la présentation 1 «C'EST FINI, ZÉRO GASPI!»
Sinon, copie de la diapositive 10 de la présentation 1, «C'EST FINI, ZÉRO GASPI!»
- Feuilles A2 ou A3 (une par groupe de quatre élèves)
- Crayons de couleur, aquarelles ou crayons de cire
- Ruban adhésif
- *Alternative: un transparent par groupe de quatre élèves, marqueurs pour transparents et un rétroprojecteur*



Consignes:

Partie 1:

1. Présentez la chaîne d'approvisionnement alimentaire et ses différentes étapes à l'aide du schéma de la diapositive 10 de la présentation 1 («La chaîne d'approvisionnement alimentaire: de la ferme à ton assiette»).
2. Répartissez les élèves en groupes de trois. Demandez-leur de lister les différentes étapes de la chaîne d'approvisionnement présentées dans le schéma (voir feuille de support). À côté de chaque étape, les groupes doivent essayer de noter ce qui, selon eux, se produit au cours de chacune d'elles. Les groupes doivent ensuite faire part de leurs idées à toute la classe, et l'enseignant les regroupe au tableau.

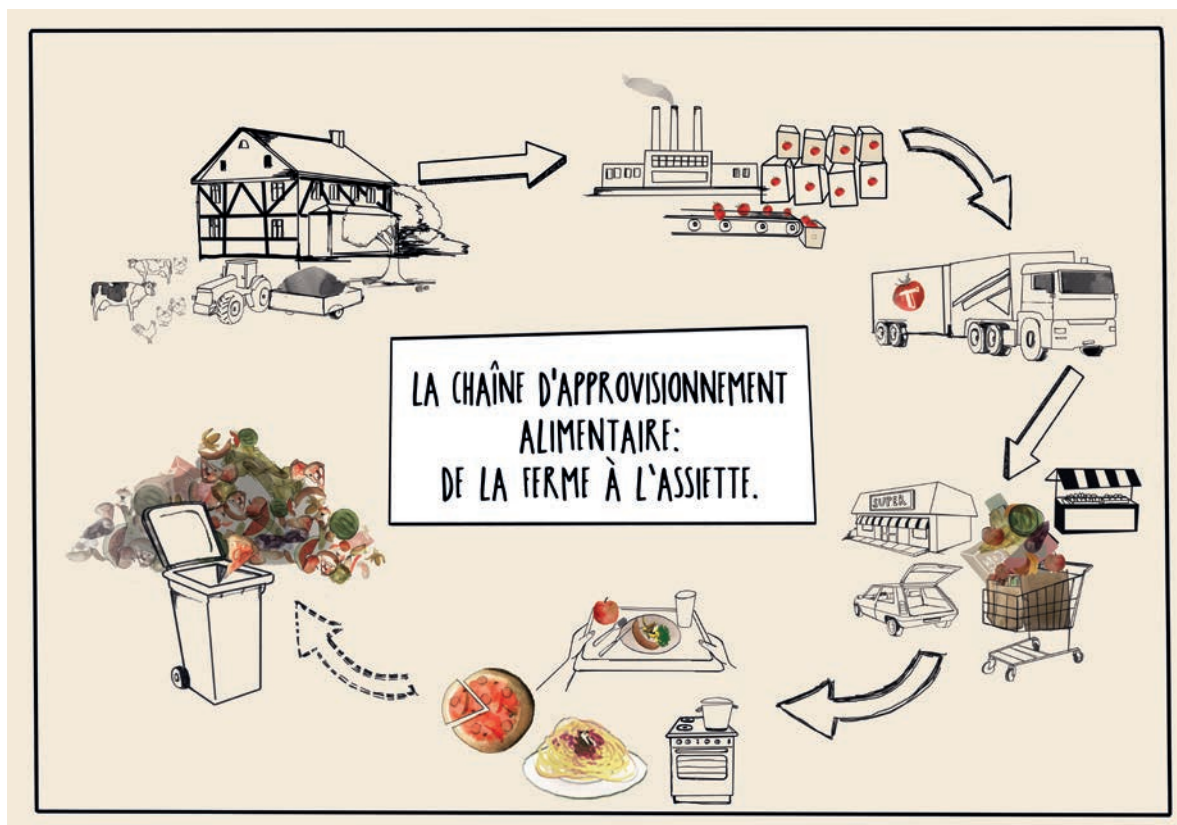
Partie 2:

3. Expliquez aux élèves qu'ils s'apprêtent à examiner la chaîne d'approvisionnement alimentaire d'un plat simple qu'ils ont choisi. Dites-leur que les repas se composent d'un certain nombre d'ingrédients et qu'ils devront, dans le cadre de cet exercice, déterminer les étapes parcourues par l'aliment sélectionné avant de finir dans leur assiette. Chaque groupe devra s'intéresser à l'un des ingrédients qui composent le plat choisi.

- 4 Distribuez une copie de la feuille de support et de la feuille de discussion 1 «De la ferme à ton assiette: la chaîne d’approvisionnement alimentaire». D1a. Tous les groupes doivent clairement indiquer le nom de l’ingrédient choisi sur la feuille. Ils doivent ensuite essayer de déterminer ce qu’il advient de l’ingrédient à chaque étape de la chaîne d’approvisionnement, en commençant par celle de la ferme. Les groupes sont encouragés à s’aider de la feuille de support. Il est important de préciser aux élèves qu’ils ne doivent pas nécessairement disposer de toutes les connaissances sur la chaîne d’approvisionnement. L’exercice vise plutôt à faire découvrir le concept de chaîne de valeur, tout en aidant les élèves à apprécier la valeur de la nourriture.
5. Demandez aux groupes d’essayer d’identifier les facteurs qui pourraient être à l’origine de pertes ou gaspillage alimentaires à chaque étape de la chaîne d’approvisionnement. Les élèves sont ensuite invités à proposer des solutions possibles aux facteurs identifiés précédemment qui sont à l’origine de ces pertes ou gaspillage.
6. Demandez à chaque groupe de présenter ses idées devant la classe. Pour conclure, demandez à l’ensemble de la classe ce qu’elle a appris au sujet de l’origine de la nourriture afin que les élèves apprécient davantage la valeur de la nourriture.

■ De la ferme à l'assiette, tout un voyage!: feuille de support

Étape de la chaîne d'approvisionnement	Description	Problèmes potentiels
Ferme/production	À ce stade, les cultures, les fruits et les légumes sont cultivés et stockés. Les animaux sont élevés.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Maladies. ▪ Mauvaises conditions météorologiques. ▪ Manque d'équipements et de connaissances.
Traitement	Les fruits et légumes sont emportés au marché ou vers des centres de traitement où ils sont emballés, quelquefois transformés, et préparés pour le transport. Les animaux sont emmenés à l'abattoir et leur viande est alors également transportée vers des centres de traitement et de transformation.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Manque d'espaces de réfrigération. ▪ Manipulation peu soignée. ▪ Traitement inefficace. ▪ Manque d'hygiène.
Transport	La nourriture est distribuée auprès des revendeurs.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Manque d'espaces de réfrigération durant le transport. ▪ Retards pendant le transport. ▪ Mauvaise organisation.
Revendeur	La nourriture est vendue lors de l'étape de commercialisation.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Les magasins commandent trop de nourriture.
Consommation	La nourriture est emmenée dans les foyers ou les restaurants pour être cuisinée et mangée.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Les individus/restaurants achètent et cuisinent trop de nourriture par rapport à leurs besoins. ▪ Les individus achètent des aliments qu'ils oublient par la suite.
Gestion des déchets	La nourriture qui n'est plus bonne à manger est jetée.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ S'ils se retrouvent dans les décharges, les déchets alimentaires peuvent conduire à des émissions de gaz à effet de serre et autres problèmes.



DE LA FERME À L'ASSIETTE, TOUT UN VOYAGE! LA CHAÎNE D'APPROVISIONNEMENT ALIMENTAIRE

De la ferme à l'assiette, nos aliments parcourent un long voyage à travers la chaîne d'approvisionnement alimentaire. Choisis l'un des aliments principaux d'un plat de ton choix et essaie de déterminer son parcours tout au long de la chaîne d'approvisionnement alimentaire. Imagine les problèmes qui peuvent survenir à chaque étape et conduire à des pertes ou gaspillage alimentaires. Essaie de penser à des solutions possibles.

Mon ingrédient: _____

Ce qui se passe à la **ferme**: _____

Problèmes pouvant entraîner des pertes et gaspillage alimentaires: _____

Solutions possibles: _____

Ce qui se passe au **centre de transformation**: _____

Problèmes pouvant entraîner des pertes et gaspillage alimentaires: _____

Solutions possibles: _____

Ce qui se passe pendant le **transport**: _____

Problèmes pouvant entraîner des pertes et gaspillage alimentaires: _____

Solutions possibles: _____

Ce qui se passe au **magasin**: _____

Problèmes pouvant entraîner des pertes et gaspillage alimentaires: _____

Solutions possibles: _____

Ce qui se passe **à la maison / au restaurant**: _____

Problèmes pouvant entraîner des pertes et gaspillage alimentaires: _____

Solutions possibles: _____

■ Sauce tomate (Solutions)

Étape de la chaîne d'approvisionnement	Description	Facteurs de pertes ou gaspillage alimentaires
Ferme/production	<ul style="list-style-type: none"> Le champ est préparé à être cultivé. Les graines sont plantées. Les plants de tomates poussent et sont entretenus. Possible utilisation d'engrais et de pesticides. Possible irrigation/arrosage. Les tomates sont récoltées. Les tomates sont entreposées. 	<ul style="list-style-type: none"> Mauvaises conditions météorologiques (trop/pas assez de pluie ou de soleil). Des maladies peuvent détériorer les fruits Des nuisibles, des pucerons par exemple, peuvent s'attaquer aux plants de tomates. Manipulation peu soignée durant la récolte et le stockage. Main d'œuvre inappropriée ou extrêmement coûteuse pendant les étapes clés de la production (par exemple, la récolte). Coût très élevé, approvisionnement inadéquat ou mauvaise utilisation (par exemple, à cause d'un manque de formation) des produits ajoutés comme les engrais ou les pesticides. Stockage inadéquat/inadapté.
Transformation	<ul style="list-style-type: none"> Les tomates sont d'abord lavées. La pulpe est ensuite extraite. La pulpe est filtrée pour éliminer les éléments indésirables. Le produit est pasteurisé. [Il existe un certain nombre de technologies de stérilisation, dont la pasteurisation fait partie. Vous pouvez simplement dire «à l'aide de technologies qui permettent de stériliser le produit ».] L'eau peut être retirée pour obtenir un produit concentré. D'autres ingrédients tels que du sucre, du sel ou d'autres conservateurs peuvent être ajoutés. La sauce est ensuite emballée, le plus souvent dans un pot en verre ou en plastique ou dans une boîte de conserve. L'emballage doit être stérilisé. 	<ul style="list-style-type: none"> Manipulation peu soignée au centre de transformation. Équipement peu hygiénique. Panne/coupure de courant accidentelle. Procédures peu sûres. Manque de formation du personnel à la sécurité des procédures. Manque de réglementations sur les denrées alimentaires, ou défaut d'application de celles-ci.
Transport	<ul style="list-style-type: none"> La sauce est acheminée du centre de transformation vers les entrepôts. La sauce est transportée vers les supermarchés/points de vente, le plus souvent par camion. En fonction de la nature de la sauce, il se peut qu'un transport réfrigéré soit nécessaire. 	<ul style="list-style-type: none"> Panne accidentelle. Stockage réfrigéré inadéquat durant le transport. Mauvaises conditions d'hygiène. Pratiques de stockage inadaptées.
Revendeur	<ul style="list-style-type: none"> La sauce est commandée. Les pots sont placés dans les rayons pour être achetés par les clients. 	<ul style="list-style-type: none"> Casse accidentelle. Commande de stocks excessive. Manipulation ou stockage inadaptés.
Consommation	<ul style="list-style-type: none"> La sauce est achetée dans un magasin et transportée jusqu'à la maison/au restaurant. La sauce est stockée. La sauce est utilisée comme ingrédient pendant la préparation d'un repas. 	<ul style="list-style-type: none"> Le consommateur achète de la sauce et ne l'utilise pas avant la date limite de consommation. Le consommateur prépare trop de nourriture, ne peut pas la manger en entier et jette le reste à la poubelle. Le consommateur utilise une partie de la sauce, mais laisse le reste se gâter.

■ Quelle est l'empreinte de nos déchets?

Cet exercice aborde la question des différentes empreintes qui s'accumulent tout au long de la production, du transport et de l'élimination de la nourriture (par exemple, l'empreinte carbone ou le volume d'eau englouti). Les élèves sont invités à chercher des informations sur la toile et à les synthétiser pour en faire une présentation.



110 min

(20 min pour la partie 1, 45 min pour la partie 2, 45 min pour la partie 3, + devoirs à la maison)

Matériel:



- Copies de la feuille D2 (une par groupe)
- Accès à des ordinateurs et à des logiciels de présentation (par exemple, Microsoft Powerpoint ou le logiciel gratuit Open Office, téléchargement gratuit ici: <http://www.openoffice.org/download/index.html>)
- Projecteur
Sinon, des transparents, des marqueurs et un rétroprojecteur ou des feuilles de papier A2 ou A3 et des marqueurs de couleur



Consignes:

Partie 1:

1. Quelles empreintes sont liées à la production, au transport et à l'élimination de la nourriture? Réfléchissez ensemble pour voir ce que les élèves ont retenu de la présentation. R: «Le carbone, le volume d'eau, l'occupation de terres, la biodiversité».
2. Répartissez les élèves en groupes de trois à quatre et demandez à chaque groupe de choisir l'une des empreintes. Veillez à ce que chacune des empreintes soit choisie par au moins un groupe.
3. Demandez aux élèves de réfléchir ensemble à ce dont ils se souviennent de leurs empreintes.
4. Comme devoir à la maison, demandez-leur de se réunir pour effectuer des recherches sur leur empreinte - les publications de la FAO «Empreinte des gaspillages alimentaires: Impacts sur les ressources naturelles» (www.fao.org/docrep/018/i3347e/i3347e.pdf) et «Empreintes du gaspillage alimentaire» (www.fao.org/3/a-ar428f.pdf) constituent un bon point de départ pour commencer leurs recherches en ligne - et de préparer une présentation électronique (sinon, une affiche ou des diapositives). Demandez-leur également de préparer un document pour leurs camarades, ainsi qu'un quiz d'environ cinq questions à organiser en classe. Demandez-leur d'apporter des copies de ce document à l'intention de chaque élève, et de prévoir une copie du quiz pour chaque groupe. Accordez-leur un délai d'une semaine environ pour préparer ce devoir à la maison.

Partie 2:

5. Expliquez aux élèves qu'ils sont supposés évaluer les présentations de leurs camarades. Distribuez le guide d'évaluation D 2 et parcourez-le ensemble.
6. Invitez les différents groupes à présenter leurs résultats chacun à leur tour. Au terme de chaque présentation, demandez à la classe d'attribuer une note à la présentation. Chaque groupe peut émettre un vote commun au regard des différentes catégories (organisation, contenu, présentation), 1 représentant la note la plus faible, 5 la note la plus élevée. Calculez le score global de chaque groupe en fonction des notes attribuées par le reste de la classe. Classez les groupes sur la base de leur score global et accordez-leur les points qu'ils méritent en fonction de leur place dans le classement. Par exemple, s'il y a cinq groupes, celui qui aura obtenu le score global le plus faible recevra un point, tandis que le groupe avec le score global le plus élevé recevra 5 points.

Partie 3:

7. Demandez aux élèves de distribuer le quiz qu'ils ont préparé (pas les feuillets!). Les membres d'un même groupe doivent répondre ensemble aux questions du quiz.
8. Lorsqu'ils ont répondu à toutes les questions, invitez les groupes à échanger leur quiz, de telle sorte qu'un autre groupe procède à sa correction. Comparez les résultats et établissez les scores de chaque groupe. De nouveau, si les groupes sont au nombre de cinq, le groupe comptant le plus de réponses correctes obtiendra 5 points, tandis que le groupe comptant le plus de réponses erronées obtiendra 1 point.
9. Additionnez les scores issus de la présentation et ceux issus du quiz, divisez le total par deux, et le groupe obtenant le meilleur score est proclamé vainqueur.
10. Demandez aux élèves de distribuer les feuillets de la présentation à leurs camarades
11. Lancez la discussion: Avez-vous été surpris en apprenant l'impact du gaspillage alimentaire sur l'environnement? Cela a-t-il modifié votre perception du gaspillage alimentaire et vos propres efforts pour le réduire? Par quels autres moyens pouvons-nous tenter de réduire nos empreintes, et en particulier le volume d'eau englouti et l'empreinte carbone?

QUELLE EST L'EMPREINTE DE NOS DÉCHETS? — ÉVALUE TES CAMARADES

Sur une échelle de 1 (mauvais) à 5 (excellent), attribue une note aux présentations de tes camarades sur la base des critères suivants:

ORGANISATION

Comment le contenu était-il structuré (par exemple, la présentation avait-elle un enchaînement logique, fournissait-elle la bonne quantité [ni trop, ni trop peu]) d'informations?

CONTENU

Comment le contenu était-il communiqué (*par exemple, les orateurs utilisaient-ils un langage approprié et accessible, ont-ils prévu une bonne conclusion ou un résumé à la fin de l'exposé, ont-ils présenté les informations de manière compréhensible*)?

PRESENTATION

De quelle façon la présentation a-t-elle été donnée (*par exemple, les orateurs ont-ils privilégié un contact visuel, se sont-ils exprimés [plus ou moins] librement, quel était le niveau de qualité des supports visuels, étaient-ils instructifs et efficaces*)?

■ Le rôle de la FAO dans la réduction des pertes et gaspillage alimentaires

Cet exercice invite les élèves à en apprendre davantage sur le rôle que joue la FAO dans la réduction des pertes et gaspillage alimentaires en menant et en présentant leurs propres recherches.



60 min (15 min pour la partie 1, 45 min pour la partie 2, + devoirs à la maison)

Matériel:



- Accès à des ordinateurs et à Internet (à la maison ou à l'école)
- Feuilles A2 ou A3 (une par groupe de quatre élèves)
- Crayons de couleur
- Ruban adhésif.

Sinon, un transparent par groupe de quatre élèves, marqueurs pour transparents et un rétroprojecteur ou un projecteur, et accès à des ordinateurs et à un logiciel de présentation (par exemple, Microsoft Powerpoint ou le logiciel gratuit Open Office à télécharger ici: www.openoffice.org/download/index.html)



Consignes:

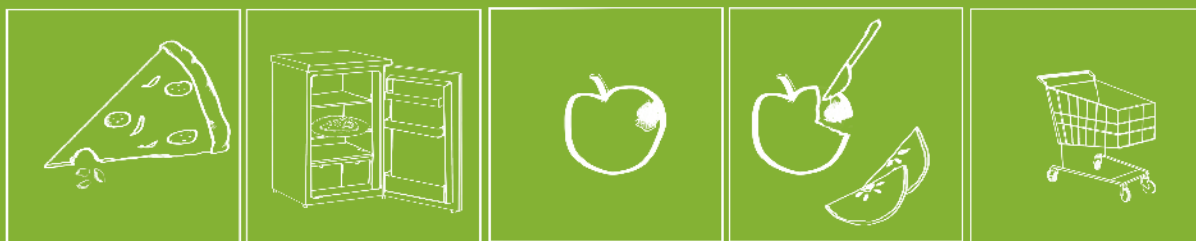
Partie 1:

1. Revenez à la diapositive 13 de la présentation et réfléchissez ensemble afin de voir ce que les élèves ont retenu de la FAO..
2. Répartissez les élèves en groupes de quatre à six.
3. Attribuez un thème à chaque groupe:
 - Groupe 1: Qu'est-ce que la FAO? Menez des recherches sur ses objectifs, ses actions, son histoire et sa structure.
 - Groupe 2: En quoi consiste l'initiative SAVE FOOD? Quels objectifs poursuit-elle? Comment propose-t-elle de les réaliser? À qui s'adresse-t-elle? Quel est son lien avec la FAO?
 - Groupe 3: Qu'est-ce que le Programme FAO-PNUE pour des systèmes alimentaires durables? En quoi est-il lié à la réduction du gaspillage alimentaire? Quels objectifs poursuit-il? Comment sont-ils réalisés?
 - Groupe 4: En quoi consiste la gestion post-récolte? En quoi est-elle liée aux pertes et gaspillage alimentaires? De quelle manière la FAO est-elle impliquée dans la gestion post-récolte? Pour de plus amples informations sur les thèmes attribués aux groupes 1 à 4, dirigez les élèves vers la section de la page d'accueil de la FAO dédiée aux pertes et gaspillage alimentaires: <http://www.fao.org/food-loss-and-food-waste/en>.
 - Groupes 5-6: À quelles actions concrètes la FAO participe-t-elle? Choisissez l'un des projets présentés ici et effectuez des recherches: <http://www.fao.org/in-action/fao-projects/fr/>. Quels objectifs le projet poursuit-il? Par le biais de quelles actions concrètes tente-t-on de les réaliser? Le projet a-t-il déjà abouti à des résultats?
4. Comme devoir à la maison, demandez aux élèves de préparer une affiche (sinon, un transparent ou une présentation Powerpoint) sur leur thème.

