

Parc naturel régional
du Haut-Languedoc



LUTTE CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

EN RESTAURATION COLLECTIVE

UN DÉFI COLLECTIF !

JANVIER
2019

Guide technique

À DESTINATION DES RESTAURANTS COLLECTIFS ET DES COLLECTIVITÉS PUBLIQUES



Parc
naturel
régional
du Haut-Languedoc
Lengadoc Naut

SOMMAIRE

I. Prendre conscience de la notion de gaspillage alimentaire dans sa globalité	4
Le gaspillage alimentaire, qu'est-ce que c'est ?	6
Les enjeux du gaspillage alimentaire	8
Expérimenter ! Étude sur le gaspillage alimentaire en restauration collective dans le territoire du Parc naturel régional du Haut-Languedoc	11
Infographie : les influences sur le gaspillage alimentaire en restauration collective	15
II. La lutte contre le gaspillage alimentaire dans son restaurant collectif	16
Mettre en place le projet en favorisant l'adhésion collective de l'établissement	18
Réaliser un diagnostic des pertes et du gaspillage alimentaires dans son restaurant	21
Identifier les causes du gaspillage alimentaire dans son restaurant	25
Fixer des objectifs et construire un plan d'actions	28
Communiquer	30
III. Valoriser le surplus et les biodéchets	32
Donner les excédents de préparation à des associations d'aide alimentaire	35
Installer un poulailler pour valoriser les biodéchets	37
IV. Sensibiliser à une alimentation durable	38
Former son équipe à la lutte contre le gaspillage alimentaire	40
Sensibiliser via des animations	41
Ressources	43



ÉDITO



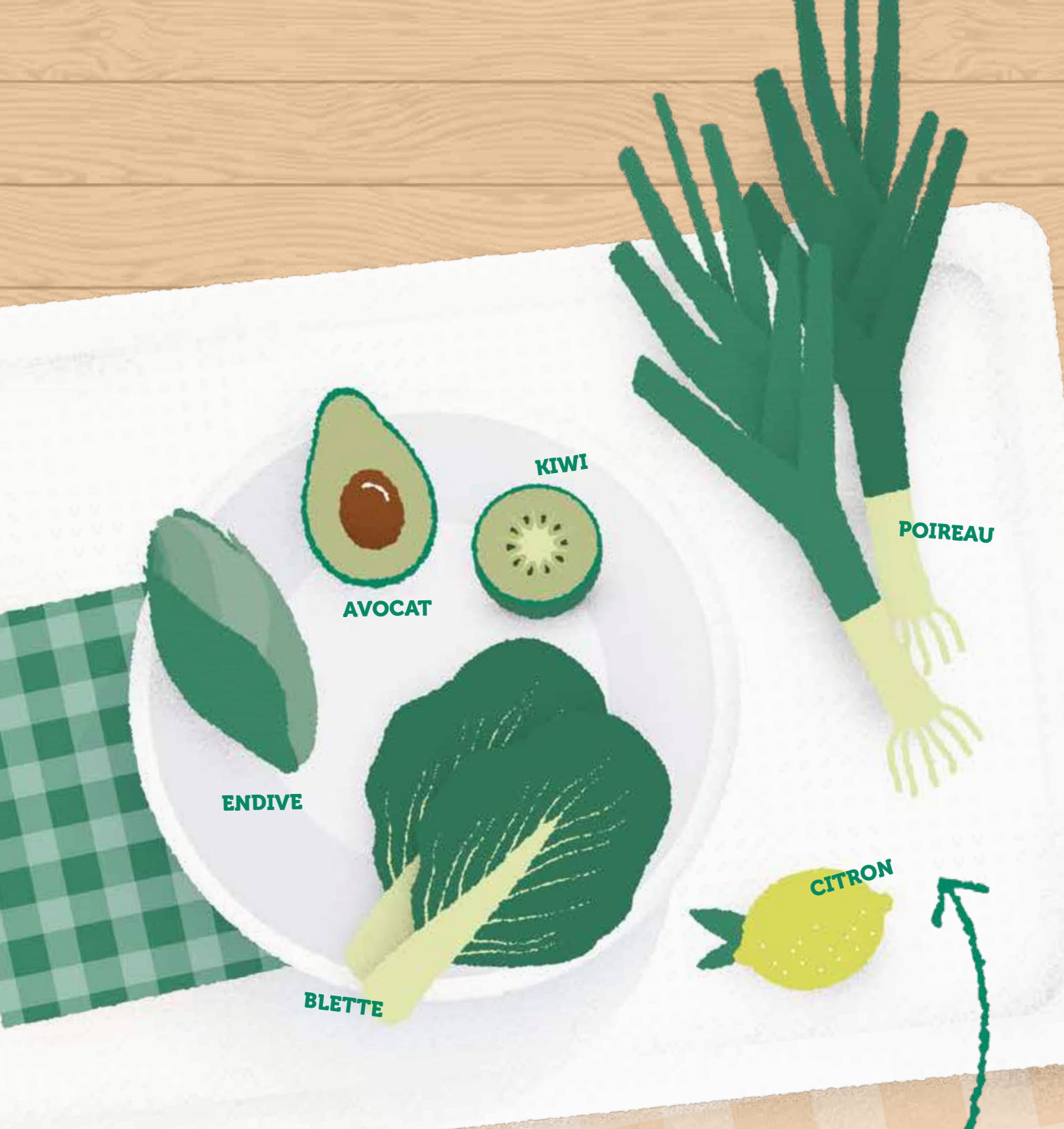
Construire un projet de lutte contre le gaspillage et les pertes alimentaires au sein de son établissement répond à de nombreux enjeux, environnementaux, éthiques et économiques. C'est également ajouter sa pierre à l'édifice dans une problématique tant nationale que mondiale. Les restaurants collectifs ne se contentent pas uniquement de nourrir leurs convives mais jouent un grand rôle de sensibilisation et d'éducation alimentaire. C'est pourquoi il est nécessaire de promouvoir une alimentation plus durable, de proximité et de saison. **Mieux manger c'est aussi moins gaspiller.**

Ce guide « *Lutte contre le gaspillage alimentaire en restauration collective, un défi collectif !* » a pour objectif d'apporter des informations globales sur le gaspillage alimentaire, mais aussi une méthodologie pour la mise en place d'un projet permettant d'identifier les pertes et le gaspillage alimentaires et proposer un plan d'actions. Parce que lutter contre le gaspillage alimentaire, c'est avant tout prévenir, nous vous proposons des exemples d'outils et d'animations faciles à mettre en œuvre.

En espérant que ce guide vous aidera dans la réussite de votre projet, je vous souhaite une bonne lecture.

Daniel VIAELLE,
Président du Parc naturel régional du Haut-Languedoc
Vice-Président du Conseil Départemental du Tarn
Maire de Saint-Amans Soult

I. Prendre conscience de la notion de **gaspillage alimentaire** dans sa globalité



AVOCAT

KIWI

POIREAU

ENDIVE

BLETTE

CITRON

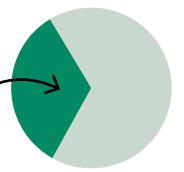
Fruits et Légumes de saison (Hiver)

Fiche 1

Le gaspillage alimentaire, qu'est-ce que c'est ?

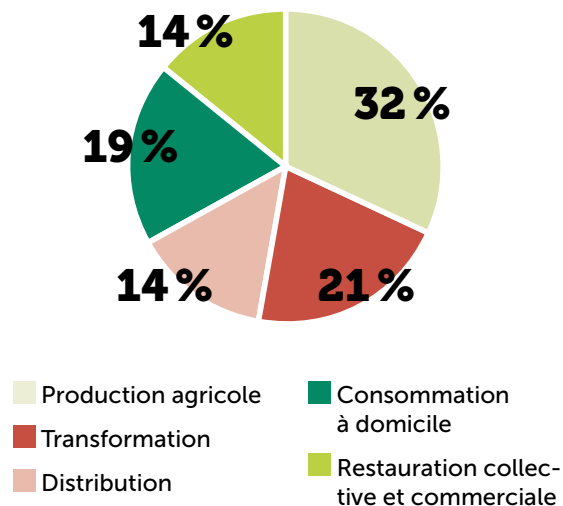
Au niveau mondial, 1/3 des aliments produits sont jetés ou perdus chaque année, en France le gaspillage alimentaire représente 20 à 30 kg par an et par personne. Des chiffres qui nous amènent à réfléchir sur nos pratiques alimentaires même si nous n'avons pas toujours conscience ni une volonté de jeter de la nourriture que ce soit à la maison ou au restaurant collectif : *des fruits qui ont bien trop mûris, des tranches de pain pris en trop sur le plateau, une assiette bien trop remplie pour sa faim, etc.*

1/3
DES ALIMENTS
PRODUITS DANS LE
MONDE SONT JETÉS



Tout le monde est concerné pour agir à son échelle !

RÉPARTITION DES PERTES ET GASPILLAGES EN POIDS DANS LA FILIÈRE ALIMENTAIRE EN % EN FRANCE



Source : ADEME

► LES DÉFINITIONS (FAO - ORGANISATION DES NATIONS UNIES POUR L'ALIMENTATION ET L'AGRICULTURE)

- Le **gaspillage alimentaire** est défini par « *tous les produits potentiellement destinés à l'alimentation humaine qui sont perdus ou jetés tout au long de la chaîne alimentaire* ».
- Les **pertes alimentaires** correspondent à la diminution de la masse alimentaire consommable aux stades de production, de la post-récolte, de la transformation et de la distribution.

Ne pas oublier le gaspillage des ressources utilisées particulièrement au stade de la production : terres, eau, ressources énergétiques, intrants...

- Les **déchets alimentaires**, eux résultent directement de nos comportements de consommation. Ce sont des « *denrées alimentaires propres à la consommation qui ont été mis au rebut, généralement au niveau des détaillants et des consommateurs* ».

► ET LA RESTAURATION COLLECTIVE ?

Le gaspillage alimentaire s'observe à différentes étapes : à l'acte d'achat, au stockage, à la préparation des repas, au niveau du service et du convive.

Chaque restaurant collectif a donc un intérêt à s'intéresser à la question, et pourquoi pas le vôtre pour répondre à ce défi collectif ?



LE SAVIEZ-VOUS ?

En France, le **16 octobre** est la **journée nationale de lutte contre le gaspillage alimentaire**.

