



TROPHÉE DE LA FOURCHETTE D'OR



LE GÂCHIS, ça suffit !



TOUS ENSEMBLE,
LUTTONS CONTRE
LE GASPILLAGE
ALIMENTAIRE

FAIS GAGNER
LA FOURCHETTE D'OR
À TON ÉCOLE



N'EN PERDS PAS UNE MIETTE
FINIS TON ASSIETTE !



Edito de la Rédaction

LUTTONS ENSEMBLE CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE !

Chers enfants,

Saviez-vous qu'en France, près de 20 % de la nourriture produite est gaspillée ? C'est une quantité énorme !

C'est pourquoi notre ville, Puteaux, s'est engagée depuis 2018 dans la lutte contre le gaspillage alimentaire. Nos efforts ont même été reconnus par une belle récompense : la Marianne d'or du développement durable. Nous l'avons obtenue grâce à notre dispositif « Appétit de moineau, faim de loup », qui vous permet de choisir la portion qui vous convient le mieux. C'est simple : moins de gaspillage et toujours autant de plaisir !

En plus de cela, vous connaissez sûrement déjà les tables de tri qui vous aident à trier vos restes, ainsi que notre défi « Zéro Gaspi ». Ce concours récompense chaque année l'école qui génère le moins de déchets alimentaires avec la prestigieuse Fourchette d'or.

Des résultats exceptionnels !

L'an dernier, vous avez été incroyables ! En moyenne, les écoles de Puteaux ont produit moins de 44 grammes de déchets par plateau-repas, ce qui est deux fois moins que la moyenne nationale de 100 grammes. C'est un résultat remarquable dont nous pouvons être fiers.

Un grand bravo à l'école Pyramide, qui a remporté la **Fourchette d'or** avec seulement 27 grammes de déchets par plateau. Félicitations également à l'école Marius Jacotot pour sa **Fourchette d'argent** (30,53 g/plateau) et à l'école Voltaire pour sa **Fourchette de bronze** (31,54 g/plateau).

Et pour cette année ?

Cette année encore, les trois écoles les plus exemplaires seront récompensées par les Fourchettes d'or, d'argent et de bronze.

Pour vous aider, ce livret est rempli d'astuces, de jeux et de recettes pour lutter contre le gaspillage alimentaire. Chaque petit geste compte !

Alors, nous comptons sur vous pour continuer vos efforts et aider votre école à remporter la Fourchette d'or !

QU'EST-CE QUE LE GASPILLAGE *alimentaire ?*

Le gaspillage alimentaire c'est le fait de jeter à la poubelle de la nourriture que l'on aurait pu manger : produits entamés que l'on n'a pas terminés, produits inentamés à présent périmés, restes de repas...



ET TOI ? EST-CE QUE CELA T'ARRIVE DE JETER DE LA NOURRITURE ?

- Toujours
- Souvent
- Jamais

SI TU N'AS PAS TRÈS FAIM OU SI TU N'AIMES PAS, EST-CE QUE TU DEMANDES À EN AVOIR UN PETIT PEU SEULEMENT ?

- Oui
- Je n'ose pas
- Je n'y pense pas

CHEZ TOI, EST-CE QUE TU TERMINES TON ASSIÈTE ?

- Toujours
- Souvent
- Jamais

EST-CE TOI QUI JETTES LE RESTE DE TON ASSIÈTE À LA POUBELLE ?

- Oui
- Non
- Parfois



*Retrouve les meilleures réponses
et ta marge de progrès page 25*

POURQUOI EST-CE IMPORTANT DE RESPECTER la nourriture ?



Respecter la nourriture en évitant toute forme de gaspillage permet :



D'ÉCONOMISER
de l'argent



DE PRÉSERVER
les ressources
naturelles

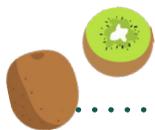


DE SE COMPORTER
en citoyen
responsable



DE RÉDUIRE
la quantité
de déchets

*Le gaspillage alimentaire cela fait des tonnes de
nourriture jetées à la poubelle et aussi beaucoup
de ressources naturelles utilisées pour rien.*



COCHE LA BONNE RÉPONSE :

10% 25% 50% de la nourriture produite dans le monde est jetée à la poubelle.

En France, on jette, par personne et par an,

4kg 7kg 10kg de produits alimentaires emballés et inentamés...



