MÉTHODE

Echanger et débattre sur le gaspillage alimentaire

Visée Mobiliser, interpeler.

En 2010, une étude menée par la Commission européenne estime le gaspillage alimentaire, tout au long de la chaîne de production et de consommation, à environ 179 kg par an et par Européen ; la France se situe en-dessous de la moyenne, à environ 150 kg. L'objectif fixé par le Parlement européen est de réduire de 50 % ces chiffres d'ici 2020, objectif inscrit, en France en 2013, dans le Pacte national de lutte contre le gaspillage alimentaire.Pour cela, chaque action compte. Manger local et réduire le gaspillage au quotidien en réapprenant à goûter les plats proposés - pour les publics -, en fixant des consignes sur la taille des portions - pour les personnels de cuisine - et en favorisant la prise de conscience des enjeux environnementaux et sanitaires contribuent à la construction de personnes plus citoyennes et responsables.

Objectifs

- Montrer le lien entre les difficultés à s'ouvrir à une alimentation variée et le gaspillage alimentaire en restauration collective
- Comprendre les autres causes du gaspillage alimentaire : réglementations et contraintes en cuisine
- Aborder la question de la qualité de l'alimentation en lien avec le choix des producteurs
- Rendre les participants curieux, autonomes, réfléchis et responsables, les accompagner dans la recherche d'informations et la prise de parole

Matériel nécessaire

Questionnaire mouvant : à préparer en amont en fonction de ce que l'on veut faire émerger du groupe. L'idée est bien de montrer que l'on est tous différents en matière de goût et d'alimentation. Par exemple : ceux qui préfèrent le salé ou le sucré, ceux qui prennent ou non un petit déjeuner, ceux qui mangent de la viande plus d'une fois par jour, moins d'une fois par jour (placement le long d'une ligne).

NB : On pourra s'inspirer de la méthode présentée dans la fiche d'activité « Echanger sur son rapport à l'agriculture et à l'alimentation ».

Saynètes : à écrire en fonction du type de participants et à imprimer.

NB : Des idées sont présentées en annexe 1.

Aliment à déguster : au choix et en fonction des ressources photographiques à disposition.

NB : Des méthodes sont présentées dans la fiche d'activité « Eduquer à l'alimentation par l'éveil sensoriel ».

Chaîne de photos : à créer en fonction de l'aliment choisi.

Description

1. Questionnaire mouvant pour se rendre compte des diversités de comportements de consommation (10 min)

2. Dégustation (Cf. fiche méthode : Eduquer à l'alimentation par l'éveil sensoriel) **: qu'est-ce-que le goût d'un aliment ? Utiliser ses 5 sens pour re-découvrir le goût d'un légume/d'un fruit (45 min)**

3. Frise « Le parcours de l'aliment » (30 min)

Mise à jour de cette page :
29/01/2026

La durée
- 3h

Le public
- Tout public.
  Animation à adapter en fonction de l'âge et du profil des participants

Programmes scolaires associés
- Cycle 2
- Cycle 3
- Cycle 4
- 2nde : PSE ; Ens. d'expl.
- 1re : PSE ; SVT
- Tale : SES

Annexe
Annexe : « Idées de saynètes pour jeune public »

Source

Cette fiche est issue du webdocument « *OSER!* » et réalisée à partir de la fiche « Gaspillage à tous les étages : non merci ! » .

Auteur **Réel – CPIE de Lozère** *48400 Florac-Trois-Rivières* Acteur local ESE

Découvrir les différentes phases de vie d'un aliment de sa production à la poubelle en passant par l'assiette sans oublier le stockage (chambre froide) et le transport (du producteur au distributeur puis au magasin puis au consommateur) : choisir un aliment et préparer les photos correspondant à ces différentes étapes.

Afficher les photos dans l'ordre au tableau et les relier par un trait jusqu'à l'aliment choisi.

Repérer - sur la frise constituée - les différentes sources de gaspillage alimentaire au fil de la vie d'un aliment : récolte, transport, stockage, consommation, etc.

Réfléchir aux poids et volumes du gaspillage alimentaire à l'échelle individuelle, nationale, mondiale pour prendre conscience de la quantité de déchets alimentaires que l'on produit.

4. Théâtre-forum pour vivre des situations de gaspillage alimentaire, dans un self, un restaurant, à la maison (30 min)

Mise en scène de situations problématiques de gaspillage alimentaire, à adapter en fonction du public, via 3 à 5 courtes saynètes interprétées par les participants, suivies d'un débat pour trouver des situations alternatives. La saynète est alors rejouée avec une solution alternative par de nouveaux acteurs. Finir sur cette note positive « Comment faire pour ne plus jeter ? » :

ELÉMENTS DE RÉPONSE

- Cuisiner des restes et déguster ;
- Aider à la consommation raisonnée - par exemple, à la cantine notamment, placer le pain en fin de chaîne du self ou le laisser à disposition à volonté, évitent le comportement « je prends sur mon plateau au cas où... » ;
- Donner à des associations caritatives (banques alimentaires, etc.) ;
- Récupérer les restes pour les animaux ;
- Etc.

Activités complémentaires

La machine infernale : à partir des images illustrant les différentes étapes de la vie d'un aliment, demander à chaque participant de mimer une étape - par exemple pour le pain : labourage, semis, épandage de pesticides ou pas, d'engrais ou pas, récolte, fabrication de la farine et simultanément, fabrication du sel, de la levure et de l'eau. Les participants se rejoignent pour la fabrication du pain, sa commercialisation et son transport.

Deux options se présentent alors : soit le pain est consommé, soit il est abandonné dans un coin, il rassit et on le jette à la poubelle.

Interrompre la machine : les participants sortent de leur rôle et se regroupent autour de la poubelle (qui aura été préparée à l'avance). Demander à un participant de sortir la baguette rassie et entière qui s'y trouve ; baguette à laquelle est accrochée une série d'images qui retracent toute la chaîne de production : argent, vendeuse, boulanger, camion, paysan, tracteur, engrais, pesticides, eau, surface agricole, énergie.

Échanger avec les participants sur cet enchaînement de gâchis et les problèmes engendrés en vain : gaz à effet de serre, réchauffement climatique, pollutions de l'eau, des sols et de l'air (production, traitement des déchets. Faire préciser les conséquences sur la santé humaine et proposer une réflexion sur les enjeux éthiques (6 milliards de personnes sur terre souffrent de malnutrition) et économique (en moyenne 430 € / an / individu gaspillés).

Bibliographie / sitographie

- AGENCE DE L'ENVIRONNEMENT ET DE LA MAÎTRISE DE L'ENERGIE, Comment lutter contre le gaspillage alimentaire ? : stop au gâchis, 7 panneaux souples
- GUESNON Caroline, Comment réduire le gaspillage alimentaire au sein de sa restauration collective ? : éléments de méthode & recueil de pratiques auprès des CPIE, 2012, 54p