



des fiches actions

LES FICHES ACTIONS

.....

Ces fiches-actions proposent des idées d'actions, d'ateliers..., à mettre en place avec les enfants, que ce soit à l'école ou au centre de loisirs. Elles présentent de manière détaillée les actions possibles en décrivant toutes les étapes de la préparation et de la réalisation et en donnant quelques conseils.

Il est important que l'animateur ou l'enseignant prenne bien le temps de les consulter avant de se lancer dans l'action. Il est impératif que les enfants soient accompagnés pas à pas si l'on veut que chaque action se déroule bien.

Fiche 1

Réaliser une pesée des déchets alimentaires dans un restaurant scolaire..... 100
Cycle 3 et collège

Fiche 2

Réaliser une enquête sur le gaspillage alimentaire..... 103
Cycle 3 et collège

Fiche 3

Mesurer son gaspillage alimentaire à la maison..... 106
Cycle 3 et collège

Fiche 4

Rédiger une charte d'engagement anti-gaspillage..... 110
Cycle 3 et collège

Fiche 5

Organiser une discosoupe..... 113
Collège

Fiche 6

Sensibiliser au gaspillage du pain en restaurant scolaire..... 115
Cycle 3 et collège

ACTION 1

.....

Réaliser une pesée des déchets alimentaires dans un restaurant scolaire

« En restauration scolaire, 1/3 de la nourriture préparée est jeté en fin de repas.

Cela représente environ 30kg par an et par convive. »

Chiffres obtenus dans les collèges par l'association « De mon assiette à notre planète »

Afin de faire prendre conscience aux enfants de la quantité de déchets jetée chaque jour dans leur restaurant scolaire, nous leur proposons de réaliser une « pesée test ». Ils devront, pour cela, récolter et peser les déchets jetés pendant un repas. Grâce aux données récoltées, ils pourront ensuite informer l'ensemble des élèves et du personnel de l'établissement en créant des affiches ou en réalisant un exposé autour de l'action qu'ils auront menée.

OBJECTIFS

- › Faire prendre conscience aux enfants de la quantité de nourriture gaspillée au sein de leur restaurant scolaire
- › Proposer des solutions concrètes pour réduire ce gaspillage
- › Mener une action concrète par groupe
- › Sensibiliser l'ensemble des élèves et du personnel de l'établissement au gaspillage alimentaire

PUBLIC

Cycle 3 et collège

NOMBRE D'ENFANTS

Entre 3 et 16

Astuce : si les élèves sont nombreux, vous pouvez former des équipes qui se relaieront lors de la collecte des déchets au cours d'un repas ou alors répéter cette opération plusieurs fois, chaque groupe la réalisant une fois. Dans tous les cas, prévoir qu'il y ait toujours au moins 3 personnes en place pour récolter les déchets.

DURÉE

- › Séance de préparation : 3h
- › Séance de réalisation : 3-4h
- › Séance de bilan : 3h

PRÉ-REQUIS

- › Connaître la définition du gaspillage alimentaire (différence entre déchets évitables et inévitables)

NOTIONS ABORDÉES

Notions qu'il est possible d'aborder en utilisant cette action comme support :

- › Domaine de la langue : rédaction d'une lettre, réalisation d'une affiche, rédaction de textes informatifs
- › Mathématiques : pesée, moyenne, pourcentage
- › Arts plastiques : réalisation d'affichage

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- › Une balance
- › Trois bacs pour recueillir les déchets
- › Des gants en plastique
- › Des tabliers
- › Le tableau fourni avec cette fiche

→ DÉROULEMENT

Cette activité est une action complète : elle implique une phase de préparation (prise de contact avec les responsables de l'établissement et de la restauration scolaire, préparation du matériel...), une phase de réalisation (pesée à la cantine) et une phase d'exploitation des résultats (synthèse des résultats, mise en forme, présentation à l'ensemble de la communauté éducative).

I. PHASE DE PRÉPARATION

Avant de débiter cette action, les enfants doivent au minimum connaître la définition du gaspillage alimentaire, ainsi que la différence entre déchets évitables et inévitables. Il faut donc prévoir une séance de travail sur ce thème (activité 1 par exemple). Avant de proposer aux enfants de réaliser une pesée-test, il serait intéressant de leur demander comment on peut mesurer le gaspillage alimentaire de la cantine de l'établissement. Peut-être auront-ils d'autres idées toutes aussi intéressantes que celle-ci !

Nous proposons ici de mesurer la quantité de nourriture préparée, la quantité de nourriture non servie et la quantité de

nourriture jetée (en différenciant déchets évitables et inévitables) afin ensuite de calculer la quantité de nourriture jetée par personne, pour tout l'établissement, par jour, par semaine. ... Ainsi, les enfants pourront prendre conscience de la quantité de nourriture gaspillée.

Au préalable à l'action, il est nécessaire de demander l'autorisation de réaliser cette pesée, au responsable de la cantine (cuisinier...) et au directeur/proviseur de l'établissement.

Il faut préparer cette demande. Qu'elle soit orale ou écrite, il est nécessaire qu'elle décrive bien l'action qui va être menée. Suivant leur âge, les enfants peuvent être associés à cette phase de demande (rédaction d'un courrier, dans le cadre d'un travail de production d'écrit...).

Il faut également fixer une date en accord avec toutes les personnes concernées.

Le tableau

Il est nécessaire de bien lire le tableau et de comprendre comment le remplir. Il faut expliquer chaque catégorie aux enfants afin qu'ils puissent le compléter correctement le jour de la pesée.