Fiche activité 1



Les chiffres du gaspillage alimentaire

► OBJECTIFS :

- Prendre conscience du gaspillage alimentaire au travers des chiffres.
- Susciter du débat, de la réflexion.

► DÉROULEMENT :

Un participant (ou un groupe) choisit une carte pour deviner ce que signifie le chiffre indiqué. Au fur et à mesure, un débat peut s'engager avec tous les participants pour discuter de l'ampleur du gaspillage alimentaire.

► MATÉRIEL :

Jeu de cartes avec les chiffres plastifiées.



Cartes disponibles en téléchargement



LES SOLUTIONS :

147 g

...C'est la moyenne du gaspillage alimentaire pour la restauration scolaire par personne et par repas.

2025

...L'Europe voudrait réduire le gaspillage alimentaire de 50 %.
...Généralisation du tri à la source des biodéchets à tous les acteurs français.

**10 M€
de tonnes**

...C'est le poids annuel du gaspillage alimentaire estimé chaque année en France.

7 kg

...D'aliments encore emballés qui sont jetés à la maison par an.

**3 x
le volume d'eau
du Lac Léman
(250 km³)**

...C'est, selon la FAO, le nombre de km³ d'eau utilisée chaque année pour produire les denrées alimentaires qui sont perdues ou gaspillées.

14%

...C'est la part de la restauration collective et commerciale dans la répartition du gaspillage alimentaire en France (32% pour la production agricole ; 21% pour la transformation ; 14% pour la distribution ; 19% pour la consommation à domicile).

45%

...C'est, selon la FAO, le pourcentage de fruits et légumes perdus en moyenne chaque année. C'est le taux de perte le plus élevé pour les produits alimentaires.

1/3

...De la nourriture produite dans le monde est jetée chaque année.

Fiche 2

Les enjeux du gaspillage alimentaire

Les caractéristiques de la modernité alimentaire, telle que l'industrialisation de l'alimentation, l'éloignement de l'origine géographique de nos aliments, la standardisation des produits et du goût, nos rythmes de vie, ont entraîné une certaine perte de valeurs des aliments tant économiques que symboliques.

Ces causes multiples ont des conséquences sur l'ampleur au niveau mondial des pertes et du gaspillage alimentaires.

Se poser des questions sur le gaspillage alimentaire au sein de son restaurant, c'est aussi penser son organisation vers plus de durabilité en sensibilisant son personnel et ses convives pour répondre à ses enjeux :



LES ENJEUX ENVIRONNEMENTAUX

LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE =

3ÈME

ÉMETTEUR DE GAZ

À EFFET DE SERRE,

après la Chine et les Etats-Unis.



Prélèvement inutile des ressources pour produire les aliments (terres, eau, intrant) et un gaspillage de l'énergie nécessaire pour les produire, les transformer, les conserver et les transporter.



LES ENJEUX ÉTHIQUES

815 MILLIONS 

DE PERSONNES 

dans le monde souffrent de la faim et des millions d'enfants sont exposés à la malnutrition (FAO).

En France, 3,5 millions de personnes ont recours à l'aide alimentaire du fait d'une situation d'insécurité alimentaire c'est-à-dire qu'ils ne peuvent pas accéder en quantité suffisante à une nourriture saine et équilibrée.



Redonner une valeur à notre alimentation en valorisant le travail des producteurs mais aussi des cuisiniers de la restauration collective.



LES ENJEUX ÉCONOMIQUES



100 € =

le coût par an du gaspillage alimentaire par personne

Une personne jette en moyenne chaque année

20 À 30 KG

de nourriture dont 7 kg encore emballés.

0,27 € =

le coût des pertes et du gaspillage alimentaires par repas en restauration collective (ADEME)



Le coût d'élimination des déchets s'ils ne sont pas valorisés (collecte, enfouissement, incinération).



LA LUTTE CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE, UNE PRIORITÉ NATIONALE

DEPUIS 2013,

l'engagement contre le gaspillage alimentaire de tous les acteurs de la filière pour répondre à

l'objectif de réduire de moitié le gaspillage alimentaire d'ici 2025

suite à la résolution du Parlement européen¹ du 19 janvier 2012, se concrétise en France par le **Pacte national de lutte contre le gaspillage alimentaire.**

DES ACTIONS SONT AINSI PROPOSÉES :

// *l'instauration d'une journée nationale de lutte contre le gaspillage, l'insertion des clauses relatives à la lutte contre le gaspillage dans les marchés publics de la restauration collective, le lancement d'une campagne de communication « ça suffit le gâchis », etc.* **//**

¹Sur le thème « Éviter le gaspillage des denrées alimentaires : stratégies pour une chaîne alimentaire plus efficace dans l'Union européenne »

Fiche activité 2

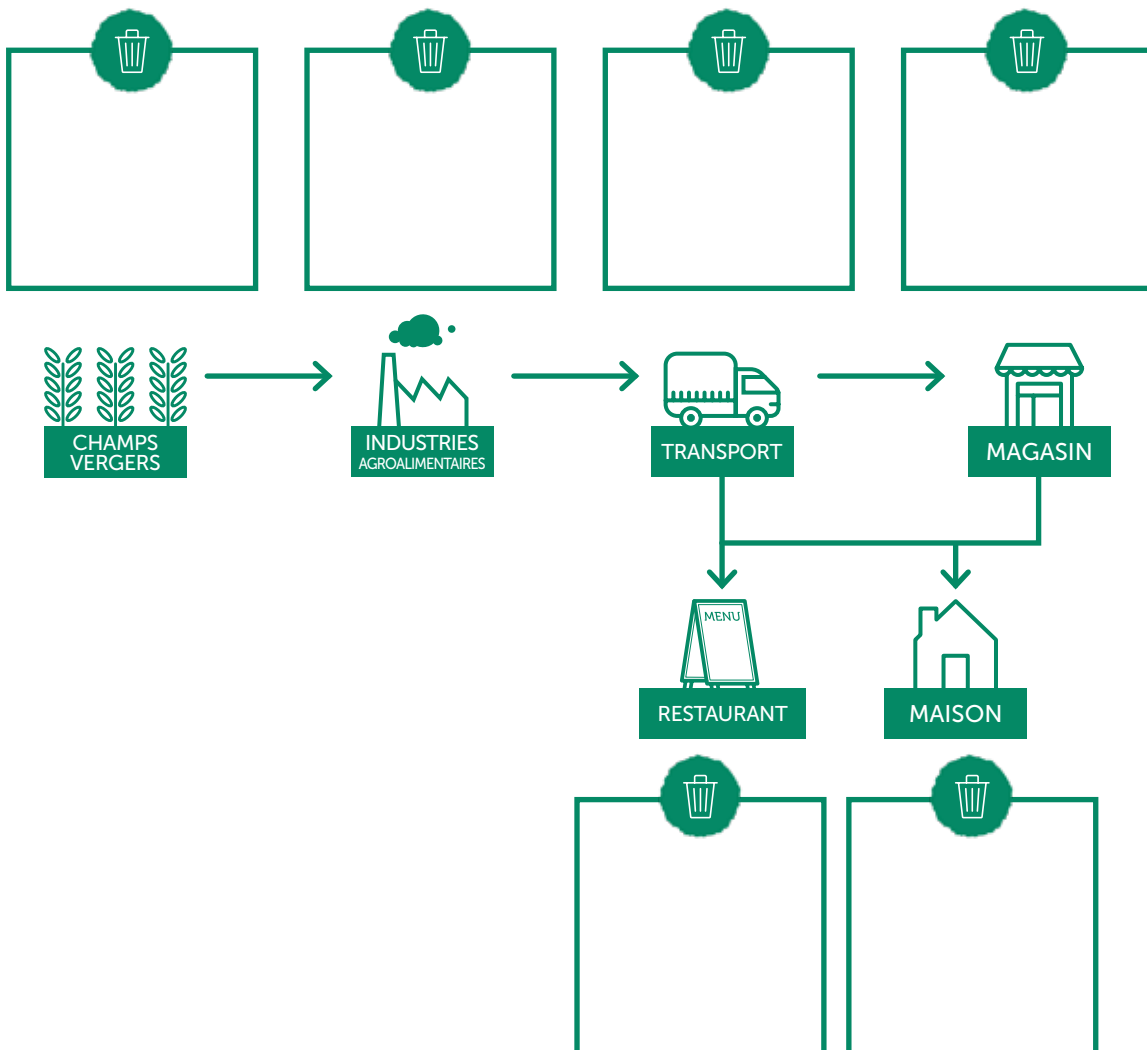


Le destin d'une pomme

Pour prendre conscience du gaspillage alimentaire dans sa globalité, cette activité permet au travers le choix d'un fruit ou d'un légume, de retracer son parcours de sa culture jusqu'au consommateur en mettant en relief dans chaque étape les conditions qui entraînent des pertes et du gaspillage alimentaires.

PERTES ET GASPILLAGE ALIMENTAIRE : DU CHAMP JUSQU'À LA FOURCHETTE

Notez dans chaque étape, ce qui peut entraîner des pertes et du gaspillage alimentaire



Fiche 3

Expérimenter ! Étude sur le gaspillage alimentaire en restauration collective dans le territoire du Parc naturel régional du Haut-Languedoc

En continuité du travail réalisé sur les produits locaux en restauration collective, le Parc naturel régional du Haut-Languedoc a mené une **expérimentation sur la lutte contre le gaspillage alimentaire** au travers des restaurants collectifs pilotes.

► LES OBJECTIFS DE L'ÉTUDE

- Réaliser des diagnostics sur le gaspillage alimentaire dans les restaurants collectifs du territoire.
- Mesurer l'impact de l'introduction des produits locaux dans la restauration collective sur le gaspillage alimentaire.
- Sensibiliser les acteurs de la restauration collective à l'acte d'achat et de produire.
- Sensibiliser les convives à l'alimentation durable.

La prévention tout comme la sensibilisation à une alimentation durable sont les premiers maillons de la chaîne pour réduire le gaspillage alimentaire.