Partie 2:

5. De retour en classe, invitez-les à présenter leur travail devant la classe.
6. Lancez la discussion: En quoi la FAO constitue-t-elle un agent important au sein de la politique mondiale? Comment concrétise-t-elle sa devise Fiat Panis («du pain pour tous»)? Comment la lutte contre les pertes et gaspillage alimentaires entre-t-elle dans le cadre de ses objectifs globaux?

■ LEÇON PRINCIPALE 1: JEUX



■ Memo3

Dans cette version du célèbre jeu «Memory», les élèves passent en revue les principes et concepts clés de la présentation.

Certains élèves risquent de trouver ce jeu un peu trop enfantin tandis que d'autres apprécieront cet intermède ludique entre leurs moments dédiés à l'étude. Vous êtes la personne la mieux placée pour juger!



30 min

Matériel:



- Copies du jeu de cartes Memo3 J 1a (un jeu par groupe de trois à quatre élèves)
- Copies du jeu de carte de l'enseignant J 1b
- Ciseaux



Règles du jeu:

- Mélanger les cartes et les disposer en lignes, faces cachées. Le premier joueur retourne deux cartes. Si les cartes vont ensemble, le joueur les garde et peut jouer à nouveau. Si ces deux cartes ne vont pas ensemble, c'est au tour du joueur suivant.
- Le jeu est terminé lorsque toutes les paires de cartes ont été retrouvées. Le gagnant est celui qui a accumulé le plus de paires

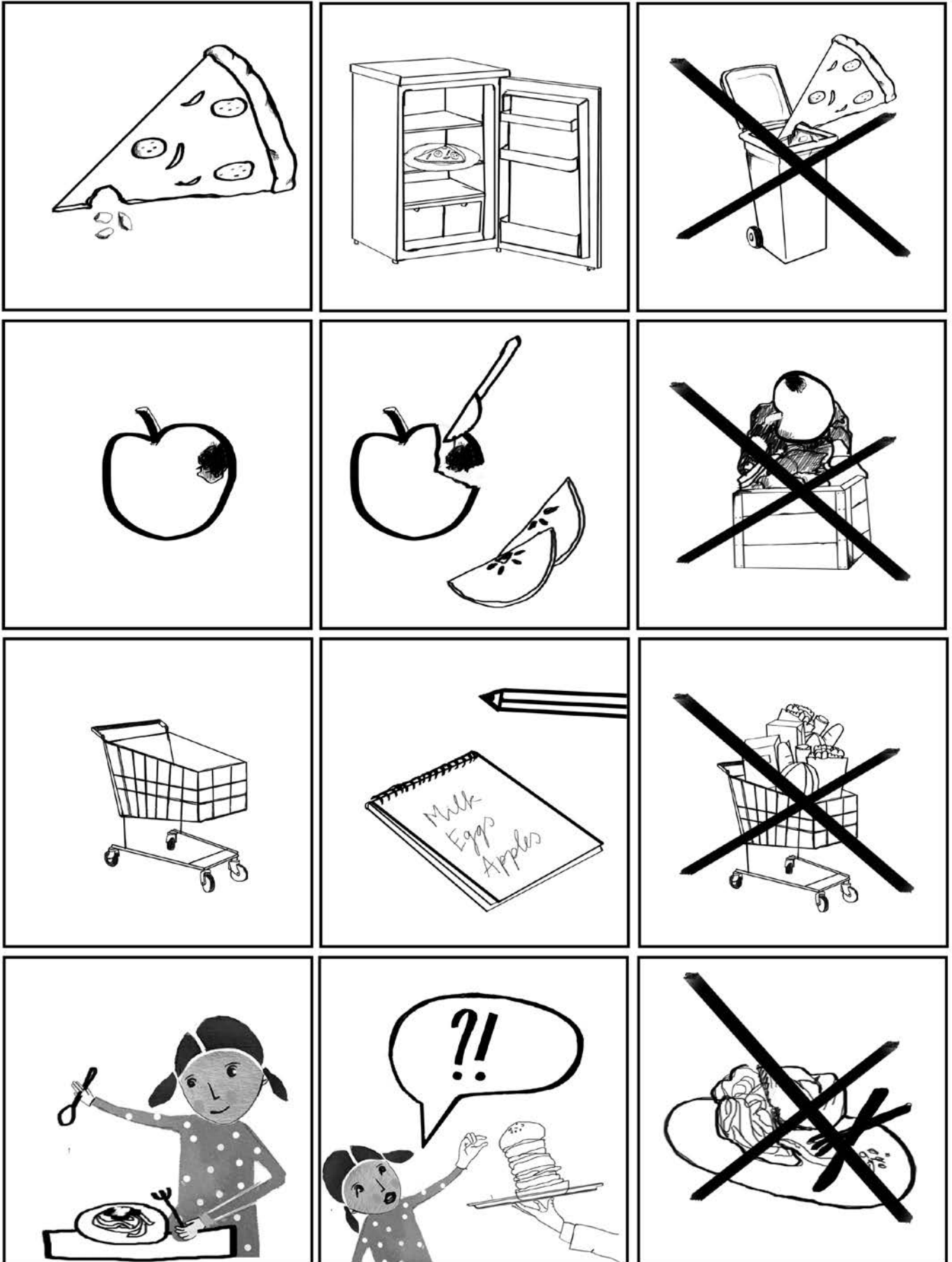
Remarque: Au contraire du jeu Memory traditionnel, les cartes correspondantes ne représentent pas la même image. Ici, les images vont ensemble. Consultez les cartes interactives afin de découvrir celles qui vont ensemble.



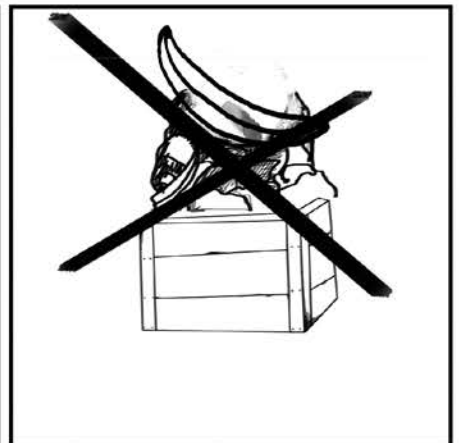
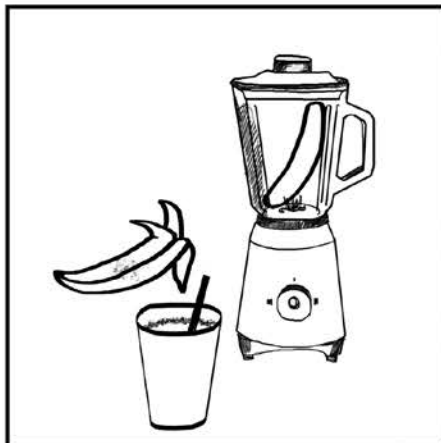
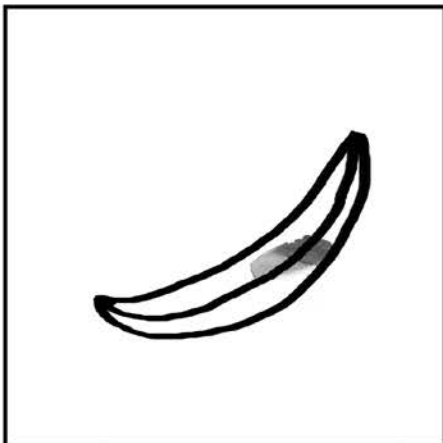
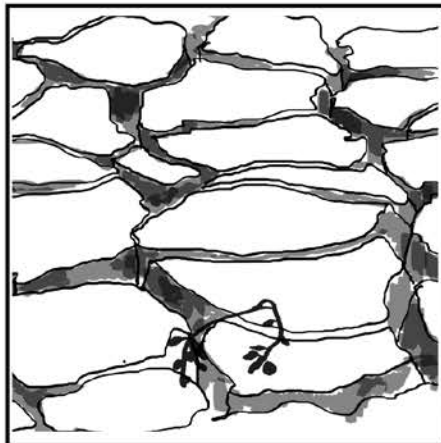
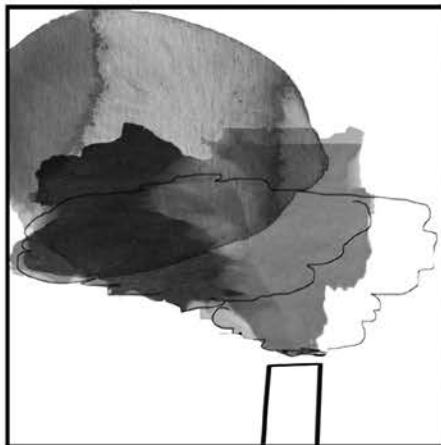
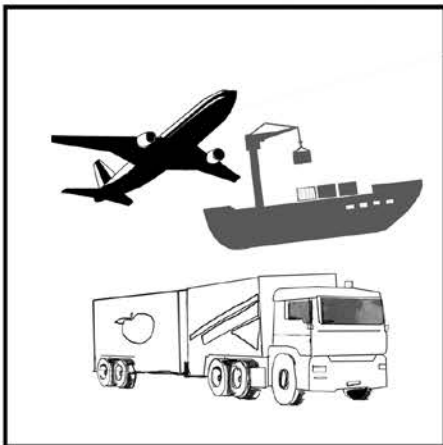
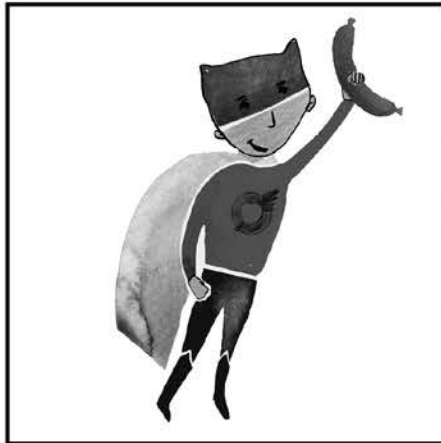
Consignes:

1. En vous aidant des cartes ou de la présentation, passez en revue chacune des paires de cartes afin de vous assurer que les élèves connaissent bien les cartes qui vont ensemble. Discutez des images représentées dans chaque jeu.
2. Répartissez les élèves en groupes de trois à quatre. Vous avez besoin d'un exemplaire du jeu Memory par groupe.
3. Demandez aux élèves de découper et de colorier le jeu.
4. Expliquez les règles (voir ci-dessus).
5. Jouez!

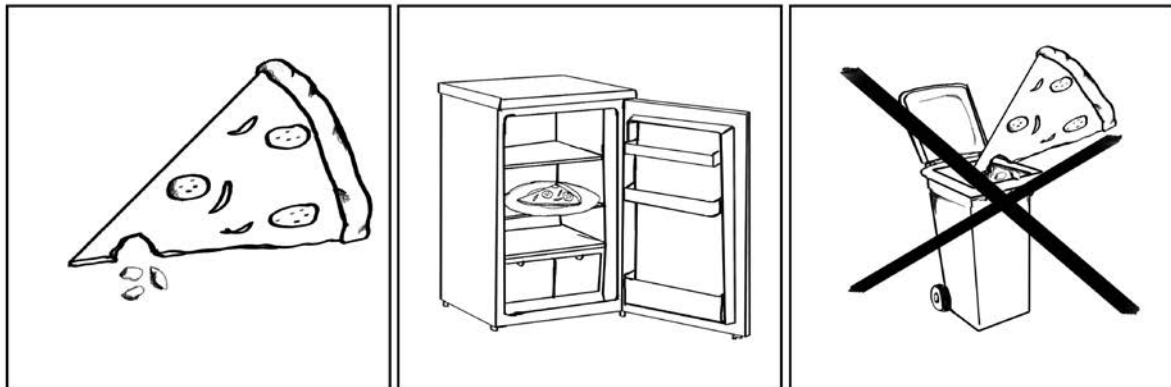
MEMO3



MEMO3

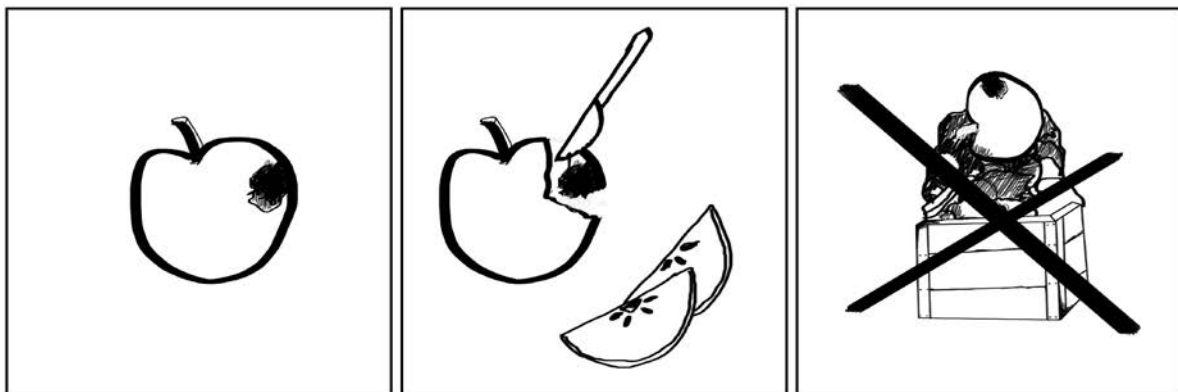


■ Memo3 (Cartes de l'enseignant)



1

CONSERVE TES RESTES DE PIZZA AU RÉFRIGÉRATEUR POUR UN AUTRE JOUR AU LIEU DE LES JETER!



2

SI TA POMME A UNE TACHE MARRON, TU PEUX L'ENLEVER ET MANGER LE RESTE DU FRUIT AU LIEU DE LE JETER.



3

PRÉPARE TA LISTE AVANT D'ALLER FAIRE LES COURSES AFIN DE NE PAS ACHETER PLUS QUE NÉCESSAIRE.



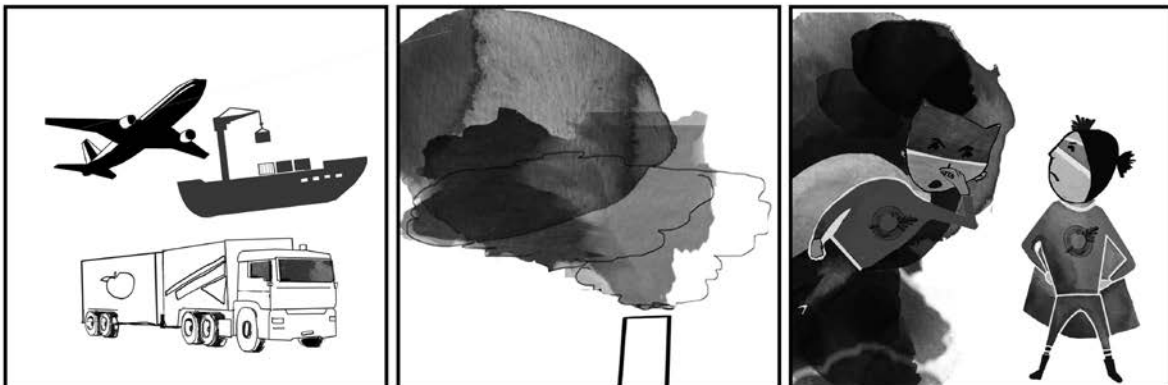
4

REMPLIS MOINS TON ASSIETTE OU DEMANDE DES QUANTITÉS PLUS PETITES POUR NE PAS GASPILLER.



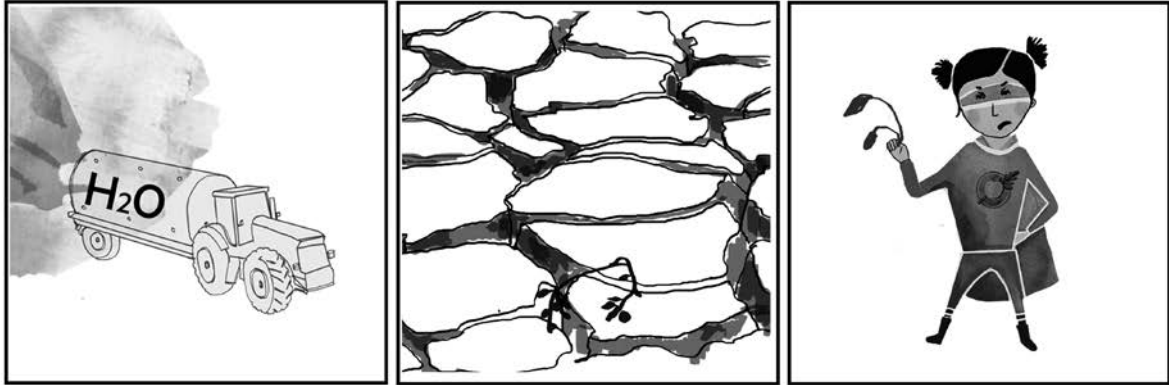
5

REJOINS LES HÉROS ANTI-GASPI DANS LEUR LUTTE CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE!



6

LA PRODUCTION ET LE TRANSPORT DES ALIMENTS PRODUISENT DES GAZ À EFFET DE SERRE QUI CONTRIBUENT AU CHANGEMENT CLIMATIQUE.



7

L'AGRICULTURE ET LA PRODUCTION DES ALIMENTS PEUVENT ENTRAÎNER DES PÉNURIES D'EAU.



8

UTILISE LES FRUITS TROP MÛRS POUR PRÉPARER DES SMOOTHIES
OU DES CONFITURES AU LIEU DE LES JETER.

■ LEÇON PRINCIPALE 1: EXERCICES ÉCRITS



Les exercices écrits favorisent la créativité et stimulent les fonctions cognitives autour du thème abordé. Invitez vos élèves à réaliser les exercices de façon individuelle ou par groupe de deux, et demandez-leur de partager leurs réponses avec leurs camarades.

EE 1: Entretien sur la chaîne d'approvisionnement alimentaire

En te basant sur la description de la chaîne d'approvisionnement alimentaire, choisis un acteur de la chaîne (par exemple, un agriculteur, un chauffeur de camion, un cuisinier, un parent qui cuisine le dîner, ou quelqu'un qui travaille dans le traitement des déchets). Imagine que tu es en train d'interviewer cette personne pour un journal. Quelles questions lui poserais-tu? Qu'est-ce que cette personne te répondrait? Ajouter un nouveau paragraphe en italique: «La discussion D1 («De la ferme à ton assiette, tout un voyage!») aborde la même question. Vous pouvez continuer avec la D1 après cet exercice écrit ou bien l'utiliser comme introduction à l'exercice.»