Les mesures

Il faut expliquer les différentes mesures qui devront être prises. Voici ce qui devra être pesé et noté sur le tableau :

- › la quantité de déchets alimentaires évitables
- › la quantité de déchets alimentaires inévitables (os, peau de banane...)
- › la quantité des déchets non alimentaires (pot de yaourt, serviettes...)
- › la quantité de nourriture non-distribuée (restes de plats, pain...)

L'information des convives

Si l'on veut pouvoir peser les déchets, il est nécessaire qu'ils soient triés convenablement. Il faut donc que les convives et/ou les personnels de service soient informés juste avant le repas de la façon dont ils devront séparer les déchets (déchets alimentaires évitables, déchets alimentaires inévitables, déchets non alimentaires).

Il faut cependant faire attention à ce qu'ils ne changent pas leurs habitudes alimentaires ce jour-là. Cela pourrait fausser les résultats.

2. PHASE DE RÉALISATION

Avant le repas

Venir une heure avant afin de préparer l'action. Suivant leur âge, les enfants peuvent faire la mise en place et les différentes pesées en autonomie ou avec l'aide d'un adulte. Il est cependant indispensable qu'ils aient bien compris tout le déroulement.

Il faut :

- › demander au responsable de la cuisine le nombre de convives (= personnes prévues au repas) et la quantité de nourriture préparée (le noter sur le tableau)

- › installer les bacs : déchets évitables, déchets inévitables, déchets non alimentaires
- › mettre en place des affiches pour aider au tri des déchets
- › faire la tare des bacs, c'est-à-dire : peser les bacs vides et noter ces valeurs témoins dans le tableau fourni.

Pendant le repas

Vérifier que chaque élève trie bien et vide ses restes dans les bons bacs. Il faut aider ceux qui hésitent. Pour cela, il est possible de désigner des élèves « ambassadeurs » de cette action qui informeront leurs camarades sur ce tri.

A la fin du repas

Faire les pesées prévues, noter les résultats sur le tableau et aider le personnel de cuisine à nettoyer et ranger les bacs. Les enfants peuvent être seuls ou accompagnés.

3. PHASE DE BILAN

A l'aide du tableau rempli il est possible de faire ressortir :

- › la quantité totale gaspillée par les convives le jour de la pesée
- › la quantité gaspillée par personne le jour de la pesée
- › la quantité de nourriture non-servie
- › en multipliant le premier chiffre par 144 (nombre annuel de jours de service) il est possible de trouver la quantité gaspillée chaque année par la cantine (attention ce chiffre n'est qu'une indication)
- › ...

Suivant le niveau des enfants, il est possible d'aller plus loin dans l'interprétation des résultats et de proposer des résultats sous forme de moyennes et de pourcentages.

Il faut ensuite informer l'ensemble des élèves et le personnel des résultats obtenus. Cela peut se faire en créant des affiches ou en organisant un exposé sur cette action.

.....➔ PROLONGEMENT

Afin de réaliser une pesée plus détaillée, il est aussi possible de séparer les restes par plats (entrée, viande, féculents...). Vous pourrez ainsi, avoir une idée plus précise des plats gaspillés.

D'autres pesées-tests peuvent être mises en place afin de voir l'évolution du gaspillage. De même des pesées peuvent être organisées sur plusieurs jours (une semaine par exemple) afin d'avoir une image plus précise de ce gaspillage.

Pour que cette action soit porteuse de sens, il est nécessaire qu'elle soit suivie d'une phase de réflexion impliquant l'ensemble de la communauté éducative sur les moyens de remédier au gaspillage constaté.

ACTION 1

.....

Réaliser une pesée des déchets alimentaires dans un restaurant scolaire

support des actions

TABLEAU DE PESÉE (EN KG)

Nombre de convives	Quantité cuisinée	Restes de plats non servis	Restes d'assiettes (déchets consommables)	Déchets organiques non-consommables (épluchures, os)	Déchets "autres"

A REMPLIR APRÈS L'ANALYSE DES RÉSULTATS

Quantité totale d'aliments gaspillés pour tout l'établissement	
Quantité moyenne d'aliments gaspillés par personne	
Quantité totale d'aliments gaspillés pour tout l'établissement pour une année	
Quantité moyenne d'aliments gaspillés par personne pour une année	
Pourcentage total d'aliments non consommés chaque jour	
Pourcentage total d'aliments jetés	

ACTION 2

Réaliser une enquête sur le gaspillage alimentaire

« 1,3 milliard de tonnes de nourriture sont perdues ou jetées chaque année dans le monde. Cela représente un tiers des aliments produits sur la planète. »

Selon la FAO : Organisation des Nations-Unies pour l'alimentation et l'agriculture

Afin de sensibiliser les enfants et leurs camarades au problème du gaspillage alimentaire, nous leur proposons de réaliser une enquête sur le sujet. Ils devront ainsi aller interroger les autres élèves de l'établissement afin d'évaluer l'importance du gaspillage alimentaire dans leur entourage.