LE CHALLENGE ZÉRO-GASPI ET LE TROPHÉE DE LA Fourchette d'or !

La ville de Puteaux organise, depuis 2018, un **Challenge « zéro gaspi »** qui s'inscrit dans une campagne de lutte **contre le gaspillage alimentaire**.

Dans les restaurants scolaires de Puteaux, à la fin de chaque déjeuner, les écoliers débarrassent eux-mêmes leur plateau : d'un côté les restes d'aliments, et de l'autre, les déchets non organiques tels que les pots de yaourt.

A la fin de chaque service, tous les déchets alimentaires (biodéchets) sont pesés et chaque mois un bilan chiffré du gaspillage alimentaire, école par école, est établi tenant compte du nombre de convives par établissement. Cela permet d'établir le poids moyen de déchets alimentaires par plateau repas.

A la fin de l'année scolaire, l'école ayant le moins gaspillé a ainsi le privilège de recevoir **le Trophée de la Fourchette d'or**.

TROUVE LES MOTS CACHÉS DANS LA GRILLE

P	D	I	G	N	I	T	E	J	U	S	T	I	C	E
O	L	A	B	O	R	D	A	B	L	E	B	I	E	N
P	R	T	E	A	V	T	P	L	A	N	E	T	E	F
U	P	E	P	A	I	X	O	B	J	E	C	T	I	F
L	A	R	D	R	E	S	P	O	N	S	A	B	L	E
A	R	R	O	E	O	C	U	L	T	U	R	E	O	A
T	T	E	O	P	C	S	E	N	E	R	G	I	E	U
I	E	S	D	T	R	E	P	U	T	E	A	U	X	U
O	N	T	H	E	R	E	N	E	G	A	L	I	T	E
N	A	R	S	A	N	T	E	T	R	V	I	L	L	E
S	R	E	C	E	D	U	C	A	T	I	O	N	O	R
E	I	N	N	O	V	A	T	I	O	N	T	O	N	U
T	A	Q	U	A	T	I	Q	U	E	L	I	E	N	S
R	T	D	U	R	A	B	L	E	C	L	I	M	A	T
E	S	D	E	V	E	L	O	P	P	E	M	E	N	T

**PAIX, PROSPÉRITÉ,
POPULATIONS, PLANÈTE,
PARTENARIATS, INNOVATION,
ÊTRE, ÉDUCATION, ÉGALITÉ,
LIENS, RESPONSABLE, BIEN,
VIE, AQUATIQUE, PROPRE,
TERRESTRE, EAU, OR, CLIMAT,
CULTURE, JUSTICE, DURABLE,
DÉVELOPPEMENT, DIGNITÉ,
DÉCENT, OBJECTIF, SANTÉ,
ÉNERGIE, ABORDABLE, VILLE,
PUTEAUX, ONU.**

Lorsque tu auras barré tous ceux qui figurent dans la liste, une partie des lettres restantes te permettra de retrouver le nom d'un défi anti gaspi auquel participent tous les restaurants scolaires de Puteaux.

DÉFI ANTI GASPI (EN 3 MOTS) : _ _ _ _ _

Pour l'année scolaire 2024-2025, nous avons comptabilisé

43,41 g

de déchets alimentaires par plateau repas en moyenne dans les restaurants scolaires de Puteaux, soit moins de la moitié par rapport à la moyenne française qui est de 100 g.



L'AN DERNIER, TROIS ÉTABLISSEMENTS SE SONT DÉMARQUÉS EN OBTENANT LES MEILLEURS RÉSULTATS :



- 1. PYRAMIDE (FOURCHETTE D'OR)**
- 2. MARIUS JACOTOT (FOURCHETTE D'ARGENT)**
- 3. VOLTAIRE (FOURCHETTE DE BRONZE)**

PALMARÈS COMPLET AVEC LES POIDS MOYENS DE DÉCHETS ALIMENTAIRES PAR PLATEAU CONSTATÉS :

- Pyramide : 27,55 g/plateau
- Marius Jacotot : 30,53 g/plateau
- Voltaire : 31,54 g/plateau
- Les Bergères : 36,89 g/plateau
- Benoît Malon : 39,05 g/plateau
- Parmentier : 39,14 g/plateau
- République : 52,44 g/plateau
- Jean Jaurès : 55,09 g/plateau
- Jean de la Fontaine : 57,55 g/plateau
- La Rotonde : 64,33 g/plateau

ET EN 2025-2026, QUI SERA LE NOUVEAU *lauréat du concours ?*

Grâce à ton implication et ton comportement exemplaire, c'est peut-être ton école qui sera distinguée à la fin de l'année scolaire par **le Trophée de la Fourchette d'or** !