► LA MÉTHODOLOGIE

Suite à un appel à manifestation d'intérêt, **cinq établissements ont été retenus pour participer à l'étude** en fonction du public (scolaire ou médico-social), du mode de gestion (autogéré/concédé) et des liaisons utilisées (froide/chaude/mixte) :

	SEGMENT	MODE DE GESTION	LIAISON UTILISÉE	CUISINE – RESTAURANT	NOMBRE MOYEN DE REPAS (MIDI)
RESTAURANT 1	Scolaire (maternelle/ primaire)	Concédé	Froide	Satellite	145
RESTAURANT 2	Scolaire (maternelle/ primaire)	Concédé	Froide	Satellite	35
RESTAURANT 3	Médico-social	Concédé	Mixte	Centrale	100
RESTAURANT 4	Scolaire (lycée)	Autogéré	Chaude	Centrale	110
RESTAURANT 5	Médico-social - scolaire	Autogéré	Chaude	Centrale	90

Fiche 3

LEXIQUE :

- **Cuisine centrale** : une partie de l'activité consiste en la fabrication de préparations culinaires destinées à être livrées à au moins un restaurant satellite.
- **Restaurant satellite** : desservi par une cuisine centrale, aucune préparation culinaire n'est produite sur place.
- **Liaison froide** : cette technique consiste à abaisser rapidement la température des plats

cuisinés avant de les conserver au froid. Les plats cuisinés sont alors remis en température juste avant leur consommation.

- **Liaison chaude** : les plats cuisinés doivent être maintenus au minimum à 63°C entre le moment de leur préparation et celui du service.
- **Liaison mixte** : la cuisine utilise la liaison froide et la liaison chaude.

Ces établissements ont été accompagnés par le Parc naturel régional du Haut-Languedoc sur les différentes phases du projet :

1. LE DIAGNOSTIC



2. PLAN D'ACTIONS



3. MISE EN ŒUVRE DES ACTIONS, SUIVI

1. LE DIAGNOSTIC

Dans chaque restaurant, 6 à 7 pesées ont été réalisées sur des menus différents pour obtenir une estimation du gaspillage alimentaire.

RÉALISATION DES PESÉES :



Pour **quantifier le gaspillage alimentaire**, le même protocole a été utilisé dans chaque restaurant collectif :

- les déchets des retours d'assiette ont été pesés en différenciant les déchets de l'entrée, du plat, du dessert et le pain ;
- la surproduction qui devait être jetée, a aussi été comptabilisée ;
- les biodéchets non consommables (ex : os, noyau) n'ont pas été comptabilisés.



Lutte contre le gaspillage alimentaire en restauration collective, **un défi collectif !**

Fiche 3

► LES CHIFFRES

	SEGMENT	POIDS MOYEN DU GASPILLAGE ALIMENTAIRE EN G/REPAS	MOYENNE NATIONALE
ETABLISSEMENT 1	Scolaire (maternelle/primaire)	97 g	70 g
ETABLISSEMENT 2	Scolaire (maternelle/primaire)	111 g	70 g
ETABLISSEMENT 3	Médico-social	170 g	166 g
ETABLISSEMENT 4	Scolaire (lycée)	48 g	150 g
ETABLISSEMENT 5	Médico-social - scolaire	60 g	70 g

Pour se situer par rapport aux moyennes nationales (source *Ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation*)

GASPILLAGE DE CONSOMMATION EN RESTAURATION COLLECTIVE	MOYENNE NATIONALE EN G/PERSONNE/REPAS
Primaire	70
Collège	135
Lycée	150
Maison de retraite	166
Etablissement de santé courte durée	228

► PRINCIPAUX RÉSULTATS

- Dans les restaurants satellites, il y a plus de gaspillage alimentaire que dans les restaurants disposant d'une cuisine sur place : les excédents des plats livrés (barquettes ouvertes, rupture du froid) sont éliminés à la fin du service si le restaurant ne possède pas un matériel adapté pour effectuer un refroidissement rapide.
- Les aliments les plus souvent jetés dans les restaurants collectifs étudiés étaient :
 - le riz particulièrement lorsqu'il est « pilaf » ;
 - la soupe en maison de retraite ;
 - le poisson ;
 - les légumes (plat principal).
- Attention au changement, l'exemple des raisins secs qui mettent la zizanie ! Le double de gaspillage alimentaire a été noté dans un restaurant scolaire lorsque le prestataire a rajouté des raisins secs aux carottes râpées.
- Encore peu de solutions pour valoriser le surplus ou les biodéchets comme le don, le compostage ou encore un poulailler.



Fiche 3

2. LA PRÉSENTATION DES RÉSULTATS AUX ÉTABLISSEMENTS ET LA PROPOSITION D' ACTIONS

Suite aux pesées, un dossier a été réalisé par restaurant avec les résultats du diagnostic comprenant les chiffres de chaque pesée.

EXEMPLE

NOMBRE DE REPAS : 31	QUANTITÉS PRÉPARÉES (EN KG)	POIDS DES DÉCHETS (EN KG)	% DE DÉCHETS	PAR ENFANT
SALADE	1,250	0,300	24%	0,010
POMMES DE TERRE ET BUTTERNUT	4,916	3,298	67,09%	0,106
PAUPIETTES DE VEAU	3,889	0,300	7,71%	0,010
FROMAGE (CHÈVRE)	0,720	0,025	3,47%	0,001
POMMES	31 u.	4 u.	12,90%	
PAIN	1,48	0,250	16,89%	0,008
TOTAL		4,148		0,135

Ce dossier s'accompagne d'un commentaire des résultats et la proposition d'actions correctives ou de sensibilisation pour prévenir le gaspillage alimentaire de l'achat jusqu'à l'assiette :



AXE 1

**SENSIBILISER À
L'ACTE D'ACHAT**



AXE 2

**OPTIMISER L'UTILISATION
DES DENRÉES ALIMENTAIRES**



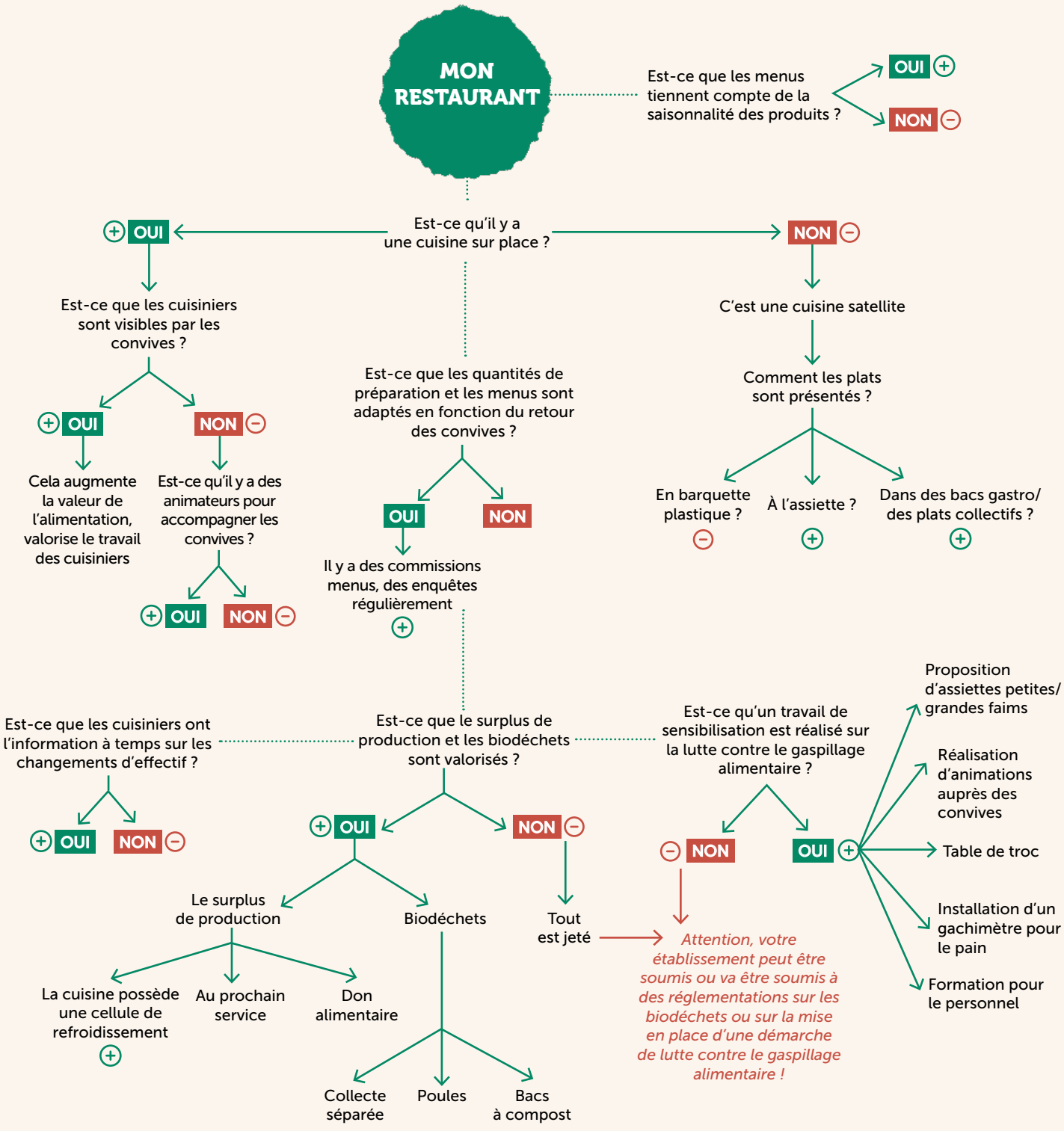
AXE 3

**APPRENDRE À MANGER
PUIS À JETER**

Fiche 4

Infographie : les influences sur le gaspillage alimentaire en restauration collective

► LES INFLUENCES POSITIVES ET NÉGATIVES POUR DIMINUER LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE



II. La lutte contre le **gaspillage alimentaire** dans son restaurant collectif



Fruits et Légumes de saison (printemps)

Fiche 5

Mettre en place le projet en favorisant l'**adhésion collective** de l'établissement

Que ce soit par conscience du gâchis et des enjeux d'une alimentation durable ou tout simplement par obligation légale, toutes les motivations sont bonnes pour se lancer dans une démarche de réduction du gaspillage alimentaire dans son restaurant !