OBJECTIFS

- › Faire prendre conscience aux enfants de la proportion de nourriture gaspillée
- › Proposer des solutions concrètes pour réduire le gaspillage
- › Mener une action concrète par groupe
- › Sensibiliser l'ensemble des élèves et du personnel de l'établissement au gaspillage alimentaire

PUBLIC

Cycle 3 et collège

NOMBRE D'ENFANTS

Entre 5 et 20

DURÉE

- › Séance d'enquête : 2h
- › Séance d'interprétation des résultats : 2h
- › Séance de bilan : 2h

PRÉ-REQUIS

- › Connaître la définition du gaspillage alimentaire (différence entre déchets évitables et inévitables) et être capable de l'expliquer à d'autres

NOTIONS ABORDÉES

Notions qu'il est possible d'aborder en utilisant cette action comme support :

- › Domaine de la langue : rédaction d'une enquête, réalisation d'une affiche, rédaction de textes informatifs
- › Mathématiques : moyenne
- › Arts plastiques : réalisation d'affichage

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- › L'enquête fournie dans le livret
- › Stylo

→ DÉROULEMENT

1. PHASE DE PRÉPARATION

Au préalable à l'action, il est nécessaire de bien lire la fiche enquête avec les enfants et de s'assurer qu'ils ont bien compris toutes les questions, afin qu'ils puissent les expliquer à leurs camarades si nécessaires.

Les enfants qui posent les questions doivent connaître au minimum la définition du gaspillage alimentaire, notamment la différence entre déchets évitables et inévitables. Les personnes interrogées n'ont quant à elles besoin d'aucun pré-requis.

Les questions de l'enquête seront posées par les enfants à leurs camarades. Si vous le jugez nécessaire, il est possible de mettre ces questionnaires en « libre-service » en laissant les personnes volontaires les remplir. Prévoir, dans ce cas, une urne pour les recueillir. Néanmoins cette option est généralement moins efficace.

Selon l'âge des enfants vous pouvez : soit leur fournir la fiche enquête ci-jointe soit les aider à réaliser leur propre questionnaire avec des questions qu'ils auront eux-mêmes rédigées.

2. PHASE DE RÉALISATION

Suivant les conditions définies pour l'enquête, les enfants doivent aller à la rencontre de leurs camarades en leur expliquant le but de l'action. Ici le but est de connaître les habitudes de chacun et de voir si elles peuvent entraîner du gaspillage alimentaire. Il faut préciser aux personnes interrogées que les fiches remplies sont anonymes (= on ne note pas le nom de celui qui répond) et qu'ils peuvent donc répondre honnêtement aux questions sans crainte d'être jugés. Une fois le contexte expliqué, les questions peuvent être posées, et la fiche enquête remplie.

ATTENTION !

Veillez bien à ce que les personnes interrogées fassent la différence entre les déchets inévitables et le gaspillage alimentaire ! Si elles se trompent en répondant à la première question, indiquez-leur la bonne réponse avant de les laisser continuer le questionnaire.

3. PHASE DE BILAN

Une fois l'enquête terminée, il est possible de réaliser un tableau qui récapitule les réponses recueillies.

Ainsi, vous pourrez répondre à plusieurs interrogations telles que :

- › En moyenne les élèves ont-ils l'impression de beaucoup gaspiller ? (avec les plus grands, on peut synthétiser cela sous forme de pourcentages)
- › Qu'est-ce qui est le plus souvent gaspillé par les élèves ?
- › Pourquoi les élèves gaspillent-ils de la nourriture ?
- › Quelles sont leurs propositions et les vôtres pour réduire le gaspillage alimentaire ? La pertinence de ces propositions peut être discutée avec les élèves.

Il faut ensuite informer l'ensemble des élèves et le personnel des résultats obtenus : il est important de faire prendre conscience de l'ampleur du gaspillage alimentaire aux élèves de l'établissement. Pour cela, les enfants peuvent créer des affiches ou réaliser un exposé sur l'action qu'ils ont menée.

→ PROLONGEMENT

Vous pouvez, à la suite de cette action, faire réfléchir les enfants sur des propositions à faire au personnel de cantine et à leurs camarades pour limiter le gaspillage alimentaire.

ACTION 2

.....

Réaliser une enquête sur le gaspillage alimentaire

1. Selon-toi qu'est-ce que le gaspillage alimentaire ?

.....
.....
.....

2. As-tu l'impression de gaspiller de la nourriture ?

- a. Jamais
- b. Un peu
- c. Beaucoup

3. Que gaspilles-tu le plus souvent ? (entrée, plat principal, viande, poisson, légumes, dessert, pain)

.....
.....
.....

4. A la cantine, si tu ne connais pas un aliment servi, le goûtes-tu ?

.....
.....
.....

5. Le plus souvent pourquoi gaspilles-tu de la nourriture ?

- a. Tu as les yeux plus gros que le ventre
- b. La date de péremption est dépassée
- c. On te sert à manger des choses que tu n'aimes pas

6. Gaspilles-tu plus de nourriture à la cantine ou à la maison ? Pourquoi ?

.....
.....
.....

7. En général, penses-tu que les gens gaspillent beaucoup de nourriture ?

.....
.....
.....

8. A ton avis, que pourrais-tu faire pour moins gaspiller ?

- a.
- b.
- c.

9. Serais-tu prêt à t'engager sur 1 geste auquel tu ferais plus attention à partir d'aujourd'hui ? Si oui, lequel ?

.....
.....
.....

ACTION 3

.....

Mesurer son gaspillage alimentaire à la maison

« Le gaspillage à la consommation représenterait 20kg par an et par habitant.
7 kg de ces déchets seraient jetés alors qu'ils sont encore dans l'emballage »

Source : Agence De l'Environnement et de la Maîtrise de l'Energie

Afin d'amener chaque enfant à prendre conscience qu'il est responsable d'une part de gaspillage alimentaire, il est proposé ici d'évaluer la quantité d'aliments jetés chaque semaine au sein de sa famille.

Cette action permet aussi de sensibiliser les familles au gaspillage alimentaire.

Une fois cette quantité mesurée, il est assez facile d'évaluer la quantité de nourriture gaspillée en une année, de voir les aliments les plus gaspillés et les situations où ces gaspillages se produisent... On peut aussi grâce à ces mesures évaluer le coût financier du gaspillage alimentaire.