Pour t'aider à relever le défi, des actions anti-gaspi ont été déployées dans les restaurants scolaires de Puteaux depuis plusieurs années.



Ainsi par exemple, les écoliers sont encouragés dès le plus jeune âge à respecter la nourriture lors de leur passage au self grâce au dispositif « **Appétit de moineau / Faim de loup** » : munis de la carte de leur choix, les enfants sont invités à réclamer des portions adaptées à leur appétit du jour, ce qui les responsabilise.

Le savais-tu ?

La Ville de Puteaux a remporté une **Marianned'or**, concours récompensant les projets menés par les élus locaux en faveur de l'intérêt général, pour le dispositif « Appétit de moineau / Faim de loup ». Les écoliers putéoliens se sont largement appropriés cette astuce, si bien qu'ils ont même pris l'habitude de demander plutôt « moineau » pour tel aliment et plutôt « loup » pour un autre. Une habitude qui porte ses fruits, puisque les portions réclamées par les écoliers permettent aux équipes du Service de restauration d'ajuster les quantités nécessaires pour satisfaire

tout le monde, sans pour autant gaspiller.

Ce dispositif est très utile pour **lutter contre le gaspillage alimentaire** et même si parfois les enfants se trompent de carte ce n'est pas grave : ils peuvent changer d'avis au moment d'être servis. Ils peuvent également demander à être resservis si besoin.

Au-delà de ce dispositif, on incite toujours les enfants à goûter une petite quantité, notamment les légumes, même s'ils disent ne pas aimer cela.

MOI, MOCHE ET BON... LES FRUITS ET LÉGUMES PAS BEAUX MAIS *drôlement bons !*



QUEL EST CE FRUIT MOCHE ? QUEL EST CE LÉGUME MOCHE ?

Chaque année ce sont, hélas, près de **10 millions de tonnes** de nourriture qui sont jetées en France.

En cause : les quantités d'aliments perdus du producteur au consommateur, en passant par les supermarchés. Car entre les calibres imposés par la grande distribution et notre désamour pour les fruits et légumes moches, beaucoup de produits terminent à la poubelle avant même d'avoir connu les étals des magasins. Pourtant, ces fruits et légumes dits moches sont propres à la consommation.



Des solutions existent pour les consommer de manière plus responsable et sans gaspillage : par exemple en réalisant une compote ou une purée.



BON ÉCOLOGIQUE MOINS CHER

Les équipes du service Restauration rivalisent d'ingéniosité et de bonnes idées pour limiter le gaspillage et nous partagent leurs secrets.

LES SPÉCIFICITÉS DE PUTEAUX

Il faut souligner **la qualité et la fraîcheur** des produits servis dans les restaurants scolaires à Puteaux : **quand c'est bon, on ne gaspille pas !** Tout est préparé sur place le jour même, toutes les entrées sauf exception sont cuisinées et assaisonnées sur place, toutes les soupes et les sauces sont **faites maison**, la viande arrive fraîche et non congelée sauf exception.



LES ASTUCES ANTI GASPILLAGE UTILISÉES PAR LES RESTAURANTS SCOLAIRES DE PUTEAUX

Le pain, que l'on tranche, est servi le lendemain s'il en reste sous forme de pain à l'ail persillé. Ainsi il n'est pas gaspillé et les enfants adorent cela.



Certaines cuissons sont réalisées au plus proche du service afin d'**éviter le gaspillage**. On réajuste les quantités après avoir connaissance des effectifs à 9h30 le matin.

Cela coûte plus cher à la ville qu'un fonctionnement où tout est fabriqué en cuisine centrale. Mais cela permet aux cuisiniers d'**exprimer leur talent et leur originalité**. Si le menu est le même pour toutes les écoles de la ville, il y a ainsi toujours des nuances dans l'exécution de la recette selon la personnalité du chef et de l'équipe de restauration.

Les fruits sont également présentés coupés plutôt qu'entiers afin d'éviter le gaspillage. S'il en reste, ils deviennent de la compote ou sont intégrés aux pâtisseries. **Tout est réutilisé au maximum.**



Le savais-tu ?

