

STOP AU GÂCHIS ALIMENTAIRE EN FRANCE !

Chaque année, un tiers de la production alimentaire est gaspillé en France. Un Français moyen jette environ 30 kg d'aliments consommables par an (l'équivalent d'un repas par semaine), dont 7 kg encore emballés ! Le gouvernement français a enfin décidé de mettre un terme au gaspillage alimentaire.

Selon la loi du 21 mai 2015, les invendus ne peuvent plus être jetés. Les moyennes et grandes surfaces de plus de 400 mètres carrés auront l'obligation de signer une convention avec une association caritative de leur choix afin d'organiser les dons alimentaires et de les redistribuer à ceux qui en ont besoin. Ainsi, la France a enfin rattrapé son retard sur ses voisins européens, notamment la Belgique, qui avait déjà interdit cette pratique.

II

Observez les illustrations.
Que voyez-vous ? Quel message transmet chacune d'elles ?

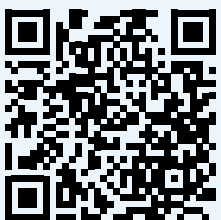
POUR
VOTRE SANTÉ
Mangez
**5 FRUITS
ET LEGUMES
MOCHES**
PAR JOUR.

Avec les fruits
et légumes
moches,
Intermarché
lutte contre
le gaspillage
alimentaire.



I

Lisez le texte et regardez la [vidéo](#).
Ensuite, répondez aux questions :



6 conseils
pour **éviter**
le **gaspillage**
alimentaire

1. Quels six conseils donne-t-on pour éviter de gaspiller ?
2. À quoi faut-il penser avant d'établir une liste de courses ?
3. Quels sont les deux types de dates de péremption ?
4. Comment faut-il organiser son frigo ?
5. Que pensez-vous de la loi contre le gaspillage alimentaire ?
6. Que faites-vous pour éviter le gaspillage au quotidien ?

Pour vous aider...

- gaspiller → le gaspillage alimentaire
- jeter → les déchets → une poubelle / une benne
- consommer → la consommation → la surconsommation
- lutter contre → la lutte contre
- réduire le gaspillage
- éviter de gaspiller
- recycler → le recyclage
- trier les déchets
- acheter en vrac
- les restes
- une date de péremption
- périmé(e) ≠ encore comestible
- les denrées alimentaires
- les fruits et légumes « moches »
- une grande surface
- faire un don / donner les invendus
- une association caritative
- l'alimentation durable
- le changement climatique
- une pancarte / un slogan
- sensibiliser à un problème

I

Lisez le texte et regardez la [vidéo](#).
Ensuite, répondez aux questions :



1. Quels six conseils donne-t-on pour éviter de gaspiller ?

- Faire une liste de courses.
- Vérifier les dates de péremption.
- Adapter les quantités à la taille de la famille.
- Acheter en vrac.
- Ranger le frigo en mettant les produits à manger rapidement devant.
- Conserver les aliments selon les zones de froid du frigo.

2. À quoi faut-il penser avant d'établir une liste de courses ?
Regarder ce qui reste dans le frigo et dans les armoires.

3. Quels sont les deux types de dates de péremption ?

- Date à consommer *jusqu'au*.
- Date à consommer de préférence *avant le*.

4. Comment faut-il organiser son frigo ?

- Placer les produits à manger rapidement devant.
- Conserver les aliments selon les différentes zones de froid.
- Mettre les restes dans un récipient fermé au frigo en-deans les deux heures.

6 conseils
pour **éviter**
le **gaspillage**
alimentaire

Transcription de la [vidéo](#).

Parfois, vous gaspillez de la nourriture, ça vous énerve, moi aussi. Pour éviter ça, la première chose à faire, c'est une liste de courses. Comment est-ce qu'on établit une liste de courses ? On regarde ce qui reste dans le frigo et dans les armoires. Ce n'est qu'une fois qu'on a fait la liste de courses, qu'on peut aller au magasin, comme ça, ça nous évite d'acheter des choses inutiles. Le top du top, c'est même de carrément faire les menus de la semaine, comme ça, on est nickel.

Deuxième conseil, c'est de vérifier les dates de péremption en magasin. Comme ça, on va acheter des produits en fonction de quand on va les consommer et vérifier les dates de péremption chez soi. Il faut savoir qu'il y a deux types de dates de péremption. Il y a d'une part une date à consommer jusqu'au (...). Ça, c'est une date qu'il vaut mieux ne pas dépasser. Le produit est périmé au-delà de la date. Il y a aussi une date à consommer de préférence avant le. Ça, ça veut dire que c'est une date qu'on peut éventuellement dépasser. Le produit ne sera pas mauvais pour la santé. Alors évidemment, ces dates ne sont valables que si le produit n'a pas été ouvert et s'il a été conservé à la bonne température.