Enfin, si cette action est menée à plusieurs reprises dans l'année (en lien par exemple avec la charte contre le gaspillage alimentaire et l'engagement pris par chaque enfant), elle permet de mesurer les « progrès » réalisés au sein des foyers.

OBJECTIFS

- > Faire prendre conscience aux enfants de la proportion de nourriture gaspillée
- > Sensibiliser les familles au gaspillage alimentaire
- > Réaliser une action concrète seul, de façon guidée
- > Proposer des solutions pratiques pour réduire son gaspillage

PUBLIC

Fin de cycle 3 et collège

NOMBRE D'ENFANTS

Indifférent

DURÉE

- > Séance de préparation : 1h
- > Action à la maison : 7 jours à reprogrammer plusieurs fois dans l'année, si possible
- > Séance d'interprétation des résultats : 2h (à la suite de chaque semaine d'action à la maison)

PRÉ-REQUIS

- > Connaître la définition du gaspillage alimentaire (différence entre déchets évitables et inévitables) et être capable de l'expliquer à d'autres

NOTIONS ABORDÉES

Notions qu'il est possible d'aborder en utilisant cette action comme support :

- > Domaine de la langue : rédaction d'une enquête
- > Mathématiques : pesée, moyenne

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- > En classe : tableau à remplir, fiche « Prix moyen des aliments les plus courants »
- > A la maison : tableau à remplir, 1 balance

→ DÉROULEMENT

I. PHASE DE PRÉPARATION

Cette action doit avoir été précédée d'une séance en classe sur le gaspillage alimentaire. Les enfants doivent donc au minimum connaître la définition du gaspillage alimentaire, ainsi que la différence entre déchets évitables et inévitables.

L'action se déroule sur une semaine. Il faudra donc choisir la date de début et de fin de l'action. ASTUCE : le plus simple est de commencer l'action un lundi matin et de la terminer le dimanche soir qui suit.

La séance préparatoire doit avoir lieu dans la semaine qui précède l'action. Durant cette séance, il est nécessaire d'expliquer

le tableau aux enfants. Il est en effet important de s'assurer qu'ils aient bien compris ce qui doit être noté et ce qui ne doit pas l'être.

Le tableau

Il est nécessaire de comprendre comment le remplir : durant une semaine, dans chaque foyer, à chaque fois qu'un déchet évitable est jeté à la poubelle, il faut le noter dans le tableau en essayant de ne rien oublier (les enfants ne doivent pas hésiter à le rappeler à leur famille durant la semaine, si elle oublie).

Attention

- › Pour que les résultats soient représentatifs, les familles ne doivent pas changer leurs habitudes
- › Il ne faut noter sur le tableau que les déchets évitables. Il faudra donc expliquer aux familles la différence entre les déchets évitables et inévitables.
- › Il faut noter les déchets qui sont jetés dans la poubelle normale ainsi que dans le compost, si les familles en ont un.

Les mesures

A la maison, il est important que les enfants présentent ce travail à leurs parents ainsi qu'à leurs frères/sœurs. Ceux-ci pourront éventuellement l'aider pour les pesées et il faut surtout que chaque membre de la famille remplisse le tableau à chaque fois que quelque chose est jetée à la poubelle. Il est important que chacun participe pour que les « résultats » soient les plus justes possible. Si nécessaire, une note à l'attention des familles peut être rédigée (soit par l'enseignant/animateur, soit avec les enfants).

Pour que le tableau soit plus visible, chaque enfant peut le mettre bien en évidence près de la poubelle avec un stylo.

2. PHASE DE RÉALISATION

En début de semaine

Présenter l'action à tous les membres de la famille.

Pendant la semaine

À chaque fois qu'un déchet évitable est jeté à la poubelle, il faut remplir le tableau.

À la fin de la semaine

Lorsque le tableau est rempli, chaque enfant le ramène en classe. En fonction du niveau des élèves, on peut aussi leur demander de le compléter à la maison (calcul du coût...) mais cette action n'est envisageable en autonomie que pour les plus grands.

3. PHASE DE BILAN

Il est nécessaire d'aider les enfants lors de la séance d'interprétation des résultats afin qu'ils trouvent des solutions à mettre en place chez eux pour limiter le gaspillage alimentaire.

A l'aide du tableau on peut faire ressortir :

- › la quantité totale de la nourriture gaspillée durant une semaine par famille mais aussi pour l'ensemble de la classe.
- › une estimation de la valeur de la nourriture gaspillée en une année (pour cela on multiplie le prix total par 52 : c'est le nombre de semaine en 1 année)
- › les principales raisons du gaspillage alimentaire dans les familles
- › en fonction de ces raisons, on peut essayer de trouver des solutions pour limiter le gaspillage alimentaire à la maison.

Il faut ensuite informer l'ensemble des élèves de l'établissement ainsi que les familles des résultats obtenus. Pour cela, on peut créer un tract à dupliquer pour les familles et/ou une grande affiche commune à toute la classe pour sensibiliser les autres élèves de l'établissement.

→ PROLONGEMENT

Pour les plus grands, il est possible de calculer le coût du gaspillage alimentaire dans chaque foyer.