Pour faire **aimer les légumes** aux enfants tout en gaspillant moins, il est conseillé de **saler les légumes avant la cuisson** plutôt que de le faire après. Cela leur apporte un goût différent. Une pointe d'épices ou d'herbes fraîches peut aussi contribuer à **rehausser le goût** : le cumin par exemple peut venir relever le goût des carottes.

De même, sur des haricots beurre, on

peut ajouter des carottes en batônnets et du persil haché et ainsi réaliser une présentation plus colorée et attrayante.

On peut également ajouter des cornichons hachés et des petits dés de carottes crues dans une salade de lentilles pour un goût plus frais, croquant et original et n'ajouter l'huile d'olive qu'à la toute fin sans la faire cuire pour qu'elle garde tout son arôme.

Retrouvez vos cartes à colorier page 24

MOTS CROISÉS

Écris le nom des légumes de haut en bas et de droite à gauche sur la grille à partir du numéro correspondant à leur définition.

The crossword puzzle grid consists of 20 numbered starting points for words:

- 1: Down (Cauliflower)
- 2: Down (Leek)
- 3: Across (Carrot)
- 4: Across (Radish)
- 5: Across (Onion)
- 6: Down (Potato)
- 7: Across (Pea)
- 8: Down (Tomato)
- 9: Across (Eggplant)
- 10: Across (Bell pepper)
- 11: Down (Pumpkin)
- 12: Down (Broccoli)
- 13: Down (Corn)
- 14: Across (Cucumber)
- 15: Down (Asparagus)
- 16: Across (Bean)
- 17: Across (Mushroom)
- 18: Down (Carrot)
- 19: Down (Potato)
- 20: Down (Cucumber)

- 1 : Cousin du chou-fleur, je suis tout vert. Je suis le chou...
- 2 : Je suis une grosse fleur dont on mange le cœur. Si quelqu'un est facilement ému, on dit qu'il a un cœur d'...
- 3 : Je suis tout jaune et pousse sur un épi.
- 4 : On dit de moi que je suis bonne pour la peau et la vue.
- 5 : Tout petit, rouge et blanc, je picote quand tu me croques.
- 6 : Tu peux me manger en purée, rôtie, sautée ou frite (en 3 mots)
- 7 : Je suis un légume-fruit rouge. Tellement rouge que quand tu rougis, on te dit que tu es rouge comme moi.
- 8 : Je fais pleurer les gens mais je ne suis pas méchant.
- 9 : Avec moi, tu peux faire de la soupe et décorer ta maison le 31 octobre.
- 10 : Comme le chou-fleur on mange mes fleurs, je suis tout vert et viens d'Asie mineure.
- 11 : Si je suis blanche on fait de moi du sucre. Si je suis rouge on me mange cuite et je tâche.
- 12 : Je suis blanc en bas et vert en haut car je pousse à moitié sous la terre.
- 13 : J'existe en orange, jaune, vert ou rouge. Je suis un légume-fruit et on me trouve surtout dans la cuisine méditerranéenne. Je suis aussi bon cru que cuit.
- 14 : Toute verte et longue, on me mange avec la peau, en gratin, je suis très chouette.
- 15 : On me trouve cuit dans le ragout et le couscous et très souvent à la télé.
- 16 : Fin, très fin ou extra fin, on en mange sans faim. Je suis vert ou jaune.
- 17 : Ma racine est blanche, dans ton assiette elle est rapée. Mes branches se mangent cuites ou crues et sont vertes.
- 18 : Je suis verte ou blanche. Si tu es grand on dit que tu l'es comme moi.
- 19 : On dit que je suis riche en fer. Mes feuilles vertes sont les légumes le plus riches en minéraux et vitamines.
- 20 : Je suis un légume-fruit tout vert, ma pulpe est blanche et on me mange cru en rondelles dans une salade. Je suis très frais et apprécié l'été.