Votre restaurant collectif est concerné par au moins une de ces lois :

Loi du 17 août 2015 n°2015-992 relative à la transition énergétique pour la croissance verte

Article 102 - « Art. L. 541-15-3.-L'État et ses établissements publics ainsi que les collectivités territoriales **mettent en place, avant le 1^{er} septembre 2016, une démarche de lutte contre le gaspillage alimentaire au sein des services de restauration collective dont ils assurent la gestion.** »

Loi du 12 juillet 2010 n°2010-788 du 12 juillet 2010 portant engagement national pour l'environnement dite loi Grenelle II

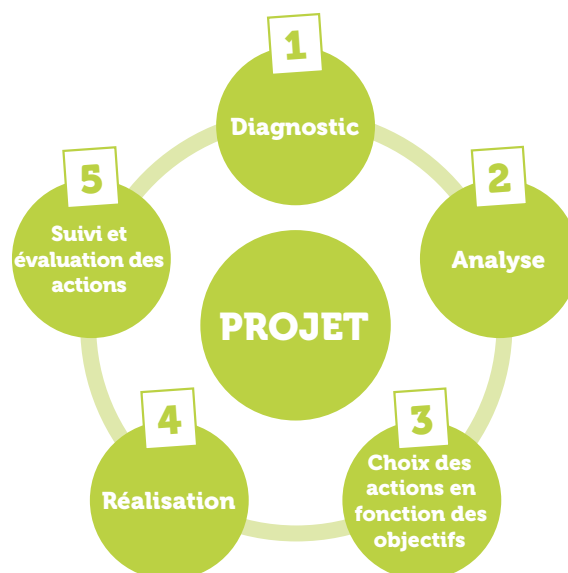
Obligation de tri et de valorisation des déchets alimentaires dans les établissements de restauration.

Depuis 2016, **la collecte séparative de biodéchets est obligatoire pour tout établissement produisant plus de 10 tonnes de déchets par an. À partir de 2025, la collecte séparée des biodéchets sera généralisée donc obligatoire.**

Loi du 1^{er} novembre 2018 pour l'équilibre des relations commerciales dans le secteur agricole et alimentaire et une alimentation saine, durable et accessible à tous dite « loi Alimentation »

Art. 88 : La réalisation d'un diagnostic préalable à la démarche de lutte contre le gaspillage alimentaire incluant l'approvisionnement durable devient obligatoire en restauration collective.

► LES GRANDES ÉTAPES DU PROJET :



Préalablement, un **état des lieux** peut être réalisé en rencontrant tous les acteurs de votre établissement pour connaître les motivations, les possibilités d'implication dans le projet ainsi que d'inventoriser les actions en cours ou déjà réalisées.

Ce projet peut par ailleurs s'intégrer dans un programme plus global mené par l'établissement : *programme scolaire, jardin pédagogique avec un poulailler ou des bacs à compost pour les biodéchets, etc.*

CLÉ DU SUCCÈS

Il est important que votre projet soit compris par l'ensemble de votre établissement, il ne doit pas être perçu comme une contrainte mais comme une action que tout le monde peut s'approprier.

Fiche activité 3



L'enquête

Voici un exemple de guide d'entretien, il peut être modifié suivant vos intérêts :

LA PRODUCTION

1. LES REPAS SONT-ILS :

- Cuisinés directement dans ce restaurant (cuisine autonome)
- Cuisinés dans ce restaurant et livrés aussi à d'autres établissements (cuisine centrale)
- Cuisinés dans un autre restaurant et livrés ici (restaurant satellite)

2. QUELLE LIAISON EST UTILISÉE POUR PRODUIRE LES REPAS ?

- Liaison chaude
- Liaison froide
- Liaison mixte

3. QUI DÉCIDE DES MENUS ?

- Le chef de cuisine
- Le chef d'établissement
- Les responsables de la cuisine
- La commission menus
- Autre

4. EST-CE QUE LES CONVIVES PEUVENT FAIRE DES RETOURS (POSITIFS COMME NÉGATIFS) SUR LES REPAS ?

- Oui
- Non

5. EN MOYENNE, COMBIEN DE REPAS SONT PRÉPARÉS PAR JOUR POUR CE RESTAURANT ?

.....

6. QUEL EST LE COÛT D'UN REPAS POUR L'ÉTABLISSEMENT ?

.....

7. EST-CE QUE LES CUISINIERS TRAVAILLENT AVEC DES FICHES TECHNIQUES ?

- Oui
- Non

8. EST-CE QUE LA CUISINE POSSÈDE UNE CELLULE DE REFROIDISSEMENT ?

- Oui
- Non

9. QUE DEVIENT LE SURPLUS DE PRODUCTION (CE QUI N'A PAS ÉTÉ SERVI) ? Il est

- Remis en cellule de refroidissement
- Valorisé (compostage, poulailler)
- Jeté à la poubelle
- Donné, préciser à qui :
- Autre

LE SERVICE

10. LE SERVICE SE FAIT-IL

- En self
- À table
- En libre-service

11. LES CONVIVES ONT-ILS LE CHOIX ENTRE PLUSIEURS PLATS ?

- Oui
- Non

Fiche activité 3



L'enquête

12. LES PORTIONS SONT-ELLES

- Identiques pour tous Variables, les convives demandent en fonction de leur appétit

13. COMMENT EST GÉRÉ LE PAIN ?

- Le pain est prédécoupé avant le service Le pain est coupé au fur et à mesure du service
 Il est servi en petits pains individuels
 Les convives doivent prendre un maximum de tranches de pain sur leur plateau

14. LES CONVIVES DOIVENT-ILS RESTER UN MINIMUM DE TEMPS AU RESTAURANT ?

- Oui Si oui, combien de temps ? Non

LES DÉCHETS ALIMENTAIRES / LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

15. QU'EST-IL FAIT DE CES DÉCHETS ALIMENTAIRES ?

- Ils sont jetés à la poubelle Ils sont compostés (où ?)
 Ils sont donnés (à qui ?) Autres

16. EST-CE QUE L'ÉTABLISSEMENT A DÉJÀ MIS EN PLACE CERTAINES STRATÉGIES POUR LUTTER CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE ? LESQUELLES ?

.....

.....

.....

.....

17. QUELLES SONT VOS MOTIVATIONS POUR TRAVAILLER SUR LA RÉDUCTION DU GASPILLAGE ALIMENTAIRE ?

.....

.....

.....

.....

18. EST-CE QUE CETTE ACTION PEUT S'INSCRIRE DANS UN PROJET GLOBAL DE L'ÉTABLISSEMENT ? (ANIMATIONS, PROGRAMME SCOLAIRE, ETC.)

.....

.....

.....

.....



Fiche 6

Réaliser un diagnostic des pertes et du gaspillage alimentaires dans son restaurant

Votre projet est défini, vous êtes maintenant prêt à passer à l'action en réalisant le diagnostic des pertes et du gaspillage alimentaires.

Le besoin en matériel

Pour réaliser le diagnostic, il vous faut :

- une balance de cuisine ;
- des bacs gastronomes ou des seaux ;
- des gants pour trier les déchets ;
- une feuille de pesée pour noter les résultats.

LE DIAGNOSTIC EST ESSENTIEL DANS VOTRE PROJET ET À PLUSIEURS OBJECTIFS :

- quantifier et qualifier le gaspillage alimentaire sur plusieurs repas ;
- quantifier et qualifier les pertes alimentaires ;
- sensibiliser vos convives ;
- identifier les causes ;
- suivre l'évolution.



► LES ÉTAPES DU DIAGNOSTIC :

1. Qu'est-ce que vous voulez peser ?

Pour peser les déchets il y a plusieurs possibilités, à vous de choisir :

- différencier les déchets alimentaires suivant les composantes du repas ;
- peser uniquement ce qui est jeté, sans faire de distinction ;
- différencier les pertes alimentaires (en cuisine) des déchets alimentaires (retours d'assiette) ;
- différencier les retours d'assiette et la surproduction.

2. Qui fait le tri et les pesées ? L'équipe de service, les convives, un intervenant extérieur, etc.

3. Déterminer le nombre et la fréquence des pesées

Tous les jours, une ou deux fois par semaine, au minimum 6 pesées voire plus, pendant combien de temps ?

4. Où faire le tri et les pesées ?

Il est préférable que le tri et les pesées soient visibles par les convives : *dans la salle de restauration, à la sortie du restaurant pour trier les retours d'assiette, etc.*

Pour faciliter le tri, vous pouvez réaliser des étiquettes ou des affiches pour savoir dans quel contenant il faut déposer tel ou tel déchet pour les convives.

5. Avez-vous informé les convives de la réalisation des pesées ?

Vous pouvez prévoir des affiches à mettre dans le restaurant voire organiser des animations en amont.

Fiche 6

AIDEZ-NOUS À MESURER LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE !

Aujourd'hui, je participe au tri de mes restes du repas en différenciant les déchets suivants



Exemple d'affiche pour informer des pesées

6. Avez-vous pu connaître des données clés qui vous serviront pour votre diagnostic avant chaque service ?

Quantités préparées :
% D'ALIMENTS JETÉS =
(QUANTITÉ JETÉE/QUANTITÉ PRÉPARÉE)
X 100

Nombre de convives :
Grammage du gaspillage alimentaire par personne =
TOTAL EN KG DES DÉCHETS / NOMBRE DE
CONVIVES

7. Noter les résultats, prenez des photos de la pesée

Vous pouvez noter les résultats sur une feuille de pesée et les retranscrire dans un tableur informatiquement ou même les afficher dans le restaurant au travers un tableau de pesées. Vous pouvez ajouter des photos pour attirer plus l'attention.

8. Souhaitez-vous que vos convives donnent leur avis sur le repas du jour ?

Afin de compléter les données quantitatives des pesées, vous pouvez par exemple, proposer un rapide questionnaire de satisfaction (comme dans le cas de ce restaurant scolaire avec des lycéens) ou des pions « j'ai aimé / je n'ai pas aimé » pour des plus petits.

Fiche activité 4



Noter les repas



DONNE TON AVIS SUR LE REPAS DE CE MIDI !

J'AI AIMÉ	JE N'AI PAS AIMÉ

POURQUOI ?

.....

.....

.....

TROUVES-TU QUE TU LAISSES BEAUCOUP D'ALIMENTS DANS TON ASSIETTE ?

Oui Non

POURQUOI ?

.....

.....

.....

MERCI !