EE 2: Mange, d'autres ont faim

«Finis ton assiette – il y a des enfants qui meurent de faim soit sur ce continent ou ailleurs dans le monde!» Est-il pertinent d'invoquer la faim dans le monde pour inciter les enfants à terminer leur assiette?

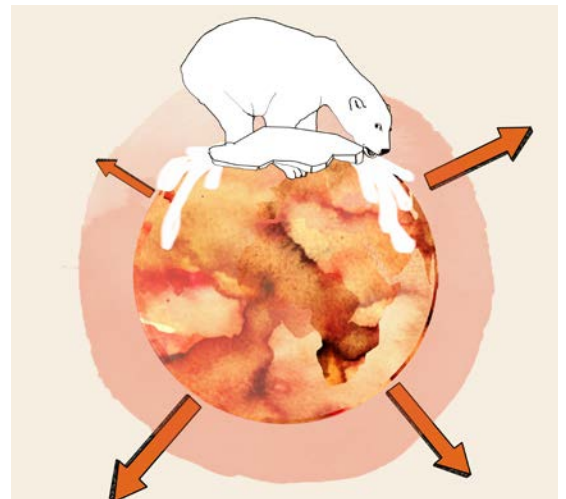
Argumentez.



EE 3: Les aliments ont de la valeur

«Le gaspillage alimentaire n'existe que parce que les gens ont perdu l'appréciation de la valeur de la nourriture. Tant que nous ne prendrons pas la mesure des quantités de travail, d'énergie utilisées et de pollution générée pour notre alimentation, nous n'accorderons pas une valeur particulière à nos aliments et le gaspillage alimentaire continuera de s'aggraver.»

Etes-vous d'accord, pourquoi?



9 CONSEILS

■ LEÇON PRINCIPALE 2

**C'EST TOI QU'IL FAUT NOURRIR,
PAS LA POUBELLE: NEUF
CONSEILS POUR RÉDUIRE LE
GASPILLAGE ALIMENTAIRE**

LEÇON PRINCIPALE 2: C'EST TOI QU'IL FAUT NOURRIR, PAS LA POUBELLE: NEUF CONSEILS POUR RÉDUIRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

9 CONSEILS

LEÇON PRINCIPALE 2 met en lumière neuf conseils permettant de réduire le gaspillage alimentaire à la maison et explique aux élèves comment limiter la quantité de nourriture qui finit à la poubelle.

L'outil principal pour enseigner les contenus de la leçon principale 2 est la présentation 2, «Parce que la nourriture est faite pour être mangée et non jetée, neuf conseils pour réduire le gaspillage alimentaire». En fonction du temps et des ressources (techniques) disponibles, vous pouvez choisir de projeter ou d'imprimer les diapositives d'illustration (qui figurent dans l'annexe de ce document).

La présentation s'accompagne d'un texte explicatif (voir pages suivantes) que vous pourrez lire à voix haute, ou dont vous pourrez vous inspirer. Pour les élèves plus âgés, il est peut-être préférable qu'ils lisent le texte eux-mêmes ou en effectuent la lecture complète à la maison.

Utilisez la feuille de révision jointe pour aider les élèves à tirer des conclusions sur les questions clés de la présentation.

Dans ce texte, vous trouverez des questions qui vous permettront d'amorcer la discussion et d'éveiller l'intérêt des élèves.

Il ne s'agit là que de suggestions, donc sentez-vous libre de les modifier, d'ajouter d'autres éléments ou de les raccourcir.



30 min



Matériel:



- Vidéoprojecteur et ordinateur pouvant lire les fichiers PDF
- Une version numérique de la présentation
Vous pouvez également imprimer les diapositives sur des transparents et utiliser un rétroprojecteur, ou les imprimer sur des feuilles A4 et demander à un élève de les montrer à la classe pendant que vous lisez le texte.
- Si vous le souhaitez, copies du texte et de la feuille de révision (FR 2) (un exemplaire par élève)



Consignes:

1. Montrez la présentation et lisez le texte d'accompagnement ou demandez aux élèves de le lire en classe ou à la maison.
2. Discutez du contenu avec les élèves. Les questions fournies dans le texte constitueront peut-être pour vous un bon point de départ pour la discussion.
3. Distribuez la feuille de révision et demandez aux élèves de la compléter.
4. Comparez les résultats et discutez-en: Qu'ont appris les élèves grâce à cette leçon principale? Dans quelle mesure cette information est-elle pertinente pour leur propre vie? Comment peuvent-ils modifier leur propre comportement pour réduire le gaspillage alimentaire? Pourquoi est-il important que chacun d'entre nous modifie son comportement?

LEÇON PRINCIPALE 2: TEXTE D'ACCOMPAGNEMENT

C'EST TOI QU'IL FAUT NOURRIR, PAS LA POUBELLE: NEUF CONSEILS POUR RÉDUIRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE



Gaspiller la nourriture est néfaste pour l'environnement: cela participe au changement climatique et aux pénuries d'eau. Le gaspillage alimentaire nuit à l'environnement: il contribue au changement climatique et à la pénurie d'eau. De plus, les aliments gaspillés, s'ils ne sont pas utilisés pour nourrir les animaux ou pour produire du compost ou de l'énergie, aboutissent dans des décharges où ils pourrissent, polluent la zone environnante et produisent des gaz à effet de serre. Les pertes et le gaspillage alimentaires pourraient également contribuer à aggraver la faim et les inégalités dans le monde. Gaspiller de la nourriture, c'est gaspiller de l'argent, du travail et des ressources. Mais bonne nouvelle, il est possible de prévenir le gaspillage alimentaire: c'est assez facile de réduire le volume des déchets que nous produisons et nous pouvons tous agir pour arrêter de gaspiller la nourriture!



1 Mets de plus petites quantités dans ton assiette. La meilleure façon de réduire le gaspillage alimentaire est d'en mettre moins dans ton assiette. Remplis moins ton assiette et retourne te servir si tu as encore faim une fois que tu as terminé. En agissant ainsi, tu manges à ta faim et évites de jeter de la nourriture. Tu peux aussi appliquer ce conseil au restaurant ou à la cantine: si tu sais que les portions sont trop importantes pour toi, demande une part plus petite et tu éviteras ainsi de jeter ce que tu n'as pas mangé.



2 Apprends à aimer tes restes de repas.

Q: Chez toi que faites-vous lorsque vous avez des restes de nourriture? Connais-tu d'autres façons de valoriser ses restes?

Si tu ne termines pas ton assiette et que tu as des restes, garde-les pour un autre jour. En cuisinant la nourriture qui reste, tu es sûr de manger tout ce que tu achètes. Plutôt que de la jeter à la poubelle, pourquoi ne pas l'utiliser pour préparer tes repas du lendemain? Sinon, tu peux aussi la conserver au réfrigérateur et la réchauffer. Cela te permet de manger le jour suivant les restes de légumes au curry qui sont si bons. Ajoute un peu de thon à tes pâtes et passe-les au four. Une cuillère à soupe de légumes peut aussi servir de base pour une soupe. Si tu ne sais pas si tu pourras manger les restes le lendemain, congèle-les et garde-les pour plus tard, ou demande à tes parents de le faire.

N'oublie pas que c'est très important de mettre les restes au réfrigérateur ou de les congeler dans les deux heures qui suivent leur préparation. Pendant l'été, lorsqu'il fait chaud, pense à réduire ce délai à une heure. En répartissant les restes dans plusieurs récipients propres et peu profonds, ils refroidissent plus rapidement. Pour aimer et profiter de tes restes, pense à les réfrigérer ou les congeler rapidement afin de pouvoir les réutiliser sans risque!



3 Fais tes courses intelligemment. L'ananas qui a l'air si appétissant dans les rayons mais dont la moitié finit à la poubelle, car tu es le seul dans la famille qui aime ça; le poulet périmé que tu jettes, car tu as oublié qu'il y avait déjà de la viande hachée à cuisiner à la maison; les biscuits qui finissent dans les déchets, car finalement, tu n'as pas pu les terminer: nous achetons souvent plus de nourriture que nous pouvons en manger avant leur date limite de consommation. Il existe toutefois des manières simples d'éviter la surconsommation.

Q: D'après toi, comment peut-on réduire la surconsommation?

Commence par réfléchir avant d'acheter: demande à tes parents de prévoir les repas, base-toi sur des listes de course et évite les achats impulsifs. Ainsi, tu auras moins de risques d'acheter des aliments dont tu n'as pas besoin et que tu as peu de chance de consommer. En partant faire les courses l'estomac plein, tu achèteras moins de nourriture.

Q: Pourquoi d'après toi on peut acheter trop si on fait ses courses en ayant faim?



4 Achète des fruits et légumes «moches». Une pomme doit être ronde et dodue, une carotte longue et droite, une pomme de terre parfaitement lisse, n'est-ce pas? En fait, les fruits et les légumes sont commercialisés sous toutes les formes, et ils sont tous aussi bons et goûteux les uns les autres: même si une pomme présente des parties abîmées, une carotte est légèrement courbée et une pomme de terre est tordue avec quelques bosses, cela n'influence ni leur goût, ni leur valeur nutritive. Tant que l'extérieur est intact, l'intérieur des fruits et des légumes reste stérile et ne présente aucun risque à la consommation.

Nous avons une idée bien définie des fruits et légumes parfaits. Or, de grandes quantités d'aliments sains ne sont même pas mises en rayon: les propriétaires de supermarchés pensent que les clients n'achèteront pas ces produits, et ils sont donc souvent jetés avant même d'arriver en magasin. Beaucoup d'enseignes commencent malgré tout à commercialiser des fruits et légumes «moches». Si tu vois des fruits et des légumes avec des formes étranges, pourquoi ne pas les acheter plutôt que ceux qui ont une apparence parfaite, ou demander à tes parents de le faire? En agissant ainsi, tu montres que tu fais attention et contribues à réduire les pertes et gaspillages alimentaires. En plus, comme de nombreux magasins proposent des aliments aux formes irrégulières à des prix réduits, tu fais des économies en même temps. Donc, n'oublie pas: les formes et les tailles des fruits et des légumes peuvent varier, mais cela n'a rien à voir avec leur qualité. Garde l'esprit ouvert, fais attention à la nourriture, et n'hésite pas à acheter des fruits et des légumes aux formes bizarres.

5 ORGANISE TON RÉFRIGÉRATEUR



5 Organise ton réfrigérateur.

Q: A votre avis, comment peut ranger son réfrigérateur?

Pour que les aliments restent sains et frais, ils doivent être conservés au froid entre 1 et 5°C. Vérifie que ton réfrigérateur est à la bonne température et conserve la nourriture dans les bons compartiments. Évite aussi de trop remplir le réfrigérateur! Un réfrigérateur surchargé consomme plus d'électricité et tu as plus de risques d'oublier un aliment caché dans un petit coin.

6 PEPS : PREMIER ENTRÉ, PREMIER SORTI !



6 «PEPS: Premier entré, premier sorti!». Ce qui peut paraître comme une règle comptable étrange est finalement l'une des manières les plus simples d'éviter le gaspillage alimentaire: quand tes parents ou toi rangez les courses, n'oubliez pas d'organiser votre réfrigérateur et vos placards. Les aliments les plus anciens doivent être placés devant et les derniers achetés - qui devraient pouvoir se garder plus longtemps - doivent être conservés à l'arrière. Cela vous permettra de consommer d'abord les aliments les plus anciens et la nourriture que vous venez d'acheter sera encore bonne quand vous l'utiliserez.

7 APPRENDS À COMPRENDRE LES DATES INDICQUÉES SUR LES ALIMENTS



7 Apprends à comprendre les dates indiquées sur les aliments que tu achètes.

Q: Quelles sont les étiquettes de dates limites que tu connais? Que veulent dire, pour toi: «à consommer de préférence avant» et «date limite de consommation»?

Un grand nombre d'aliments emballés présentent des dates sur leur emballage. La date limite de consommation est la plus importante. Certains aliments comme la viande ont une date limite de consommation au-delà de laquelle l'aliment est périmé et qu'il faut impérativement respecter. Si tu manges cet aliment après sa date de péremption, tu risques d'être très malade. Si tu as peur de ne pas pouvoir manger cet aliment avant sa «date limite de consommation», tu peux le congeler, puis le décongeler et le manger ultérieurement. Si tu n'as pas congelé l'aliment avant sa date limite de consommation, tu devras le jeter.

La situation est un peu différente avec les dates de consommation conseillées: si un aliment dispose de la mention «à consommer de préférence avant», cela signifie simplement que le goût, l'odeur et l'apparence resteront optimaux jusqu'à cette date. Nous n'avons que très peu d'informations sur la perte de qualité ou la péremption effective de ces aliments et ne savons pas précisément quand ils deviennent réellement impropres à la consommation. Si l'emballage est intact et l'aliment a été conservé correctement, il ne présente généralement aucun risque après «la date d'utilisation conseillée». Pour le savoir, il suffit généralement de regarder en détail l'état de l'aliment ou de demander à un adulte de le faire: si son apparence, son odeur et son goût restent inchangés même après la date d'utilisation conseillée, tu ne prends normalement aucun risque.

8 TRANSFORME TES DÉCHETS ALIMENTAIRES EN COMPOST



8 Transforme tes déchets alimentaires en compost. Si tu as encore du gaspillage alimentaire, transforme ces aliments en compost: plutôt que de les mettre à la poubelle et de contribuer aux émissions de gaz à effet de serre avec le transport et le traitement des déchets, pourquoi ne pas opter pour le compostage des déchets alimentaires, des épluchures de fruits et de légumes? En seulement quelques mois, tu obtiendras du compost riche et précieux pour tes plantes.

9 PARTAGER, C'EST AIDER !



9 Partager, c'est aider! Au cours de ces dernières années, les problèmes liés aux pertes et gaspillages alimentaires ont suscité toujours plus d'intérêt. Des projets ont été mis en place à différents endroits pour encourager le partage et l'entraide: les soupes populaires utilisent des aliments qui arrivent à leur date d'utilisation conseillée pour préparer des repas pour les plus démunis. Les cantines d'école donnent leurs restes aux banques alimentaires et les «restaurants alternatifs» cuisinent des plats à partir des invendus des supermarchés. La communauté des héros antigaspi ne cesse de grandir - renseigne-toi et engage-toi!

Q: Connaissez-vous des initiatives qui aident à redistribuer ou revaloriser la nourriture?

Le gaspillage alimentaire se traduit aussi par des pertes d'argent, de main d'œuvre, d'énergie et d'autres ressources. En consommant plus intelligemment la nourriture, nous pouvons économiser de l'argent et lutter contre le changement climatique. À toi de faire attention à tes achats, de conserver judicieusement tes aliments, de réutiliser tes restes et de partager tes surplus. Encourage tes amis et ta famille à faire comme toi: maintenant, C'EST FINI, ZÉRO GASPI!

FEUILLE DE REVISION: LEÇON PRINCIPALE 2

1. Pourquoi le gaspillage alimentaire est-il mauvais pour l'environnement? → _____

2. Quels sont les neuf conseils permettant de réduire le gaspillage alimentaire? → _____

3. Quelles sont les précautions à prendre avant de stocker les restes? → _____

4. Que signifie l'acronyme PEPS? → _____

5. Que signifient les inscriptions «À consommer de préférence avant le », «Date limite de consommation» et «Date limite de vente»? → _____

6. Sur quelle température le réfrigérateur doit-il être réglé? Comment devons-nous conserver les aliments réfrigérés afin de réduire les émissions de gaz à effet de serre et d'éviter de gaspiller de la nourriture? → _____

7. Quels sont les avantages d'acheter des fruits et légumes de forme bizarre? → _____

8. Comment acheter intelligemment? → _____

■ FEUILLE DE REVISION: LEÇON PRINCIPALE 2 (Solutions)

1. Pourquoi le gaspillage alimentaire est-il mauvais pour l'environnement?

Le gaspillage alimentaire accroît les émissions de gaz à effet de serre, contribue à la pénurie d'eau, occupe des terrains, menace la biodiversité et pollue et appauvrit les sols. Les pertes et gaspillage alimentaires pourraient également contribuer à aggraver la faim et les inégalités dans le monde. Gaspiller la nourriture, c'est gaspiller de l'argent, du travail et des ressources.

2. Quels sont les neuf conseils permettant de réduire le gaspillage alimentaire?

1. Prends des portions plus petites.
2. Kiffe les restes de repas.
3. Réfléchis avant d'acheter.
4. Vive les fruits et légumes moches!
5. Que contient le réfrigérateur.
6. PEPS: Premier entré, premier sorti!
7. Regarde les dates de consommation sur les emballages.
8. Transforme tes déchets alimentaires en compost.
9. Tout ce qui est partagé est meilleur.

3. Quelles sont les précautions à prendre avant de stocker les restes?

Les restes doivent être mis au réfrigérateur ou au congélateur dans les deux heures qui suivent leur préparation (l'été, ils doivent être rangés dans l'heure qui suit). Si les restes sont répartis dans plusieurs récipients propres et peu profonds, ils refroidiront plus vite. Le froid ralentit l'apparition des bactéries. Bien utiliser les restes, c'est les réfrigérer ou les congeler rapidement pour pouvoir les réutiliser en toute sécurité.

4. Que signifie l'acronyme PEPS?

PEPS est l'acronyme de Premier entré, premier sorti: lorsque nous rangeons les courses, il faut mettre les produits les plus anciens devant et les nouvelles courses – qui ne vont donc pas s'abîmer tout de suite – derrière. Ainsi, nous pouvons consommer les aliments les plus «vieux» en priorité et les autres seront encore bons quand viendra leur tour.

5. Que signifient les inscriptions «À consommer de préférence avant le », «Date limite de consommation» et «Date limite de vente»?

La mention «À consommer de préférence avant le» indique la date jusqu'à laquelle le fabricant garantit une qualité optimale du produit: elle précise jusqu'à quelle date le produit conserve toutes ses qualités en termes d'odeur, de texture et de saveur, mais ne dit en revanche rien sur le moment où le produit commencera vraiment à perdre en qualité voire à s'abîmer au point de devenir impropre à la consommation. Si l'emballage n'est pas abîmé et que la nourriture a été conservée comme il faut, l'aliment peut toujours être mangé sans danger après la date indiquée.

Pour certains aliments, tels que la viande crue, la date de péremption est une indication très stricte, et si elle n'est pas respectée, nous risquons de tomber gravement malade. Si nous ne pensons pas pouvoir consommer un aliment avant la date limite de consommation indiquée sur l'emballage, nous pouvons toujours le congeler et le décongeler lorsque nous aurons décidé de le manger. Une fois la date limite de consommation dépassée, tout aliment qui n'a pas été congelé doit être jeté.

La mention «Date limite de vente» indique juste aux vendeurs à quelle date il est censé avoir vendu sa marchandise. Le produit sera encore longtemps après cette date.

6. Sur quelle température le réfrigérateur doit-il être réglé? Comment devons-nous conserver les aliments réfrigérés afin de réduire les émissions de gaz à effet de serre et d'éviter de gaspiller de la nourriture?

Les aliments réfrigérés doivent être conservés à entre 1 et 5 degrés Celsius pour un maximum de fraîcheur et de conservation. Pour économiser de l'énergie et réduire les émissions de gaz à effet de serre, il faut dégivrer le réfrigérateur régulièrement. Et ne pas trop le remplir! Un réfrigérateur trop plein consomme plus et on risque d'oublier des aliments cachés à l'arrière.

7. Quels sont les avantages d'acheter des fruits et légumes de forme bizarre?

Les fruits et légumes se suivent et ne se ressemblent pas. Mais pourtant, ils sont tous aussi bons les uns que les autres. Tant que l'extérieur d'un fruit ou d'un légume est intact, l'intérieur est sûr car il est stérile. De plus en plus de magasins proposent des fruits et légumes «moches». En les achetant, tu envoies un message: je n'aime pas gâcher la nourriture et je veux contribuer à réduire les pertes et gaspillage alimentaires. De plus, comme de nombreux magasins proposent les fruits et légumes irréguliers à prix réduit, nous pouvons faire des économies.

