

# Alimentons la réflexion : trouver des solutions créatives au gaspillage alimentaire

## Résumé

Dans le cadre de cette leçon, on présente aux élèves la problématique du gaspillage alimentaire dans le domaine de la vente au détail. Ils visionneront une vidéo expliquant comment les banques alimentaires et les commerces locaux s'attaquent au gaspillage alimentaire en Nouvelle-Écosse. Après une discussion de groupe, les élèves élaboreront des questions d'entrevue à l'intention d'un « grand chef cuisinier » présent dans leur vie, portant sur des stratégies pour réduire le gaspillage alimentaire. Les élèves créeront également un menu sans gaspillage, en effectuant une séance de remue-méninges sur les façons de préparer des repas délicieux en ne gaspillant pas ou très peu.

## Objectif

Les élèves comprendront mieux les causes du gaspillage alimentaire dans le domaine de la vente au détail. Ils apprendront des tactiques et des stratégies que les commerces et les banques alimentaires emploient afin de réduire le gaspillage alimentaire et ce que peuvent faire les consommateurs pour y contribuer.

## PRÉACTIVITÉ

### ÉPISODE 2 DE WASTE NOT NEWS : FOOD WASTE AT THE RETAIL LEVEL

**Instructions :** Les élèves visionnent une vidéo portant sur le gaspillage alimentaire dans le domaine de la vente au détail. Avant la vidéo, les élèves peuvent discuter de possibles façons de gaspiller de la nourriture dans les commerces, à l'aide des questions types qui figurent ci-dessous. **L'Annexe 1**, qui présente le pourcentage de gaspillage alimentaire tout au long de la chaîne alimentaire, peut être présentée à des fins de discussion.

#### Questions types à poser avant la vidéo

- Selon vous, quels types d'aliments gaspille-t-on le plus fréquemment dans les épiceries?
- Selon vous, quels sont certains des défis que l'on rencontre dans les commerces en ce qui concerne le gaspillage alimentaire?
- Connaissez-vous des stratégies que les épiceries peuvent employer pour réduire le gaspillage alimentaire?  
(Aide de l'enseignant : offrir une réduction de prix sur les fruits et les légumes frais, organiser les produits sur les étagères en fonction de leurs dates de péremption, faire don de produits aux banques alimentaires)

Après la vidéo, entamez une discussion de groupe avec la classe. (SUITE)

## PRINCIPAL RÉSULTAT DE L'APPRENTISSAGE

### SCIENCES HUMAINES

Les élèves mettront en œuvre des mesures appropriées pour leur âge qui démontrent leur responsabilité en tant que citoyens du monde.

### COMPÉTENCES

#### METTRE EN ŒUVRE

**Triier :** Trouver détails pertinents et fiables pour appuyer une réponse.

**Planifier :** Déterminer les étapes pour résoudre le problème. Effectuer ces étapes, en les modifiant, au besoin.

**Évaluer :** Examiner les étapes et les résultats selon une perspective d'enquête ou de résolution de problème. Réfléchir aux diverses perspectives ainsi qu'à d'autres solutions ou conclusions. Cerner de nouveaux problèmes ou enjeux potentiels.

**Appliquer :** Mener à bien ou mettre en pratique une procédure/une technique.

#### ANALYSER

Recueillir et sélectionner les renseignements pertinents. Amorcer une réflexion sur l'exactitude, la justesse et l'importance de ces renseignements. Communiquer ses conclusions.

## LIENS TRANSDISCIPLINAIRE

### ANGLAIS ET FRANÇAIS

#### ÉCOUTE ET EXPRESSION ORALE

Les élèves communiqueront efficacement et clairement tout en respectant les contextes culturels.

Les élèves auront recours à l'écriture ainsi qu'à d'autres formes de représentation afin d'analyser et de clarifier leurs pensées et expériences, en plus d'y réfléchir.



## VIDÉO

### WASTE NOT NEWS : RUDE TO OUR FOOD

Épisode 2 : Food Waste at the Retail Level

LIEN <https://youtu.be/DCwKqS2dXEQ>



**MATÉRIEL :** Ordinateur, projecteur, haut-parleur **DURÉE :** 6:38 minutes

### Questions types à poser après la vidéo

- De quelles façons le marché Local Source s'efforce-t-il de réduire le gaspillage alimentaire?
- Est-ce que la vidéo a changé votre façon de penser en ce qui concerne le gaspillage alimentaire dans les commerces? Si oui, de quelles façons?
- Pouvez-vous penser à des façons de réduire le gaspillage alimentaire lors de la planification des repas?
- Est-ce que la personne qui fait l'épicerie à la maison utilise une liste?
- Quels sont les obstacles relatifs à l'utilisation d'une liste d'épicerie? De quelles façons peut-on minimiser ces obstacles?
- Que pouvez-vous faire pour prévenir le gaspillage alimentaire?