Exemple (voir première ligne du tableau)

*Le 29/07, deux œufs ont été jetés. Les œufs s'achètent en général par boîte de 6. La boîte de 6 œufs que tes parents achètent habituellement coûte 2.10€. Le prix des deux œufs jetés est donc de : $(2.10/6)*2 = 0.70€$. En fonction de l'âge des enfants, on pourra soit leur donner le prix de chaque aliment gaspillé, soit leur donner le prix d'achat d'un paquet standard en précisant la quantité et en leur laissant calculer le coût de la nourriture gaspillée. Cette deuxième solution implique que les enfants maîtrisent les raisonnements et les méthodes de calcul liées aux situations de proportionnalité.*

Le travail sur la charte contre le gaspillage alimentaire peut être mené suite à cette action (cf. fiche action n°4)

Il serait intéressant de reprogrammer cette action une ou deux fois dans l'année afin de voir si les quantités gaspillées évoluent.

ACTION 3

.....

Mesurer son gaspillage alimentaire à la maison

support des actions

→ PRIX MOYEN DES ALIMENTS LES PLUS COURANTS

PRODUITS	QUANTITÉ	PRIX (EUROS)
CREMERIE		
Compotes de pommes	8 pots	1,36
Flan	12 pots	1,49
Yaourt nature	16 pots	1,67
Fromage fondu à la crème fraîche	12 portions	1,58
Emmental râpé	200gr	1,42
Camembert		1,49
12 œufs datés		2
Lait de montagne demi-écrémé	1 litre	0,62
Beurre doux	250gr	1,34
EPICERIE		
Pains au lait au levain	10 pains	1,08
Pâte à tartiner aux noisettes	840gr	4,19
Confiture de prunes	370gr	1,73
Confiture de fraises	750gr	1,99
Quatre-quarts pur beurre	800gr	3,31
Sucre en poudre	1kg	1,41
Huile d'olive	1L	3,4
Huile d'arachide	1L	2,99
Sauce tomate provençale	420gr	0,98
Chocolat pâtissier	200gr	1,75
Chocolat lait noisettes	150gr	1,77
Farine de blé	1kg	0,52
Riz longs grains	1kg	2,52
Purée de pommes de terre au lait	1.1kg	1,67
Pâtes	1kg	0,83
CONSERVES		
Crèmes dessert	6 pots	3,27
Thon entier	280gr	2,86
Sardines à l'huile	95gr	1,16
Terrine de campagne	180gr	1,15
Ratatouille cuisinée	1kg	2,31
Petits pois extra-fins	1kg	1,36
Maïs en grains	500gr	0,78
Haricots verts extra fins	1kg	1,64
Baguette pain	0.250gr	0,85
LEGUMES FRAIS		
Tomates	1kg	2
Salade mélange	125gr	1,4
Pommes de terre	1kg	1,49
Carottes	1kg	1
Betteraves rouges (sous vide)	1kg	2
VIANDES		
Aiguillettes de poulet	240gr	3,15
Steaks hachés pur bœuf 5% MG	6 pièces	6,95
Côtes de porc	4 pièces	5
Cordons bleus de dinde	2 pièces	1,22
POISSONS		
Filets de lieu noir	250gr	4
Filets de truite	250gr	5

ACTION 4

Rédiger une charte d'engagement anti-gaspillage alimentaire

Afin d'amener les élèves à s'engager dans la lutte contre le gaspillage alimentaire, nous leur proposons de rédiger et de signer une charte anti-gaspillage alimentaire.

OBJECTIFS

- › Sensibiliser l'ensemble des élèves au gaspillage alimentaire
- › Les amener à proposer des solutions concrètes pour réduire ce gaspillage
- › Leur permettre de s'engager dans une démarche concrète de réduction de ce gaspillage

PUBLIC

Cycle 3 et collège

NOMBRE D'ENFANTS

Indifférent

DURÉE

2h

PRÉ-REQUIS

- › Connaître la définition du gaspillage alimentaire (différence entre déchets évitables et inévitables)
- › Connaître les différentes sources de gaspillage

NOTIONS ABORDÉES

- › Solution pour lutter contre le gaspillage alimentaire
- Notions qu'il est possible d'aborder en utilisant cette action comme support :
- › Domaine de la langue : rédaction d'une charte
- › Éducation citoyenne : l'engagement

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- › Dans le livret : la charte et les cartes individuelles
- › Un tableau blanc ou paperboard pour récapituler les idées des élèves

→ DÉROULEMENT

Cette action doit avoir été précédée d'une séance en classe sur le gaspillage alimentaire. Les enfants doivent donc au minimum connaître la définition du gaspillage alimentaire et être capables d'identifier les différentes sources de ce gaspillage.

- › En classe, amener les enfants à réfléchir aux actions qu'ils pourraient mettre en place, à leur échelle, pour limiter le gaspillage alimentaire et leur demander de lister ces actions de façon individuelle sur une feuille.
- › Mettre ensuite en commun toutes les idées et initier un débat pour savoir quelles actions sont les plus importantes/les plus faciles à mettre en place. En sélectionner 10 et les noter sur un tableau ou sur une feuille.
- › Avec ces dix actions, rédiger une charte d'engagement anti-gaspillage (page suivante)

- › Demander à chaque enfant qui le souhaite, de choisir un ou deux gestes et de s'engager à le(s) respecter. Dans la mesure du possible, il est souhaitable qu'une trace collective de cet engagement soit gardée dans l'établissement et qu'une trace individuelle soit remise à l'enfant qui s'engage (cartes individuelles). Ces cartes individuelles peuvent être confectionnées sous forme de badge, collé sur la trousse... Cela, permet à chaque enfant de ne pas « oublier » son engagement et le rend visible aux autres, ce qui peut en inciter d'autres à s'engager. On peut aussi mettre en avant cet engagement en réalisant une signature officielle ou en réalisant un affichage des signataires...

ATTENTION !