8. Comment acheter intelligemment?

Acheter intelligemment requiert par exemple de planifier les repas à l'avance, de faire des listes de courses et d'éviter les achats impulsifs. Ainsi, nous risquons moins d'acheter des produits dont nous n'avons pas besoin et qui sont susceptibles de finir à la poubelle. Faire ses courses le ventre plein est également un bon moyen d'éviter de trop acheter.

9 CONSEILS

■ ACTIVITÉS DE SUIVI

pour la leçon principale 2

C'EST TOI QU'IL FAUT NOURRIR, PAS LA POUBELLE: NEUF CONSEILS POUR RÉDUIRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

Les ACTIVITÉS DE SUIVI proposent une approche plus pratique et suggèrent des actions concrètes permettant de réduire le gaspillage alimentaire.

Elles sont conçues pour encourager les élèves à agir contre le gaspillage alimentaire et pour approfondir leurs connaissances pratiques et théoriques pour comprendre comment faire.

■ LEÇON PRINCIPALE 2: FICHES D'ACTIVITÉ



■ Réduire le gaspillage alimentaire

Dans cet exercice, les élèves sont invités à évaluer la façon dont ils gèrent la nourriture à la maison et à réfléchir aux moyens de réduire le gaspillage alimentaire en famille.

La discussion D 2 (À l'affiche) s'inscrit dans la continuité de cette fiche d'activité, et revient plus en détail sur les différentes façons de réduire le gaspillage alimentaire.



25 min

Matériel:



- Copies de la fiche d'activité FA 6 (une par élève)



Consignes:

1. Expliquez: «Maintenant que nous avons découvert des moyens de réduire le gaspillage alimentaire, voyons comment chacun d'entre nous peut le faire à la maison.»
2. Demandez aux élèves si, à la maison, ils appliquent déjà certains des conseils donnés pendant la leçon. Comment peuvent-ils éviter de gaspiller la nourriture à l'avenir, et que peuvent-ils faire d'autre?
3. Distribuez les copies de la fiche d'activité FA 6 et demandez aux élèves de la compléter.
4. Lancer une discussion avec la classe en demandant aux élèves: Quels sont mes moyens les plus efficaces utilisés pour réduire le gaspillage alimentaire à la maison selon eux? Peut-on penser à d'autres actions qui ne sont pas dans les 9 astuces?

RÉDUIRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

1. Jusqu'ici qu'avez-vous fait pour réduire le gaspillage alimentaire chez vous ou à la cantine?

2. Quelles solutions pourraient aider ma famille à moins gaspiller à la maison?

3. Quelles mesures pourrions-nous prendre ensemble pour réduire davantage le gaspillage alimentaire à l'école?

■ Stop au gaspillage alimentaire!

Dans cet exercice, les élèves sont invités à reproduire les principales astuces permettant de réduire le gaspillage alimentaire. *Cette fiche d'activité peut être combinée avec la discussion D 4 (À l'Affiche).*



20 min



Matériel:



- Copies de la FA 7 (une par élève)



Consignes:

1. Lancez la discussion: Quels sont les moyens de réduire le gaspillage alimentaire qui ont été mentionnés dans la présentation? Avez-vous d'autres idées pour y arriver?
2. Distribuez la fiche d'activité FA 7.
3. Demandez aux élèves de compléter leur fiche d'activité.
4. Répartissez les élèves en groupes de trois à quatre.
5. Demandez-leur de comparer leurs résultats entre eux et d'ajouter les idées des autres membres du groupe auxquelles ils n'avaient pas pensé.

STOP AU GASPILLAGE ALIMENTAIRE!

9 CONSEILS

Le gaspillage alimentaire est mauvais pour l'environnement. Cela coûte de l'argent et contribue à la faim dans le monde. Mais il y a beaucoup de choses que tu peux faire pour éviter le gaspillage alimentaire. Essaie de te rappeler les points les plus importants:

Je peux éviter de gaspiller de la nourriture en _____

S'il y a des restes, je peux _____

Nous devons éviter de gaspiller la nourriture, parce que _____

■ LEÇON PRINCIPALE 2: DISCUSSIONS



■ Luttons contre le gaspillage!

En amenant les élèves à créer des affiches en groupe, cette activité leur permet de revoir et d'approfondir les concepts clés liés à la réduction du gaspillage alimentaire.



70 min (35 min pour la partie 1, 35 min pour la partie 2)

Matériel:



- Copies de la fiche d'activité FA 7 «Stop au gaspillage alimentaire»(une par élève)
- Feuilles A2 ou A3 (une par groupe de quatre élèves)
- Crayons de couleur
- Coupures de journaux ou de magazines
- Ciseaux
- Colle
- Ruban adhésif



Consignes:

Partie 1:

1. Réfléchissez ensemble: «Comment peut-on éviter de gaspiller la nourriture?» «Que pouvons-nous faire avec les restes?»
2. Distribuez la fiche d'activité FA 7 (page 66) et demandez aux élèves de la compléter (seuls ou en groupe).
3. Répartissez les élèves en groupes de quatre.
4. Demandez à chacun des groupes de choisir l'un des sujets suivants: «Comment pouvons-nous éviter de gaspiller la nourriture?» et «Que pouvons-nous faire avec les restes?».
5. Demandez aux élèves de créer une affiche sur le sujet choisi, en dessinant, en écrivant et/ou en utilisant des coupures de journaux ou de magazines.

Partie 2:

6. Accrochez les affiches au mur.
7. Permutez les membres de chaque groupe: Dans chaque groupe, attribuez à chaque élève un numéro de un à quatre. Les élèves ayant reçu le même numéro rejoindront alors le même groupe. Vous avez donc quatre nouveaux groupes, chacun de ces nouveaux groupes étant composé d'au moins un membre des anciens groupes.
8. Placez les groupes aux quatre coins de la pièce, de façon à ce que chaque groupe se trouve à côté d'une affiche. Demandez au membre du groupe ayant créé cette affiche de la présenter à son nouveau groupe. Invitez les autres élèves à formuler des commentaires sur l'affiche et à pointer du doigt des éléments qui auraient été oubliés.
9. Au bout de deux minutes, donnez le signal (clap, sifflet, etc.) et demandez aux groupes de passer à l'affiche suivante.
10. Renouvelez l'opération jusqu'à ce que les groupes aient passé en revue toutes les affiches.
11. Demandez aux élèves de reformer leur groupe d'origine et d'intégrer les commentaires de leurs camarades sur leur affiche.

■ À l'affiche

Les élèves créent une affiche par astuce et la présentent devant la classe.



100 min (45 min pour la partie 1; 25 min pour la partie 2; 30 min pour la partie 3)

Matériel:



- Marqueurs de couleur, crayons de couleur ou aquarelles
- Neuf feuilles de tableau ou grandes affiches
- Ruban adhésif ou punaises
- Morceaux de papier arborant un numéro de 1 à 9
- Clochette ou sifflet
- Un exemplaire de la fiche D 3 (Modèle de contrat de la classe)



Consignes:

Partie 1:

1. Répartissez les élèves en groupes de huit, et demandez à chaque groupe de tirer au sort un numéro. Le numéro se réfère aux astuces clés abordées dans la présentation (par exemple, le numéro 1 correspond à l'astuce «Prends des portions plus petites», le numéro 2 à l'astuce «Aime les restes de repas», etc.).
2. Demandez à chaque groupe de créer une affiche sur l'astuce correspondant au numéro.

Partie 2:

3. Accrochez les affiches au mur de la classe et demandez aux élèves de former de nouveaux groupes. Chaque nouveau groupe devra être composé d'un membre de chaque ancien groupe. (Pour plus de facilité, attribuez un numéro - de 1 à 4 - à chaque membre des groupes d'origine. Les élèves ayant reçu le même numéro forment un nouveau groupe.)
4. Les groupes doivent commencer aux deux extrémités de la rangée d'affiches. Les élèves doivent passer en revue chacune des affiches, le membre du groupe qui a participé à la création d'une affiche spécifique doit l'expliquer aux autres. Toutes les deux à trois minutes, faites retentir la clochette ou le sifflet afin d'indiquer qu'il est temps de passer à l'affiche suivante.

Partie 3:

5. Lorsque les groupes sont passés devant toutes les affiches, réunissez tout le monde et discutez-en: Suivez-vous déjà certains de ces conseils à la maison? Selon vous, quelle est l'astuce que vous allez le plus facilement pouvoir appliquer? Quelle est l'astuce que vous trouvez la plus difficile à mettre en œuvre? Pourquoi?
6. Réfléchissez ensemble: Comment pourriez-vous réduire le gaspillage alimentaire à l'école et en classe? (Voici quelques idées de réponses: En se rendant dans d'autres classes afin de leur parler du gaspillage alimentaire, en distribuant des brochures ou en organisant un audit sur le gaspillage alimentaire à la cafétéria de l'école.)
7. Rédigez un contrat de la classe reprenant ce que, en tant que groupe, vous prévoyez de faire contre le gaspillage alimentaire à l'école, et accrochez-le au mur. Le document D 3 propose un modèle de contrat de classe.

ŒUVRER ENSEMBLE POUR MOINS GASPILLER NOTRE CONTRAT DE CLASSE [MODÈLE]

Le gaspillage alimentaire est mauvais pour l'environnement. Il coûte de l'argent et et pourrait contribuer à la faim dans le monde. Pour préserver la nourriture, nous, élèves de la classe de....., nous engageons à:

1. Prendre le temps de manger.
2. Demander des portions raisonnables pour notre repas de midi.
3. Partager, donner gratuitement ce que nous ne pouvons pas manger, dans le respect des mesures de sécurité sanitaire des aliments.
4. Rappeler les uns aux autres qu'il est important de ne pas gaspiller la nourriture.
5. Composter ou recycler le gaspillage alimentaire que nous ne pouvons pas éviter.

Maintenant c'est fini, zéro gaspi!

Nom de l'école, ville, date

Signatures

■ Savoir conserver les aliments

Dans le cadre d'une discussion en classe, les élèves tentent de déterminer le caractère périssable de certains aliments, ainsi que l'endroit où ils devraient être conservés



30 min (+ devoirs à la maison)

Matériel:



- Un jeu de cartes interactives «Savoir conserver les aliments» D 4a
- Copies de la fiche solution 4b «Savoir conserver les aliments (Solutions)» et des fiches D 4c et D 4d (une de chaque par élève)
- Tableau noir/blanc, craie ou marqueurs effaçables à sec
- Ciseaux, ruban adhésif



Consignes:

1. Dessinez deux grands cercles au tableau et accrochez-y les cartes «À mettre au frais dès que possible» et «Se conserve longtemps» au-dessus de chaque cercle. Dans le cercle «À mettre au frais dès que possible», dessinez de plus petits cercles et accrochez-y l'étiquette «Faire très attention!».
2. Expliquez: «Pour éviter de gaspiller, il faut impérativement conserver les aliments de façon sûre, car cela évite qu'ils pourrissent avant qu'on ne les mange.» Demandez aux élèves ce qu'ils savent sur la conservation des aliments. Que peut-il se passer si nos aliments ne sont pas conservés de la bonne façon?
3. Distribuez la feuille de support D 4b et lisez-la tous ensemble. Avec l'aide de vos élèves, complétez votre inventaire en écrivant au tableau les aliments mentionnés dans la fiche d'activité. Sous «Faire très attention!», ajoutez «viande crue»; sous «À mettre au frais dès que possible», inscrivez «poulet cuit», «riz cuit», «pâtes cuites», «fromage» et «restes de pizza»; et sous «Se conserve longtemps», écrivez «pain», «salade» et «fraises».
4. Avec vos élèves, demandez-vous quels autres aliments ou boissons pourraient être ajoutés et quelle serait leur place dans l'inventaire?
5. Distribuez les fiches d'activité D 4c et D 4d et parcourez les consignes ensemble. Demandez aux élèves de découper les aliments de la deuxième page et de les placer sur la première (ils devront être collés après la discussion en classe).
6. Comme devoir à la maison, demandez aux élèves de compléter la fiche d'activité en choisissant l'un de leurs aliments préférés, en indiquant de quelle manière il doit être rangé et conservé et en complétant les espaces blancs de la fiche d'activité.

SAVOIR CONSERVER LES ALIMENTS - CARTES INTERACTIVES

À METTRE AU
FRAIS DÈS QUE
POSSIBLE

SE CONSERVE
LONGTEMPS

FAIRE TRÈS ATTENTION

■ Savoir conserver les aliments (Solutions)

Les aliments sont parfois gaspillés parce qu'ils pourrissent. Si nous conservons les aliments de la bonne façon, nous gaspillerons moins. Voici quelques conseils qui te permettront de bien conserver ta nourriture!

Fais très attention à...

... la viande crue: La viande crue doit impérativement être conservée au réfrigérateur, donc assure-toi de la rapporter à la maison dès que tu sors du magasin et de la mettre au réfrigérateur le plus vite possible. Ne mange pas la viande crue si la date limite de consommation est dépassée (à moins que tu ne l'aies congelée avant cette date). Si tu estimes que tu ne pourras pas la manger avant la date limite de consommation, congèle-la. La viande congelée reste comestible très longtemps.

Range les aliments au réfrigérateur le plus rapidement possible:

Poulet rôti: Le poulet rôti doit être conservé au réfrigérateur ou au congélateur dès que possible. Aide-le à refroidir en le répartissant dans plusieurs plats ou récipients peu profonds. Si tu souhaites réchauffer le poulet, veille à bien le faire chauffer pendant au moins deux minutes afin de tuer toutes les bactéries.

Riz cuit: Le riz sec peut durer très longtemps. Cependant, une fois cuit, il ne se conservera que pendant deux à trois jours. Il est très important que le riz cuit soit placé au réfrigérateur dès que possible. Pour le refroidir rapidement, répartis le riz dans plusieurs récipients peu profonds, et place-les ensuite au réfrigérateur dès que tu vois qu'ils ne sont plus chauds. Si tu laisses du riz cuit refroidir doucement et que tu oublies de le mettre ensuite rapidement au réfrigérateur, tu risques une intoxication alimentaire.

Pâtes cuites: Tout comme le riz cuit, les pâtes sèches se conservent très longtemps. Cependant, lorsqu'elles sont cuites, elles doivent être mangées dans les deux à trois jours. Place tes restes de pâtes cuites au réfrigérateur dès qu'elles ont suffisamment refroidi. Répartis-les dans des récipients peu profonds afin d'accélérer le refroidissement. Si tu laisses des pâtes cuites refroidir doucement et que tu oublies ensuite de les mettre au réfrigérateur, tu risques une intoxication alimentaire.

Fromage: Le fromage doit être conservé au réfrigérateur. Une fois le paquet ouvert, les tranches de fromage resteront moelleuses et humides si tu les recouvres d'un film plastique ou si tu les places dans un récipient hermétique. Si elles ne sont pas recouvertes correctement, elles risquent de durcir.

Restes de pizza: Les restes de pizza demeurent aptes à la consommation en toute sécurité trois à quatre jours s'ils sont conservés au frais. Veille à bien les mettre au réfrigérateur dès qu'ils ne sont plus chauds.

Fais très attention...

Au pain: Le pain frais se conserve mieux dans un sac en papier! Le papier permet au pain de respirer et le pain risquera donc moins de moisir. Le pain découpé se conserve mieux dans son emballage d'origine en plastique. Tu peux aussi congeler ton pain dans un récipient hermétique ou dans son sac plastique d'origine. Par contre, fais très attention à la moisissure qui risque d'apparaître sur le pain: une fois que le pain est moisi, tu ne peux plus le manger. Même si la moisissure n'apparaît que sur une tranche, jette le pain tout entier. Si ton pain devient rassis, mais qu'il n'y a aucune trace de moisissure, il peut être mangé en toute sécurité. Tu peux par exemple l'utiliser pour faire des croutons, du pain perdu ou encore de la farce.

Aux fruits et légumes: Certains fruits et légumes, comme les nectarines, les pêches, les tomates, les kiwis et les poires, peuvent être laissés sur le plan de travail pour mûrir. Lorsqu'ils sont mûrs, ils se conservent plus longtemps lorsqu'ils sont réfrigérés. Les fruits découpés doivent être couverts et placés au réfrigérateur. Cela réduit la décoloration et maintient la qualité et la sécurité. Pour éviter que certains fruits et légumes, comme les pommes ou les avocats, ne deviennent marron, arrose-les d'un peu de jus de citron. Une fois découpées, les pommes risquent de brunir assez rapidement. Mais pas de panique, elles peuvent toujours être mangées tant qu'elles ne sont pas gluantes.

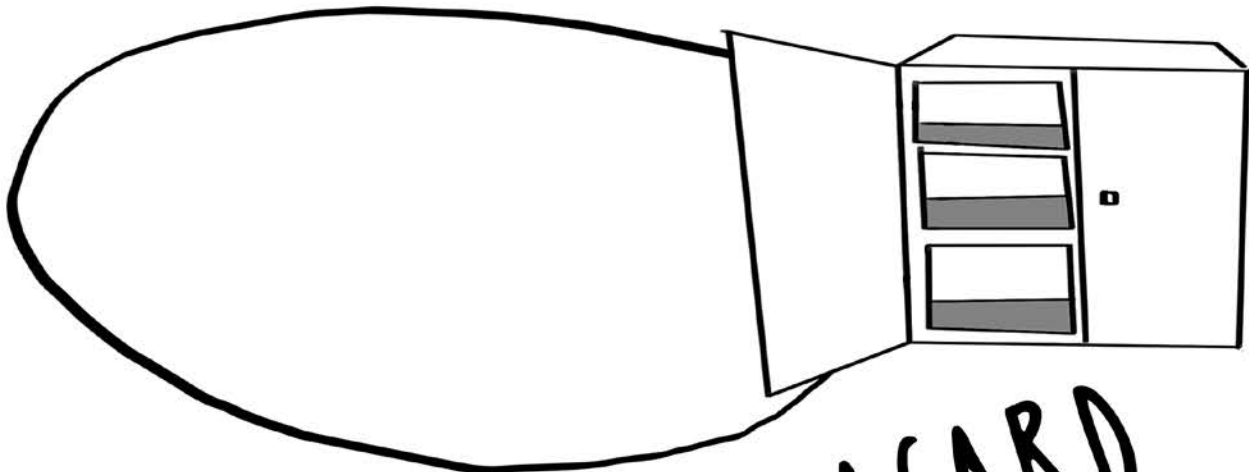
L'un de mes aliments préférés est:

Cet aliment n'est plus bon si je... ..

Pour le garder sain et frais, je dois... ..

NOUS GASPILLONS PARFOIS LA NOURRITURE EN LA LAISSANT POURRIR. SI NOUS STOCKONS NOS ALIMENTS CORRECTEMENT, NOUS DEVRONS MOINS EN JETER. DÉCOUPE LES ALIMENTS DE LA PAGE SUIVANTE ET COLLE-LES À L'ENDROIT OÙ ILS DEVRAIENT ÊTRE RANGÉS, SELON TOI.

RÉFRIGÉRATEUR



PLACARD

L'UN DE MES ALIMENTS PRÉFÉRÉS EST :

CET ALIMENT POURRIT SI JE

POUR NE PAS QU'IL S'ABÎME ET QUE JE PUISSE LE MANGER SANS ÊTRE MALADE, JE DOIS

.....

VIANDE CRUE



POULET CUIT



RIZ CUIT



PÂTES CUITES



FROMAGE



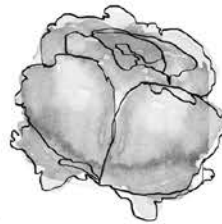
RESTES DE PIZZA



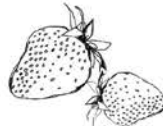
PAIN



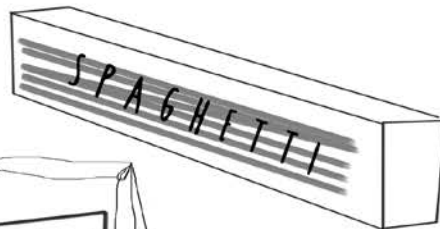
LAITUE



FRAISES



PÂTES CRUES [SÈCHES]



FARINE



■ Le frigo rigolo

En s'appuyant sur cette discussion, les élèves apprennent à ranger certains aliments au bon endroit dans le réfrigérateur.