### DURÉE

De 30 à 60 minutes

### MATÉRIEL

Outils d'écriture

Matériel artistique

Papier

Ordinateur (optionnel)

## ACTIVITÉ

### ENTREVUE AVEC UN « GRAND CHEF CUISINIER »

Instructions : Les élèves interrogent un adulte dans leur vie qui cuisine pour eux (par exemple : un de leurs grands-parents, un parent, un grand frère ou une grande sœur, un bénévole du programme de petit-déjeuner, un employé de la cafétéria, etc.). Les élèves commencent en rédigeant leurs propres questions d'entrevue, qu'ils vont ensuite utiliser pour effectuer les entrevues.



### Questions types

- Quels types d'aliments sont le plus souvent gaspillés dans votre cuisine? Pourquoi?
- Quels types d'aliments ne sont jamais gaspillés? Pourquoi?
- Avez-vous des stratégies pour prévenir le gaspillage alimentaire?
- Quelle est votre façon préférée d'utiliser les restes?

Après les entrevues, les élèves peuvent présenter leurs conclusions à la classe. Si certains types d'aliments sont fréquemment gaspillés, les élèves peuvent effectuer des recherches et discuter de solutions possibles, puis les publier sous forme d'affiche qui pourra être présentée à la communauté scolaire ou être rapportée à la maison.



## POST-ACTIVITÉ

### CRÉER UN MENU SANS GASPILLAGE

**Instructions :** Êtes-vous en mesure de manger toute une journée sans faire de gaspillage alimentaire? Les élèves créent un menu de rêve pour la journée (déjeuner, dîner et souper) en utilisant seulement 10 articles que l'on trouve à l'épicerie.

#### Questions types

- Quels articles sur votre liste d'épicerie devront être consommés rapidement?
- Qu'est-ce que vous devrez réutiliser plus tard pour autre chose?
- Quels autres repas peuvent être cuisinés à l'aide des restes de repas ou d'aliments de l'épicerie dont vous disposez? Faites preuve de créativité avec tout ce que vous mettriez normalement au compost (pouvez-vous trouver une façon d'utiliser les cœurs et les pelures de pommes ou celles de bananes?)

#### DURÉE

De 20 à 30 minutes

#### MATÉRIEL

Matériel artistique  
Papier

### Activité d'apprentissage prolongée/optionnelle

### DEVIENS UN DÉTECTIVE DE L'ÉTIQUETAGE DES DATES

**Instructions :** Effectuez une recherche sur les différentes méthodes d'étiquetage des dates qui sont couramment utilisées sur les produits alimentaires au Canada, notamment « meilleur avant », « emballé le », « date de péremption » et « utilisez avant. »

#### Questions types

- Qu'est-ce qui vous a surpris en ce qui concerne les différentes définitions des étiquettes et les façons dont on les utilise?
- Pourquoi la confusion qui entoure cette terminologie peut-elle aboutir au gaspillage alimentaire?
- Avez-vous des termes moins confondants ou des façons d'améliorer les méthodes actuelles d'étiquetage à proposer pour aider à régler ce problème?



Pour une ressource permettant de mieux comprendre les étiquetages de dates sur les aliments, veuillez consulter l'Annexe 2.

#### RESSOURCES

Consultez le site Web du gouvernement du Canada.

[inspection.canada.ca/fr/exigences-en-matiere-d-etiquetage-des-aliments/etiquetage-consommateurs/fr/1400426541985/1400455563893](https://inspection.canada.ca/fr/exigences-en-matiere-d-etiquetage-des-aliments/etiquetage-consommateurs/fr/1400426541985/1400455563893)