Il est important de ne pas forcer un élève à signer la charte si celui-ci ne désire pas s'engager. La mise en place des actions anti-gaspillage doit être décidée par chaque élève et non lui être imposée.

LA CHARTE D'ENGAGEMENT ANTI-GASPILLAGE ALIMENTAIRE

support des actions

ACTION 4

.....
Pour nous, élèves de, lutter contre le gaspillage alimentaire, c'est important, alors ON S'ENGAGE!



ENGAGEMENT N°1

ENGAGEMENT N°2



ENGAGEMENT N°3

ENGAGEMENT N°4



ENGAGEMENT N°5

ENGAGEMENT N°6



ENGAGEMENT N°7

ENGAGEMENT N°8



ENGAGEMENT N°9

ENGAGEMENT N°10



ACTION 4

.....

Rédiger une charte d'engagement anti-gaspillage alimentaire

support des actions

→ CARTES INDIVIDUELLES

CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE		CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE	
CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE		CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE	
CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE		CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE	
CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE		CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE	
CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE		CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE	
CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE		CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE	
CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE		CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE	
CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE		CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE	
CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE		CONTRE LE Gaspillage alimentaire JE M'ENGAGE	

ACTION 5

.....

Organiser une disco-soupe

Afin de valoriser des fruits et légumes mis au rebut ou invendus, les élèves sont invités à réaliser une « disco-soupe ». Le but d'une « disco-soupe » est de confectionner des plats (soupes, smoothies, compotes...) à partir d'aliments invendus récupérés dans les magasins ou les marchés pour sensibiliser les personnes au gaspillage alimentaire. Le tout en musique.

Attention : Il s'agit bien ici de sensibiliser le public au gaspillage alimentaire et non de montrer du doigt les grandes surfaces. Le but est en effet d'amener chacun à se questionner sur ses propres comportements avant de porter un jugement sur les modes de distribution : car si je refuse d'acheter une carotte un peu déformée, l'épicier sera forcément amené à la jeter...

OBJECTIFS

- > Faire prendre conscience aux élèves de la quantité de fruits et légumes gaspillée par les grandes surfaces, marchés, épiceries...
- > Réfléchir à nos comportements de consommateur.
- > Prendre conscience que certains produits jetés sont encore consommables
- > Sensibiliser l'ensemble des élèves et du personnel de l'établissement au gaspillage alimentaire
- > Mener une action concrète en groupe

PUBLIC

Collège

NOMBRE D'ENFANTS

Entre 5 et 10

DURÉE

- > Préparation de l'action : 3h
- > Confection des plats : 4h
- > Distribution des plats préparés : 2h
- > Participation au rangement et nettoyage : 2h

PRÉ-REQUIS

- > Connaître la définition du gaspillage alimentaire (différence entre déchets évitables et inévitables)

NOTIONS ABORDÉES

- > Gestion des invendus (causes et conséquences)
- Notions qu'il est possible d'aborder en utilisant cette action comme support :
- > Domaine de la langue : travail autour des recettes de cuisine (texte prescriptif), rédaction d'une lettre et de textes informatifs, réalisation d'une affiche
 - > Mathématiques : pesée, proportionnalité
 - > Arts plastiques : réalisation d'affichage

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- > **Matériel de cuisine** : marmites, épluchés légumes, bassines, matériel de cuisson, couteaux, tabliers, gants jetables
- > **Légumes** : compter 50kg de fruits/légumes pour 250 portions
- > **Matériels pour distribuer les préparations** : verres en plastiques ou bols, petites cuillères... (pensez à la vaisselle réutilisable, pour éviter une autre forme de gaspillage ! Le Pays Voironnais ou le Conseil Général de l'Isère en prête gratuitement : cf <https://www.isere.fr/loisirs/organiser-un-evenement/le-pack-eco-evenement>).
- > **Matériel pour la sonorisation** : poste radio...
- > Point d'eau

→ DÉROULEMENT

I. PHASE DE PRÉPARATION

Au préalable, il est nécessaire de demander l'autorisation de réaliser cette action, au responsable du restaurant scolaire (cuisiner, gestionnaire...) et au proviseur de l'établissement. Il faut préparer cette demande, elle peut être orale ou écrite. Il est nécessaire de bien décrire le projet. Les élèves peuvent éventuellement effectuer cette démarche en étant accompagnés.

Il faudra également fixer une date en accord avec toutes les personnes concernées et trouver le lieu où l'action sera réalisée. Afin que cette action soit bien visible, il est préférable de la réaliser lors d'une manifestation au sein de l'établissement : journée banalisée, journée portes ouvertes, spectacle de fin d'année...

Ensuite, il faut faire l'inventaire des structures où trouver les aliments à récolter (épiceries de quartier, primeurs, grandes surfaces ou encore marchés), puis les contacter pour leur demander l'autorisation de venir récupérer les invendus la veille ou le jour-même de l'événement. Il faut préparer cette demande en expliquant bien l'objectif de sensibilisation de

cette action. Il est important de s'informer de la quantité qu'ils peuvent donner. Un ou deux magasins peuvent parfois suffire pour l'approvisionnement.

Attention : cette action doit bien être présentée comme une façon de sensibiliser le public au gaspillage alimentaire et non comme un événement pour montrer du doigt les commerçants. Sans cela, la demande sera sans doute mal reçue et refusée.

Une fois les magasins trouvés, il faut organiser la récupération des invendus, la veille ou le matin-même de l'action. Si la récupération a lieu la veille, il faut définir avec le responsable de la cuisine où les légumes peuvent être stockés.