25 min (+ devoirs à la maison)

Matériel:



- Copies de la D 5a et de la feuille support "Frigo rigolo – Qu'est-ce qui va où?" (D 5b) (une de chaque par élève)
- Crayons de couleur



Consignes:

1. Expliquez: Dans le réfrigérateur, la température varie en fonction des endroits. Pour conserver ses aliments le plus longtemps possible, il est important de savoir où les ranger dans le réfrigérateur.
2. Distribuez la discussion D 5a «Le frigo rigolo» et invitez les élèves à observer attentivement la première page (illustrant un réfrigérateur). Demandez aux élèves: Selon vous, quel est l'endroit le plus froid du réfrigérateur? Que devrait-on ranger ici? Où se trouve l'endroit le plus chaud? Selon vous, que devrait-on ranger ici? Savez-vous où les fruits et légumes sont supposés être rangés?
3. Distribuez la feuille support D 5b et Expliquez: «La plupart des réfrigérateurs comportent des bacs situés tout en bas, qui permettent d'éviter aux fruits et légumes de se dessécher. Utilisez l'un de ces bacs pour ranger les légumes, et l'autre pour les fruits.» Demandez aux élèves de colorier ces bacs en vert sur la fiche support D 5a et d'ajouter une légende sur la feuille afin de les aider à se souvenir du sens des codes couleur.
4. Expliquez: «Au-dessus des bacs à légumes (sur la tablette inférieure) se trouve l'endroit le plus froid du réfrigérateur. C'est ici que vous devez conserver les aliments qui s'abîment vite: la viande et le poisson crus. Veillez à conserver la viande et le poisson crus dans des récipients hermétiques. Cela permettra de les conserver, mais également d'éviter que le jus ne dégouline sur les autres aliments: en effet, le jus de viande et de poisson crus peut contenir des bactéries qui peuvent vous rendre très malades. Vous devez donc veiller à ce qu'il n'entre pas en contact avec des aliments que vous risquez de manger sans les cuire (comme la salade ou le fromage).» Demandez aux élèves de colorier l'étagère du bas en bleu.
5. Expliquez: «Les étagères du haut sont le deuxième endroit le plus chaud du réfrigérateur. Ici, vous pouvez conserver les aliments qui ne doivent pas être cuits, comme les restes, les tranches de viande cuite, les yaourts ou le fromage.» Demandez aux élèves de colorier les deux étagères du haut en orange.
6. Expliquez: «La porte représente l'endroit du réfrigérateur où il fait le plus chaud. C'est donc ici que vous devrez stocker les aliments qui se conservent plus longtemps, comme les jus de fruits ou le ketchup. Même si de nombreux réfrigérateurs sont équipés d'un compartiment spécial pour les œufs, qui est situé dans la porte, les œufs ne doivent pas être conservés à cet endroit, mais sur l'une des étagères du haut. Il en va de même pour le lait.» Demandez aux élèves de colorier la porte en rouge.
7. Demandez aux élèves de «ranger» leur frigo en inscrivant au moins quatre aliments au niveau des étagères et de la porte.
8. Comparez les résultats.
9. Comme devoir, invitez les élèves à observer leur réfrigérateur à la maison avec leurs parents ou leurs tuteurs légaux, afin de vérifier si les aliments sont rangés correctement. Si ce n'est pas le cas, demandez-leur de réorganiser le réfrigérateur avec l'aide de leurs parents ou de leurs tuteurs légaux. Demandez-leur d'accrocher leur frigo découpé sur la porte de leur vrai réfrigérateur, à la maison.
10. De retour en classe, discutez-en: Quel était l'état de leur réfrigérateur, par rapport aux consignes qu'ils avaient reçues en cours? Ont-ils dû réorganiser certaines choses? Si oui, qu'ont-ils fait?



NE REMPLIS PAS TROP TON RÉFRIGÉRATEUR !



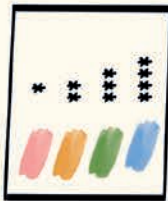
FERME LA PORTE DU RÉFRIGÉRATEUR LE PLUS VITE POSSIBLE
APRÈS T'ÊTRE SERVI



MAINTIENS LA TEMPÉRATURE DE TON RÉFRIGÉRATEUR
ENTRE 1 °C ET 5 °C

LE FRIGO RIGOLO

QUELLE EST LA PLACE DE CHAQUE ALIMENT?



LES ÉTAGÈRES DU HAUT SONT LE DEUXIÈME ENDROIT LE PLUS CHAUD DU RÉFRIGÉRATEUR. CONSERVEZ-Y LES ALIMENTS QUI N'ONT PAS BESOIN D'ÊTRE CUITS (COMME LES RESTES, LES TRANCHES DE VIANDE CUITES, LE YAOURT ET LE FROMAGE)

L'ÉTAGÈRE DU BAS EST L'ENDROIT LE PLUS FROID DU RÉFRIGÉRATEUR. ENTREPOSEZ LÀ LES ALIMENTS QUI NE SE CONSERVENT PAS LONGTEMPS (PAR EXEMPLE, LA VIANDE CRUE ET LE POISSON). DANS L'IDÉAL, METTEZ-LES DANS DES RÉCIPENTS HÉRMIÉTIQUES POUR LES CONSERVER ET ÉVITER QUE LEURS BACTÉRIES NE SE PROPAGENT VERS D'AUTRES ALIMENTS.

LES BACS SITUÉS TOUT EN BAS PERMETTENT D'ÉVITER AUX FRUITS ET AUX LÉGUMES DE SE DESSÉCHER.

LA PORTE EST L'ENDROIT LE PLUS CHAUD DU RÉFRIGÉRATEUR. N'Y STOCKEZ QUE LES ALIMENTS QUI SE CONSERVENT BIEN (COMME LE KETCHUP OU LES JUS DE FRUITS).

NE REMPLISSEZ PAS TROP VOTRE RÉFRIGÉRATEUR!

FERMEZ RAPIDEMENT LE RÉFRIGÉRATEUR UNE FOIS QUE VOUS Y AVEZ PRIS CE DONT VOUS AVEZ BESOIN.

LA TEMPÉRATURE DU RÉFRIGÉRATEUR DOIT RESTER ENTRE 1 ET 5°C!

■ LEÇON PRINCIPALE 2: JEUX



■ Vite on range!

Dans ce jeu de rapidité et de connaissances, les joueurs doivent attribuer le bon emplacement aux différents types d'aliments.

Attention: Pour des raisons de santé et de sécurité, cet exercice doit uniquement être effectué dans un grand espace (le gymnase par exemple). En fonction des réglementations régionales/nationales, il se peut que l'exercice doive être supervisé par un professeur d'éducation physique. Assurez-vous de prendre connaissance de la réglementation en vigueur dans votre pays/région et de vous y conformer.



45 min

Matériel:



- Copies de cartes interactives J 2a «Vite, on range!» (une par groupe de quatre).
À la fin du jeu, vous allez devoir distinguer les cartes des différentes équipes. Il est donc préférable de marquer les cartes au dos pour chaque groupe (par exemple, les cartes d'un groupe doivent porter le même numéro ou symbole).
- Sacs non transparents (un par groupe de quatre)
- Récipients en plastique (un par groupe de quatre élèves)
- Trois grand(e)s cartons/boîtes en plastique (sinon, délimitez trois sections au sol avec de la ficelle, ou utilisez la surface des tables)
- Un jeu d'étiquettes de rangement J 2b (réfrigérateur, cave, placard, plan de travail)
- Copie de la fiche de réponses
- Copies de la feuille support D 4b «Savoir conserver les aliments (Solutions)»



Règles du jeu:

- Vous rentrez du magasin et vous devez rapidement ranger toute la nourriture. Vous devez vous assurer que les aliments sont rangés rapidement et qu'ils sont stockés en toute sécurité, c'est-à-dire à l'endroit le plus approprié pour leur conservation.
- Chaque équipe dispose d'un sac de fruits et légumes, représenté par la carte illustrée. Vous ne pouvez sortir qu'un article à la fois.
- Tirez une carte et discutez avec le groupe du meilleur endroit où la placer. L'un des membres de l'équipe doit alors courir pour placer la carte au bon endroit. Lorsqu'il ou elle est de retour, sortez la carte suivante et discutez-en. Répétez l'opération jusqu'à ce que le sac soit vide.

- L'un des aliments doit être placé dans un récipient. Veillez à le placer dans le récipient, et à bien refermer le couvercle, avant de le placer au bon endroit.
- Il y a des points pour la vitesse, mais il y a deux fois plus de points lorsqu'on a trouvé le bon emplacement. Donc, veillez à être rapides, mais surtout à ranger correctement vos courses!

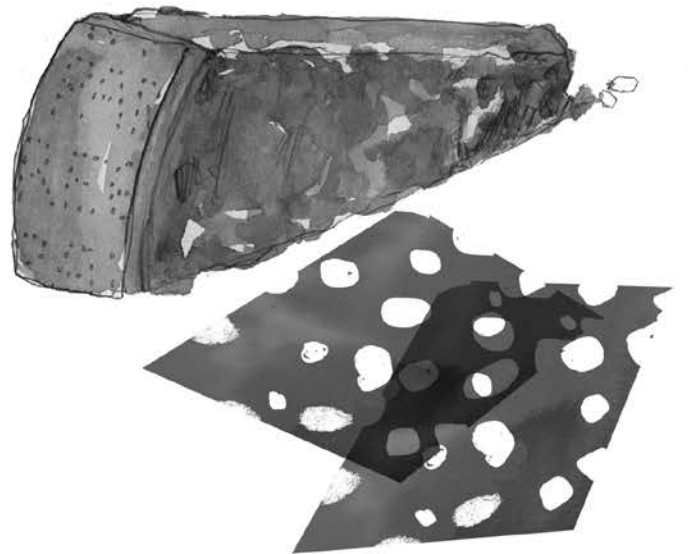
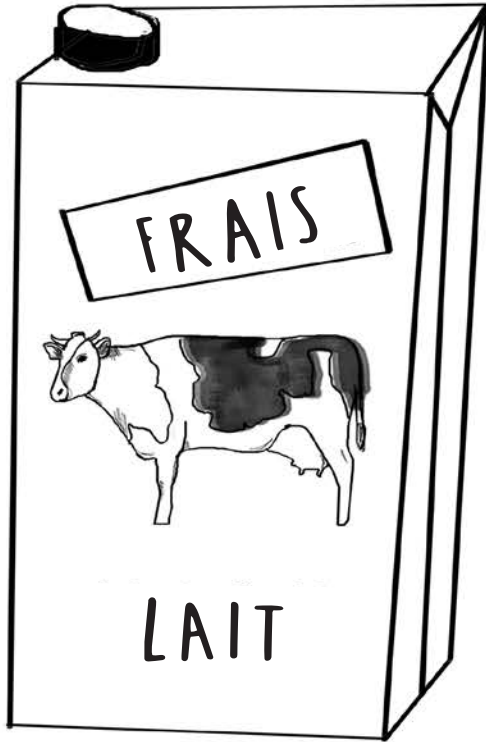
1 —
2 —
3 —

Consignes:

1. Divisez la classe en équipes de trois à quatre élèves. Donnez à chaque équipe un sac non transparent contenant entre autres un jeu de fruits et légumes.
2. Disposez les cartons ou les tables dans différents coins de la classe (ou délimitez les sections avec de la ficelle). Indiquez s'il s'agit d'un réfrigérateur, d'une cave, d'un placard ou du plan de travail d'une cuisine, en fixant l'étiquette sur l'emplacement ou au-dessus. Posez les questions suivantes: En quoi cet endroit est-il spécial au regard de la conservation des aliments? (par exemple réfrigérateur: températures basses; cave: sombre et frais; placard: sombre, mais légèrement ventilé; plan de travail: à l'air libre, températures généralement plus élevées).
3. Expliquez les règles du jeu.
4. Jouez!
5. Notez bien l'ordre d'arrivée des différentes équipes. Le dernier groupe gagne un point, et chaque groupe suivant gagne un point de plus.
6. Une fois le jeu terminé, passez en revue tous les espaces de rangement, et demandez: Quels sont les aliments qui devraient se trouver ici? Pourquoi? (Vérifiez sur la feuille support D 4b «Savoir conserver les aliments» p. 72) Vérifiez les cartes qui ont été placées à cet endroit, et notez le score des différentes équipes. L'équipe qui a placé le moins d'aliments au bon endroit reçoit deux points. Les groupes suivants reçoivent à chaque fois deux points supplémentaires. L'équipe qui totalise le plus grand nombre de points remporte la partie.
7. Invitez les élèves à s'asseoir et lancez la discussion: Pourquoi est-il important de conserver les aliments correctement? (Réponse: Ranger les aliments à l'endroit approprié permet de veiller à ce qu'ils se conservent le plus longtemps possible. Cela permet également d'éviter de tomber malade en mangeant des aliments qui ne sont plus bons.) Connaissez-vous d'autres règles relatives à la conservation des aliments?
8. Distribuez la D 4b (Savoir conserver les aliments – Solutions) et parcourez les conseils ensemble. Si, au cours des précédentes discussions, vous avez mentionné d'autres astuces, demandez aux élèves de les ajouter sur leur fiche.
9. Comme devoir à la maison, invitez les élèves à questionner leurs parents, grands-parents ou tuteurs légaux sur d'éventuels conseils supplémentaires. Comparez leurs notes le jour suivant.

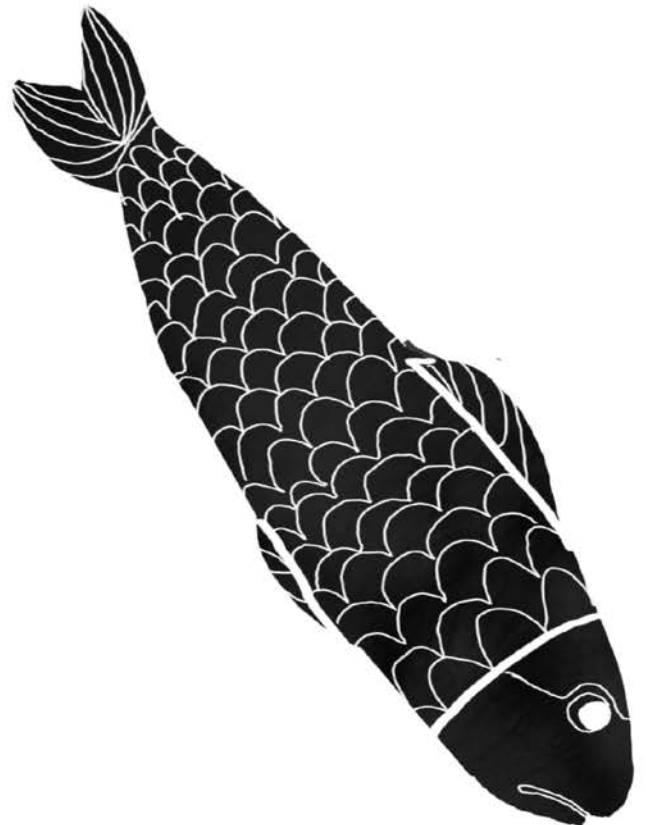
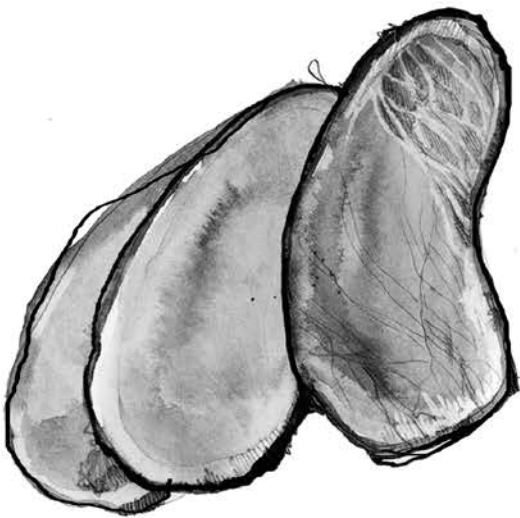
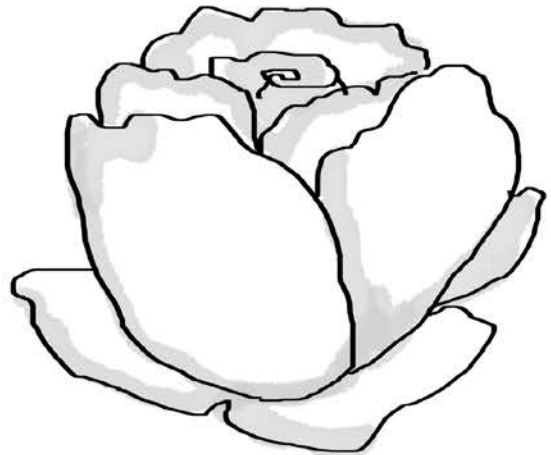
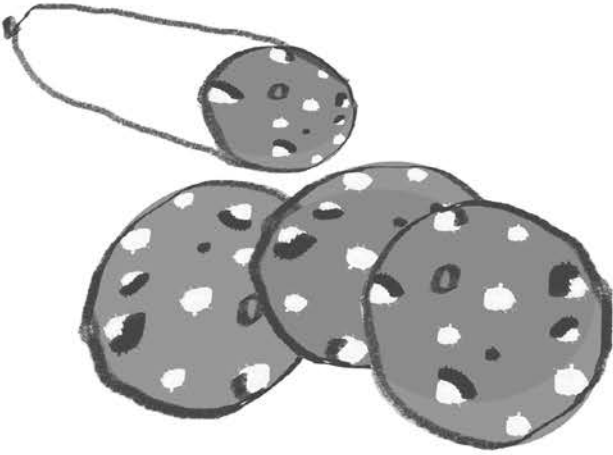
VITE, ON RANGE!

UN



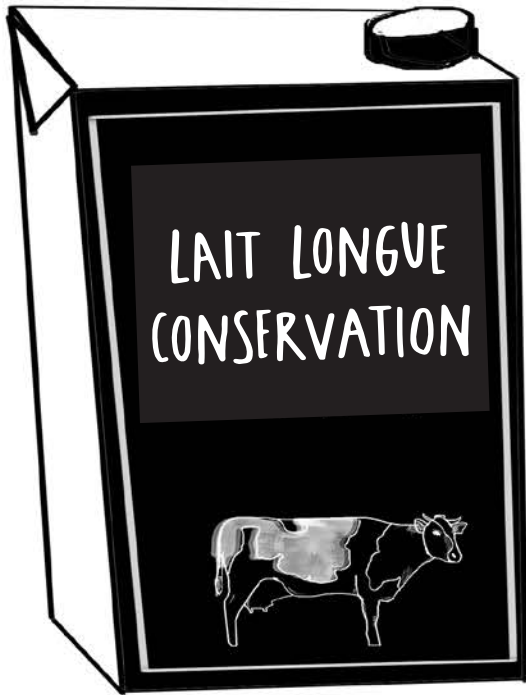
VITE, ON RANGE!

DEUX



VITE, ON RANGE!

TROIS

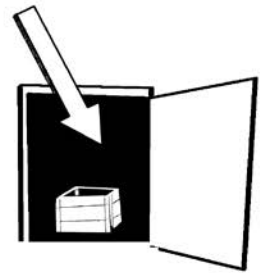


VITE, ON RANGE !