Fiche activité 5



La feuille de pesée

FICHER NUMÉRIQUE
À TÉLÉCHARGER

PESÉE :

ÉTAT DES LIEUX DU GASPILLAGE ALIMENTAIRE EN RESTAURATION COLLECTIVE

Date de la pesée :

Nombre de convives :

COMPOSANTES DU REPAS	TARE DU RÉCIPIENT	QUANTITÉS PRÉPARÉES	QUANTITÉS JETÉES	SURPRODUCTION
ENTRÉE 1				
ENTRÉE 2				
PLAT (VIANDE/ POISSON)				
PLAT (LÉGUMES / FÉCULENTS...)				
FROMAGE/ LAITAGE				
DESSERT 1				
DESSERT 2				
PAIN				

COMMENTAIRE SUR LE REPAS DU JOUR

(SUR LA PESÉE, SUR L'APPRÉCIATION DU REPAS) :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Fiche 7

Identifier les causes du gaspillage alimentaire dans son restaurant

Les pesées sont terminées, il faut désormais les analyser :

Les convives ont mangé cette fois-ci tous les épinards, qu'est-ce qui a pu les différencier de d'habitude ? Est-ce que les convives n'ont pas apprécié le plat ou est-ce à cause d'une surproduction ? Quels sont les aliments les plus concernés par le gaspillage dans le restaurant ?

Comment votre établissement se positionne par rapport aux moyennes nationales ? (Voir Fiche 3)

Après avoir identifié les causes, des pistes d'action sont

à étudier. Il existe de nombreux retours d'expérience, inspirez-vous-en pour vos actions ou pour effectuer une veille sur le sujet.

La règle est toujours d'adapter les actions en prenant en compte les particularités de l'établissement et du fonctionnement du restaurant collectif.

► TABLEAU D'AIDE À LA DÉFINITION D'UN PLAN D'ACTION

NIVEAU	PROBLÈMES SOULEVÉS	PISTES D'ACTION
ÉLABORATION DES MENUS	Les menus ne correspondent pas aux goûts des convives	Impliquer les convives dans l'élaboration des menus : participation aux commissions menus, mise en place d'un cahier de popularité des plats
		Identifier les menus bloquants pour les retravailler
		Retravailler la dénomination des plats pour les rendre attrayants Ex : « poisson à la provençale » au lieu de poisson / ratatouille
CUISINE	Problème de qualité des denrées alimentaires	Travailler sur le choix de l'approvisionnement et des produits en privilégiant une filière de proximité respectant la saisonnalité de l'alimentation.
		Rechercher des aliments bénéficiant d'un signe officiel de la qualité et de l'origine (AB, label rouge, AOP, IGP...)
	Le nombre de repas préparés est plus important que le nombre de convives / excédents de production	Prévoir des systèmes de cuisson minute, réchauffer les plats ou adapter les portions au fur et à mesure des besoins et du service (en gestion concédée : éviter de réchauffer des barquettes inutilement) Réintégrer les plats non présentés dans les prochains services en modifiant les menus, en adaptant les recettes

Fiche 7



NIVEAU	PROBLÈMES SOULEVÉS	PISTES D'ACTION
CUISINE	Le nombre de repas préparés est plus important que le nombre de convives / excédents de production	Organiser le don à des associations d'aide alimentaire pour des repas préparés en trop et non servis
		Former le personnel sur les grammages en fonction des retours des convives tout en respectant les besoins nutritionnels
		Utiliser des fiches techniques
	Mauvaise gestion des stocks avec des denrées périmées	Intégrer la règle du premier entré/premier sorti
		Limiter à son strict minimum la durée de conservation des denrées en enceinte réfrigérée
	Des légumes ou des fruits en trop et/ou abimés	S'équiper d'un blender ou d'une centrifugeuse (équipement professionnel) pour proposer dans le restaurant collectif des bars à jus de fruit ou à soupe
	Manque de sensibilité ou de connaissance du personnel sur les pertes et le gaspillage alimentaires	Proposer des cycles de formation
		Intégrer une mission sur le gaspillage alimentaire dans les fiches de poste
	Trop de biodéchets	Mettre à l'honneur un sous-produit (fanés, épluchures) dans une recette, par exemple dans le cadre d'un menu à thème ou « zéro déchet »
		Privilégier des légumes issus de l'agriculture biologique pour éviter de les éplucher (et gain de temps)
Mettre en place une solution de valorisation des biodéchets (bacs à compost, poulailler, prestataire...)		
SERVICE	Les portions ne sont pas adaptées à l'appétit des convives	Proposer les entrées sous forme d'un buffet au choix (bar à salade) en favorisant l'autonomie des convives
		Dialoguer avec les convives pour connaître les quantités voulues en proposant des assiettes « petite » ou « grande » faim
		Éviter les portions individuelles
		Avoir des louches de service plus petites
	Dans le cas d'un self, les convives choisissent leurs entrées et leurs desserts sans tenir compte du plat, résultat la moitié du plat n'est pas mangé...	Réorganiser le linéaire du self Servir le plat avant les entrées et le dessert pour compléter son plateau en fonction de son appétit
CONSOMMATION	La salle de restauration est bruyante et non accueillante	Favoriser la lumière naturelle
		Mettre en place des solutions anti-bruit
		Renouveler régulièrement la décoration en mettant les convives à contribution par exemple
		Prévoir un temps minimum de 20 minutes pour se restaurer

Fiche 7

NIVEAU	PROBLÈMES SOULEVÉS	PISTES D'ACTION
CONSOMMATION	Gaspillage du pain	Tester plusieurs emplacements pour la corbeille de pain en privilégiant la fin de linéaire du self
		Limiter le nombre de tranches de pain par convive en donnant la possibilité de se resservir
		Couper le pain au fur et à mesure des besoins
		Tester différents pains : tailles ≠, variétés ≠
		Installer un gachimètre pour sensibiliser et montrer le gaspillage du pain aux convives
	Les convives font des blocages sur certains aliments (Ex : le maïs chez les personnes âgées)	Identifier et analyser le pourquoi de ce blocage
		Accompagner les convives pour les inciter à goûter les mets
		Prévoir des astuces pour une réutilisation possible des excédents
	Les convives ont des difficultés pour couper des aliments ou pour manger des fruits en entier	Choisir des aliments qui nécessitent peu ou pas de découpe
		Fournir des bons couteaux pour la découpe de la viande
		Présenter des fruits déjà préparés (découpés) au lieu d'un fruit entier
		Proposer des fruits sous forme d'une salade de fruits
	Les convives prennent du fromage, des yaourts ou des desserts mais ne les mangent pas, ils sont alors jetés !	Installer une table de troc dans le restaurant en communiquant sur l'outil
	Les convives n'ont pas conscience du gaspillage alimentaire	Communiquer, mettre en évidence par des chiffres, des photos, des illustrations le gaspillage alimentaire au restaurant Mener une campagne d'affichage
		Mettre en place un programme d'animations pour sensibiliser au gaspillage alimentaire et à l'éducation au goût
		Mettre en place un tri participatif en fin de repas (table de tri)
		Organiser un repas « zéro déchet », des défis avec le moins de gaspillage alimentaire par repas

ZOOM SUR...

L'INSERTION DE CLAUSE EN FAVEUR DE LA LUTTE CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE DANS LES MARCHÉS PUBLICS (PACTE NATIONAL DE LUTTE CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE)

Il est possible d'insérer des clauses dans les marchés publics pour la restauration collective en faveur de la lutte contre le gaspillage alimentaire : processus de préparation des repas, sensibilisation des convives et des convives, gestion des déchets, etc.

Exemple : mise en place d'un tri des déchets et

valorisation des surplus, actions de sensibilisation comme une formation des cuisiniers sur la lutte contre le gaspillage alimentaire ou un travail de communication envers les convives, politique d'achats encourageant les circuits de proximité et les produits de saison, etc.

Fiche 8

Fixer des objectifs et construire un plan d'actions

Le diagnostic au sein du restaurant a permis de mettre en relief les distorsions du gaspillage alimentaire en fonction des menus, d'identifier des pratiques qui pourraient être améliorées ou encouragées !

Choisissez des actions en fonction des objectifs et des faisabilités !

► 1. PRÉSENTER LES RÉSULTATS

Présenter le diagnostic au sein de l'établissement en s'adaptant au public (direction, personnel, résidents, élèves) est important pour l'acceptation et la faisabilité du projet afin que les objectifs soient atteignables et personnalisés en fonction des moyens disponibles (financier, humain, matériel).



Pensez à intégrer un temps de débat dans votre présentation pour aider à la définition d'objectifs !

► 2. DÉFINIR LE OU LES OBJECTIFS

Le but de votre projet porte sur les souhaits de changements à atteindre au sein du restaurant collectif.

Par exemple :

- diminuer le gaspillage alimentaire ;
- sensibiliser le personnel, les élèves, les résidents à la lutte contre le gaspillage alimentaire ;
- travailler sur la diminution des pertes alimentaires au sein de la cuisine ;
- améliorer la qualité des repas ;
- etc.

La finalité de votre projet est établie, pour l'atteindre, il faut définir un ou des objectif(s). **L'objectif** est le résultat que l'établissement souhaite atteindre en accomplissant une ou plusieurs actions.

Pour identifier un objectif, il faut le décrire de la manière suivante en s'aidant de la méthodologie SMART :



SPÉCIFIQUE c'est-à-dire que l'objectif doit être adapté en fonction de votre établissement et des moyens disponibles.



MESURABLE afin de mesurer le progrès réalisé



ACCEPTABLE c'est-à-dire être partagé par tous



RÉALISTE afin de limiter les pertes d'énergie et de motivation mais suffisamment motivant !



TEMPORELLEMENT DÉFINI c'est-à-dire délimité dans le temps.

EXEMPLE :

**CONSTAT : IL Y A TROP DE TRANCHES DE PAIN JETÉES À LA FIN DU REPAS
-> OBJECTIF : DIMINUER DE 25% LE GASPILLAGE DU PAIN À LA FIN DE L'ANNÉE**

Fiche 8

► 3. CONSTRUIRE LE PLAN D'ACTION

ACTION N° 1 :	<i>Ex : achat d'un gachimètre pour le pain</i>
Pour répondre à quel objectif ?	<i>Objectif de diminuer de 25% le gaspillage de pain</i>
Pour qui ?	<i>Les convives</i>
Quels moyens disposez-vous ? Financiers, matériel, humain	<i>Budget pour l'achat d'un gachimètre</i>
Quels sont les besoins ?	<i>Besoin de créer des affiches dans le restaurant, de sensibiliser le personnel et les convives pour le tri du pain dans le gachimètre</i>
Qui réalisera l'action ? (rôle, tâches...)	<i>1 animateur</i>
Quand commencera et se terminera l'action ?	<i>Début : septembre / Fin : juin avec un bilan</i>

► 4. EVALUER AVEC DES INDICATEURS

Pour garder la motivation de tous, il est important de pouvoir mesurer les actions afin de connaître son évolution et ses effets. Pour cela, le choix des indicateurs doit être réalisé à partir des objectifs.

