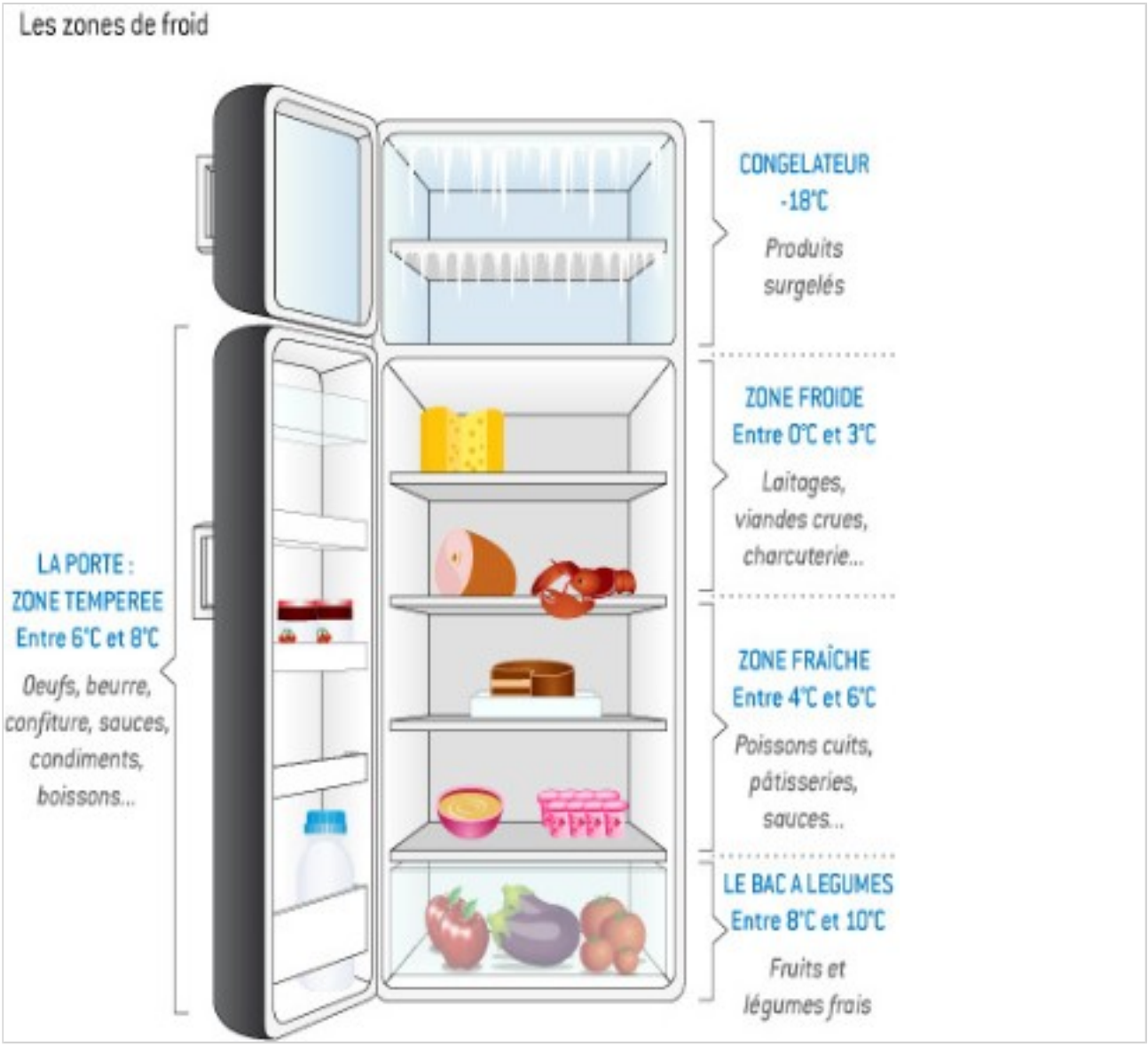
Le gaspillage alimentaire

Le gaspillage alimentaire correspond à toutes les denrées alimentaires qui sont jetées à la poubelle alors qu'elles sont encore consommables par l'Homme.

En France, 1,2 million de tonnes de nourriture sont jetées chaque année sans être consommées… un sacré gaspillage ! On estime à 20 kg la quantité de fruits, de légumes, de restes qui finissent directement à la poubelle dont 7kg de produits encore emballés et non consommés. A ce rythme, les poubelles se remplissent vite.

Au total, 326 kg de déchets sont jetés par an et par habitant (hors déchèterie). Pour agir, des solutions existent !

Adoptez quelques gestes à la maison et au bureau :



Planifier vos repas ! Faites une liste de courses pour n’acheter que ce qui est nécessaire ! Il suffit de vérifier au préalable ce qu’il reste dans votre réfrigérateur ou vos placards et de planifier les menus de la semaine.

Limitez les tentations pendant les courses ! Restez vigilants sur les offres promotionnelles qui incitent également au gaspillage (car les dates de péremption sont souvent proches). Mettez un stop pub sur votre boite aux lettres ; des autocollants sont disponibles dans toutes les mairies du territoire.

Optimisez le rangement dans votre réfrigérateur. Vous pourrez ainsi vérifier plus facilement et régulièrement les dates de péremption, vous jetterez moins.

Cuisinez aussi les restes de repas ! De nombreux sites internet proposent des recettes très simples pour redonner de nouvelles saveurs aux restes.

Évitez les suremballages. Même si les petits paquets de biscuits ou autres sont très pratiques pour les enfants à l’école par exemple, ils engendrent beaucoup de déchets non recyclables.

Et pourquoi ne pas manger de saison ? Afin d'éviter les productions sous serre très énergivores et les transports des produits importés de l'étranger, mangez les fruits et légumes de saison ! De nombreux producteurs, les AMAP… proposent à des tarifs très concurrentiels des produits de grande qualité. Pas toujours esthétiquement « beaux », vos fruits et légumes seront surement bons !

Au restaurant : demandez un gourmet bag !

En France, le gaspillage alimentaire moyen dans la restauration commerciale est de **211g/ personne/repas**. Afin de lutter contre ce gaspillage et de sensibiliser les clients et les restaurateurs, le SIPOM a mis en place, depuis février, des **gourmets bag** dans une quinzaine de restaurants volontaires* du territoire, recensés également sur : www.gourmetbag.fr.

Après les suivis auprès des restaurateurs, le constat n'est que positif. Ils sont satisfaits de cette opération et commencent à voir la différence : « les clients demandent plus facilement et sans gêne un gourmet bag », « ils posent plus de questions et apprécient la démarche ».

*L'Argana, La Terrasse de Riquet, Le Relais du Pont Vieux, Le paille en queue, La Commanderie, Restaurant de la Poste, L'atelier M, Les Frangines du lac, L'Auberge de Loubens, La Brasserie du Rosier, Le Cri de la Fourchette, La Renaissance, L'Auberge du poids public, Le Progrès, Le Mallaury, Cuq en terrasses et La Fabrique.