Pour la musique vous pouvez soit prévoir un poste radio soit alors trouver un groupe de musiciens...

Il faut impérativement informer tous les membres de la communauté éducative de cet événement (élèves, personnels, parents, représentants de la commune...) et leur proposer de venir participer à la confection des plats ou à leur dégustation. Pour cela, des affiches peuvent être réalisées, des invitations rédigées et distribuées...

ATTENTION !

Il faut réfléchir à l'avance au fait que les plats confectionnés ne seront peut-être pas totalement consommés et donc prévoir ce que l'on pourra faire des restes. On peut, par exemple, prendre contact en amont avec une association d'aide alimentaire afin de les lui proposer. Il faut alors s'organiser avec elle pour la récupération.

La confection des recettes

Prévoir des recettes simples à réaliser, en concertation avec le personnel de cuisine et surtout en impliquant un maximum d'élèves (soupe, compote, jus de fruits, smoothies...).

La veille de l'action, bien vérifier que le personnel de cantine soit au courant de la date et disponible pour vous aider et que le matériel soit bien à votre disposition.

Le kit de communication

Il faut prévoir des affichages et/ou documents à distribuer aux personnes sur le stand de la disco-soupe afin de les sensibiliser au gaspillage alimentaire. Cela peut-être des brochures, des autocollants, des recettes pour cuisiner les restes...

2. PHASE DE RÉALISATION

Préparation de la « disco-soupe »

Avec l'aide de l'équipe de cuisine, réalisez les recettes que vous avez choisies. N'oubliez pas d'aider le personnel à ranger et nettoyer la cuisine ensuite.

- › Il faut impérativement trier, laver, éplucher et couper les fruits et légumes, peu importe la préparation que l'on en fait ensuite.
- › Penser à la musique
- › Le but de l'action est de sensibiliser au gaspillage alimentaire,

alors profitez de cet atelier pour informer les personnes sur cette problématique (affiches, brochures, recettes...)

QUELQUES RÈGLES D'HYGIÈNE À RESPECTER :

Ne jamais poser les cageots de fruits et légumes par terre ; prévoir des gants pour chaque personne qui manipule les aliments ; disposer d'une solution hydro alcoolique (pour se laver les mains) ; respecter le principe de la « marche en avant » (les fruits et légumes ne doivent jamais revenir en arrière dans la chaîne); Pour le lavage des fruits et légumes, les faire tremper dans un volume d'eau avec 1/10^e de vinaigre blanc puis les rincer.

Distribution des plats préparés

Afin de sensibiliser les autres élèves au problème du gaspillage alimentaire et de leur présenter une façon de valoriser les fruits et légumes mis au rebut ou invendus vous devez leur distribuer ce que vous avez préparé. Vous pouvez choisir de monter un stand pendant la récréation ou le repas par exemple. Il est important de mettre des affiches parlant du gaspillage autour du stand.

Les restes

Si l'on veut être cohérent avec notre discours sur le gaspillage alimentaire, il ne faut pas jeter les restes des soupes, smoothies et autres préparations. Si vous n'avez pas cuisiné tous les légumes et/ou si toutes les préparations n'ont pas été distribuées, vous pouvez les donner à votre entourage, ou à une association d'aide alimentaire, mais il faut y avoir réfléchi avant.

3. PHASE DE BILAN

Il est important de réaliser un affichage présentant la quantité de fruits/légumes récupérée et la quantité de soupe/smoothies préparée. Cela peut être un volume (25 litres par exemple) ou un nombre de plats distribués (250 gobelets). Avoir un chiffrage du nombre de personnes sensibilisées ou qui sont venues éplucher est aussi très important pour valoriser ensuite cette action.

Il ne faut pas oublier aussi d'envoyer une lettre de remerciements aux magasins ayant accepté de donner leur invendus. On peut joindre à cette lettre le bilan chiffré évoqué ci-dessus.

→ PROLONGEMENT

Un article peut être rédigé et envoyé à la presse locale afin de communiquer sur cette action. On peut envisager un article annonçant cette action et un autre le jour J.

Une nouvelle disco-soupe peut être organisée lors un autre événement, en variant les préparations (soupe la 1^{ère} fois et salade de fruits la suivante...)

ACTION 6

.....

Sensibiliser au gaspillage du pain en restaurant scolaire

« Chaque français jette environ 4,5 kg de pain dans sa poubelle tous les ans.

Cela représente près d'un sixième du gaspillage alimentaire des foyers »

Source : France Nature Environnement

Afin de faire prendre conscience aux enfants de la quantité de pain jetée chaque jour dans leur cantine, nous leur proposons de mettre en place un « gâchimètre » de pain puis de réaliser une structure artistique avec le pain ainsi récupéré. Cette structure leur permettra d'interpeller l'ensemble des élèves et du personnel de l'établissement. Grâce aux données et aux déchets récoltés, ils pourront ensuite encore mieux les informer en créant une affiche de sensibilisation.

Un gâchimètre ou « gâchipain » c'est un « récipient » qui permet de récupérer le pain jeté par les utilisateurs du restaurant scolaire.

OBJECTIFS

- > Faire prendre conscience aux enfants de la quantité de pain gaspillé au sein de leur restaurant scolaire
- > Mener une action concrète en groupe
- > Proposer des solutions concrètes pour réduire le gaspillage de pain
- > Sensibiliser l'ensemble des élèves et du personnel de l'établissement au gaspillage alimentaire

PUBLIC

Cycle 3 et collège

NOMBRE D'ENFANTS

Entre 3 et 15

ASTUCE : si les élèves sont nombreux, vous pouvez former des équipes. Chaque équipe créera alors sa propre structure artistique en déchets de pain.