### Évaluation

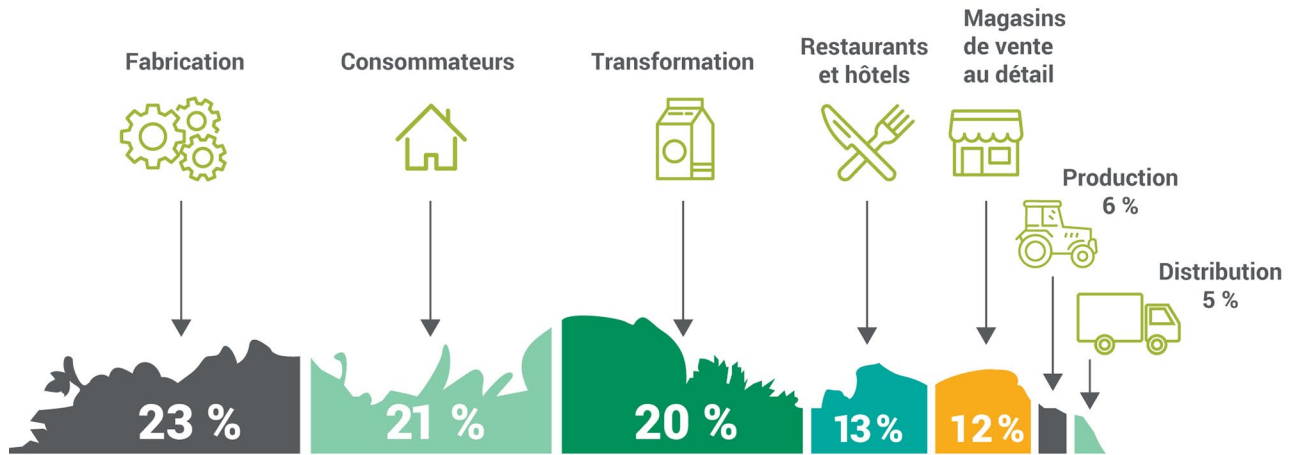
**Formative** Évaluer la compréhension par l'élève des effets positifs de la réduction du gaspillage alimentaire par l'entremise de discussions de classe et en surveillant de façon passive les conversations de groupe.

Divert NS est un organisme sans but lucratif qui encourage le recyclage en Nouvelle-Écosse. Depuis plus de 25 ans, nous contribuons à bâtir une culture de recyclage grâce à la gérance de l'environnement, à l'éducation et à l'innovation. Nous travaillons en collaboration avec le gouvernement, l'industrie et les universités pour détourner les déchets des sites d'enfouissement. Divert NS, en partenariat avec les municipalités, offre des programmes d'éducation et de sensibilisation aux écoles, aux entreprises et aux groupes communautaires. Divert NS travaille également à l'élaboration d'ententes de gérance et finance des initiatives novatrices de recherche et développement.

Sans frais 1 877 313-7732 • [info@divertns.ca](mailto:info@divertns.ca) • [divertNS.ca](http://divertNS.ca)

Annexe 1

# NATIONAL ZERO WASTE COUNCIL : GRAPHIQUE SUR LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE



Source : The Avoidable Crisis of Food Waste, Value Chain Management International, 2019.

Source : [www.nzwc.ca/focus-areas/food/Pages/default.aspx](http://www.nzwc.ca/focus-areas/food/Pages/default.aspx)



## Annexe 2

# DATES LIMITES DE FRAÎCHEUR ET DE PÉREMPTION

### En quoi consiste la date limite de fraîcheur?

- Les producteurs peuvent inscrire des dates peu réalistes.
- Il n'existe aucune ligne directrice gouvernementale claire.
- Bon nombre d'entre nous pensent que les dates limites de fraîcheur équivalent aux dates de péremption.



### Qu'est-ce qu'une date limite de fraîcheur?

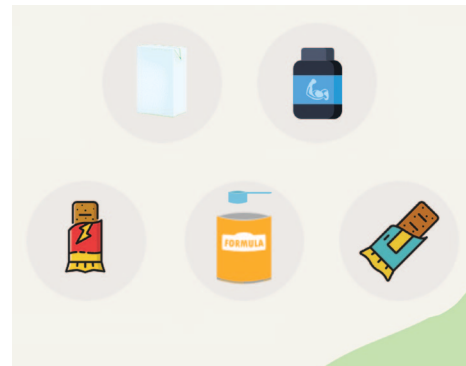
- Évalue la qualité ou la fraîcheur optimale d'un produit alimentaire.
- Les dates limites de fraîcheur ne nous indiquent pas le moment auquel un aliment est avarié.



### Qu'est-ce qu'une date de péremption?

Au Canada, il n'y a que cinq produits alimentaires qui sont dotés d'une date de péremption.