Pour faciliter le suivi, il vaut mieux restreindre le nombre d'indicateur (≤ 10)

Les indicateurs permettent de :

- suivre les actions ;
- mettre en place des actions correctives si les résultats sont différents de ceux attendus ;
- communiquer tout au long du projet.

TYPES D'INDICATEURS	Réalisation	Nombre de gachimètres installés / Nombre d'actions de sensibilisation sur le gaspillage alimentaire réalisées
	Résultat : les indicateurs vont mesurer le résultat de l'action, son évolution...	% de convives sensibilisés / % de pain gaspillé en moins
	Impacts : les indicateurs vont se rapporter aux conséquences du projet (à plus ou moins long terme)	Gain d'argent qu'a permis l'action sur la diminution du gaspillage alimentaire / Impact environnemental

Calculer la réduction du gaspillage alimentaire (en %) :

$$\left(\frac{\text{QUANTITÉ DE GASPILLAGE AU TEMPS T1} - \text{QUANTITÉ DE GASPILLAGE AU TEMPS T0}}{\text{QUANTITÉ DE GASPILLAGE AU TEMPS T0}} \right) \times 100$$

Il existe bien d'autres types d'indicateurs, à vous de choisir les plus pertinents pour évaluer le projet de l'établissement.

Mettez en place de nouvelles pesées pour suivre l'évolution régulièrement des pertes et du gaspillage alimentaires, pour ainsi continuer à sensibiliser les convives.

Fiche 9



Communiquer

Communiquer tout au long de votre projet pour informer et valoriser le travail de tous !

Cible (pour qui ?)

COMMUNIQUER !

Comment ? (Supports de communication, presse...)

Quel est le message à transmettre ?

► MENER UNE CAMPAGNE D’AFFICHAGE DANS LE RESTAURANT COLLECTIF

Le site Internet « ça suffit le gâchis » est destiné aux particuliers, aux entreprises et aux collectivités. Il propose de l’information et des outils de communication gratuits pour la réduction du gaspillage alimentaire. <http://casuffitlegachis.fr/>



IDÉE !

Les convives, résidents comme élèves, peuvent être mis à contribution pour réaliser des affiches sur le thème de l’alimentation, des déchets et de la lutte contre le gaspillage alimentaire. L’établissement peut même organiser un concours d’affiches pour inclure tout le monde dans la dynamique !



Fiche 9

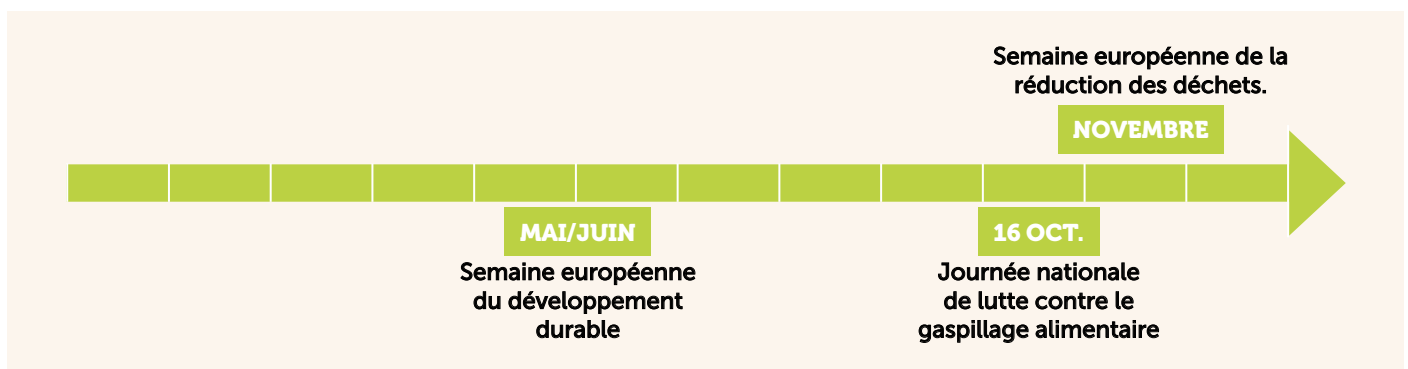
► COMMUNIQUER SUR LES RÉSULTATS DES PESÉES

Lors de la phase de quantification du gaspillage alimentaire, informez les convives et le personnel des résultats. Cela peut-être sous la forme d'un tableau avec les données et le pourcentage de gaspillage alimentaire mis en avant ou en annotant une photo prise suite à une pesée.



► ORGANISER UN REPAS « ZÉRO DÉCHET »

Tout au long de l'année, une journée ou une semaine au niveau national ou européen sont consacrées à un thème. Vous pouvez bénéficier de cette communication pour organiser un événement dans votre restaurant collectif :



Quelques astuces pour organiser un repas « zéro déchet » :

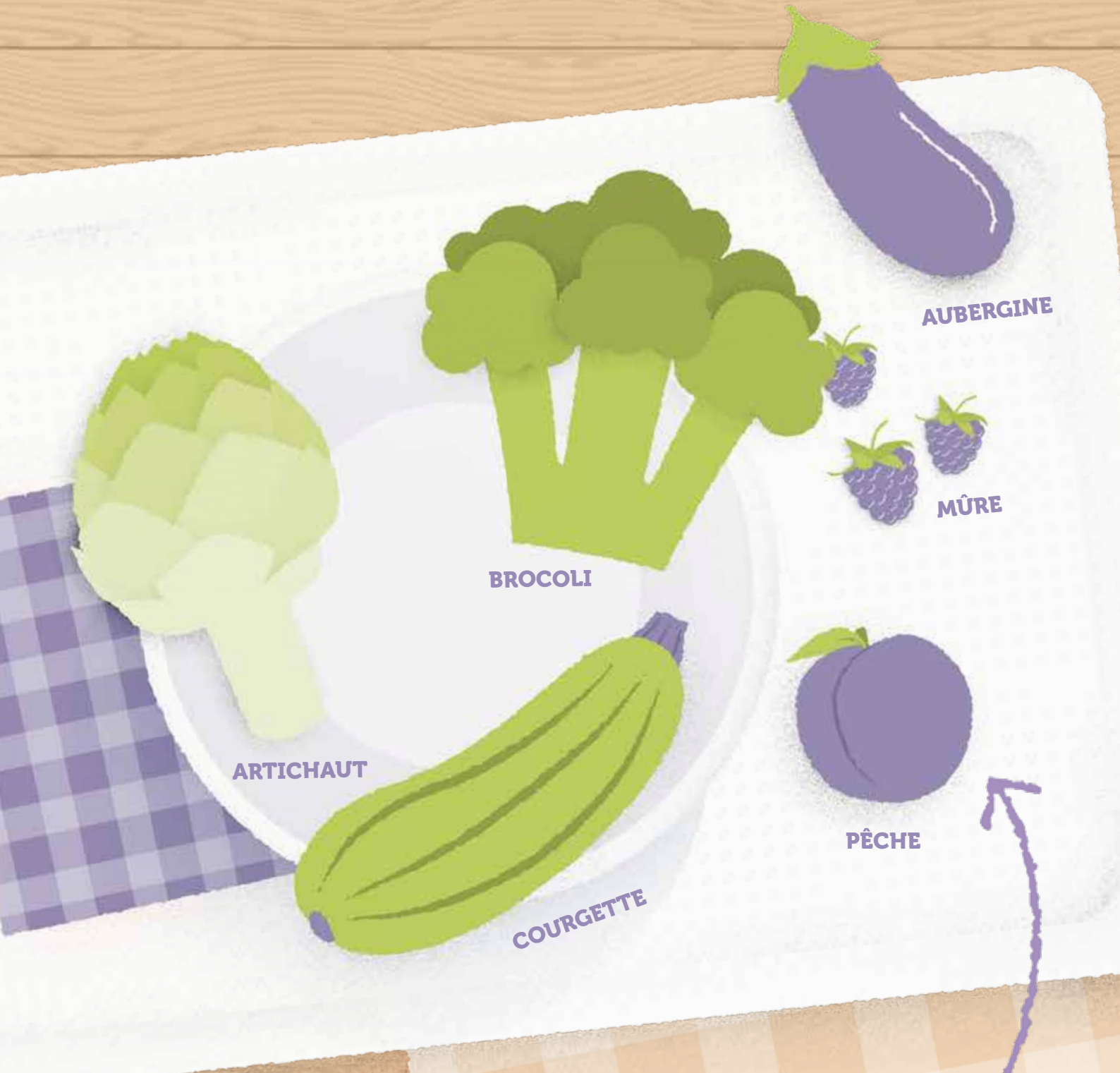
- **mobiliser** l'équipe de cuisine et les convives pour travailler à l'élaboration d'un menu permettant de limiter les pertes et le gaspillage alimentaires tout en évitant les déchets de type emballage ;
- **communiquer** sur l'action en amont, pendant et après avec les résultats ;
- **connaître** le nombre exact de repas à réaliser ;

- **réaliser** une pesée le jour de ce repas « zéro déchet » ;
- **valoriser** les biodéchets.

► SENSIBILISER LES CONVIVES

Pour sensibiliser les convives et valoriser le travail des cuisiniers, vous pouvez proposer une visite de la cuisine aux convives. Les cuisiniers peuvent expliquer leur travail, comment ils choisissent les menus et sur l'origine des produits.

III. Valoriser le **surplus** et les **biodéchets**



AUBERGINE

MÛRE

BROCOLI

ARTICHAUT

COURGETTE

PÊCHE

**Fruits et Légumes
de saison (été)**

Mieux vaut prévenir que guérir, ce proverbe vaut également dans le domaine de la lutte contre le gaspillage alimentaire car **le meilleur déchet reste celui que l'on ne produit pas !** De ce fait, la priorité pour lutter contre le gaspillage alimentaire c'est avant tout la **prévention** à mettre en œuvre et cela à toutes les étapes de la chaîne alimentaire, en suivant le plus possible **la règle des 4 R !**

Réduire, réutiliser, redistribuer et recycler



RÉDUIRE : contrôler les stocks et les approvisionnements, privilégier les circuits de proximité et la qualité des produits, ajuster les quantités de préparation en fonction des effectifs.