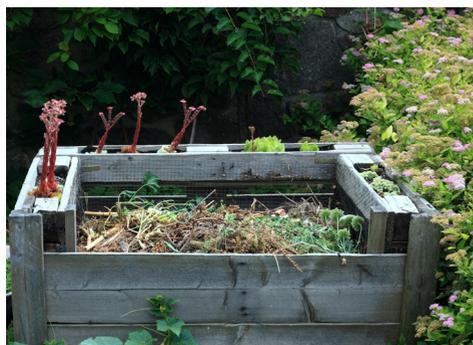
TRIER SES DÉCHETS ALIMENTAIRES À PUTEAUX, *c'est facile !*



A LA MAISON, POUR LE TRI DES DÉCHETS ALIMENTAIRES, TROIS SOLUTIONS SONT POSSIBLES :

1. Les abris-bacs pour déchets alimentaires

Ces dispositifs d'apport volontaire se déploient progressivement sur l'ensemble de la Ville. Leur accès nécessite un badge à récupérer auprès du Pôle déchets ou du Point Puteaux Infos.



2. Les composteurs

En habitat collectif ou en jardin, les composteurs permettent de produire du compost à partir de restes alimentaires ou végétaux et de déchets ménagers secs (brindilles, carton brun, journaux, végétaux séchés...).

3. Les lombricomposteurs

En appartement et habitat sans jardin, il est également possible de composter chez soi grâce au lombricompostage. Un lombricomposteur permet de produire un compost à l'aide de vers de terre.



COMMENT BIEN TRIER SES BIODÉCHETS À L'AIDE D'UN ABRI BAC, D'UN COMPOSTEUR OU D'UN LOMBRICOMPOSTEUR ?

Relie les déchets à la poubelle qui lui correspond (pour certains déchets, plusieurs réponses sont possibles, attention aux intrus !)



LES DÉCHETS DE CUISINE

épluchures, coquilles d'œufs, marcs de café, filtres en papier, fruits et légumes abîmés...



LES DÉCHETS DE LA MAISON

mouchoirs en papier et essuie-tout, carton brun



PRODUITS CHIMIQUES

produits ménagers, javel, détartrants, lingettes nettoyantes, ...



LES DÉCHETS DU JARDIN

tonte de gazon, feuilles, fleurs fanées, branchage...



DÉCHETS RECYCLABLES

Plastiques, verre et métaux



DÉCHETS ALIMENTAIRES ISSUS D'UN ANIMAL

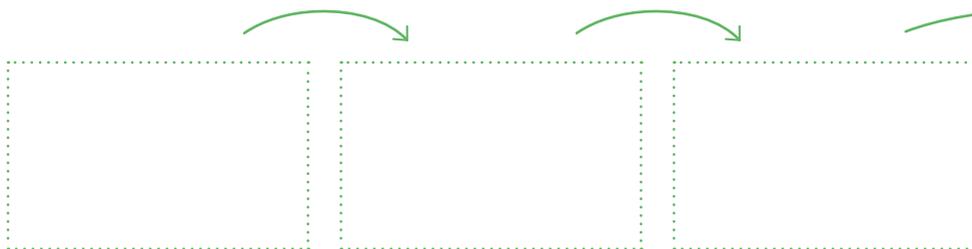
os, arêtes de poisson, peau, crustacés, ...

**ABRI-BAC
POUR DÉCHETS
ALIMENTAIRES**

COMPOSTEUR

**LOMBRI
COMPOSTEUR**

Placer les vignettes photos dans l'ordre des étapes du circuit de valorisation des déchets alimentaires à Puteaux .





LES DATES DE PÉREMPTION SONT RESPONSABLES DE 10% DU gaspillage alimentaire en France.

Certains aliments sont encore consommables même si la date indicative de validité est dépassée, d'autres sont au contraire périmés.

La mention « à consommer de préférence avant le... » ou DDM (date de durabilité minimale) précise la limite d'utilisation optimale. Après cette date, certaines propriétés telles que le goût, la couleur et la texture peuvent être altérées (blanchiment du chocolat, ramollissement des biscuits...). Le produit peut toutefois être consommé sans danger pour la santé sauf signe de détérioration (moisissure, odeur, tâches de pourriture...)

La mention « à consommer jusqu'au... » ou DLC (date limite de consommation) signifie que passé cette date il est périmé. Consommer le produit peut présenter un risque pour la santé. Cette mention concerne les denrées telles que la viande fraîche, le poisson, le lait, les légumes prédécoupés, les salades prêtes à l'emploi, les plats préparés...

COCHER LA OU LES BONNES RÉPONSES : (PLUSIEURS RÉPONSES SONT POSSIBLES)

La mention « à consommer de préférence avant le ... » signifie qu'après cette date :

- les produits sont périmés
- il ne faut surtout pas les manger
- les produits risquent de perdre certaines de leurs propriétés (goût, couleur, texture).