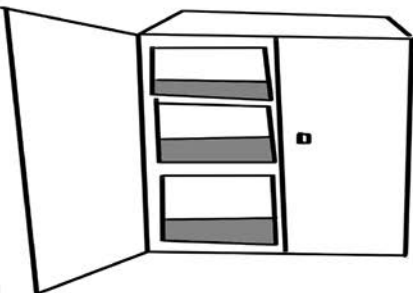


RÉFRIGÉRATEUR

C A V E



PLAN DE TRAVAIL



PLACARD

■ Pas de gaspillage! Jeu de l'oie

En s'appuyant sur les principes permettant d'éviter le gaspillage alimentaire, ce jeu de hasard peut réunir entre deux et six joueurs. Les élèves passent en revue les astuces clés permettant de réduire le gaspillage alimentaire.



15 min

Matériel:



- Copies du jeu de l'oie J 3 (une par groupe de trois à quatre élèves)
- Pions (jetons de différentes couleurs ou cailloux, un par élève)
- Dé (un par groupe de trois à quatre élèves).



Règles du jeu:

L'objectif du jeu est d'être le premier à atteindre la dernière case.

L'élève qui a gaspillé le moins de nourriture au cours des derniers jours commence la partie. Si vous n'êtes pas en mesure de le savoir, la première personne à obtenir un six au lancer de dé commence.

À tour de rôle, lancez le dé et avancez votre pion en fonction du nombre de points obtenus. La personne qui se trouve à votre gauche joue à son tour (sauf si vous faites un six. Dans ce cas, vous pouvez rejouer une fois). Si vous atterrissez sur une case «action», lisez le message à voix haute et déplacez votre pion en fonction.



Consignes:

1. Répartissez les élèves en groupes de trois à quatre.
2. Distribuez un exemplaire du plateau de jeu et demandez aux élèves de le colorier
3. Expliquez les règles.
4. Jouez!
5. Discutez ce que le jeu a permis de revoir sur les bonnes et mauvaises habitudes liées au gaspillage alimentaire?

JEU DE L'OIE

AVANCE

JEU DE L'OIE

RECOULE

DEPART

+2
TU AS ACHETÉ UNE CAROTTE TORDUE

-3
TU T'ES TROP SERVI ET N'AS PAS PU TERMINER TON ASSIETTE

+3
TU N'AS PAS PU TERMINER TON ASSIETTE PARCE QUE TU T'ÉTAIS TROP SERVI

+2
AU RESTAURANT, TU AS EMPORTÉ LES RESTES DANS DOGGIE BAG

-2
TU N'AS PAS TERMINÉ TA POMME PARCE QU'ELLE N'ÉTAIT PLUS BONNE

+4
TU APPLIQUES LA MÉTHODE PEPS : PREMIER ENTRÉ - PREMIER SORTI

+3
TU ES ALLÉ AU SUPERMARCHÉ AVEC UNE LISTE

+2
TU AS VEILLÉ À CE QUE LA TEMPÉRATURE DE TON RÉFRIGÉRATEUR SE SITUE ENTRE 1 °C ET 5 °C

-4
LES RESTES NE SONT PLUS BONS PARCE QUE TU AS OUBLIÉ DE LES METTRE AU RÉFRIGÉRATEUR

+2
TU AS INVITÉ TES AMIS POUR CUISINER DES RESTES

-5
TU AS JETÉ DES RESTES AU LIEU DE LES METTRE AU RÉFRIGÉRATEUR

-2
TU AS DÛ JETER DES ALIMENTS PÉRIMÉS QUI SE TROUVAIENT AU FOND DU RÉFRIGÉRATEUR

ARRIVÉE

■ LEÇON PRINCIPALE 2: EXERCICES ÉCRITS



Les exercices écrits (EE) permettent d'aborder les problématiques sous un angle à la fois cognitif et créatif. Invitez vos élèves à répondre aux exercices de façon individuelle ou par groupes de deux, et à discuter ensemble de leurs réponses.

■ Flash infos antigaspi

Donnez aux élèves les consignes suivantes: «Imaginez que vous êtes journaliste et choisissez un style de magazine ou de journal pour lequel vous aimeriez travailler (par exemple, la presse à scandale, un journal, un magazine destiné aux jeunes femmes, la presse sportive, un magazine destiné aux enfants, etc.). Réfléchissez aux messages sur lesquels vous souhaitez insister en fonction de votre public cible, et au style à adopter. Vous devez écrire deux pages (et si vous le souhaitez, illustrer votre article).»



■ LEÇON PRINCIPALE 2: PROJETS

BREAKFAST



■ Mon journal antigaspi

Ce journal permettra aux élèves de consigner les efforts déployés pour réduire le gaspillage alimentaire, et d'aborder le sujet en famille. Il est important de les encourager à tenir ce journal durant une semaine.

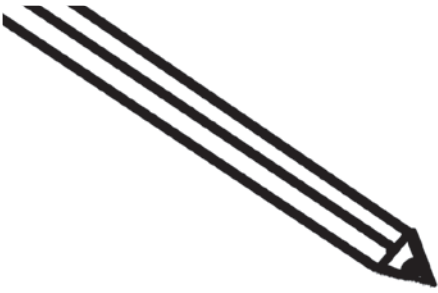
Matériel:

- Copies du journal antigaspi P 1 (une copie par élève chaque jour)



Consignes:

1. En discussion de groupe, demandez aux élèves: Pensez-vous que vous gaspillez, une quantité élevée, faible ou modérée de nourriture? Pourquoi? Savez-vous quels types d'aliments vous gaspillez le plus, à quelles occasions et Pouvez-vous penser aux raisons pour lesquelles cela pourrait être?
2. Distribuez des copies du Journal antigaspi P1.
3. Expliquez-leur le fonctionnement du journal: À la fin de chaque repas (et non pas à la fin de chaque journée), chaque élève doit indiquer ce qu'il a jeté, en quelle quantité, mais également dans quelle poubelle et pourquoi. À la fin de la journée, ils doivent noter tous les autres aliments qu'ils ont gaspillés au cours de la journée.
4. Chaque jour, le matin, demandez aux élèves où ils en sont dans leur journal. Au bout de deux jours, discutez-en: Ont-ils été surpris par la quantité de nourriture gaspillée? Ont-ils l'impression que le fait de tenir un journal a influencé leur manière d'envisager la nourriture? Si oui, de quelle manière?
5. .Au bout d'une semaine, discutez des points suivants: Qu'avez-vous appris tout au long de cette semaine? Avez-vous changé vos habitudes? Le fait de suivre votre gaspillage vous a-t-il aidé votre famille à changer votre façon de gérer le gaspillage alimentaire? Pensez-vous pouvoir continuer à réduire la quantité de nourriture que vous gaspillez? Qu'est-ce qui pourrait vous aider?



JOURNAL ANTI-GASPI
JE M'APPELLE:
DATE:

J'AI JET...

É PARCE QUE...

PETIT-DÉJEUNER

DÉJEUNER

DÎNER

AUTRES ALIMENTS QUE J'AI
GASPILLÉS AUJOURD'HUI:

J'AI JET...	É PARCE QUE...

Aux fourneaux!

Les élèves sont invités à venir avec des recettes utilisant les aliments qui sont le plus souvent gaspillés. Les élèves sont encouragés à tester certaines de ces recettes à la maison.

Dans la mesure où elle constitue une analyse du gaspillage alimentaire, cette activité peut facilement être combinée avec le projet P 1 (Mon journal antigaspi).

Attention: Cet exercice pourrait ne pas convenir à toutes les classes, car il implique que les élèves se réunissent pour cuisiner à la maison. Assurez-vous de signaler aux élèves qu'ils auront besoin de la supervision d'un adulte s'ils cuisinent chez eux.



45 min (+ devoirs à la maison)

Matériel:



- Classeur



Consignes:

1. Expliquez: «Il est parfois difficile de savoir ce que nous pouvons faire avec nos restes». Si, à la maison, vous manquez d'idées pour cuisiner les restes, il existe des sites Web qui vous proposent des recettes intéressantes (par exemple <http://www.lebruitdufrigo.fr/>).
2. Comme devoir à la maison, demandez aux élèves d'identifier – au cours de la semaine suivante – les aliments qui finissent le plus souvent en restes et qui risquent donc le plus d'être gaspillés. Si aucun aliment ne leur vient à l'esprit, dites-leur de demander à leurs parents / tuteurs légaux quel aliment est le plus souvent gaspillé, selon eux, à la maison. Une fois qu'ils ont identifié un ou deux aliments, demandez-leur d'imaginer une recette utilisant ces aliments. Pour trouver l'inspiration, ils peuvent consulter des livres de recettes, en discuter avec leurs parents / tuteurs légaux ou leurs grands-parents, ou se renseigner sur des générateurs de recettes en ligne, comme celui que nous avons mentionné ci-dessus. Demandez-leur de noter leur recette et de l'illustrer.
3. Ramassez toutes les recettes et mettez-les ensemble, dans un classeur. Dans l'idéal, demandez à vos élèves de scanner leur recette ou d'en prendre une photo afin de créer un fichier qu'ils pourront transmettre à toute la classe.
4. Demandez-leur de former des groupes de quatre élèves maximum. À partir du livre de recettes, demandez-leur d'en choisir une pour leur groupe, et d'essayer de la reproduire à la maison au cours de la semaine suivante. Demandez-leur d'illustrer leurs essais, par exemple en préparant un poster avec des photos de leur préparation culinaire, et des commentaires, ou en réalisant un court clip vidéo de leur préparation et de leur repas.
5. Invitez les élèves à présenter leur travail devant la classe, et lancez la discussion: Est-ce que ça vous a amusé de cuisiner? Et le repas? Est-ce que le fait d'avoir préparé le plat vous-même et de le partager avec vos amis a changé votre expérience alimentaire? Est-ce que cela a changé votre regard sur la nourriture?

■ Fais passer le mot!

Les élèves sont invités à créer des brochures reprenant les astuces clés et à les emporter à la maison afin de les montrer à leur famille et à leurs amis. Les élèves peuvent ensuite mener une interview de la personne à qui ils ont expliqué ces informations, afin de vérifier qu'elle a bien compris.



90 min

Matériel:



- Papier (de couleur)
- Crayons (de couleur)

Si vous n'avez pas accès à des ordinateurs disposant d'un programme de traitement de texte tel que Microsoft Word ou le logiciel gratuit Open Office à télécharger ici: www.openoffice.org/download/index.html, et une imprimante

- Ciseaux
- Copies des questions de l'interview P 2 (une par élève)



Consignes:

1. Répartissez les élèves en groupes de trois à quatre, et demandez-leur de créer une brochure reprenant les astuces clés antigaspi.
2. Placez les brochures sur des tables, et demandez-leur de les observer et d'analyser le travail de leurs camarades.
3. Si votre école dispose d'une photocopieuse, imprimez quatre copies par élève, afin qu'ils puissent montrer les brochures à leurs parents, à leurs proches ou à leurs amis. Si vous ne disposez pas de photocopieuse, demandez aux élèves d'en reproduire une ou deux à la main, afin qu'ils puissent les emporter chez eux.
4. Distribuez une copie des questions de l'interview (P 2 «Fais passer le mot!») et parcourez-les ensemble. Comme devoir à la maison, demandez aux élèves de remettre cette brochure à leur famille ou à leurs amis, et quelques jours plus tard, de vérifier s'ils en ont bien compris les principes en interviewant l'une des personnes à qui ils ont distribué la brochure.
5. La semaine suivante, rappelez aux élèves de ne pas oublier de faire leurs devoirs, et prévoyez du temps pour discuter de cette expérience.
6. À la fin de la semaine, répartissez les élèves en groupes de trois à quatre, et demandez-leur de récapituler leurs réponses: Les informations ont-elles été bien comprises? Ont-ils réussi à faire changer la perception du gaspillage alimentaire de certaines personnes? Ont-ils été en mesure de constater des changements concrets dans la façon dont les personnes géraient le gaspillage alimentaire? Avec toute la classe, discutez des réponses et des expériences de chaque groupe.

FAIS PASSER LE MOT!

Tu as fait passer le message concernant le gaspillage alimentaire - bravo! Maintenant, vérifie donc si le message est bien passé et pose les questions suivantes à la personne à laquelle tu as transmis les informations. Prends bien note des réponses!

Demande à un ami, à l'un de tes parents ou un à membre de ta famille:

1. As-tu compris tous les conseils? Si non, est-ce que je peux t'aider pour l'un d'entre eux?

2. As-tu appris quelque chose ou connaissais-tu déjà les différents conseils pour ne pas gaspiller?

3. Quel conseil as-tu trouvé le plus utile? Pourquoi?

4. As-tu eu des difficultés à suivre l'un ou l'autre conseil? Si oui, lequel? Pourquoi?

5. Ces informations ont-elles changé ton comportement vis-à-vis de la nourriture?

■ Lettre aux parents

Chers parents ou tuteurs légaux,

Votre enfant a probablement dû vous parler d'un sujet qui sera abordé en classe / à l'école au cours des prochaines semaines: le gaspillage alimentaire.

Les pertes et gaspillage alimentaires constituent un problème mondial de taille: un tiers de l'ensemble des aliments produits sur la planète est soit perdu, soit gaspillé, ce qui signifie que chaque année, 1,3 milliard de tonnes de nourriture en très bon état et parfaitement comestible ne terminent pas dans l'assiette du consommateur final – soit 100 kg par personne. Si les conséquences de ce gaspillage sont considérables, non seulement pour nous en tant que consommateurs, mais aussi pour l'économie, les pertes et gaspillage alimentaires font également payer un lourd tribut à l'environnement et à la société.

En classe, votre enfant apprendra les conséquences du gaspillage alimentaire, et découvrira également différents moyens d'éviter le gaspillage alimentaire. Pour moins gaspiller, nous pouvons:

- servir de plus petites portions
- être plus attentifs en faisant les courses
- réutiliser les restes
- et conserver les aliments de façon appropriée.

Dans le dépliant* qui accompagne cette lettre, vous découvrirez des astuces toutes simples permettant de moins gaspiller et de changer la façon dont nous traitons les aliments.

Au cours des prochaines semaines, votre enfant sera invité à déterminer de quelle façon il est possible de réduire le gaspillage alimentaire à la maison, et ce, non seulement pour vous permettre d'économiser de l'argent, mais également pour contribuer à la protection et à la préservation de l'environnement, et lutter ainsi contre la faim dans le monde. Nous vous remercions de soutenir votre enfant dans ses efforts afin de réduire le gaspillage alimentaire à la maison, et de discuter avec lui des moyens qui existent pour améliorer la façon dont vous gérez la nourriture dans le cadre familial.

Pour toute question ou suggestion relative à ce thème important, ou sur la manière dont nous abordons ce thème en classe, n'hésitez pas à me contacter. Vous trouverez également de plus amples informations sur le site Web accompagnant le kit éducatif que nous utilisons en classe: XXXXXXX.

Ce kit éducatif a été mis au point par des experts en pédagogie de la FAO, l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture, en collaboration avec l'International Food Waste Coalition, une association sans but lucratif formés de prestataires de services alimentaires.

En espérant que vous soutiendrez nos efforts dans cette démarche pour concrétiser notre slogan «C'est fini, zéro gaspi!», nous vous prions de croire, chers parents ou tuteurs légaux, en l'expression de nos sincères salutations.

* Un dépliant d'information peut être trouvé à ce lien: <http://www.fao.org/3/i7059fr/i7059fr.pdf> pour impression et ajout à la Lettre aux parents.