RÉUTILISER : réutiliser les aliments préparés qui n'ont pas été consommés, dans le respect de la chaîne du froid et de la réglementation, par exemple dans d'autres préparations.



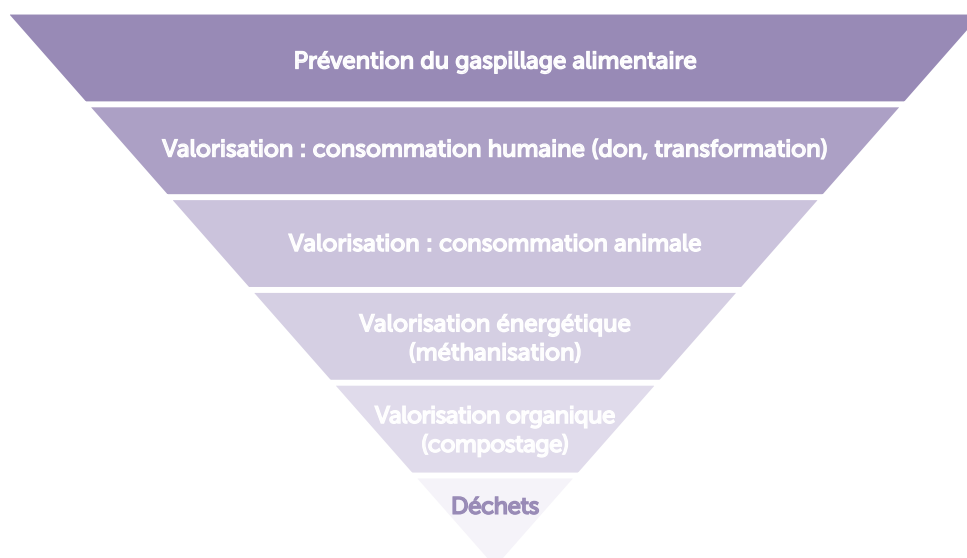
REDISTRIBUER : faire des dons à des associations d'aide alimentaire ou par exemple pour la nourriture animale.



RECYCLER : valoriser les biodéchets en réalisant du compost.

En complément, une hiérarchisation des actions à mettre en place est inscrite dans le Code de l'environnement par **la loi n°2016-138 du 11 février 2016 relative à la lutte contre le gaspillage alimentaire**.

Objectif : conserver la valeur économique la plus maximale du produit :





Fiche 10

Donner les excédents de préparation à des associations d'aide alimentaire

Pour éviter de jeter des excédents de préparation, il est possible et bientôt obligatoire de les donner à des associations d'aide alimentaire qui se chargeront de les redistribuer à des personnes dans le besoin. La solidarité au travers le don est encouragée, néanmoins il ne s'improvise pas, même dans le cas de dons très ponctuels, il s'anticipe !

Il est indispensable de parler en amont de ce projet de don alimentaire à l'équipe du restaurant afin d'expliquer le pourquoi et le comment (comment préparer les excédents à donner, comment accueillir les associations, etc.)

La loi pour l'équilibre des relations commerciales dans le secteur agricole et alimentaire et une alimentation saine, durable et accessible à tous dite « loi Alimentation » promulguée le 1^{er} novembre 2018 étend l'obligation du don des excédents alimentaires à des associations aux acteurs de la restauration collective au-delà d'un seuil à déterminer.

QUELLES ASSOCIATIONS ?	QU'EST-CE QUE L'ON PEUT DONNER ?	ETABLIR UNE CONVENTION DE PARTENARIAT ENTRE LE RESTAURANT ET L'ASSOCIATION	QUELLE SONT LES RESPONSABILITÉS ?
Associations d'aide alimentaire habilitées par les pouvoirs publics* .	<p>Les excédents de production, ceux qui auraient pu être resservis dans votre restaurant. Ces excédents doivent être tracés.</p> <p>Le don doit se faire le plus rapidement tout en respectant le maintien en température réglementaire selon les produits.</p>	Il s'agit de se répartir les responsabilités : respect des conditions du don (heures de collecte, contacts, don gratuit, conservation des denrées conforme au don, traçabilité des denrées –dénomination du produit, nom du fournisseur, DLC-).	<p>Une fois le bordereau de prise en charge signé par l'association, la responsabilité ne tient plus du restaurant donateur mais de l'association receveuse.</p> <p>En cas d'intoxication liée à des denrées (TIAC – toxoinfection alimentaire collective), les autorités sanitaires compétentes vérifieront l'ensemble des opérations et opérateurs de la chaîne alimentaire de l'amont à l'aval, depuis la production jusqu'au consommateur intoxiqué.</p>

*www.agriculture.gouv.fr/mise-en-oeuvre-de-laide-alimentaire-la-liste-des-structures-habilitees

Fiche 10

Repérer et rencontrer en amont l'association avec laquelle le restaurant peut travailler pour proposer en don les excédents de production : est-elle à proximité ? possède-t-elle un véhicule réfrigéré ? est-ce que ce don correspond à son besoin ? est-ce qu'elle a des horaires de ramassage compatibles avec les horaires du restaurant ?

N'hésitez pas à faire une phase de test et des bilans réguliers avec l'association pour améliorer la pratique du don.

ZOOM

Je suis un restaurant satellite qui a des excédents de plats préparés dans des barquettes, comment les donner ?

Si toutes les barquettes sont réchauffées en même temps, les barquettes en excédent seront à jeter. Pour les donner, cela nécessite de mettre en place une autre organisation, notamment en permettant une remise en température au fur et à mesure des besoins.

SYNTHÈSE





Fiche 11

Installer un poulailler pour valoriser les biodéchets

Pour valoriser les biodéchets, des établissements scolaires ou médico-sociaux sur le territoire du Parc naturel régional du Haut-Languedoc ont préféré **installer un poulailler plutôt que des bacs à compost**.

Ces poulaillers financés par des fonds Territoire à Energie Positive pour la Croissance Verte ont été construits localement (Verdalle, Castres, Bédarieux), en bois du territoire ou de la région, par un artisan ou des classes de deux lycées professionnels.

Que ce soit pour des bacs à compost ou pour un poulailler, pensez à la filière locale pour leur construction !



Poulailler en bois dans un lycée agricole

► DÉTERMINER LA PRODUCTION DE BIODÉCHETS ANNUELLE DU RESTAURANT

Il est difficile de se rendre compte de la quantité de biodéchets produits par le restaurant collectif durant une année. **Un rapide calcul permet de l'estimer avec les données suivantes :**

**LE NOMBRE APPROXIMATIF DE REPAS
SERVIS PAR JOUR**

**LA MOYENNE DU GASPILLAGE ALIMENTAIRE
PAR REPAS EN KG (ISSUE DE VOTRE
DIAGNOSTIC)**

FORMULE :

KILOS DE BIODÉCHETS PRODUITS/AN =

(nbre de jours de service par an) x (nbre approximatif de repas par jour) x (poids des déchets par repas en kg)

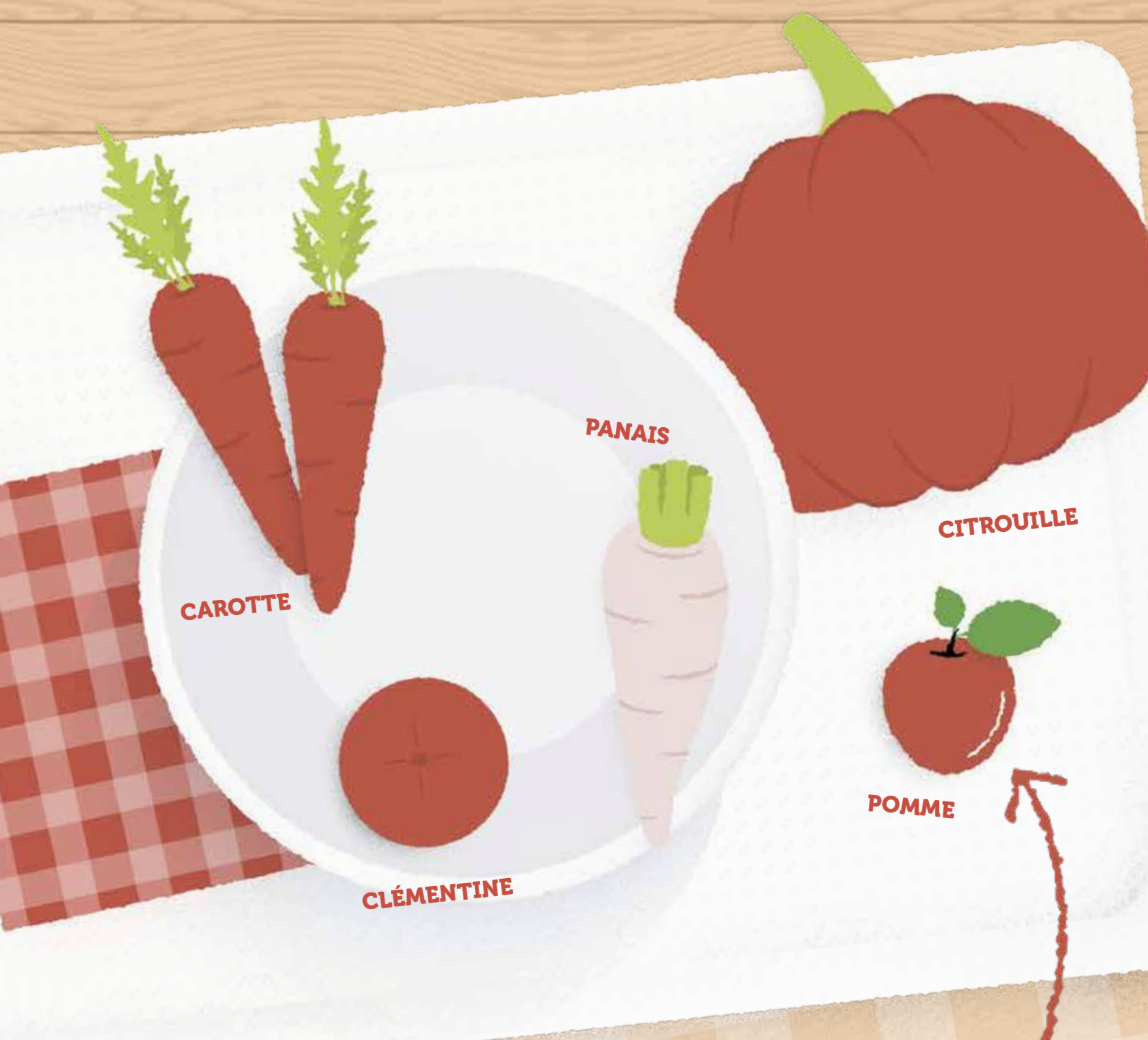
Par exemple, pour un restaurant scolaire qui en moyenne produit **50 repas par jour** où le gaspillage alimentaire a été estimé à **70 g par repas**.