La mention « à consommer jusqu'au... » signifie qu'après cette date :

- les produits sont périmés
- les consommer présente un risque pour la santé.

CONSEILS PRATIQUES

Demain,
je termine les restes.

Avant d'entamer un
produit, je termine celui
qui est ouvert.

Avant de faire les courses, je
regarde ce qui reste dans le frigo
et je fais une liste.

Régulièrement, je
vérifie ce qu'il y a
dans mes placards.

NE PAS OUBLIER

Jeter = payer

Gaspiller, ça coûte cher au porte-monnaie

Gaspiller, ça fait mal à la planète

Gaspiller, ça fait des tonnes de déchets

Consommer juste, « ça le fait » !

DES RECETTES ET DES ASTUCES POUR *accommoder les restes.*

POMMES DE TERRE RISSOLÉES



Pour utiliser les restes de pommes de terre cuites à la vapeur de la veille

INGRÉDIENTS

- Pommes de terre cuites à la vapeur
- Oignon
- Ail
- Lardons
- Romarin
- Quelques cuillères d'huile d'olive
- Poivre et sel

PRÉPARATION

- Émincer finement l'oignon et presser l'ail.
- Couper les pommes de terre en fines tranches.
- Faire revenir les lardons dans l'huile d'olive.
- Quand les lardons sont cuits, ajouter les pommes de terre, l'oignon et l'ail.
- Assaisonner avec le poivre, le sel et le romarin.
- Laisser cuire une quinzaine de minutes, ou plus si vous les préférez bien croustillantes.
- Servir avec des légumes et/ou un morceau de viande.

TORTILLA ESPAGNOLE

(4 PERSONNES)



Pour utiliser des
petits restes de
légumes, de fromage
et de viande

INGRÉDIENTS

- 6 œufs
- 3 petites pommes de terre Oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 petit oignon
- Poivre et sel
- Restes au choix : jambon, fromage, tomates, champignons, courgette, aubergine, poivron...

PRÉPARATION

- Couper les pommes de terre en fines tranches et les faire cuire dans un peu d'eau.
- Faire revenir l'oignon jusqu'à ce qu'il soit transparent.
- Ajouter l'ail et les autres légumes coupés en fines tranches.
- Laisser cuire.
- Battre les œufs.
- Ajouter les pommes de terre et le jambon au mélange de légumes.
- Enfin, ajouter les œufs battus et terminer avec le fromage.
- Assaisonner avec le poivre et le sel.
- Laisser cuire les œufs sans mélanger.

Cette recette peut être préparée suivant de nombreuses variations. Les seuls ingrédients indispensables sont les œufs, les pommes de terre, l'oignon et l'ail. Le reste peut être ajouté au choix. Des légumes déjà cuits peuvent aussi être utilisés.

RATATOUILLE PROVENÇALE



Pour utiliser une grande variété de restes de légumes crus et cuits et éventuellement de la viande.

INGRÉDIENTS

- Restes de légumes crus ou cuits, les légumes les plus adaptés sont les tomates, les champignons, les courgettes, les aubergines, les poivrons, les haricots...
- Restes de viande crue ou cuite : poulet, lardons, saucisse, carbonnade, agneau...
- Oignon
- Ail
- Mélange d'épices provençales

PRÉPARATION

- Faire revenir l'ail et l'oignon jusqu'à ce qu'ils soient transparents.
- Ajouter éventuellement les restes de viande crue.
- Quand la viande est cuite, ajouter un peu d'eau (pour éviter que cela ne brûle) et les restes de légumes crus.
- Assaisonner avec le poivre, le sel et le mélange d'épices provençales.
- Mettre un couvercle et laisser cuire.
- Quand les légumes sont cuits, ajouter les restes de viande et de légumes cuits.
- Laisser encore cuire 5 minutes.
- Servir avec des pâtes ou des pommes de terre.

