



OBJET : Article Magazines municipaux

Stop au gâchis ! Conseils pour réduire facilement le gaspillage alimentaire

A quoi correspond le gaspillage alimentaire ? C'est le fait de jeter à la poubelle des aliments entamés ou non, qui auraient pu être consommés. Ce phénomène est présent tout au long de la chaîne de production, de distribution et de consommation. Afin de le limiter à notre échelle, voici quelques conseils faciles à mettre en place dans votre quotidien.

Combien cela vous coûte ?

Le gaspillage alimentaire correspond à 30 kilos par an et par habitant d'aliments gaspillés chaque année, dont 7 kilos d'aliments encore emballés.

Cela représente 1 repas par semaine et 100€ par habitant chaque année, jetés à la poubelle !

Le réduire en seulement 3 étapes, c'est possible !

1. Achetez malin :

- ✓ Faites une liste de courses pour acheter la quantité nécessaire ;
- ✓ Vérifiez ce qu'il reste dans votre réfrigérateur et dans vos placards ;
- ✓ Vérifiez les dates de péremption ;
- ✓ Essayez de planifier les repas de la semaine.

2. Cuisinez astucieusement :

- ✓ Cuisinez des quantités adaptées au nombre de personne à table ;
- ✓ Utilisez en priorité les produits entamés ;
- ✓ Cuisinez en priorité les aliments qui approchent de leur date limite de consommation.

3. Conservez les aliments :

- ✓ Rangez devant ou au-dessus les aliments qui doivent être consommés rapidement ;
- ✓ Rangez les produits à la bonne place en fonction des zones de fraîcheur dans votre réfrigérateur.

Faites vous la différence entre date limite de consommation et date de durabilité minimale ?

La date limite de consommation (DLC) s'applique à des produits qui peuvent, après une courte période, présenter un danger pour la santé. Il est donc déconseillé de la dépasser. Pour la reconnaître, il est inscrit : A consommer jusqu'au :

La date de durabilité minimale (DDM) s'applique à des produits de plus longue conservation, présentant une faible teneur en eau ou stérilisés. Dépasser la date ne présente donc aucun danger. Les produits pourront juste avoir perdu quelques qualités gustatives. Pour la reconnaître, il est inscrit : A consommer de préférence avant le :