DURÉE

- > Séance de préparation : 1h
- > Séance de réalisation : 2h
- > Séance de bilan : 3h

PRÉ-REQUIS

- > Aucun

NOTIONS ABORDÉES

Notions qu'il est possible d'aborder en utilisant cette action comme support :

- > Domaine de la langue : rédaction d'une lettre, réalisation d'une affiche
- > Arts plastiques : réalisation d'affichage, de sculpture en pain

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- > Une balance
- > Un gâchimètre (le conseil général de l'Isère en met à disposition gratuitement). Certaines associations peuvent aussi le faire : renseignez-vous près de chez vous. Cela peut aussi être une grande poubelle en plastique transparente ou en grillage fin. Les élèves peuvent créer leurs propres modèles en utilisant des matériaux comme le carton ou le bois....

→ DÉROULEMENT

1. PHASE DE PRÉPARATION

Avant de débiter cette action, il est nécessaire de demander l'autorisation de la réaliser au responsable de la cantine (cuisiner...) et au directeur/proviseur de l'établissement.

Il faut préparer cette demande : elle peut être orale ou écrite. Il est nécessaire de bien décrire votre projet (vous pouvez demander conseil à votre professeur).

Il faudra également fixer une date pour la mise en place du gâchimètre en accord avec toutes les personnes concernées,

et déterminer la durée de l'action ou de la collecte.

Suivant l'âge des enfants, ils peuvent réaliser ces demandes, toutefois ils auront besoin d'être encadrés.

Il est possible d'informer les autres élèves de l'établissement de cette action, en créant des affiches, des articles...

2. PHASE DE RÉALISATION

Le jour même, il faut installer le gâchimètre et demander à chaque élève de vider ses restes de pain dedans.

A la fin de la période d'installation du gâchimètre: récupérer le pain contenu dans le gâchimètre et le peser : pour cela,

vous devrez utiliser des récipients ou des sacs poubelles, car le gâchimètre ne tiendra pas forcément sur la balance.

La durée d'installation du gâchimètre est aléatoire, elle dépend de sa taille et des contraintes liées à sa présence. Toutefois il doit rester au moins une semaine afin que l'action puisse être efficace. Autant pour la sensibilisation des convives que pour la réalisation des pesées.

3. PHASE DE BILAN

Il est important d'afficher le résultat de la pesée du pain au restaurant scolaire, là où le gâchimètre de pain était installé. Pour accompagner ces résultats, il est important de proposer des astuces pour moins le gâcher (moins se servir en pain, le garder dans des sacs, le congeler, etc.), des recettes à réaliser avec les restes de pain (pain perdu, croûtons, brushetta, etc.). Les enfants peuvent proposer leurs propres astuces et créer des recettes.

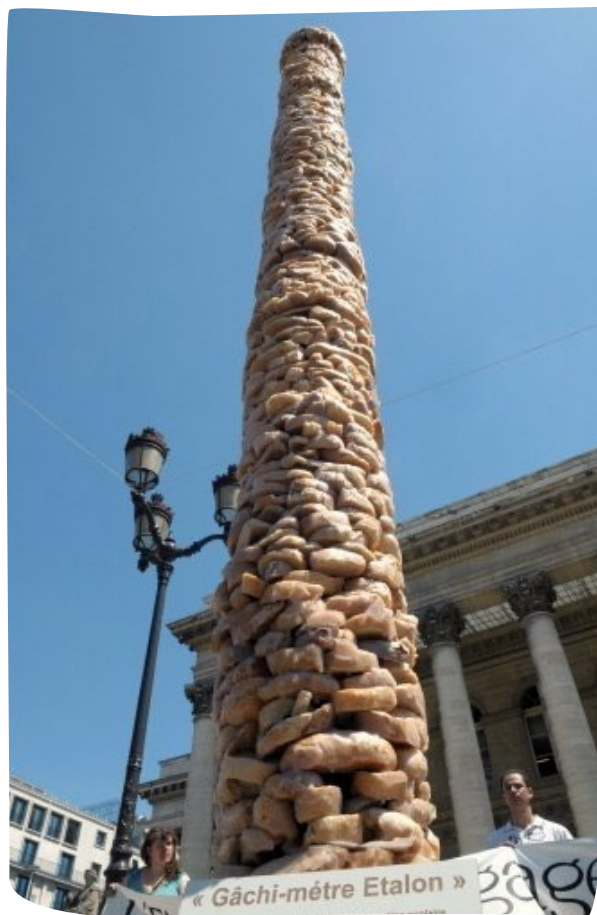
De plus, avec les restes de pain qui ont été récupérés, il est possible de réaliser des structures artistiques (pyramide...). Pour cela, on peut impliquer d'autres personnes (enseignants, professeur d'arts plastiques, autres élèves...). Des grandes sculptures sont très visuelles, ce sont de bons supports pour sensibiliser l'ensemble des élèves et du personnel au gaspillage de pain.

→ PROLONGEMENT

A la suite de cette action, il est souhaitable de proposer au personnel de cantine des actions pour limiter le gaspillage de pain. Les enfants peuvent également créer leur propre gâchimètre avec une graduation qui donne l'équivalent du gâchis en euros par exemple.

Exemple

Une délégation d'élèves du lycée agricole Enilbio à Poligny (Jura) a exposé à Paris un "gachimètre étalon", une statue réalisée avec des tranches de pain, enduites de résine, pour sensibiliser au gaspillage.



Des élèves du lycée Enilbio de Poligny à Paris devant le "gachimètre étalon"
Eric Piermont, AFP