PUDDING AU PAIN



Pour utiliser
les restes
de pain

INGRÉDIENTS

- 450 g de pain rassis
- 750 ml de lait
- 4 oeufs
- Quelques raisins secs ou pépites de chocolat (facultatif)
- ½ cuillère à café de cannelle (facultatif)
- Rhum (facultatif)
- Vanille en poudre
- Sucre (au goût)

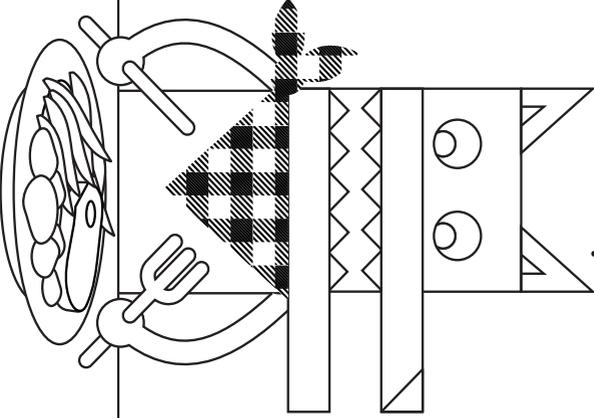
PRÉPARATION

- Préchauffer le four à 200°C.
- Faire tiédir le lait avec le sucre.
- Dans un saladier, mettre le pain découpé en gros cubes.
- Arroser de lait tiède, laisser tremper 10 minutes et pétrir jusqu'à obtention d'une pâte épaisse.
- Ajouter les raisins secs (ou pépites de chocolat), la cannelle, la vanille et les œufs battus en omelette.
- Verser la préparation dans un plat allant au four et cuire pendant 1 heure.

CARTES À colorier

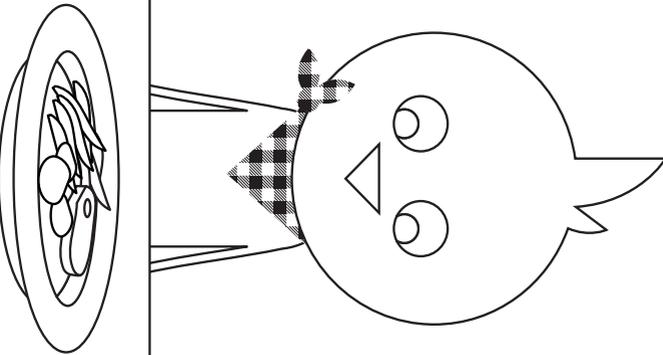

VILLE DE
PUTEAUX

*J'ai une faim
de loup !*




VILLE DE
PUTEAUX

*J'ai un appétit
de moineau*



PAGES DES solutions!

QU'EST-CE QUE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE ?

Tu as obtenu :

- un maximum de Δ

Félicitations, continue à gaspiller le moins possible.

- un maximum de \square

C'est bien. Poursuis tes efforts pour gaspiller encore moins.

- un maximum de \circ

Vraiment ? Lis attentivement ce livret et trouve des astuces pour t'aider à gaspiller moins.

POURQUOI EST-CE IMPORTANT DE RESPECTER LA NOURRITURE ?

Le gaspillage alimentaire implique des tonnes de nourriture jetées à la poubelle et aussi beaucoup de ressources naturelles utilisées pour rien. **25%** de la nourriture produite dans le monde est jetée à la poubelle. En France, on jette, par personne et par an, **7kg** de produits alimentaires emballés et inentamés.

LE CHALLENGE ZÉRO-GASPI ET LE TROPHÉE DE LA FOURCHETTE D'OR

P	D	I	G	N	I	T	E	J	U	S	T	I	C	E
O	L	A	B	O	R	D	A	B	L	E	B	I	E	N
P	R	T	E	A	V	T	P	L	A	N	E	T	E	F
U	P	E	P	A	I	X	O	B	J	E	C	T	I	F
L	A	R	D	R	E	S	P	O	N	S	A	B	L	E
A	R	R	O	E	O	C	U	L	T	U	R	E	O	A
T	T	E	O	P	C	S	E	N	E	R	G	I	E	U
I	E	S	D	T	R	E	P	U	T	E	A	U	X	U
O	N	T	H	E	R	E	N	E	G	A	L	I	T	E
N	A	R	S	A	N	T	E	T	R	V	I	L	L	E
S	R	E	C	E	D	U	C	A	T	I	O	N	O	R
E	I	N	N	O	V	A	T	I	O	N	T	O	N	U
T	A	Q	U	A	T	I	Q	U	E	L	I	E	N	S
R	T	D	U	R	A	B	L	E	C	L	I	M	A	T
E	S	D	E	V	E	L	O	P	P	E	M	E	N	T

Lettres restantes :