■ ANNEXE 1

**PRÉSENTATION LEÇON 1:
C'EST FINI, ZÉRO GASPI!**

1,300,000,000

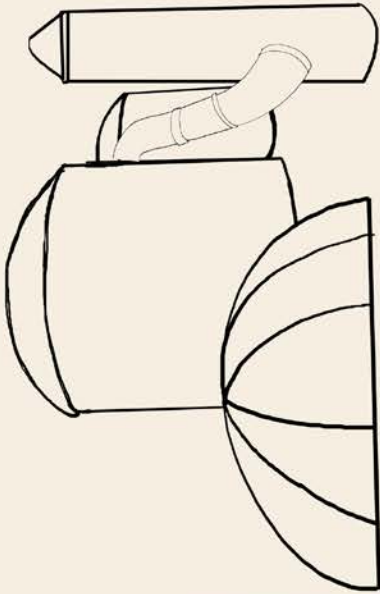
T
TONNES



1/3



USINE DE MÉTHANISATION



ALIMENTATION ANIMALE



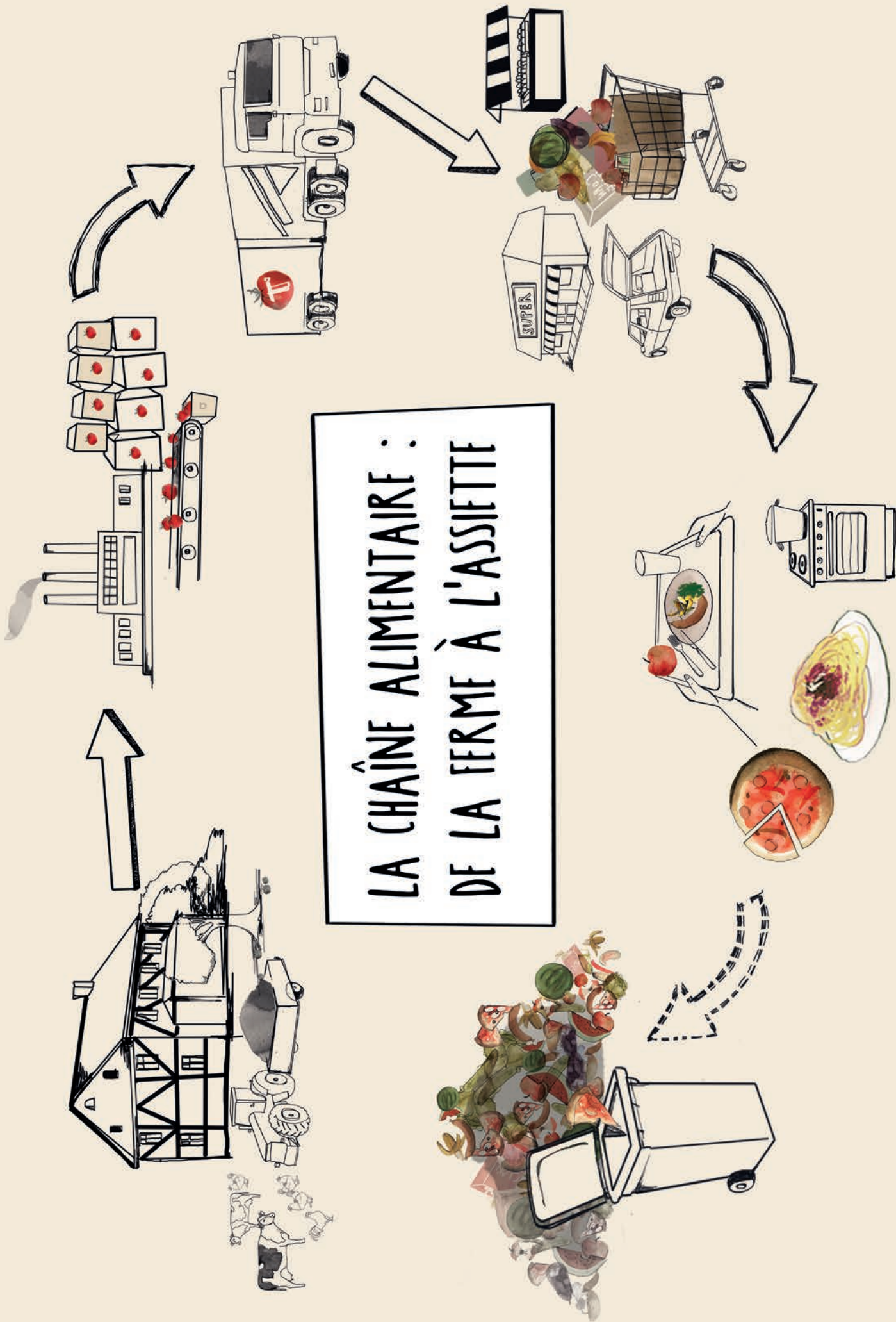
COMPOSTAGE



DÉCHARGE



LA CHAÎNE ALIMENTAIRE : DE LA FERME À L'ASSIETTE

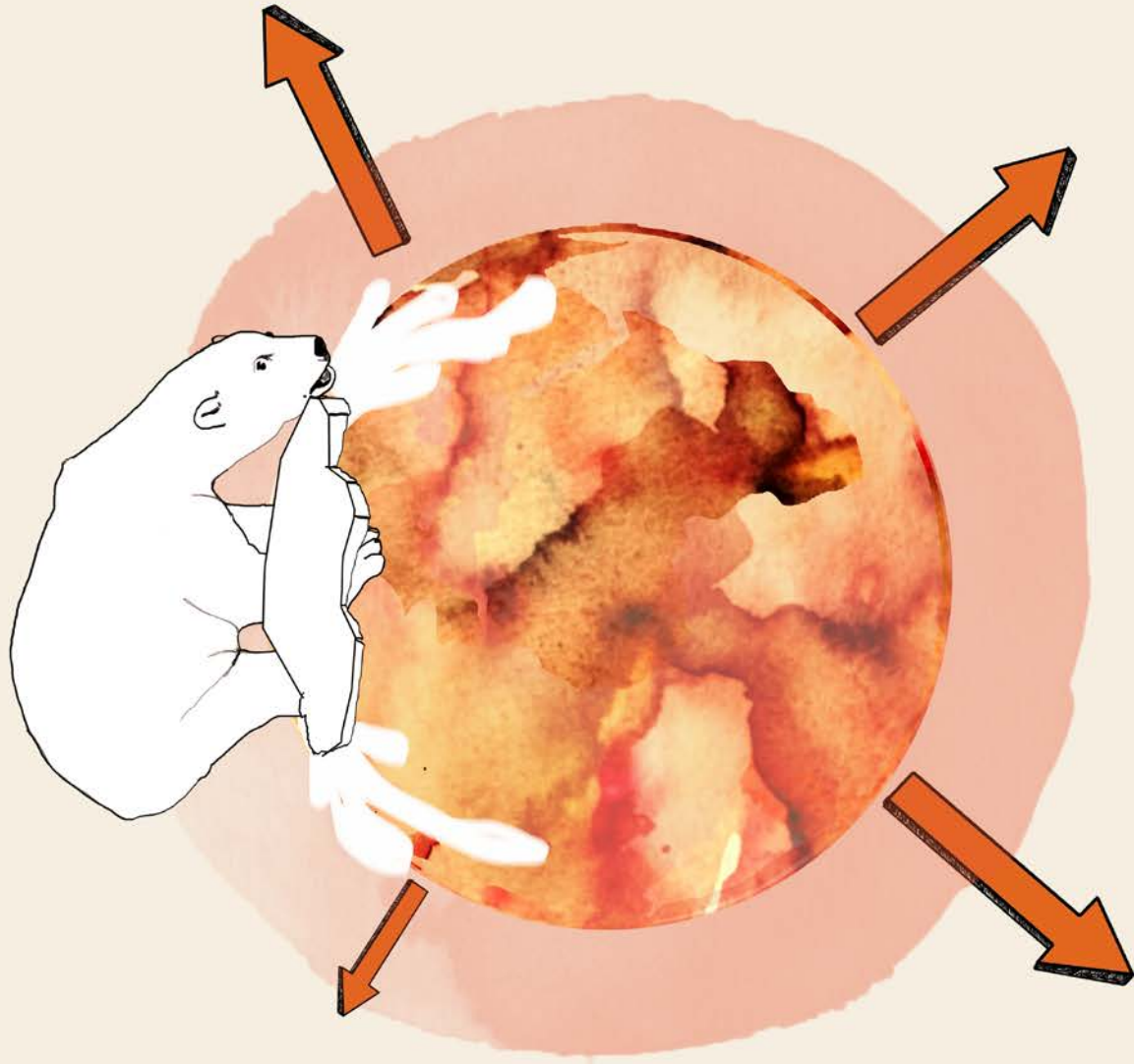


EMPREINTE CARBONE :

LA NOURRITURE QUI EST ENSUITE GASPILLÉE ÉMET 3,6 GIGATONNES DE GAZ À EFFET DE SERRE CHAQUE ANNÉE - DAVANTAGE QUE N'IMPORTE QUEL PAYS À L'EXCEPTION DE LA CHINE ET DES ÉTATS-UNIS.



**LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE CONTRIBUE
AU CHANGEMENT CLIMATIQUE.**



EMPREINTE EAU :
1/4 DE L'EAU UTILISÉE POUR L'AGRICULTURE SERT À FAIRE
POUSSER DES ALIMENTS QUI SERONT ENSUITE GASPILLÉS.





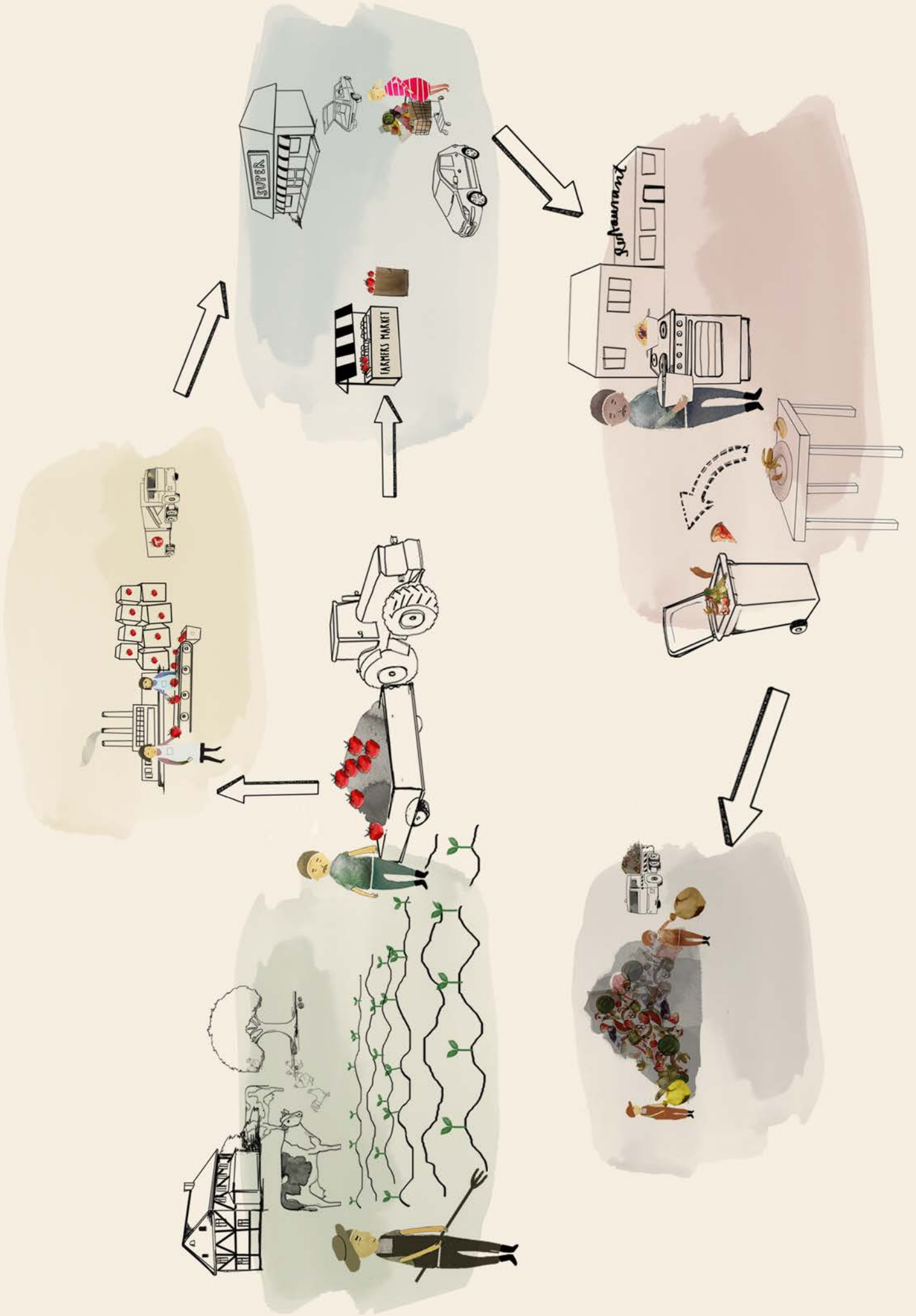
OCCUPATION DU SOL :
SI LA SURFACE DE TERRES AGRICOLES UTILISÉES
POUR FAIRE POUSSER DE LA NOURRITURE
FINALEMENT GASPILLÉE ÉTAIT UN PAYS,
CELUI-CI SERAIT PLUS GRAND QUE LA CHINE.



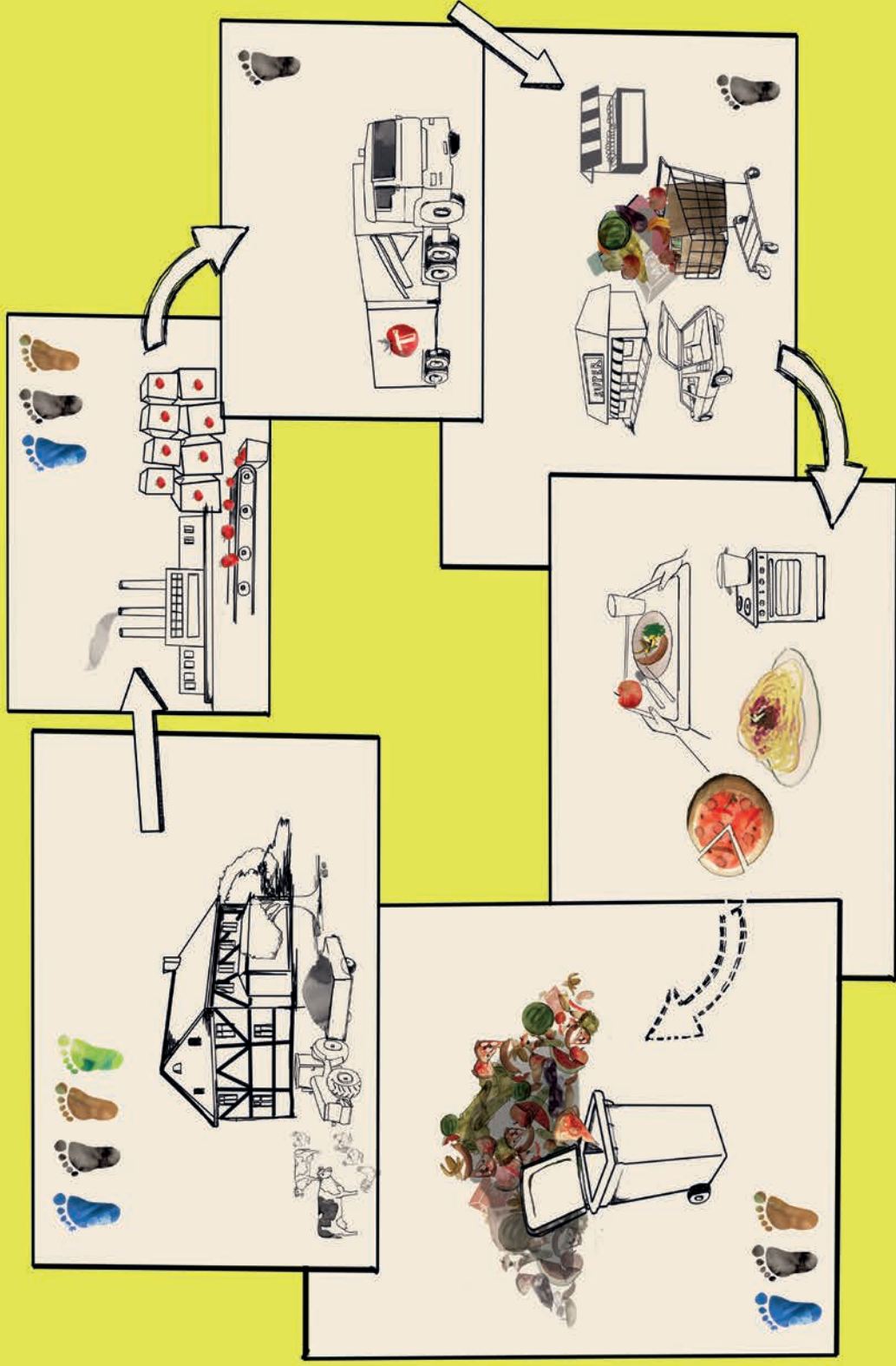
**L'AGRICULTURE INDUSTRIELLE INTENSIVE EST UNE
MENACE POUR LA CONSERVATION DE LA BIODIVERSITÉ**



**LE GASPILLAGE
ALIMENTAIRE CONTRIBUERAIT
À LA FAIM DANS LE MONDE.**



EMPREINTES ÉCOLOGIQUES



FAU CARBONE



OCCUPATION DU SOL



BIODIVERSITÉ

PERTES ET GASPILLAGE ALIMENTAIRES

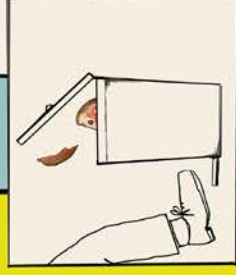
PERTES ALIMENTAIRES

= TOUTE LA NOURRITURE PERDUE
POUR DES RAISONS EN DEHORS
DE NOTRE CONTRÔLE



GASPILLAGE ALIMENTAIRE

= TOUTE LA NOURRITURE GASPILLÉE ALORS
QU'ELLE AURAIT ÉTÉ BONNE À MANGER.



LA NOURRITURE QUE NOUS
AVEC ACHETÉE SE PÉRIME.



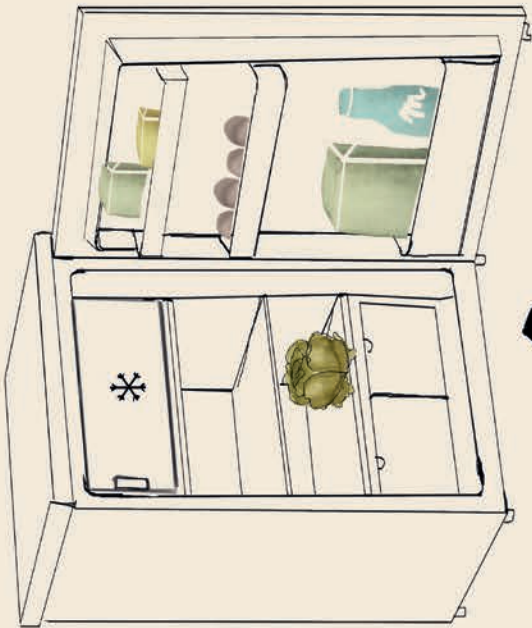
LES PORTIONS DANS LES RESTAURANTS
ET LES CANTINES SCOLAIRES
SONT TROP GRANDES.



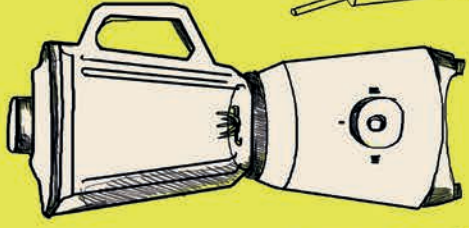
NOUS METTONS TROP DE
NOURRITURE DANS NOS ASSIETTES.



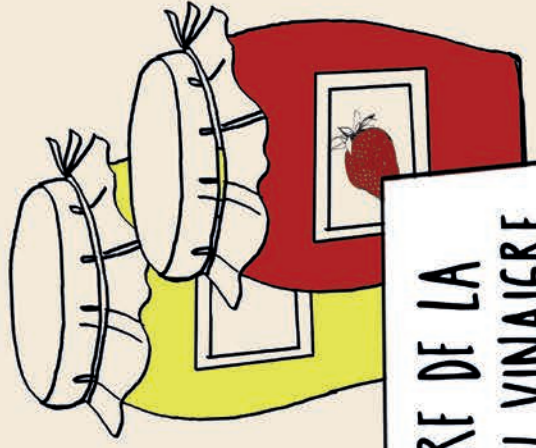
**GARDEZ LES RESTES POUR
LES MANGER PLUS TARD.**



**UTILISEZ LES FRUITS
ET LÉGUMES POUR
FAIRE DES SOUPES
OU DES SMOOTHIES.**



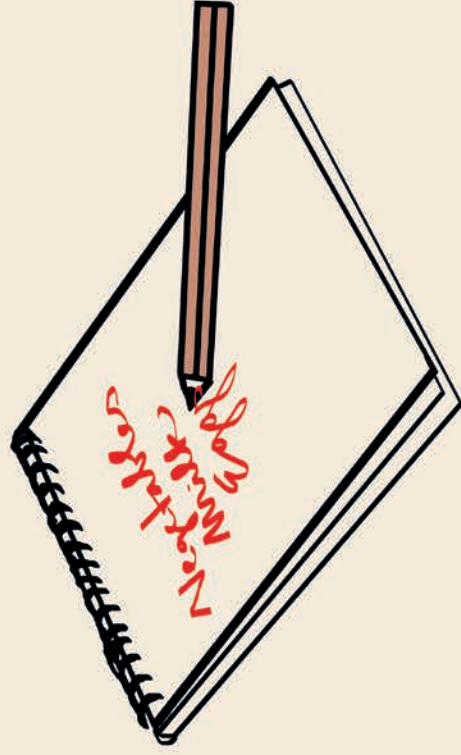
**UTILISEZ LES FRUITS POUR FAIRE DE LA
CONFITURE OU DES CONSERVES AU VINAIGRE.**



CHOISISSEZ DES FRUITS
ET LÉGUMES MOCHES.