- 1) Préparations pour régime liquide
- 2) Suppléments nutritifs
- 3) Aliments à faible teneur énergétique provenant de la pharmacie
- 4) Préparation commerciale pour nourrisson
- 5) Substituts de repas



Source: 

Pour obtenir de plus amples renseignements sur l'étiquetage des produits alimentaires au Canada, veuillez consulter le site Web [www.deuxiemerecolte.ca](http://www.deuxiemerecolte.ca)

# CALENDRIER DE CONSOMMATION DES ALIMENTS

Au Canada, seuls cinq aliments ont une date limite de consommation : les substituts de repas, les suppléments nutritifs, la préparation destinée aux nourrissons, les préparations pour régimes liquides et les régimes à faible densité énergétique qui sont prescrits par un médecin. La date indiquée sur tout autre aliment est une date limite de fraîcheur, ou « meilleur

avant. » Les dates limites de fraîcheur sont un indicateur de la qualité des aliments, pas de leur salubrité, ce qui signifie qu'un aliment peut être consommé après sa date limite de fraîcheur. Cette confusion est toujours l'une des principales sources de gaspillage alimentaire que l'on pourrait éviter au Canada. Ce guide vous aidera à mieux comprendre la

période durant laquelle la nourriture peut être consommée après sa date limite de fraîcheur. Il faut toujours avoir recours à ses sens pour évaluer la qualité d'un aliment après sa date limite de fraîcheur. La nourriture doit être correctement entreposée et ne pas avoir été ouverte pour que les recommandations ci-dessous s'appliquent.

**MA = meilleur avant (ou date limite de fraîcheur)**

CATÉGORIE	PRODUITS	À CONSOMMER D'ICI
<b>FRUITS ET LÉGUMES</b>	Fruits et légumes frais périssables	Aucun signe visible de décomposition, ni de moisissure, ni aucune odeur de biodégradation
	Conserves, marinades, sauces ou pâtes de fruits et légumes de longue conservation	Un an après MA
<b>PRODUITS LATIERS</b>	Produits laitiers périssables : lait (y compris ses substituts), beurre, yogourt, fromage, œufs, crème glacée, crème sure	Deux semaines après MA <b>SI CONGELÉS</b> : deux ou trois mois après MA
	Produits ou substituts laitiers concentrés ou en poudre de longue conservation	un an après MA
	Préparation commerciale pour nourrisson ou boissons nutritives de longue conservation (p. ex. : Ensure)	Date de péremption
<b>VIANDES ET POISSONS/ OEUFS ET SOYA / LÉGUMINEUSES/ NOIX ET PRODUITS CONTENANT DES NOIX</b>	Viandes et poissons crus	MA ou, <b>SI CONGELÉ</b> : Bœuf, agneau, porc, volaille entière : un an après MA Morceaux de volaille : six mois après MA Viande hachée : deux ou trois mois après MA Poisson : de deux à six mois après MA
	Viandes à sandwich, tofu et œufs cuits	Une semaine après MA
	Viande, poisson, haricots, pois chiches, noix, beurre de noix, beurre d'arachide, graines ou spam en conserve de longue conservation	Un an après MA
<b>PAINS, CRAQUELINS, GRAINS ET PRODUITS CÉRÉALIERS</b>	Pains, petits pains, bagels, pitas, tortillas, pains plats, naan ou pains sans levain périssables	Aucun signe visible de décomposition, ni de moisissure, ni aucune odeur de biodégradation
	Produits secs de longue conservation : céréales, craquelins, farine, avoine, pâtes, riz, quinoa, repas ou accompagnements, barres énergétiques	un an après MA
	Barres nutritives ou substituts de repas	Date de péremption
<b>PRODUITS DE BOULANGERIE ET PÂTISSERIES/ COLLATIONS/ DESSERTS</b>	Produits périssables : gâteaux, biscuits, tartes, viennoiseries, chocolats, crèmes-desserts	72 heures après MA <b>SI CONGELÉ</b> , un mois après MA
	Produits de longue conservation : biscuits, croustilles, maïs soufflé, collations en sachets, petits gâteaux, barres de céréales	un an après MA
<b>PLATS PRÉCUISINÉS</b>	Repas précuisinés ou prêts-à-manger; salades, pizzas ou sandwiches de produits de charcuterie	72 heures après MA <b>SI CONGELÉ</b> , un mois après MA
	Repas <b>congelés</b> ou micro-ondables	
	Soupes, ragoûts ou repas en conserve de longue conservation Aliments pour bébé de longue conservation	un an après MA
<b>CONDIMENTS</b>	Sauces <b>congelées</b>	Trois mois après MA
	Moutarde, relish, ketchup, confiture, margarine, mayonnaise, huile, sauce pour salade, vinaigres, épices, sauces ou garnitures de longue conservation	Un an après MA
<b>BOISSONS</b>	Jus, eau, eau de coco Autres boissons : café, thé, boissons énergisantes ou pour sportifs, cristaux à saveur de fruits pour boissons	De trois à six mois après MA