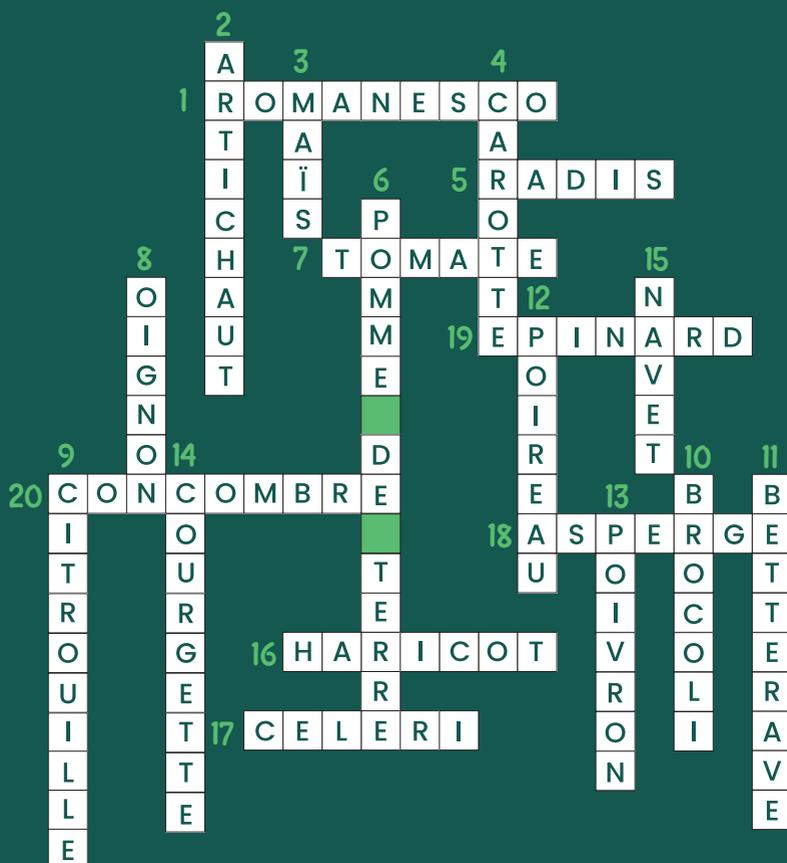
L R E O O D H C A P T E R R T E O F U

Le mot à trouver avec les lettres restantes est « **FOURCHETTE D'OR** ».

MOI, MOCHE ET BON... LES FRUITS ET LÉGUMES PAS BEAUX MAIS DRÔLEMENT BONS !

Mots croisés

1. romanesco, 2. artichaut, 3. maïs, 4. carotte, 5. radis, 6. pomme de terre, 7. tomate, 8. oignon, 9. citrouille, 10. brocoli, 11. betterave, 12. poireau, 13. poivron, 14. courgette, 15. navet, 16. haricot, 17. celeri, 18. asperge, 19. épinard, 20. concombre



TRIER SES DÉCHETS ALIMENTAIRES À PUTEAUX, C'EST FACILE !

Autorisés dans les 3 :

Les déchets de cuisine (épluchures, coquilles d'œufs, marcs de café, filtres en papier, fruits et légumes abîmés...)

Interdits dans les 3 :

Plastiques, verre et métaux
Produits chimiques

Autorisés dans le composteur et le lombricomposteur :

Les déchets de la maison (mouchoirs en papier et essuie-tout, carton brun)

Autorisés dans le composteur uniquement :

Les déchets du jardin (tonte de gazon, feuilles, fleurs fanées, branchage...)

Autorisés dans les abri bacs pour déchets alimentaires uniquement :

Déchets alimentaires issus d'un animal (os, restes de repas...)

LE CIRCUIT DE VALORISATION DES DÉCHETS ALIMENTAIRES À PUTEAUX



LES DATES DE PÉREMPTION SONT RESPONSABLES DE 10% DU GASPILLAGE ALIMENTAIRE EN FRANCE.

La mention « à consommer de préférence avant le ... » signifie qu'après cette date : **les produits risquent de perdre certaines de leurs propriétés** (goût, couleur, texture).

La mention « à consommer jusqu'au... » signifie qu'après cette date : **les produits sont périmés et les consommer présente un risque pour la santé.**

UN PETIT GESTE

=

un grand impact demain



*Et toi que fais-tu contre
le gaspillage alimentaire ?*