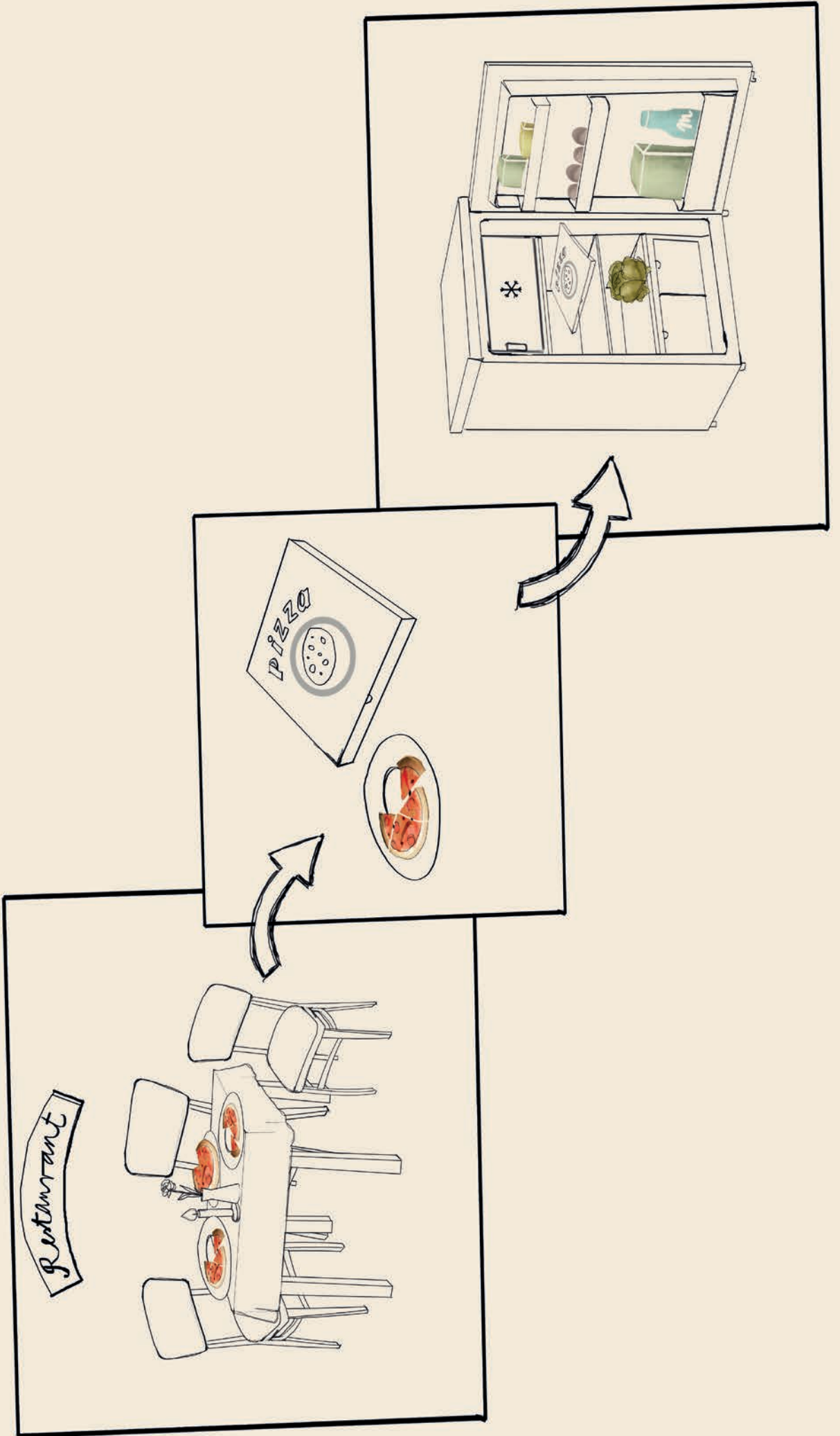


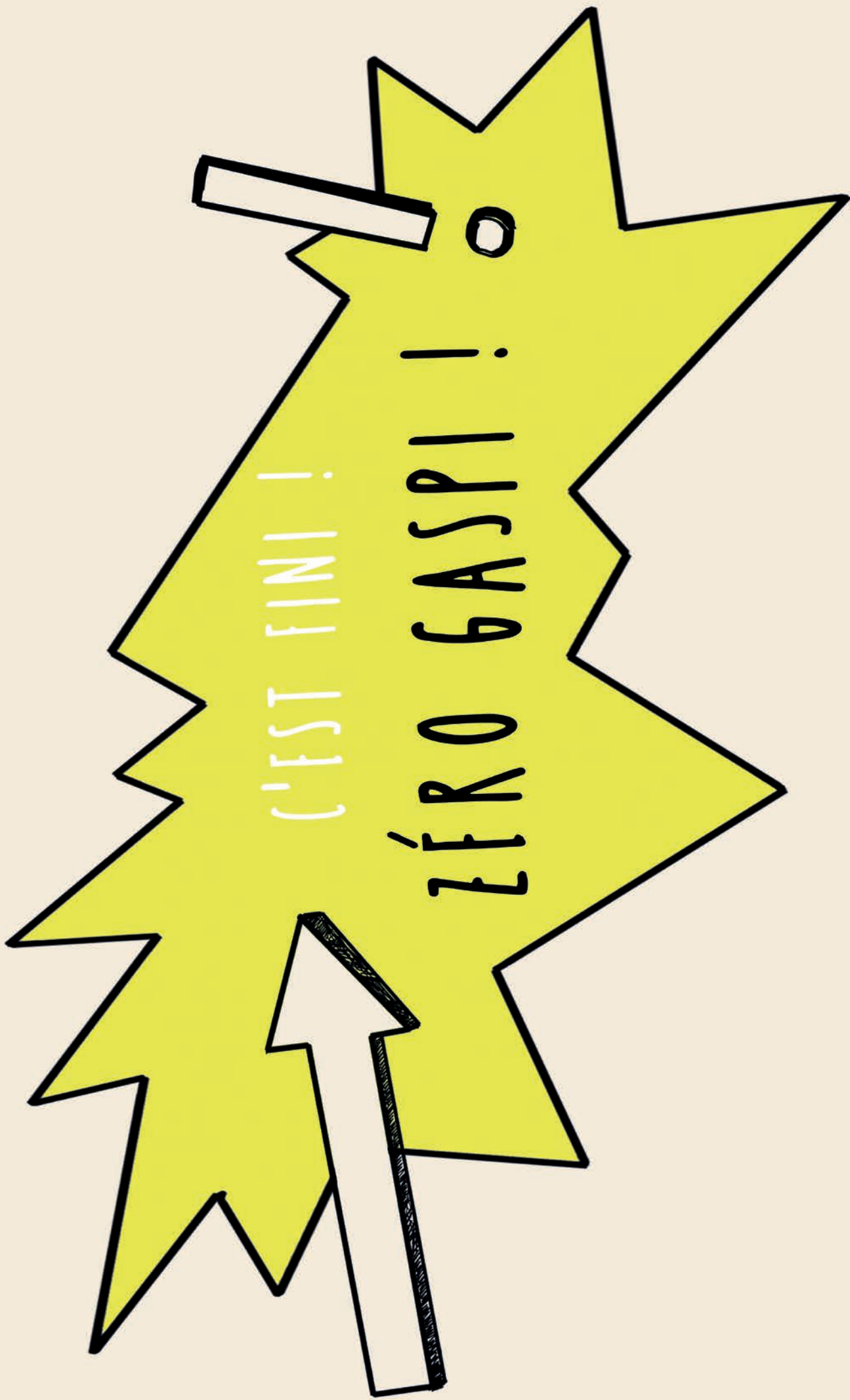
FAITES UNE LISTE DE COURSES.



DANS LE FRIGO - PREMIER
ENTRÉ, PREMIER SORTI !







C'EST FINI !

ZÉRO GASPI !

9 ASTUCES FACILES

■ ANNEXE 2

**PRÉSENTATION LEÇON 2:
C'EST TOI QU'IL FAUT NOURRIR,
PAS LA POUBELLE: NEUF
CONSEILS POUR RÉDUIRE LE
GASPILLAGE ALIMENTAIRE**

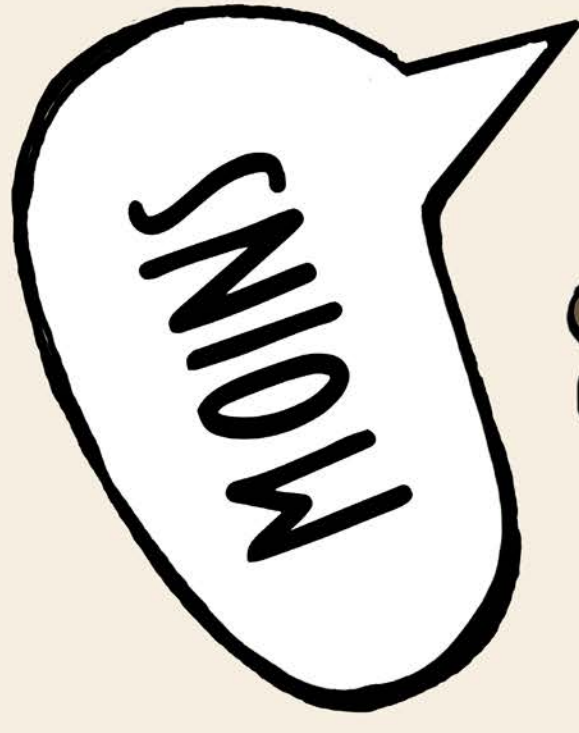
C'EST TOI QU'IL FAUT NOURRIR, PAS LA POUBELLE :



POUR RÉDUIRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

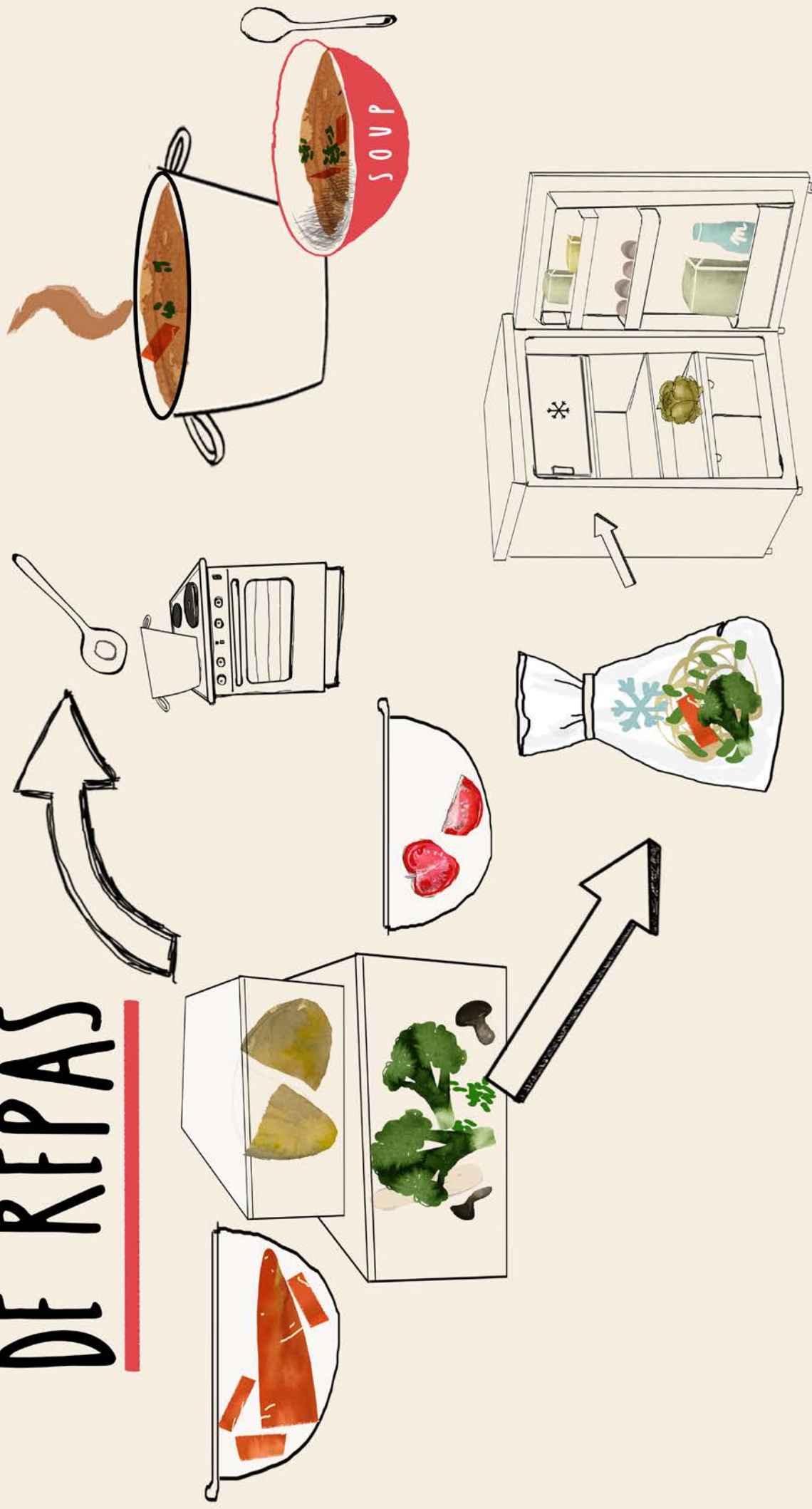
1 METS DE PLUS PETITES QUANTITÉS

DANS TON ASSIETTE



2 APPRENDS À AIMER TES RESTES

DE REPAS



3 FAIS TES COURSES

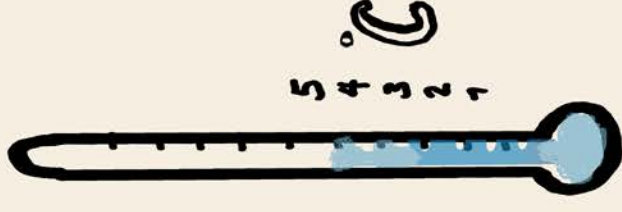
INTELLIGEMMENT



4 ACHÈTE DES FRUITS ET LÉGUMES "MOCHES"!

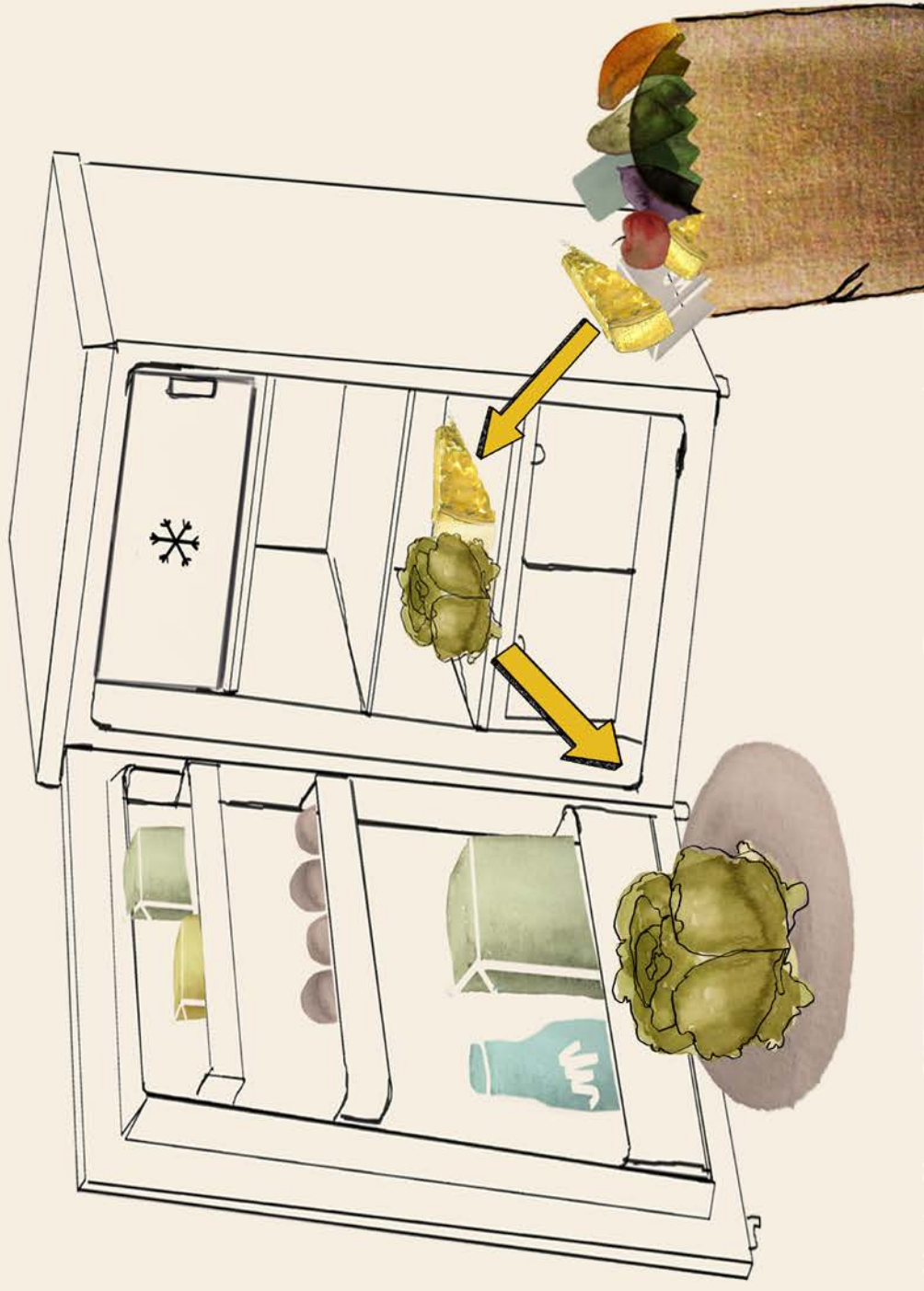


5 ORGANISE TON RÉFRIGÉRATEUR

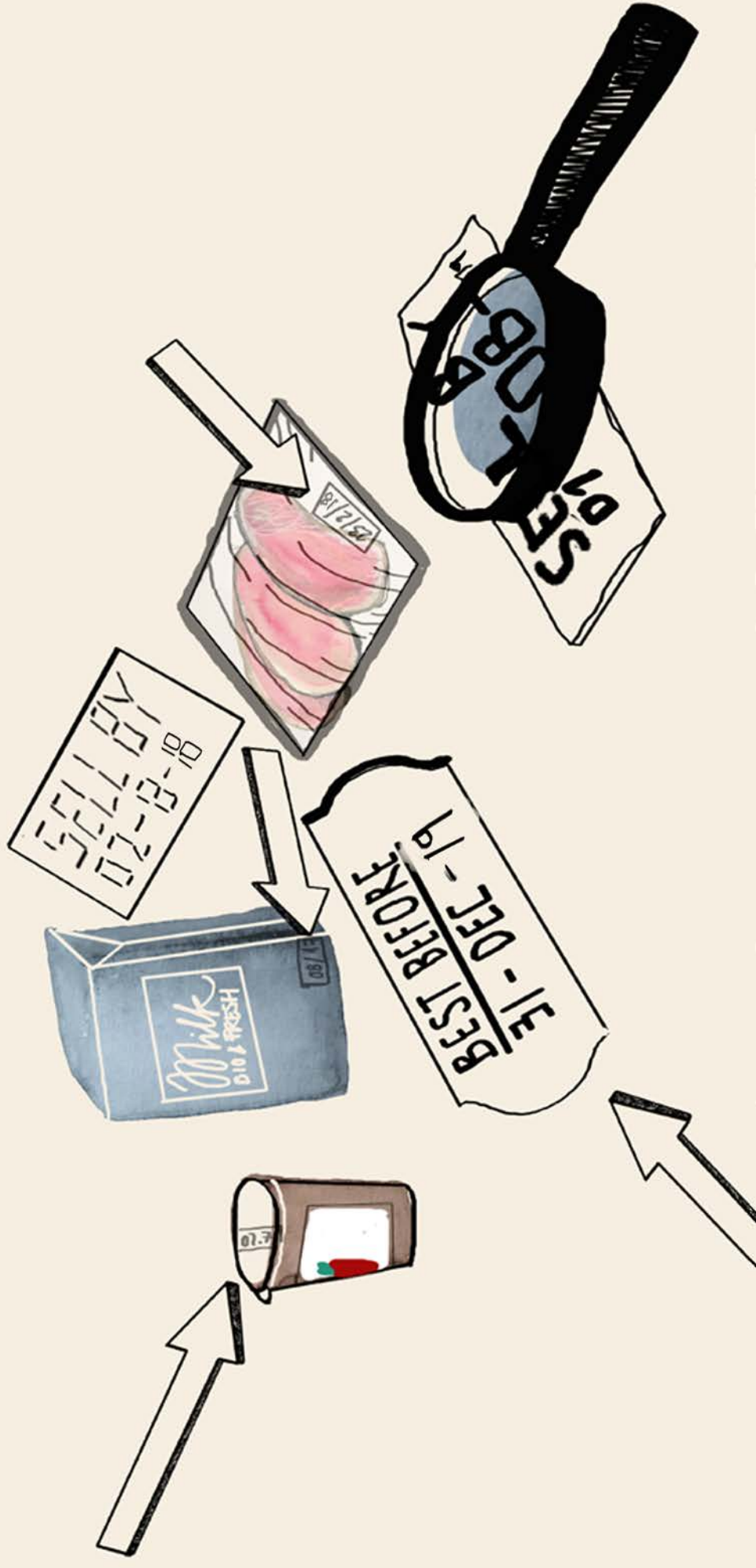


6 PEPS : PREMIER ENTRÉ,

PREMIER SORTI !



7 APPRENDS À COMPRENDRE LES DATES INDIQUÉES SUR LES ALIMENTS



8 TRANSFORMER TES DÉCHETS ALIMENTAIRES EN COMPOST



9 PARTAGER, C'EST AIDER !







Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO)
Viale delle Terme di Caracalla, 00153 Rome, Italie

ISBN 978-92-5-131399-2



9 789251 313992

CA00995FR/1/04.19