

RÉDUIRE LE

Gaspillage alimentaire

**LES BONS RÉFLEXES POUR
Y REMÉDIER À LA MAISON**



RÉDUISONS NOS
BIODÉCHETS

RÉDUIRE

Le gaspillage alimentaire

UN IMPACT ÉCOLOGIQUE ET FINANCIER

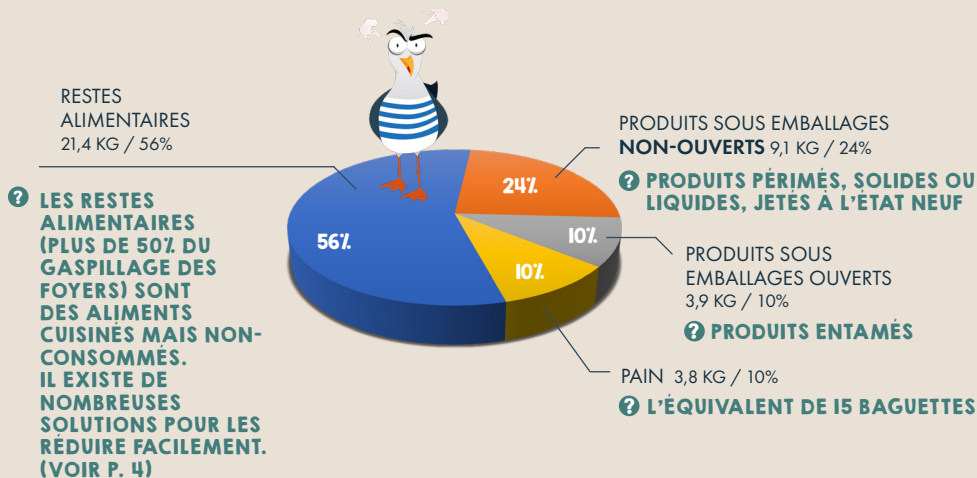
20%

En France chaque année, près de 20% de la nourriture produite finit à la poubelle. Cela représente 150 kg de nourriture par personne et par an, gaspillés tout au long de la chaîne de production alimentaire.

des chiffres parlants

En Octobre 2018, une caractérisation des ordures ménagères a montré que le gaspillage alimentaire représente 11 % du contenu de nos poubelles, soit environ 40 kg/an/personne.

COMPOSITION DU GASPILLAGE ALIMENTAIRE SUR LE TERRITOIRE DE DIEPPE-MARITIME (EN KG, PAR AN ET PAR PERSONNE)



CONCLUSIONS !

LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE DOMESTIQUE PEUT-ÊTRE CONSIDÉRABLEMENT RÉDUIT EN AJUSTANT LES QUANTITÉS CUISINÉES ET LES PROPORTIONS SERVIES, ET EN AYANT UNE BONNE GESTION DES DATES DE PÉREMPTION

DISTINGUER

Les dates de péremption

LE BON USAGE DES DATES

Pour moins gaspiller, la lecture de la date de péremption est essentielle. Il existe 2 types de date à ne pas confondre :

DLC : la date limite de consommation

La date limite de consommation indique une date limite impérative au-delà de laquelle le produit est considéré comme impropre à la consommation car il peut présenter un danger pour la santé.



À CONSOMMER
JUSQU'AU
31/12/2024



DDM : la date de durabilité minimale

Au-delà de cette date, le produit est consommable, il ne présente pas de danger pour la santé.

La date de durabilité minimale indique une date jusqu'à laquelle le fabricant garantit toutes les qualités gustatives du produit.



À CONSOMMER
DE PRÉFÉRENCE
AVANT LE
31/12/2024



ADOPTER

L'anti-gaspi au Quotidien



PETITS GESTES POUR RÉDUIRE LE GASPILLAGE

Par définition, le gaspillage est l'action de dépenser avec profusion, de consommer sans discernement. En conséquence, lutter contre le gaspillage alimentaire revient à acheter le juste nécessaire et consommer consciemment.



Pour les courses...

- > Définir vos menus à l'avance
- > Faire une liste de courses (et ne pas y aller le ventre vide !)
- > Contrôler les dates au moment de l'achat
- > Adapter la quantité d'achats à vos besoins
- > Acheter local et privilégier la vente directe (réduisant ainsi le gaspillage alimentaire hors du foyer)

UTILISEZ LES SITES ANTI-GASPI

www.recettes-online.fr
(ingrédients du frigo)

Marmiton
(Recettes gourmandes)

...ET LES APPLIS !

ICuisto, Le Frigo intelligent
Frigo magic

En cuisine !

- > Rangement : Mettre en évidence les produits bientôt périmés
- > Respecter les conditions de conservation
- > S'adapter aux dates : manger ce qui va se perdre en premier ou cuisiner (et éventuellement congeler) ce qui risque de se perdre
- > Préparer les bonnes quantités et servir des portions adaptées
- > Conserver les restes dans des boîtes hermétiques
- > Préparer son repas pour le travail avec les restes
- > Penser à la congélation en portion

**CHOISISSEZ 3 DE CES GESTES ET APPLIQUEZ-LES PENDANT UN MOIS AU MOINS.
VOUS VERREZ VITE LE RÉSULTAT !**