Troisième conseil, c'est d'adapter les quantités à la taille de la famille. Petite famille,

grande famille ou gros mangeur de yaourt. Le plus facile encore, c'est d'acheter en vrac. En vrac, on trouve dans tous les magasins des fruits et légumes. On trouve maintenant aussi beaucoup plus de magasins qui ne vendent que du vrac. Et en plus, ça fait moins de déchets.

Alors, j'avais une salade. Non, ce n'est pas une salade, c'est un yaourt ... Voilà, maintenant comme ça, au moins, c'est bien rangé. Et comme c'est bien rangé, je vois que j'ai mis les produits à manger rapidement devant, notamment ce reste de salade que j'aurais oublié sinon. Et alors, je vois aussi facilement que j'ai des aliments périssables à manger eux rapidement aussi. Donc comme ça, je ne les oublie pas. Tant qu'on est à parler du rangement, saviez-vous que la température n'est pas uniforme aux niveaux du frigo ? En fait, dans un frigo, il y a différentes zones de froid. Alors soit vous avez un frigo où les différentes zones sont indiquées, du plus froid au moins froid, ou alors avec un petit logo comme un poisson qui vous dit : Mettez ici le poisson. Soit, vous devez tout simplement mettre un petit thermomètre comme celui-ci ou un autre, n'importe, et vous le mettez à différents endroits dans le frigo, ce qui permettra de savoir où mettre tel ou tel aliment.

Par exemple, pour du poisson, le poisson est un aliment qui est très périssable comme la viande fraîche. On doit le conserver à la température la plus basse. Et d'ailleurs, c'est rappelé sur l'emballage. Ici, c'est entre 0 et 4 degrés. Dans la zone intermédiaire, on va plutôt mettre tout ce qui est potage, tout ce qui est aliment cuit ou tout ce qui est laitage. On les met donc plutôt ici. Et alors, quand on a un magnifique chou vert comme celui-ci, c'est un légume, donc on le met dans le bac à légumes. Quand on a des restes, on va les mettre dans un récipient fermé et surtout le plus vite possible en-deans les deux heures, au frigo.*

Voilà, on consommera les restes dans les deux jours. Évidemment, si on a un doute, on ne va pas se rendre malade. Donc, on jette les restes de préférence au compost ou à la collecte des organiques, si c'est organisé dans votre commune.

**ESPACE
PROFLE**



*"Endéans" est un mot d'origine belge qui signifie "dans un délai de".

II

Observez les illustrations.

Que voyez-vous ? Quel message transmet chacune d'elles ?



1. L'image est une affiche publicitaire d'Intermarché encourageant à consommer des fruits et légumes dits "moches". Le texte en haut à gauche indique : "Pour votre santé, mangez 5 fruits et légumes moches par jour." En dessous, on peut lire : "Avec les fruits et légumes moches, Intermarché lutte contre le gaspillage alimentaire."

L'image montre des fruits et légumes de formes inhabituelles : une orange, une aubergine, une carotte, un citron, et une poire.



2. Cette image montre une poubelle en métal débordant de déchets divers. On y voit des aliments comme une banane brune, des tomates, et des restes de nourriture emballés, ainsi que divers emballages en plastique et en carton, une canette de soda, un pot de yaourt, et un carton de lait. La poubelle illustre le gaspillage alimentaire, avec des produits qui auraient pu être consommés plutôt que jetés.

3. L'image de la jeune femme tenant une pancarte fait référence aux différents degrés de cuisson de la viande : « bleue » désigne une viande très peu cuite, tandis que « bien cuite » désigne une viande cuite à cœur. Ici, cette expression est utilisée comme une métaphore pour sensibiliser au réchauffement climatique. Le choix entre une planète « bleue », habitable et préservée, et une planète « bien cuite », menacée par le réchauffement climatique, invite à agir pour protéger l'environnement.



Vos notes :

ESPACE PROFILE

Cher(e) utilisateur(trice) de nos fiches pédagogiques,

Nous tenons à vous rappeler que chaque fiche pédagogique présente sur notre site, espaceproffle.com, est le résultat d'un immense travail accompli par toute notre équipe dévouée. Nous investissons temps, énergie et expertise pour vous offrir des ressources de qualité exceptionnelle pour l'enseignement du français en ligne et en présentiel.

Le piratage de ce contenu nuit non seulement à notre entreprise, mais également à l'ensemble de la communauté des professeurs de FLE. Il compromet la possibilité de continuer à créer et à partager ces précieuses ressources éducatives.

Nous vous encourageons vivement à soutenir notre travail en achetant légalement nos fiches pédagogiques. En choisissant de les acquérir, vous contribuez à la pérennité de notre projet et nous permettez de continuer à vous fournir des outils pédagogiques de qualité.

Nous vous remercions sincèrement pour votre compréhension et votre soutien. En respectant nos droits d'auteur, vous participez activement à la préservation de l'éducation en français pour tous.

*Cordialement,
L'équipe d'espaceproffle.com*