La quantité de biodéchets produits par an est estimée à **490 kg :**

$$490 = (140) \times (50) \times (0.070)$$

Base = 140 jours de service en restauration scolaire - 365 jours de service en maison de retraite

IV. Sensibiliser à une **alimentation durable**



CAROTTE

PANAI

CITROUILLE

CLÉMENTINE

POMME

Fruits et Légumes de saison (automne)



Fiche 12

Former son équipe à la lutte contre le gaspillage alimentaire

Former son équipe à la problématique du gaspillage alimentaire apporte les connaissances, l'adhésion au projet et les partages d'expérience.

► 1. UNE FORMATION, POUR QUEL PUBLIC ?

- Les cuisiniers
- Les animateurs
- Les agents scolaires
- Les gestionnaires

► 2. À QUEL MOMENT DU PROJET ?

- En amont > pour susciter l'intérêt de la démarche et apporter les connaissances sur le sujet.
- Tout au long du projet > pour présenter les actions en cours et susciter de nouvelles motivations.
- En aval > pour pérenniser l'action avec de nouvelles connaissances ou pour partager des expériences.

► 3. SUR QUEL CONTENU ?

- Des techniques culinaires, des recettes pour limiter les pertes et le gaspillage alimentaires.
- La gestion durable des déchets en restauration collective.
- Les préparations à texture modifiée.
- La créativité.
- De la théorie sur le thème de l'alimentation durable et le gaspillage alimentaire.
- La présentation de supports pédagogiques.
- Etc.

► 4. LES ÉCHANGES

Outre l'acquisition de nouvelles connaissances et de nouvelles techniques, ce qui est important lors d'une formation, c'est de permettre l'échange entre pairs sur des expérimentations ou des pratiques.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Le saviez-vous ? Le CNFPT propose régulièrement des formations sur ces thématiques. Vous pouvez demander également une prestation à un centre de formation d'apprentis (CFA) ou à un lycée hôtelier.



Formation des cuisiniers à Sud Formation CCI de l'Hérault - Delphine Douarche

Dans le guide La Gouvernance alimentaire, qu'es aquò, édité par le Pnr du Haut-Languedoc, la fiche n°6 revient sur la méthodologie pour organiser une formation

Lutte contre le gaspillage alimentaire en restauration collective, **un défi collectif !**



Fiche 13

Sensibiliser via des animations

La **prévention** est la première action à réaliser pour lutter efficacement contre le gaspillage alimentaire en **sensibilisant continuellement** l'équipe de cuisine, les animateurs et les convives à cette problématique.

Ces animations ont été **faciles à mettre en place et sont peu coûteuses**.

► L'ÉTIQUETAGE, LES SIGNES D'IDENTIFICATION DE LA QUALITÉ ET DE L'ORIGINE (CLASSES DU GOÛT)

Déroulement en 2 temps :

1. Dégustation à l'aveugle de 3 jus de pommes (nectar / 100% jus de pommes local / 100% jus de pommes issues de variétés anciennes et locales). Les participants remplissent une fiche de dégustation (aspect, odeurs, saveurs) puis classent les jus de pomme par préférence. Une discussion s'engage avec les participants et l'animateur en dévoilant à la fin, l'emballage des trois jus de pomme et la liste des ingrédients.

2. Lectures d'emballages pour identifier les informations nutritionnelles, les signes d'identification de la qualité et de l'origine, les dates de péremption.

Besoin en matériel :

- 3 jus de pommes différents ;
- carafes, gobelets ;
- emballages vides ;
- fiches de dégustation (disponibles numériquement sur demande).



Dégustation à l'aveugle de différents jus de pommes : nectar / 100% jus de pommes local / 100% jus de pommes (variétés anciennes et locales)

► LES FRUITS ET LES LÉGUMES DE SAISON AVEC LES TABLEAUX D'ARCIMBOLDO (ANIMATION POUR DES MATERNELLES)

Déroulement en 3 temps :

1. À partir d'un tableau d'Arcimboldo (Été, Automne, Hiver, Printemps), de la série des Quatre saisons, peint en 1573, les enfants doivent reconnaître les fruits et les légumes qui le compose.

2. À partir de boîtes à senteur, les enfants testent leur odorat en retrouvant un fruit ou un légume du tableau.

3. Pour terminer l'animation, une dégustation de fruits et légumes de saison est proposée aux enfants en privilégiant différentes variétés.

Besoin en matériel :

- les représentations des tableaux d'Arcimboldo au format A3 et plastifiés ;
- boîtes à senteur (recyclage de petits pots) avec des huiles essentielles ou végétales ;
- fruits et légumes.

Avant l'organisation de la séance, il est important d'informer les parents de la réalisation de l'animation pour connaître les éventuelles intolérances et/ou allergies alimentaires.



Les fruits et les légumes d'été avec le tableau d'Arcimboldo

Fiche 13



▶ À CHAQUE SAISON SON MENU ! (ANIMATION RÉALISÉE AVEC LES CUISINIERS DE LA RESTAURATION COLLECTIVE)

Déroulement en 2 temps :

1. Par équipe, les cuisiniers choisissent une saison. A partir de cartes d'aliments (attention aux pièges), il faut imaginer un menu de saison, équilibré et réalisable en restauration collective. Ce menu doit de plus, permettre de limiter les pertes et le gaspillage alimentaires.
2. Discussion avec tous les cuisiniers sur leurs propositions tout en partageant leurs expériences.

Besoin en matériel :

- feuilles, stylos ;
- 4 lots de cartes plastifiées représentant une variété d'aliments.

▶ PHOTOLANGAGE AUTOUR DU GASPILLAGE ALIMENTAIRE

Déroulement :

- chaque participant choisit une photo ou un dessin et

doit s'exprimer sur son contenu en échangeant avec le groupe tout en essayant de trouver des solutions au gaspillage alimentaire ;

- l'animateur peut prendre aussi des notes sur ce que les participants disent des photos pour réaliser un « brainstorming » sur la thématique et valoriser le travail du groupe.

Besoin en matériel :

- photos et images variées autour d'une thématique.

Le Graine Normandie a créé ses propres cartes sur la thématique du gaspillage alimentaire. Ce support pédagogique est mis à disposition gratuitement.

▶ ORGANISER OU CRÉER UN SPECTACLE / UNE PIÈCE DE THÉÂTRE

Suivant le budget, il est possible d'organiser ou de créer un spectacle avec les enfants, les adolescents et/ou les résidents sur la lutte contre le gaspillage alimentaire, l'alimentation ou encore la prévention des déchets et l'écocitoyenneté. Des compagnies de théâtre proposent des spectacles pédagogiques et participatifs pour sensibiliser de manière ludique.



Photolangage avec les cartes du Graine Normandie et des photos des pesées réalisées par le Pnr du Haut-Languedoc



Spectacle Opération Brocoli par la Compagnie Minibus (septembre 2018 - Labruguière (81))



Fiche 14

Ressources

► DES GUIDES

Agir sur son territoire : lutte contre le gaspillage alimentaire – Région Ile-de-France – juin 2016

Approche du coût complet des pertes et du gaspillage alimentaires en restauration collective – ADEME – août 2016

Comment lutter contre le gaspillage alimentaire – Département des Côtes d'Armor

Empreinte des gaspillages alimentaires : comptabilité écologique des pertes/gaspillages alimentaires – FAO – mars 2012

Lutte contre le gaspillage alimentaire dans les collèges – Département de la Drôme

Pacte national de lutte contre le gaspillage alimentaire - Ministère de l'agriculture et de l'alimentation – 2017

Programme de formation des enseignants sur les classes du goût – Ministère de l'Education nationale et Ministère de l'agriculture et de l'alimentation – Mars 2012

Réduire le gaspillage alimentaire en restauration collective – ADEME – Avril 2017

Restauration collective : la lutte contre le gaspillage alimentaire et la gestion des déchets, apprendre à produire et consommer responsable - CNFPT

► DES FICHES RETOUR D'EXPÉRIENCE

Du fromage local et à la coupe en restauration collective – Parc naturel régional du Haut-Languedoc – juin 2018

OPTIGEDE (ADEME) – plateforme d'échanges et de diffusion d'outils et retours d'expérience sur l'économie circulaire et les déchets < <http://www.optigede.ademe.fr/>>

► POUR LE DON ALIMENTAIRE

Guide réglementaire et pratique des dons de denrées de la restauration collective à des structures d'aide alimentaire – DRAAF Rhône-Alpes – Septembre 2013

► DES VIDÉOS

Campagnes « Ça suffit le gâchis » - ADEME et Ministère de la Transition écologique et solidaire

Empreinte écologique du gaspillage alimentaire – FAO

Le gaspillage alimentaire expliqué par Agathe la patate – ADEME



Ce guide technique est destiné principalement aux élus, aux établissements collectifs ainsi qu'aux agents de collectivités territoriales travaillant sur les thématiques de l'alimentation, des déchets et de la lutte contre le gaspillage alimentaire. Outil d'aide technique, il se compose de 14 fiches dont l'objectif est de développer toutes les étapes à mettre en œuvre dans un projet de réduction du gaspillage alimentaire en restauration collective : méthodologie, retours d'expérience, fiches d'activité, pistes d'action suivant les problèmes soulevés, infographie, etc.

Parc naturel régional du Haut-Languedoc
1 place du Foirail
BP.9 – 34220 Saint Pons de Thomières
04 67 97 38 22 / accueil@parc-haut-languedoc.fr
www.parc-haut-languedoc.fr



PnrHL – Janvier 2019 – Rédaction : A.Fournié / Relecture : N.Sautter / Graphisme : L.Celton / Impression : Maraval (Courniou -34). Soucieux de l'environnement, ce guide est imprimé avec des encres végétales sur du papier issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées.