



ENSEMBLE

contre le gaspillage alimentaire

TROUSSE 2

Le gaspillage alimentaire de la ferme à la distribution





Table des matières

INTRODUCTION	3
Présentation globale du projet	3
Liens avec le Programme de formation de l'école québécoise	3
Astuces d'animation et d'utilisation	4
TROUSSE 2 - Le gaspillage alimentaire de la ferme à la distribution	5
Objectifs de la trousse	5
Ce que comprend la trousse	5
Introduction aux élèves	6
Activité 1 - Le destin du maïs	7
Activité 2 - Défis de transformation	10
Activité 3 - Le labyrinthe du transport	11
Activité 4 - Une pizza avec ça?	13
Activité 5 - Vendre ou jeter?	18

Introduction

Présentation globale du projet

Nous entendons de plus en plus parler de gaspillage et d'insécurité alimentaire. Les quatre troussees éducatives « Ensemble contre le gaspillage » abordent des thématiques différentes, mais liées à la réduction du gaspillage alimentaire. Les façons dont le gaspillage se manifeste, ses causes, ses conséquences et les moyens d'y remédier sont au cœur de la conversation. Elles proposent aux élèves du 3^e cycle du primaire et à leur famille de mieux comprendre le gaspillage alimentaire, tout en les amenant à réfléchir à des actions simples et concrètes pour le réduire.

Les objectifs de ces troussees sont de :

- Sensibiliser les élèves au gaspillage alimentaire et à ses impacts à travers diverses activités;
- Comprendre les causes et les conséquences du gaspillage alimentaire;
- Amener les élèves à proposer des solutions pour le réduire;
- Encourager la mise en place d'au moins un geste concret pour diminuer leur propre gaspillage alimentaire.

Les troussees 1 à 3 sont conçues pour être réalisées en classe et guider les élèves dans la découverte du gaspillage alimentaire à travers cinq activités courtes, interactives et adaptées à leur âge, d'une durée d'environ 15 minutes chacune. Chaque activité comprend un objectif précis, un déroulement détaillé et des exercices dans le cahier de l'élève, qui favorisent la réflexion et le passage à l'action.

La trousse 4, quant à elle, s'adresse aux familles et propose des astuces simples et concrètes pour réduire le gaspillage alimentaire à la maison.

Liens avec le Programme de formation de l'école québécoise

La présente trousse permet de faire plusieurs liens avec les compétences transversales suivantes, du domaine Environnement et consommation ainsi que du domaine de l'Univers social :

- Exercer son jugement critique;
- Communiquer de façon appropriée;
- Résoudre des problèmes;
- Mettre en œuvre sa pensée créatrice.

Elle s'appuie également sur la progression des apprentissages en Sciences et technologies en permettant, entre autres, aux élèves de :

- Décrire des impacts des activités humaines sur son environnement (ex. : exploitation des ressources, pollution, gestion des déchets, aménagement du territoire, urbanisation, agriculture);
- Décrire les principales étapes de production de divers aliments de base (ex. : fabrication du beurre, du pain, du yogourt);
- Expliquer des concepts scientifiques et technologiques associés au recyclage et au compostage.



TROUSSE 2

Le gaspillage alimentaire de la ferme à la distribution

Objectifs de la trousse

- Découvrir où et pourquoi les aliments sont gaspillés à la ferme, lors de la transformation, dans le transport, en épicerie et au restaurant.
- Collaborer pour résoudre des situations de gaspillage et proposer des solutions réalistes.
- Réfléchir à ses propres comportements de consommation et à leurs conséquences sur le gaspillage.

Ce que comprend la trousse

- Déroulement par étape des 5 activités de la trousse 2;
- Cahier de l'élève trousse 2;
- Corrigé du cahier de l'élève trousse 2;
- Image de champ de maïs;
- Schéma d'une chaîne de transformation alimentaire;
- Objets pour représenter la nourriture : images de pommes vertes à découper;
- Schéma du transport dans le cycle alimentaire;
- Paire d'images : pomme et banane;
- Carte du monde pour situer le Québec;
- 2 cartes du monde illustrant le trajet de la banane et du chocolat;
- 2 cartes de l'Amérique du Nord illustrant le trajet de la pomme et de la tomate;
- Cartons de personnages à découper;
- Scénarios des mises en situation;
- Triple images : tomate, yogourt, boîte de conserve;
- Paire d'images : viande hachée et conserve de petits pois;
- Paire d'images : viande hachée et conserve de petits pois avec la réponse.

Comment utiliser la trousse

Cette trousse éducative est conçue pour guider vos élèves dans la découverte du gaspillage alimentaire à travers des activités courtes, interactives et adaptées à leur âge. Chaque activité dure environ 15 minutes et comprend un objectif précis, un déroulement détaillé et des exercices dans le cahier de l'élève. Des exercices dans le cahier sont aussi proposés si vous souhaitez faire un rappel global des notions vues.

Avant d'animer une activité, nous vous suggérons de :

- Préparer le matériel : consultez la section *Matériel* de chaque activité pour vérifier ce qu'il faut imprimer (visuels, graphiques, fiches), découper ou projeter. La quantité de matériel est volontairement réduite pour faciliter l'animation.
- Prendre connaissance du contenu notionnel : les activités incluent un résumé des savoirs clés, rédigé pour vous. Vous pouvez le lire avant l'activité et vous y référer au besoin lors de l'animation.

Pour vous soutenir, un corrigé du cahier de l'élève est fourni à la fin de la trousse. Il vous permet de rapidement vérifier les réponses attendues aux exercices (quiz, association, compréhension de lecture, etc.), tout en laissant place à la discussion et à l'interprétation des élèves. Vous trouverez aussi, à travers le déroulement des activités, des idées de questions pour alimenter la réflexion et faire progresser les discussions.

Vous pouvez suivre l'ordre proposé ou sélectionner certaines activités selon le temps disponible. Les visuels et supports fournis servent à stimuler la discussion, mais la participation active des élèves est au cœur de l'apprentissage. L'important est de favoriser la réflexion, la discussion et la prise de conscience plutôt que de chercher des réponses exactes.

Introduction aux élèves

Voici quelques idées simples pour introduire les concepts de la trousse 2 et effectuer un retour sur les acquis de la trousse 1 :

- Tempête de mots : demandez aux élèves de nommer des concepts ou des éléments appris de la trousse 1. Vous pouvez écrire un mot central (comme gaspillage) et inscrire en périphérie toutes les idées en lien avec ce terme.
- Schéma : dessinez un cercle au tableau avec six espaces vides. Demandez aux élèves de se remémorer les étapes du cycle alimentaire.
- Question d'ouverture : « D'après vous, à quelle étape du cycle alimentaire y a-t-il le plus de gaspillage? Pourquoi? »

Ces méthodes vous permettent de mobiliser à nouveau les apprentissages de la trousse 1 et de créer un climat participatif avant de plonger dans les activités structurées de la trousse 2.

Activité 1 - Le destin du maïs

Mise en contexte

Les élèves découvrent le parcours du maïs en vivant une histoire interactive dont ils sont les héros. Tout au long de l'activité, ils votent sur les décisions à prendre et discutent des causes du gaspillage en milieu agricole.

Durée

15 minutes

Objectifs

- Comprendre que le gaspillage alimentaire commence dès la production agricole, bien avant d'arriver dans nos assiettes.
- Identifier les causes de pertes alimentaires à la ferme et lors de la récolte.

Matériel

- Cahier de l'élève de la trousse 2;
- Image de champ de maïs.

Installation préalable

Aucune installation nécessaire.

Déroulement

1. Montrer la photo du champ de maïs. Poser les questions d'amorce : « Qui a déjà mangé du maïs? Est-ce que tous les maïs qui sont dans ce champ finissent dans une assiette? » (2 min)
2. Raconter l'histoire sur les maïs dont vous êtes le héros (en annexe, à la page suivante). (10 min)
3. Chaque fois qu'il y a une décision à prendre, demander aux élèves de voter. Chaque choix est suivi d'une discussion brève sur la cause du rejet.
4. À la fin de l'aventure, si toutes les raisons de gaspillage à la ferme n'ont pas été vues, mentionner les autres raisons.
5. Discuter : « Comment limiter les pertes et le gaspillage lors de la production des aliments? »
6. Dans le cahier, les élèves complètent les questions 1 et 2. Corriger. (4 min)

Contenu notionnel

Gaspillage alimentaire à la ferme

On estime que 13 % des fruits et légumes cultivés au Canada ne sont pas récoltés ou sont jetés après la récolte. Une récente enquête auprès des producteur-trices révèle que les aliments perdus sont principalement utilisés pour l'épandage, le compostage, la production d'énergie et l'alimentation animale.

Causes des pertes d'aliments à l'étape de la production :

- Élimination sélective pour satisfaire aux normes esthétiques et de qualité s'appliquant aux produits frais;
- Fluctuations saisonnières de l'offre et de la demande;
- Prévision inadéquate de la demande;
- Nombre insuffisant d'employé-e-s;
- Infrastructures inadéquates (stockage, manutention et transport);
- Annulation de commandes;
- Surproduction visant à assurer le respect d'engagements contractuels.

Pour limiter les pertes, plusieurs solutions existent :

- Valoriser les produits qui n'ont pas été vendus en les offrant à un prix réduit au kiosque de la ferme ou à des organismes communautaires pouvant les donner aux banques alimentaires ou les transformer;
- Adopter des outils numériques, technologiques ou robotiques qui améliorent le contrôle des paramètres de production;
- Recruter des bénévoles qui viennent récolter les fruits et légumes qui sont restés au champ;
- Sensibiliser à la beauté du « légume imparfait »;
- Optimiser la planification des cultures pour mieux ajuster la production à la demande.

Annexe - Histoire du maïs

Tu es un bel épi de maïs, bien accroché à ta tige dans un grand champ. Le soleil t'a réchauffé tout l'été, la pluie t'a donné à boire, et tu es presque prêt à être récolté... Mais attention! Ton avenir n'est pas encore assuré. À chaque étape, tu devras faire un choix qui décidera de ton destin.

Un vent fort se lève dans le champ. Le ciel devient noir, des éclairs zèbrent l'horizon...

Choisis ton destin :

A. Tu restes bien droit, convaincu de résister à la tempête. (Aller à la section 1)

B. Tu plies sous le vent, en espérant que tes grains soient épargnés. (Aller à la section 2)

Faire voter le groupe.

Section 1

De gros grêlons frappent tes feuilles et tes grains. Craaack! Tes grains sont abîmés, percés, écrasés. Tu restes au champ, mais personne ne viendra te récolter.

Ton destin : gaspillé par la météo.

(Fin de l'aventure)

Questionner le groupe : Quelle autre situation en lien avec la météo pourrait causer du gaspillage alimentaire en agriculture?

Section 2

Bravo! Tu as survécu à l'orage. Tes grains sont encore beaux et sucrés. Mais ce n'est pas le cas pour l'épi voisin. La grêle a eu raison de lui. Ses grains sont abîmés, percés, écrasés. Il restera au champ, personne ne viendra le récolter...

Questionner le groupe : Quelle autre situation en lien avec la météo pourrait causer du gaspillage alimentaire en agriculture?

Les jours passent et la récolte approche... Mais voilà que tu observes une petite bestiole sur les feuilles de l'épi en face de toi.

Choisis ton destin :

A. Tu alertes les autres épis en devenant jaune. (Aller à la section 4)

B. Tu as déjà vu des insectes, tu es convaincu que ce n'est rien. (Aller à la section 3)

Faire voter le groupe.

Section 3

Un insecte ravageur attaque tes feuilles et les grignote sans relâche. Sans tes feuilles, tu ne peux plus faire de photosynthèse. Ton épi finit par se dessécher et se casser avant même d'avoir pu être récolté.

Ton destin : gaspillé, parce que tu es gâché par des insectes ravageurs.

(Fin de l'aventure)

Questionner le groupe : Quel autre animal pourrait causer du gaspillage alimentaire?

Section 4

Bien joué, ton signal a alerté les autres épis de la présence du ravageur et les agriculteurs et agricultrices ont pu poser des actions pour minimiser les impacts de l'insecte nuisible. Tous les épis n'ont pas été aussi chanceux que toi. Certains, affectés par l'insecte, ont cassé et ne seront jamais récoltés.

Questionner le groupe : Quel autre animal pourrait causer du gaspillage alimentaire?

Enfin, la saison de récolte est arrivée!

Choisis ton destin :

A. Tu attends patiemment dans le champ, en espérant qu'on vienne te cueillir. (Aller à la section 5)

B. Tu gigotes d'impatience. (Aller à la section 6)

Faire voter le groupe.

Section 5

Albert, un travailleur, finit par te récolter. L'attente était longue. C'est parce que la ferme manque d'employé·e·s comme Albert pour récolter tous les épis! Tu quittes enfin le champ, mais, derrière, des centaines d'épis sont encore en attente d'être ramassés. Tu passes une demi-journée sur un étal au marché et un cuisinier t'achète pour faire une soupe de maïs sucrée. Tes grains finissent dans une assiette, partagés et dégustés.

Ton destin : savouré, pas gaspillé!

(Fin de l'aventure)

Section 6

Le temps file. Tu restes sur ta tige, mûr, puis trop mûr. Mais que se passe-t-il? La ferme manque d'employé·e·s pour récolter tous les épis... Les épis qui ne sont pas cueillis deviennent inutilisables. Les corbeaux, eux, sont contents...

Ton destin : gaspillé par manque de main-d'œuvre.

(Fin de l'aventure)

Questionner le groupe sur les métiers en agriculture.

Plus sur le maïs

Au Québec, la production de maïs sucré est une des plus importantes cultures avec le soya (et le sirop d'érable). Il existe des pertes potentielles à plusieurs étapes de la production agricole du maïs :

- Semis ou levée du plant : des gelées tardives, des sols trop humides ou des mauvais départs peuvent entraîner un taux élevé d'abandon des plants ou une levée incomplète, ce qui réduit la surface productive réelle.
- Croissance et développement : carences nutritionnelles (azote, etc.), maladies, ravageurs ou stress lié au manque ou au surplus d'eau peuvent réduire le rendement (moins d'épis, grains plus petits, épis disloqués, etc.).
- Récolte : les conditions météo défavorables (pluie, gel, détrempe) peuvent rendre les épis moins accessibles, causer des pertes mécaniques lors de la récolte. De plus, les épis non mûrs ou trop matures peuvent être laissés sur le champ s'ils ne sont pas conformes aux normes pour la transformation ou pour l'alimentation animale.
- Tri, stockage, transport : si les grains sont mal séchés, conservés dans de mauvaises conditions (humidité, infestations), ou s'ils subissent du dommage physique, une partie de la récolte doit être jetée ou vendue à perte.

Ces pertes se traduisent non seulement par une réduction de la quantité réellement utilisable de maïs, mais également par des coûts pour les producteurs et les productrices (les intrants, le travail, la machinerie, etc.), des ressources naturelles gaspillées (l'eau, les fertilisants, les sols), et des impacts environnementaux (les émissions associées à la production de ce maïs qui n'atteint pas sa destination utile).

Activité 2 - Défis de transformation

Mise en contexte

Les élèves participent à un jeu où chacun-e représente une étape d'une chaîne de production, avec des contraintes qui causent du gaspillage.

Durée

15 minutes

Objectifs

- Comprendre comment des pertes alimentaires peuvent survenir lors de la transformation industrielle.
- Expérimenter de manière ludique l'impact de contraintes sur la nourriture produite.

Matériel

- Cahier de l'élève de la trousse 2;
- Schéma d'une chaîne de transformation alimentaire;
- Objets pour représenter la nourriture : balles, cubes ou images de pommes vertes à découper (au moins 3 fois le nombre d'élèves);
- Grand récipient.

Installation préalable

Préparer une quantité suffisante d'objets ou découper les images de pommes.

S'assurer d'avoir de l'espace pour créer la chaîne. Installer les objets à un endroit qui en déterminera le début. Positionner à la fin de la chaîne un récipient tel qu'une boîte ou un grand contenant, afin que l'élève au bout de la chaîne puisse y placer les objets.

Déroulement

1. Montrer un visuel d'une chaîne de transformation et expliquer brièvement les différentes étapes pour l'exemple de la pomme : réception, lavage, inspection et tri, transformation – incluant le broyage et le pressage, la clarification et la filtration, le conditionnement – emballage, stockage). Questionner les élèves : « Selon vous, à quelle étape peut-on perdre de la nourriture? » (2 min)
2. Mettre en place la chaîne humaine. Chaque élève, debout les un-e-s à côté des autres, représente une étape de la production. Les objets représentent les produits qui sont transformés (par exemple des pommes en jus). Les élèves doivent faire passer les objets de main en main, comme dans une chaîne de production. Si un objet tombe ou si la chaîne arrête, il y aura du gaspillage. Commencer le jeu en passant les objets au bout de la chaîne. (7 min)
Pour expérimenter les pertes, ajouter des contraintes :
La demande est plus grande dans les épiceries pour le jus de pomme! (Faire passer les objets de plus en plus vite.)
On ajoute des saveurs de jus! (Augmenter le nombre d'objets dans la chaîne.)
La machinerie se brise! (Retirer des élèves de la chaîne ou créer des espaces plus grands entre chaque élève.)
3. Faire un retour au calme en questionnant sur les événements qui ont causé des pertes. « Que pouvons-nous apprendre sur le gaspillage dans les usines de transformation alimentaire? Quelle serait une solution? » (4 min)
4. Avec les réponses aux questions, les élèves complètent la question 3 dans le cahier. Si le temps le permet, les élèves font l'exercice 4. (2 min)

Contenu notionnel

Gaspillage lors de la transformation des aliments

La transformation et l'emballage des aliments entraînent des pertes importantes, qui pourraient souvent être évitées. Une partie est destinée à l'alimentation animale ou à l'enfouissement, tandis qu'une fraction est valorisée en bioproduits industriels. Le reste est gaspillé.

Environ 10 % des fruits, légumes, viandes et grandes cultures sont perdus à cette étape, à cause de normes de qualité strictes, de défaillances d'équipement, de tri et d'élimination des produits jugés non conformes ou inutilisables, de mauvaise qualité des intrants ou d'erreurs de planification.

Pour réduire ces pertes, on peut améliorer les emballages et les procédés de transformation, adopter des technologies de tri et de détection avancées, mieux planifier la production et valoriser les surplus et sous-produits en aliments, bioproduits ou dons.

Activité 3 - Le labyrinthe du transport

Mise en contexte

Les élèves complètent un labyrinthe, retraçant le parcours d'un aliment tout en évitant des imprévus. Les résultats sont partagés pour réfléchir aux impacts du transport des aliments.

Durée

15 minutes

Objectifs

- Comprendre que le transport des aliments comporte de nombreux imprévus qui peuvent entraîner du gaspillage alimentaire.
- Prendre conscience de la fragilité de la chaîne d'approvisionnement alimentaire et de son impact sur les pertes.

Matériel

- Cahier de l'élève de la trousse 2;
- Schéma du transport dans le cycle alimentaire;
- Paire d'images : pomme et banane;
- Carte du monde pour situer le Québec;
- 2 cartes du monde illustrant le trajet de la banane et du chocolat;
- 2 cartes de l'Amérique du Nord illustrant le trajet de la pomme et de la tomate.

Installation préalable

Aucune installation nécessaire.

Déroulement

1. Animer une discussion en groupe : « À quels moments de la vie d'un aliment y a-t-il du transport? » Montrer le schéma. (1 min)
2. Poursuivre : « Selon vous, quels aliments viennent de loin? Lesquels viennent du Québec? » À l'aide de la carte du monde, situer le Québec (en rose). Montrer les deux exemples (pomme du Québec et banane) et le trajet qu'ils font. (2 min)
3. Dans le cahier, les élèves complètent deux labyrinthes illustrés de l'exercice 5 : un labyrinthe pour un aliment local, la tomate, et un pour un aliment importé, le chocolat. En essayant d'éviter les imprévus (panne, bris, météo, manutention, etc.), les élèves tracent le parcours des aliments jusqu'à leur assiette. (6 min)
4. Partager les résultats, la distance et le nombre d'imprévus rencontrés. Montrer les cartes avec le voyage du chocolat et des tomates. Questionner le groupe sur ce qui se passe quand des fruits voyagent sur de longues distances et comment faire pour minimiser l'impact du transport. (4 min)
5. Dans le cahier, les élèves complètent la question 6. (1 min)

Contenu notionnel

Gaspillage lors du transport des aliments

Plus le transport est long, plus les aliments risquent de s'abîmer mécaniquement (chocs, mauvais emballage) ou de mal se conserver (température inadéquate), surtout les produits fragiles comme les fruits et légumes. Au Québec, le gaspillage lié au transport représente environ 4 % des pertes alimentaires. De plus, le transport sur de longues distances, ou « kilométrage alimentaire », contribue aux émissions de gaz à effet de serre.

Causes des pertes dans le transport :

- Mauvaise gestion : réfrigération absente ou défaillante.
- Manutention inadéquate ou manipulation inappropriée.
- Retards de livraison : problèmes logistiques (panne, bris, etc.) ou conditions météorologiques défavorables.
- Dommages durant le transport : accidents ou conditions non optimales, contamination.

Pour réduire ce type de gaspillage, les gestionnaires peuvent améliorer les infrastructures en utilisant des véhicules efficaces et bien entretenus, former le personnel à la manipulation délicate et au respect des températures, optimiser la planification logistique pour limiter retards et détérioration, et effectuer des contrôles réguliers des véhicules et entrepôts. Du côté des consommateurs, acheter des produits locaux et de saison réduit le transport et l'entreposage, tandis que favoriser les circuits de proximité comme les marchés fermiers, les paniers bio ou les coopératives, diminue les pertes intermédiaires.

Plus sur le transport des aliments

Le cas des pommes

Bien que l'on produise plus de 100 000 tonnes de pommes au Québec chaque année, ce ne sont pas toutes les pommes vendues en épicerie qui proviennent de nos pomiculteurs d'ici. Par exemple, la pomme verte ne pousse pas au Québec. Sur les étales des épiceries, la pomme est au deuxième rang des fruits frais les plus achetés, derrière la banane. Toutefois, la production québécoise ne suffit pas pour combler la demande pour les produits de la pomme. On importe donc des pommes, dont plus de la moitié proviennent de l'Ontario et des États-Unis. Une grande partie de ces pommes est destinée à la transformation (jus, compote, cidre, tartes, etc.).

Le cas des bananes

La majorité des bananes sont exportées d'Amérique latine (Équateur, Costa Rica et Colombie), des Antilles et de l'Afrique. Les bananes, cueillies vertes, sont transportées pour la majorité par bateau réfrigéré, un transport plus économe en CO₂ que par avion ou par camion.

- Gestion de la chaîne du froid : les bananes nécessitent une température contrôlée pendant le transport pour éviter la maturation prématurée (12-13 degrés Celsius).
- Pertes post-récolte : des dommages mécaniques lors de la récolte ou du transport, ainsi que des conditions de stockage inadéquates, peuvent entraîner des pertes importantes.

Particulièrement vrai pour les fruits et légumes, la plupart d'entre eux doivent être cueillis avant leur maturité pour contrer les délais du transport lorsqu'ils sont importés. Leur mûrissement se fait dans le transport et non pas sur la plante au soleil. Il est parfois nécessaire d'y ajouter des agents de mûrissement. En réduisant la durée des trajets entre la personne qui consomme et la production, les produits peuvent être cueillis à maturité et consommés dans un laps de temps très court. La teneur en nutriments des aliments commence à diminuer dès leur cueillette! Imaginez ce qu'il en reste une fois arrivés chez nous, comme une framboise du Chili qui a parcouru 9 000 km!

Le cas des tomates

Les tomates peuvent être transportées sur de longues distances, notamment depuis la Californie ou le Mexique. Une grande partie des tomates que l'on consomme provient toutefois de plus en plus de la culture en serre du Québec.

Les caisses de tomates sont ensuite réparties chez les centres de distribution par camion réfrigéré.

- Des dommages mécaniques pendant la récolte, un stockage inapproprié et une infrastructure de transport inadéquate peuvent entraîner des pertes physiques et une réduction des rendements.

Le cas du chocolat

La majorité des fèves utilisées pour produire le chocolat offert dans les pays occidentaux provient d'Afrique de l'Ouest – la Côte d'Ivoire et le Ghana étant les principaux pays producteurs de la région. Une grande partie du chocolat consommé au Canada arrive par le port de Trois-Rivières. Les bateaux arrivent chargés de fèves de cacao, transportés dans des sacs de jute.

Activité 4 - Une pizza avec ça?

Mise en contexte

Les élèves entrent dans la peau de personnes travaillant ou mangeant dans un restaurant et proposent des solutions pour y réduire le gaspillage.

Durée

15 minutes

Objectifs

- Comprendre comment le gaspillage alimentaire peut survenir dans le milieu de la restauration (préparation, portions, invendus).
- Collaborer pour résoudre des situations de gaspillage et proposer des solutions réalistes.

Matériel

- Cahier de l'élève de la trousse 2;
- Cartons de personnages à découper;
- Scénarios des mises en situation.

Installation préalable

Imprimer et découper les cartes de personnages.

Déroulement

1. Annoncer : « Aujourd'hui, vous allez entrer dans la peau de personnages dans un restaurant! Certains feront des client-e-s, d'autres des employé-e-s en cuisine parmi l'équipe de service ou de gestion. Votre mission : repérer les moments où il y a du gaspillage. » Questionner le groupe sur les moments où le gaspillage survient. (3 min)
2. Demander à des élèves de venir à l'avant du groupe et de jouer les rôles à l'aide des cartons de personnages à découper. Faire deux ou trois mises en situation (en annexe, à la page suivante) selon le temps alloué. Pour chaque mise en situation :
 - Lire la mise en situation.
 - Laisser les élèves jouer les rôles des personnages.
 - Après chaque mise en situation, demander au groupe de proposer des solutions pour éviter le gaspillage. (8 min)
3. Dans le cahier, les élèves complètent l'exercice 7. Corriger. Faire l'exercice 8, si le temps le permet. (4 min)

Contenu notionnel

Gaspillage en restauration

Environ 9 % du gaspillage alimentaire se produit dans la restauration et l'hôtellerie, causé par la mauvaise conservation, les erreurs de manipulation, des portions trop grandes et un inventaire mal géré. La grande variété de plats et la commercialisation axée sur l'abondance augmentent les surplus, tandis que la variabilité de la demande et les buffets favorisent encore plus de pertes. Ces situations de gaspillage représentent 7,14 millions de dollars par an au Canada pour les restaurants, les hôtels et les institutions.

Pour réduire le gaspillage, il est possible de réutiliser les restes et les aliments imparfaits afin de créer de nouveaux plats, limitant ainsi les pertes financières et alimentaires. Une gestion efficace de l'approvisionnement est essentielle : inventorier régulièrement les produits, planifier les quantités nécessaires, passer des commandes adaptées, vérifier l'état et la date des aliments à la réception, et les conserver correctement (portions séparées, réfrigération ou congélation appropriée, contrôle des températures). Il est également important de sensibiliser et former le personnel, y compris chef-fe-s et employé-e-s, ainsi que les client-e-s, aux bonnes pratiques pour réduire le gaspillage. Proposer des portions adaptées, offrir des contenants pour emporter les restes et mettre en avant les plats à consommer en priorité permet de diminuer les pertes. Enfin, les surplus alimentaires peuvent être donnés à des organismes qui offrent du dépannage alimentaire ou à une cuisine collective valorisant ainsi les aliments qui seraient autrement jetés.

Annexe - Scénarios

Scénario 1 – Le buffet trop généreux

Personnages :

Chef-fe de cuisine : élève 1

Gestionnaire : élève 2

Dans un restaurant avec un buffet à volonté, la personne qui est chef-fe de cuisine a préparé 30 portions de spaghetti. C'est presque la fin du service et un-e gestionnaire découvre les restes.

Gestionnaire : Il reste encore au moins 10 portions pleines de spaghetti!

Chef-fe de cuisine : J'en avais préparé 30 portions, car habituellement, le spaghetti est très populaire!

Gestionnaire (avec inquiétude): Qu'allons-nous faire avec les restes?

Questionner le groupe sur les options pour éviter de gaspiller les 10 portions de spaghetti.

Scénario 2 – La personne aux yeux plus grands que le ventre

Personnages :

Client ou cliente : élève 1

Serveur ou serveuse : élève 2

Dans un restaurant, une personne affamée commande son lunch à un-e membre de l'équipe de service.

Client ou cliente : J'ai vraaaaaiment faim. Je voudrais avoir trois sandwichs.

Serveur ou serveuse : Pain blanc ou pain brun?

Client ou cliente : Pain brun, s'il vous plaît!

Serveur ou serveuse : mimer d'apporter des assiettes aux clients.

Client ou cliente : mimer de manger seulement deux assiettes sur trois.

Serveur ou serveuse : Avez-vous terminé?

Client ou cliente : Oui, merci!

Questionner le groupe sur les options pour éviter de gaspiller le troisième sandwich.

Scénario 3 – L'erreur en cuisine

Personnages :

Cuisinier ou cuisinière : élève 1

Serveur ou serveuse : élève 2

C'est l'heure du souper et le restaurant est complet. En cuisine, on prépare un gâteau au chocolat pour une table.

Serveur ou serveuse : Je viens d'apporter cette assiette à la table 23, et ce n'est pas ce que les personnes ont commandé.

Cuisinier ou cuisinière : Ah non?

Serveur ou serveuse : Cette table a commandé un gâteau à la vanille. Celui-ci est au chocolat. La personne refuse cette saveur, elle est allergique.

Cuisinier ou cuisinière : Je suis désolé-e, j'ai dû me tromper dans les tickets. Y a-t-il une autre table qui aurait commandé ce gâteau?

Serveur ou serveuse : Non pas en ce moment.

Questionner le groupe sur les options pour éviter de gaspiller le gâteau au chocolat.

Activité 5 - Vendre ou jeter?

Mise en contexte

Les élèves analysent des produits et leurs dates de péremption pour comprendre ce qui influence le gaspillage alimentaire dans les épiceries.

Durée

15 minutes

Objectifs

- Distinguer les vraies pertes alimentaires des rejets liés à l'apparence ou à la perception de qualité.
- Comprendre la différence entre les mentions « Meilleur avant » et « À consommer avant » pour mieux interpréter les dates sur les emballages.

Matériel

- Cahier de l'élève de la trousse 2;
- Triple images : tomate, yogourt, boîte de conserve;
- Paire d'images : viande hachée et conserve de petits pois;
- Paire d'images : viande hachée et conserve de petits pois avec la réponse.

Installation préalable

Aucune installation nécessaire.

Déroulement

1. Présenter trois images d'aliments aux élèves. Décrire la situation et les images aux élèves : « Nous sommes le 4 décembre 2025. Vous êtes dans une épicerie. Vous voyez trois produits : une tomate avec une tache (1), un pot de yogourt avec une date de péremption rapprochée (2) et une boîte de conserve de tomates cabossée (3). » Faire un vote à main levée : « Selon vous, lequel de ces produits devrait être retiré des tablettes du supermarché? » Continuer avec un second vote « Lequel achèteriez-vous? ». (2 min)
2. Questionner le groupe sur les raisons (3 min) :
 - La tomate tachée peut être vendue ou transformée. Elle est encore bonne!
 - La boîte cabossée est souvent retirée pour des raisons de marketing ou de sécurité, si elle est ouverte par exemple.
 - Le yogourt dont la date « meilleur avant » est dépassée peut encore être consommé. « Meilleur avant » ne signifie pas « n'est plus bon après ». Lorsqu'on dépasse la date indiquée, il faut porter une attention particulière aux signes de dégradation ou d'altération et utiliser ses sens pour juger si le produit est encore bon ou pas (odeur inhabituelle, texture anormale, présence de moisissures, etc.).
3. Animer une courte discussion sur ce qui influence nos choix quand on fait l'épicerie : l'apparence, l'odeur, les dates sur les produits, etc. (2 min)
4. Présenter les deux emballages (viande hachée et conserve de petits pois). Demander à un-e élève de lire les informations inscrites sur les emballages pour le groupe. Prendre des hypothèses sur la signification de ces dates. Expliquer chacune des dates présentes sur les aliments avec l'image réponse et le concept de date de péremption. (Des informations supplémentaires se trouvent à la page 17.) (4 min)
5. Dans le cahier, les élèves complètent l'exercice 9. Corriger. Puis, les élèves répondent à la question 10. (4 min)
6. Conclure : « On gaspille parfois des aliments encore bons, simplement parce qu'on les croit périmés. Comment pouvons-nous éviter cela? » (1 min)

Contenu notionnel

Gaspillage dans les épiceries

Les épiceries privilégient les aliments « parfaits » pour répondre aux attentes des consommateurs, ce qui entraîne des pertes lorsque des produits sont abîmés, approchent de la date de péremption ou sont déclassés malgré leur comestibilité. La diversité des produits, la demande fluctuante, les grands formats, une mauvaise gestion de l'inventaire et des erreurs de manipulation ou de conservation augmentent également le gaspillage. La gestion des invendus est souvent peu rentable, ce qui conduit à jeter des aliments plutôt qu'à les redistribuer. Au Canada, cela représente une perte de 5.7 milliards de dollars chaque année.

Solutions pour réduire le gaspillage dans les épiceries :

- Réduction des prix des aliments imparfaits ou proches de la date de péremption;
- Transformation des aliments qui ne sont pas vendus, soit par le supermarché (plats prêts-à-manger), soit par des entreprises spécialisées (jus, boissons);
- Dons aux organismes tels que les banques alimentaires, permettant de nourrir des personnes dans le besoin;
- Valorisation des produits locaux, afin de limiter les pertes liées au transport et soutenir les agriculteurs québécois;
- Formation et sensibilisation des employé·e·s, pour améliorer la conservation, la manipulation et l'adhésion aux bonnes pratiques.

Plus sur les dates de péremption

EN RÉSUMÉ

Pour certains produits, la date « Meilleur avant » ne signifie pas « pas bon après ». La signification varie selon le produit (et le niveau de risque de l'aliment). Parfois, on peut lire sur un produit seulement la date d'emballage. Il faut alors vérifier combien de temps le produit reste bon à la consommation après cette date. C'est le cas de la viande hachée, dont les emballages mentionnent « 5 jours ».

La durée de conservation indique la période pendant laquelle un produit non ouvert conserve sa fraîcheur, son goût, sa valeur nutritive et ses autres qualités. La mention « Meilleur avant » précise la date limite à laquelle un aliment conserve ses caractéristiques de qualité. Dans les deux cas, les conditions d'entreposage doivent être correctement respectées.

Il est recommandé de consommer les aliments avant la date indiquée pour profiter de leur qualité optimale. Pour certains produits, comme les aliments non périssables (céréales, conserves, produits secs) ou à risque faible (voir encadré ci-dessous) le dépassement de la date « Meilleur avant » ne signifie pas automatiquement qu'ils sont impropres à la consommation. Dans ce cas, il faut être vigilant : vérifier l'odeur, la texture et l'absence de moisissures avant de décider de les consommer.

Aliments non périssables (ex. : aliments secs ou en conserve)

Les aliments peuvent être consommés après la date « meilleur avant » s'ils ne sont pas altérés. Après la date, le produit n'est pas nécessairement dangereux, mais il peut avoir perdu ses qualités.

Aliments périssables à risque faible (ex. : fruits et légumes frais entiers, produits de boulangerie, yogourt, fromage à pâte dure, œufs, saucissons secs, etc.)

Les aliments peuvent être consommés après la date « meilleur avant » s'ils ne sont pas altérés. Après la date, la probabilité de dégradation augmente. Soyez vigilant et utilisez vos sens (odeur, apparence) pour juger de l'état de l'aliment avant de le manger.

Aliments très périssables (ex. : viandes, poissons, lait, crème, fromage à pâte molle, charcuterie, pâtés, etc.)

Ils doivent être consommés avant la date « meilleur avant » pour éviter des risques pour la santé. Ces produits s'altèrent facilement et permettent généralement la croissance de bactéries nuisibles à la santé.

Pour l'activité 4

Il n'est pas toujours facile de s'y retrouver sur les emballages pour repérer la bonne information. Certaines dates peuvent être confondues avec des numéros servant à la gestion des stocks ou à la manutention des produits — et il arrive même que les chiffres soient mal imprimés!

- Sur l'emballage de viande, on lit « Emballé le 27 NO 25, meilleur si consommé dans les 5 jours suivant la date d'emballage sur l'étiquette ». Une date d'emballage ressemble à une date « meilleur avant », mais elle est utilisée pour les aliments emballés chez le détaillant. Certaines dates de péremption peuvent être difficiles à lire si le jour et l'année sont inscrits. Selon les normes de l'Agence canadienne d'inspection des aliments, l'année devrait être écrite en premier. Dans l'exemple, la viande devrait être consommée entre le 25 et le 30 octobre 2027.
- Sur la conserve de petits pois, on peut lire « 09 AU 2029 », signifiant que le contenu est à son meilleur jusqu'au 9 août 2029.

Sources

Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA). 2023. Datation et directives d'entreposage sur les étiquettes des aliments. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://inspection.canada.ca/fr/etiquetage-aliments/etiquetage/industrie/datation-directives-dentreposage>

Agence de l'Environnement et de la Maîtrise de l'Énergie (ADEME) et Chambre Régionale de Métiers et de l'Artisanat de Nouvelle-Aquitaine. 2019. Guide pratique : Réduire le gaspillage alimentaire dans l'artisanat des métiers de bouche. (Consulté en ligne, octobre 2025) https://docs.wixstatic.com/ugd/d8b5db_339bb29066804a758d9d2594ff7d4514.pdf

ADEME. s.d. Réduire le gaspillage alimentaire en restauration commerciale : Guide pratique. (Consulté en ligne, octobre 2025) https://draaf.auvergne-rhone-alpes.agriculture.gouv.fr/IMG/pdf/ci-reduction-gaspillage-alimentaire-restauration-commerciale_2018_cle4bbe81.pdf

Agriculture et Agroalimentaire Canada. (2017). An overview of the Canadian agriculture and agri-food system – 2017. (Consulté en ligne, octobre 2025). https://publications.gc.ca/collections/collection_2018/aac-aafc/A38-1-1-2017-eng.pdf

Agriculture et Agroalimentaire Canada. 2024. Minister MacAulay announces Food Waste Reduction Challenge winners. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://www.canada.ca/en/agriculture-agri-food/news/2024/03/minister-macaulay-announces-food-waste-reduction-challenge-winners.html>

Agriculture et Agroalimentaire Canada. 2024. Profil sectoriel de l'industrie agroalimentaire au Canada. Sondage 2023-2024 sur les enjeux stratégiques des producteurs (vague VIII). (Consulté en ligne, octobre 2025) https://publications.gc.ca/collections/collection_2024/aac-aafc/A22-623-2024-fra.pdf

Agriculture Institute. 2023. Innovations in Food Processing and Preservation. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://agriculture.institute/food-fundamentals-fv/innovations-in-food-processing-preservation/>

Agrofair Benelux. s.d. La chaîne d'approvisionnement de la banane. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://www.agrofair.nl/fr/chaîne-dapprovisionnement-de-la-banane/>

Association des producteurs maraîchers du Québec (APMQ) et Forest Lavoie Conseil. 2016. Évaluation des principaux risques climatiques actuels sur les cultures maraîchères afin d'identifier les besoins d'adaptation et les technologies potentielles. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://www.ouranos.ca/fr/projets-publications/evaluation-des-principaux-risques-climatiques-pour-les-cultures-maraicheres>

Banques alimentaires du Québec. s.d. Qui sommes-nous? (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://banquesalimentaires.org/qui-sommes-nous/>

Conseil national zéro déchet. Campagne J'aime manger, pas gaspiller Canada. s.d. Durée de conservation - Bien conserver... mieux manger! (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://lovefoodhatewaste.ca/fr/servez/duree-de-conservation/>

Environnement et Changement climatique Canada. 2019. Bilan du Canada sur la perte et le gaspillage alimentaires. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://www.canada.ca/fr/environnement-changement-climatique/services/gestion-reduction-dechets/perde-gaspillage-alimentaire/bilan.html>

Équiterre. s. d. Fiche – Évitez le gaspillage alimentaire. (Consulté en ligne, octobre 2025) https://archives.equiterre.org/sites/fichiers/divers/fiche_gaspillagealimentaire.pdf

Équiterre. 2022. Fiche – Kilométrage alimentaire, Comment éviter que nos aliments voyagent. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://www.equiterre.org/fr/ressources/fiche-kilometrage-alimentaire>

Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). 2022. Code de conduite volontaire pour la réduction des pertes et du gaspillage alimentaires. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/8a5f092d-ee76-47bd-a2f3-d7a135739ee6/content>

FAO, FIDA, OMS, PAM et UNICEF. 2022. L'État de la sécurité alimentaire et de la nutrition dans le monde 2022. Réorienter les politiques alimentaires et agricoles pour rendre l'alimentation saine plus abordable. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://openknowledge.fao.org/items/0d0aa48a-c2b5-4592-9750-239ab4617025>

FAO. 2019. The State of Food and Agriculture: Moving forward on food loss and waste reduction. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/11f9288f-dc78-4171-8d02-92235b8d7dc7/content>

Food Safety Institute. 2023. Enhancing Food Shelf Life with Active Packaging. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://foodsafety.institute/emerging-trends-food-technology-safety/enhancing-food-shelf-life-active-packaging>

Gouvernement du Québec. 2025. Durée de conservation des aliments à domicile. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://www.quebec.ca/sante/alimentation/salubrite-aliments-prevention-risques/salubrite-aliments-domicile/conservation-aliments/duree-conservation>

Gouvernement du Québec. 2022. Les animaux de ferme, champions du recyclage des sous-produits alimentaires. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://www.quebec.ca/nouvelles/actualites/details/animaux-ferme-champions-recyclage-sous-produits-alimentaires>

Hardie, Anne-Marie. Financement agricole Canada (FAC) (Agriculture et Agroalimentaire Canada). s. d. Transforming the food processing sector. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://www.fcc-fac.ca/en/knowledge/transform-food-processing-sector>

Heal, Sean. 2017. Packaging technologies fight food waste. Food Manufacturing magazine. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://www.foodmanufacturing.com/packaging/article/13165398/packaging-technologies-fight-food-waste>

Institut de la statistique du Québec et Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ). 2022. Profil sectoriel de l'industrie horticole au Québec, édition 2022. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://statistique.quebec.ca/fr/fichier/profil-sectoriel-industrie-horticole-quebec-edition-2022.pdf>

Jedermann R, Nicometo M, Uysal I, Lang W. 2014. Reducing food losses by intelligent food logistics. Philos Trans A Math Phys Eng Sci. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4006167/>

La Banane.info. s. d. Le transport par la mer, c'est mieux pour la Terre. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://labanane.info/la-filiere/les-engagements-de-la-filiere-banane/le-transport-par-la-mer-cest-mieux-pour-la-terre/>

Lagueux-Beloin, Aurélie. 2021. Meilleur impact sur le climat: tomate bio importée ou tomate en serre locale? Ça dépend. Agence Science-Pressé – Détecteur de rumeurs. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://www.sciencepresse.qc.ca/actualite/detecteur-rumeurs/2021/07/08/meilleur-impact-climat-tomate-bio-importee-tomate-serre>

Landry, Véronique. 2023. Des fermes zéro gaspillage. Le Devoir / Caribou magazine. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://www.ledevoir.com/plaisirs/alimentation/796003/des-fermes-zero-gaspillage>

La Tablée des Chefs. s.d. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://recuperationalimentaire.tableedeschefs.org/>

Lesage, Valérie. 2023. Enfin des fruits et légumes de chez nous: la production en serre croît rapidement au Québec. Le Journal de Québec. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://www.journaldequebec.com/2023/01/09/enfin-des-fruit-et-legumes-de-chez-nous>

LOOP Mission. s.d. (Consulté en ligne, octobre 2025). <https://loopmission.com/>

Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ). 2025. Culture de la pomme (pomiculture). (Consulté en ligne, novembre 2025). <https://www.quebec.ca/agriculture-environnement-et-ressources-naturelles/agriculture/industrie-agricole-au-quebec/productions-agricoles/culture-pomme-pomiculture>

MAPAQ. 2021. Portrait de la production de pommes au Québec. Bioclip - Actualité bioalimentaire. (Consulté en ligne, novembre 2025). https://www.mapaq.gouv.qc.ca/SiteCollectionDocuments/Bioclips/BioClips2021/Volume_29_no7.pdf

RECYC-QUÉBEC. 2022. Étude de quantification des pertes et gaspillage alimentaire au Québec – Faits saillants du rapport VCMI. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://www.recyc-quebec.gouv.qc.ca/sites/default/files/documents/etude-quantification-pertes-qc-fr.pdf>

RECYC-QUÉBEC. s.d. Prévenir le gaspillage alimentaire. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://www.recyc-quebec.gouv.qc.ca/citoyens/mieux-consommer/gaspillage-alimentaire/>

Réseau d'avertissements phytosanitaires (RAP) 2021. Fiche technique – Maïs sucré. Le ver de l'épi du maïs. (Consulté en ligne, octobre 2025). https://www.agrireseau.net/documents/Document_97072.pdf

Ruby, Françoise. 2019. 11 millions de tonnes d'aliments comestibles gaspillées chaque année au Canada. 100 Degrés. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://centdegres.ca/ressources/11-millions-de-tonnes-d-aliments-comestibles-gaspillees-chaque-annee-au-canada>

Santé Canada. 2013. Comprendre les dates sur les étiquettes et les emballages. (Consulté en ligne, octobre 2025). <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/conseils-generaux-salubrite/comprendre-dates-etiquettes-et-emballages.html>

Table québécoise sur la saine alimentation (TQSA). s.d. Gaspillage alimentaire : Survol des causes et des interventions en cours en matière de prévention au Québec. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://tqsa.ca/attachments/766172cf-6819-4c88-bf15-7efedff655bc/TQSA-%20Survol%20Gaspillage%20-pour%20site%20web-.pdf?h=e113bdccefc80c809750b36caf049244>

Trudel, Marie-Ève. 2017. La grande traversée du cacao jusqu'au port de Trois-Rivières. Radio-Canada. (Consulté en ligne, octobre 2025) <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1028104/chocolat-feves-cacao-dechargement-port-trois-rivieres-bateau-atlantique>



ENSEMBLE contre le gaspillage alimentaire

TROUSSE 2

Le gaspillage alimentaire de la ferme à la distribution



Ton nom : _____

1. Parmi les causes suivantes, lesquelles expliquent qu'une pomme ne soit jamais récoltée?

- ☐ Manque de main-d'œuvre
- ☐ Bourrasque qui casse les branches
- ☐ Champignon parasite qui attaque le pommier

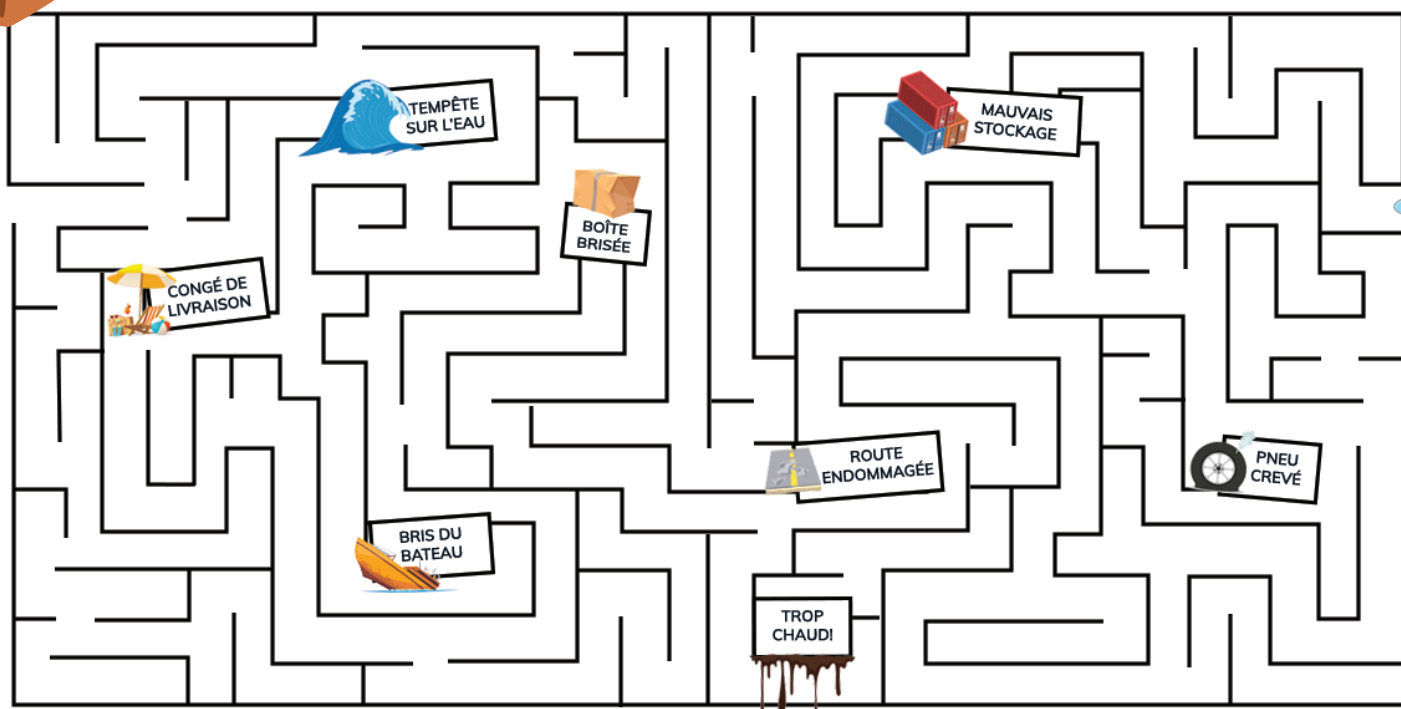
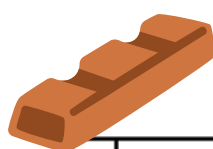
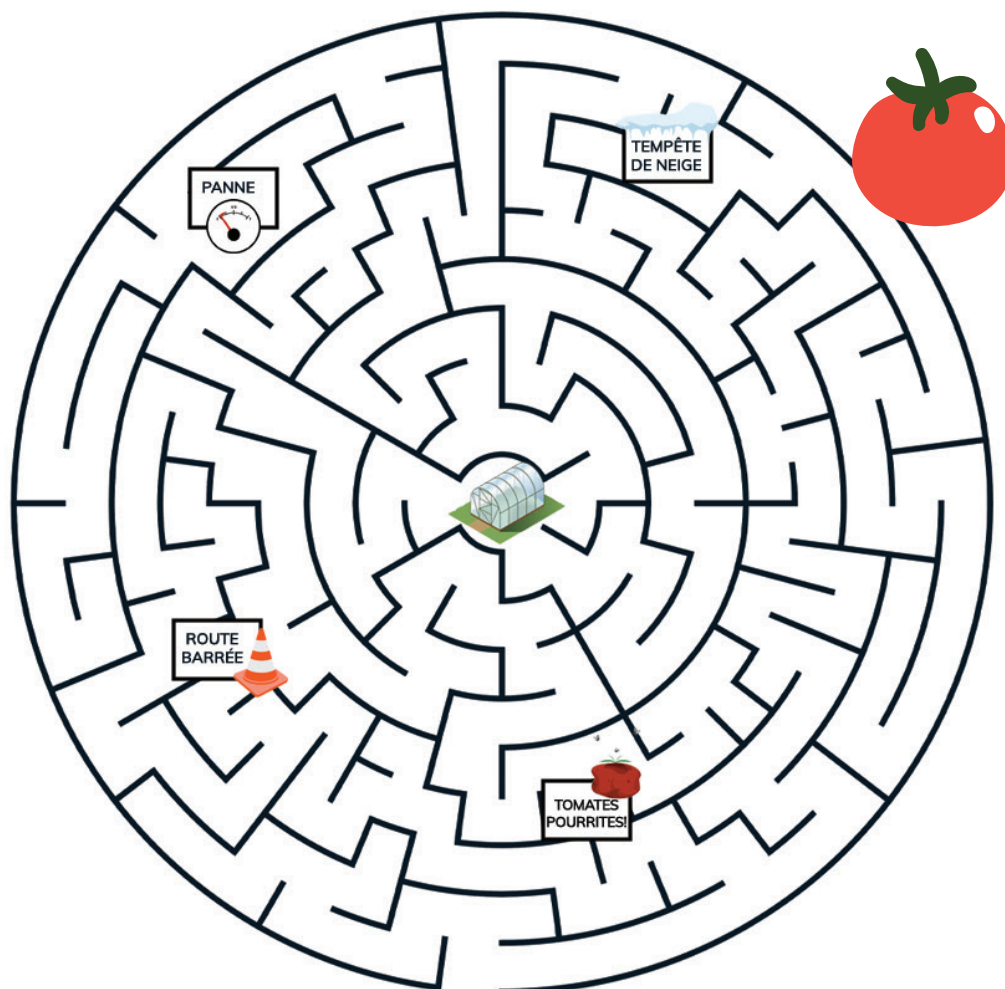


2. Selon toi, quelles autres ressources ont été gaspillées si un maïs est laissé dans le champ?

3. Explique en une phrase pourquoi certains aliments sont perdus dans les usines.

4. Invente une chaîne de production pour un aliment de ton choix et dessine-la dans l'encadré ci-dessous.

5. En suivant les parcours, tente de faire arriver la tomate du Québec jusqu'à ton assiette, sans rencontrer d'imprévus. Trace le chemin. Fais la même chose pour le chocolat qui vient d'Afrique.

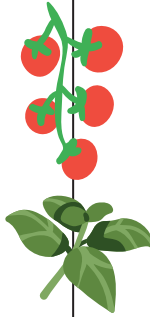
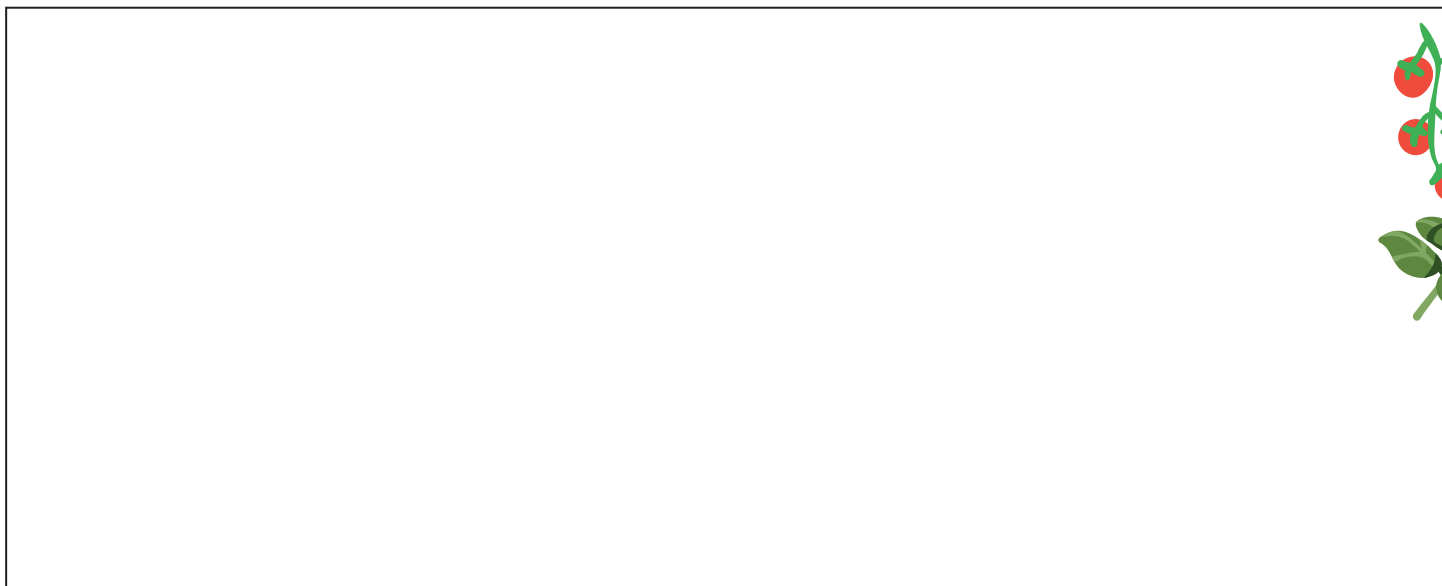


6. Complète la phrase avec les expressions suivantes : court, locaux, gaspillés, distance

Quand les gens choisissent d'acheter des aliments _____, ceux-ci n'ont pas besoin de voyager sur une aussi grande _____ pour arriver jusqu'à notre assiette. Comme le transport est plus _____ et plus rapide, il y a moins de risques que les aliments s'abîment ou soient _____ avant d'être mangés.

7. Résous le problème suivant en laissant des traces de ta démarche.

Le restaurant Le Bon Repas prépare chaque midi 45 portions de lasagne. Mais seulement 38 personnes viennent manger aujourd'hui. Chaque portion pèse 300 g. Combien de grammes de lasagne seront gaspillés s'il n'y a pas de solution de récupération?



Si le restaurant décide de donner les restes à un organisme qui récupère tous les aliments gaspillés 3 jours par semaine, combien de kilogrammes de nourriture évite-t-il de gaspiller en une semaine?



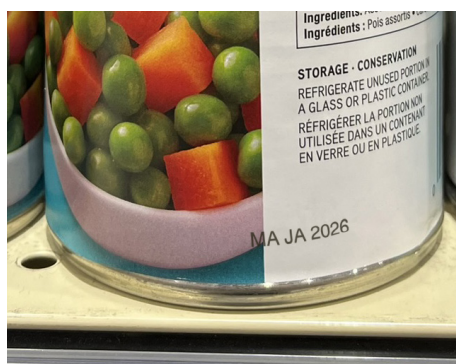
8. Complète cette publicité de restaurant qui encourage les clients à moins gaspiller leur repas :



9. Quelle est la date de péremption de ces aliments?



ALIMENT 1



ALIMENT 2



ALIMENT 3

10. Encerle, selon toi, des causes du gaspillage alimentaire dans les supermarchés.

Les aliments
imparfaits
(légumes moches)
ne sont pas
valorisés.

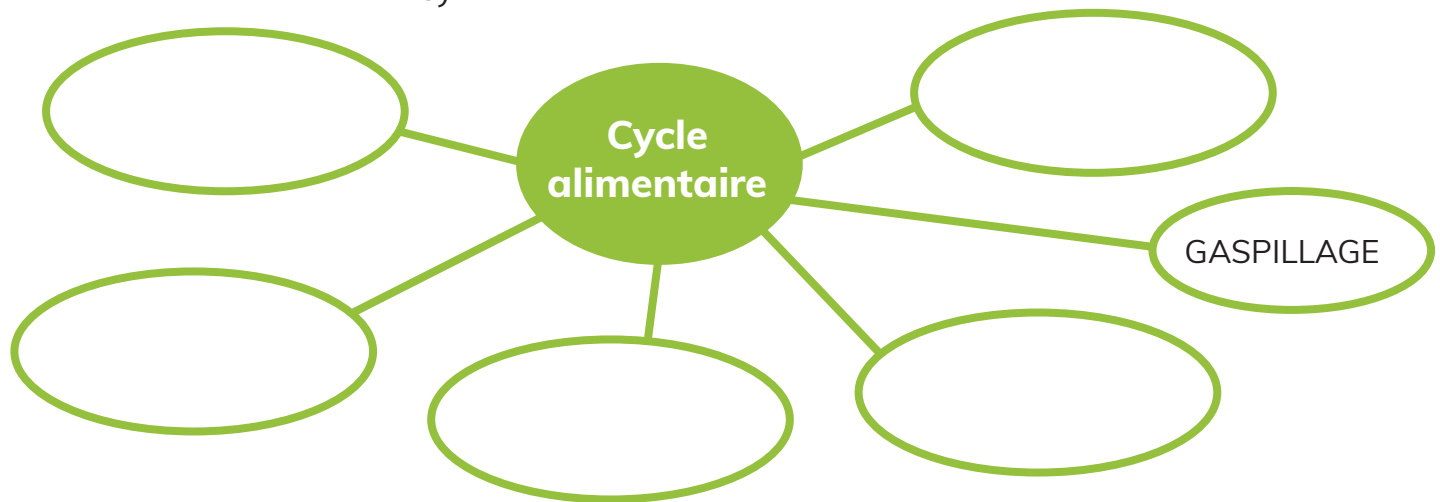
On y trouve
une très
grande variété
d'aliments.

Une moins grande
demande pour un
aliment survient.

Une trop grande
quantité du produit a
été commandée par
rapport à ce qui peut
être vendu.

Le gaspillage alimentaire peut se produire à chaque étape du cycle alimentaire. Cela débute à la ferme par une trop grande production pour la demande, en passant par un défaut de transformation à l'usine et par le transport des aliments jusqu'aux épiceries. Nous avons aussi un grand rôle à jouer dans le gaspillage alimentaire à partir du moment où nous achetons des aliments et décidons de ce que nous en faisons!

11. En t'inspirant du texte ci-haut, complète une carte d'idées. Écris dans les bulles cinq mots de ton choix en lien avec le thème « Cycle alimentaire ».



12. Relie les causes du gaspillage alimentaire à la bonne étape de la chaîne alimentaire.

- | | |
|---|--|
| Production ☐ | ☐ A. Plus de 300 pains ne sont pas emballés adéquatement. |
| Transformation ☐ | ☐ B. Une épicerie a commandé 4 fois trop de poires jaunes et la moitié de celles-ci est devenue trop mûre. |
| Transport ☐ | ☐ C. Ta tante a acheté trop de paquets de framboises en rabais et plusieurs d'entre elles commencent à moisir. |
| Distribution et Achat ☐ | ☐ D. Une ferme produit trop de haricots pour ce qu'elle peut vendre. |
| Consommation ☐ | ☐ E. À ton école, chaque élève reçoit une pomme à la fin d'une course, mais aucun bac de compost n'est prévu pour les cœurs de pommes. |
| Fin de vie ☐ | ☐ F. Le système de réfrigération d'un camion de transport de fromages fait défaut pendant plus de la moitié du trajet. |

Propose une solution pour chaque situation que tu as reliée à la bonne étape de la chaîne alimentaire.

SOLUTIONS

- A. Plus de 300 pains ne sont pas emballés adéquatement.
- B. Une épicerie a commandé 4 fois trop de poires jaunes et la moitié de celles-ci est devenue trop mûre.
- C. Ta tante a acheté trop de paquets de framboises en rabais et plusieurs d'entre elles commencent à moisir.
- D. Une ferme produit trop de haricots pour ce qu'elle peut vendre.
- E. À ton école, chaque élève reçoit une pomme à la fin d'une course, mais aucun bac de compost n'est prévu pour les cœurs de pommes.
- F. Le système de réfrigération d'un camion de transport de fromages fait défaut pendant plus de la moitié du trajet.

A.
B.
C.
D.
E.
F.

13. Inscris ce que tu as appris lors des activités *Le gaspillage alimentaire de la ferme à la distribution*.

Le savais-tu?

Certaines épiceries ont des serres... directement sur leur toit!

Elles cultivent leur propre laitue et leurs fines herbes sur place. Résultat : moins de transport, des produits plus frais... et moins de gaspillage!





ENSEMBLE contre le gaspillage alimentaire

TROUSSE 2

Le gaspillage alimentaire de la ferme à la distribution



CORRIGÉ

Ton nom : _____

1. Parmi les causes suivantes, lesquelles expliquent qu'une pomme ne soit jamais récoltée?

- ✓ Manque de main-d'œuvre
- ✓ Bourrasque qui casse les branches
- ✓ Champignon parasite qui attaque le pommier



2. Selon toi, quelles autres ressources ont été gaspillées si un maïs est laissé dans le champ?

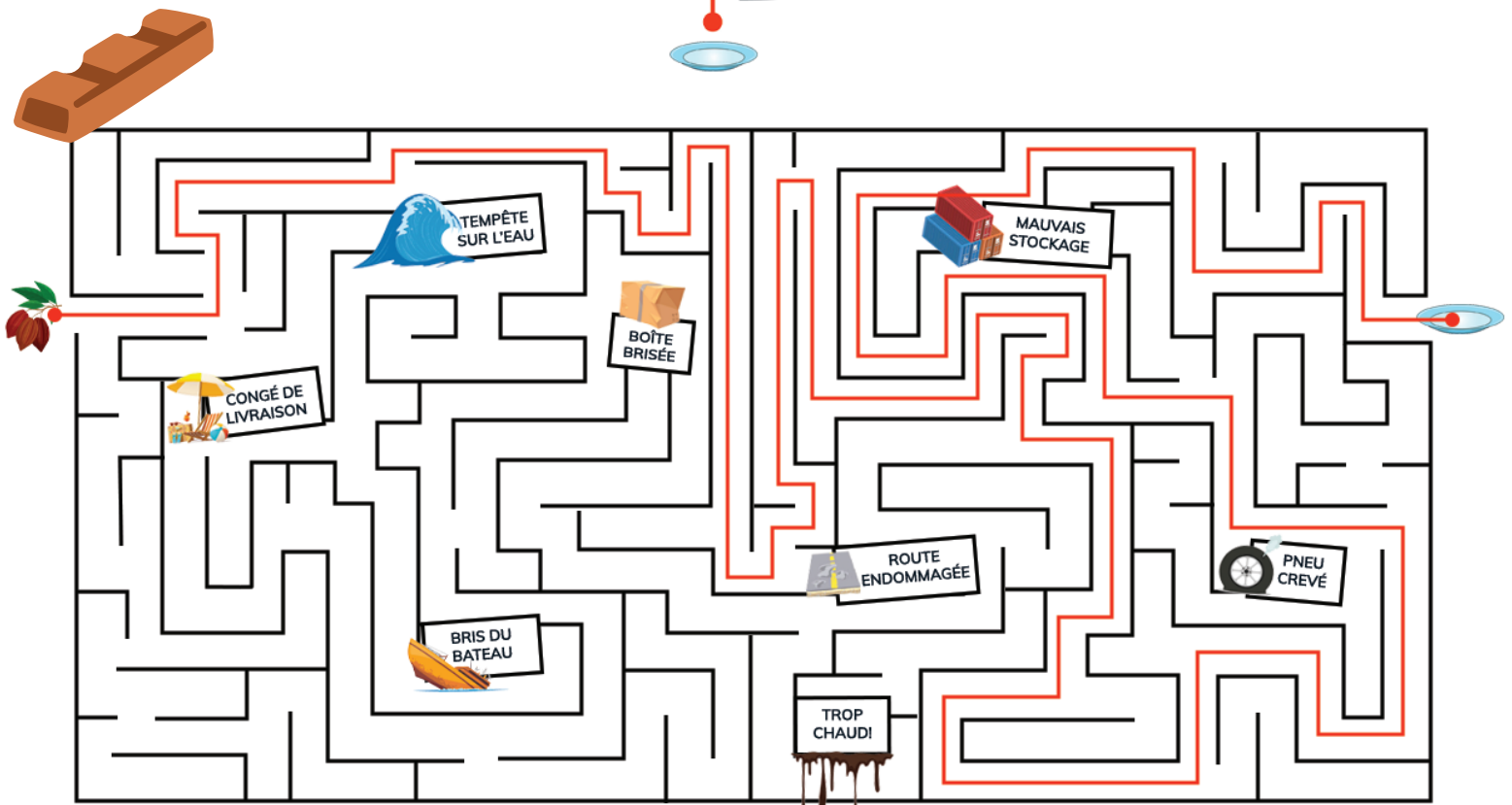
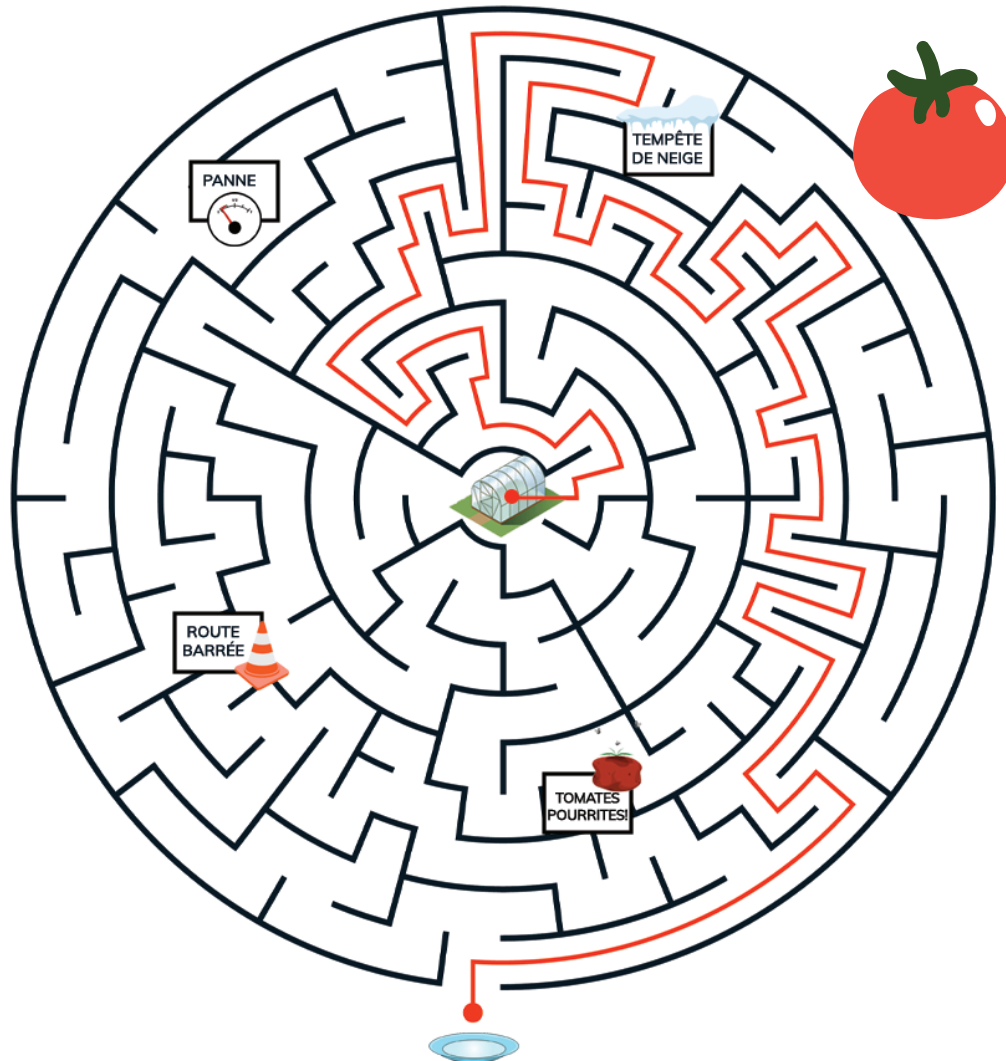
Eau, énergie (comme le pétrole utilisé pour faire fonctionner les tracteurs), nutriments du sol, espace, engrais et autres produits facilitant la culture, le travail des employé.e.s, etc.

3. Explique en une phrase pourquoi certains aliments sont perdus dans les usines.

Les aliments peuvent être perdus à cause d'accidents, de la vitesse de production, du volume trop important, d'erreurs d'étiquetage, d'une mauvaise qualité des aliments, etc.

4. Invente une chaîne de production pour un aliment de ton choix et dessine-la dans l'encadré ci-dessous.

5. En suivant les parcours, tente de faire arriver la tomate du Québec jusqu'à ton assiette, sans rencontrer d'imprévus. Trace le chemin. Fais la même chose pour le chocolat qui vient d'Afrique.



6. Complète la phrase avec les expressions suivantes : court, locaux, gaspillés, distance

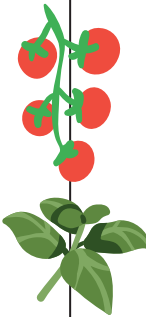
Quand les gens choisissent d'acheter des aliments locaux, ceux-ci n'ont pas besoin de voyager sur une aussi grande distance pour arriver jusqu'à notre assiette. Comme le transport est plus court et plus rapide, il y a moins de risques que les aliments s'abîment ou soient gaspillés avant d'être mangés.

7. Résous le problème suivant en laissant des traces de ta démarche.

Le restaurant Le Bon Repas prépare chaque midi 45 portions de lasagne. Mais seulement 38 personnes viennent manger aujourd'hui. Chaque portion pèse 300 g. Combien de grammes de lasagne seront gaspillés s'il n'y a pas de solution de récupération?

Nombre de portions gaspillées = $45 - 38 = 7$ portions

Masse gaspillée = $7 \times 300 \text{ g} = 2100 \text{ g}$ (ou 2,1 kg de lasagne gaspillée)



Si le restaurant décide de donner les restes à un organisme qui récupère tous les aliments gaspillés 3 jours par semaine, combien de kilogrammes de nourriture évite-t-il de gaspiller en une semaine?

Si le restaurant donne les restes 3 jours par semaine

Chaque jour, il sauve 2,1 kg de nourriture.

En 3 jours : $2,1 \text{ kg} \times 3 \text{ jours} = 6,3 \text{ kg}$

Réponse : 6,3 kg de nourriture sauvée chaque semaine

8. Complète cette publicité de restaurant qui encourage les clients à moins gaspiller leur repas :

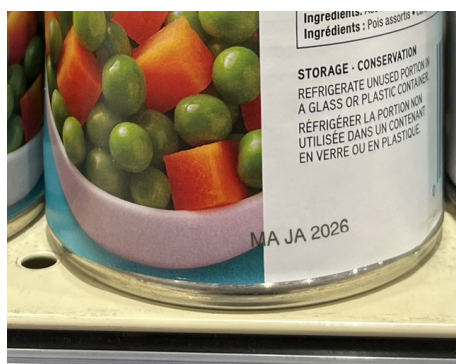


9. Quelle est la date de péremption de ces aliments?



ALIMENT 1

23 juin de l'année en cours



ALIMENT 2

Janvier 2026



ALIMENT 3

16 décembre de l'année en cours

10. Encerle, selon toi, des causes du gaspillage alimentaire dans les supermarchés.

Les aliments imparfaits (légumes moches) ne sont pas valorisés.

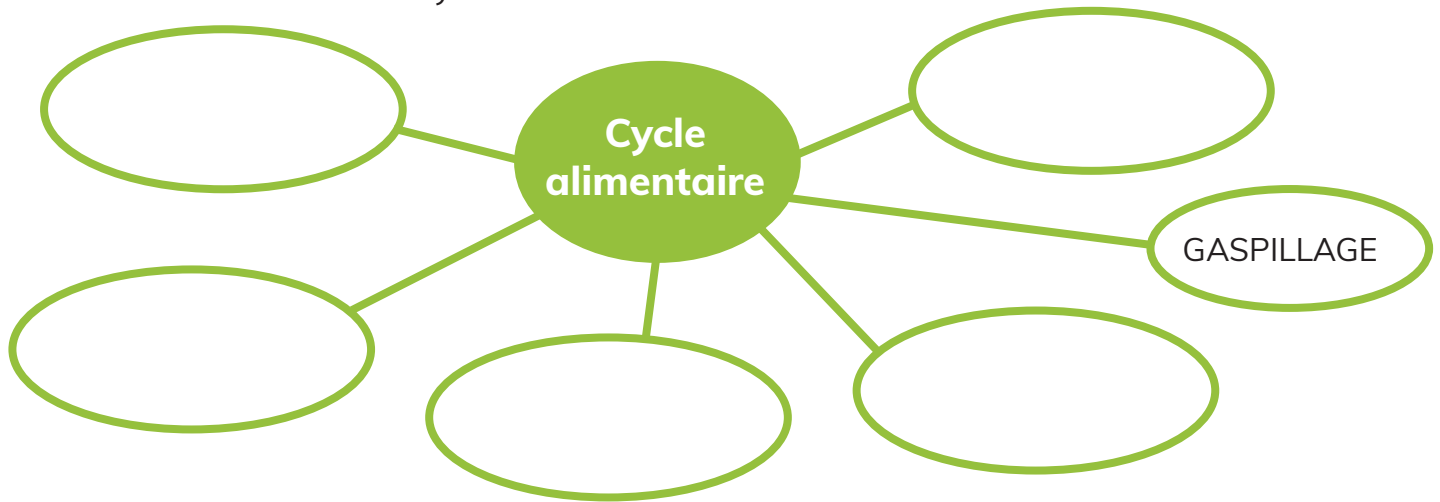
On y trouve une très grande variété d'aliments.

Une moins grande demande pour un aliment survient.

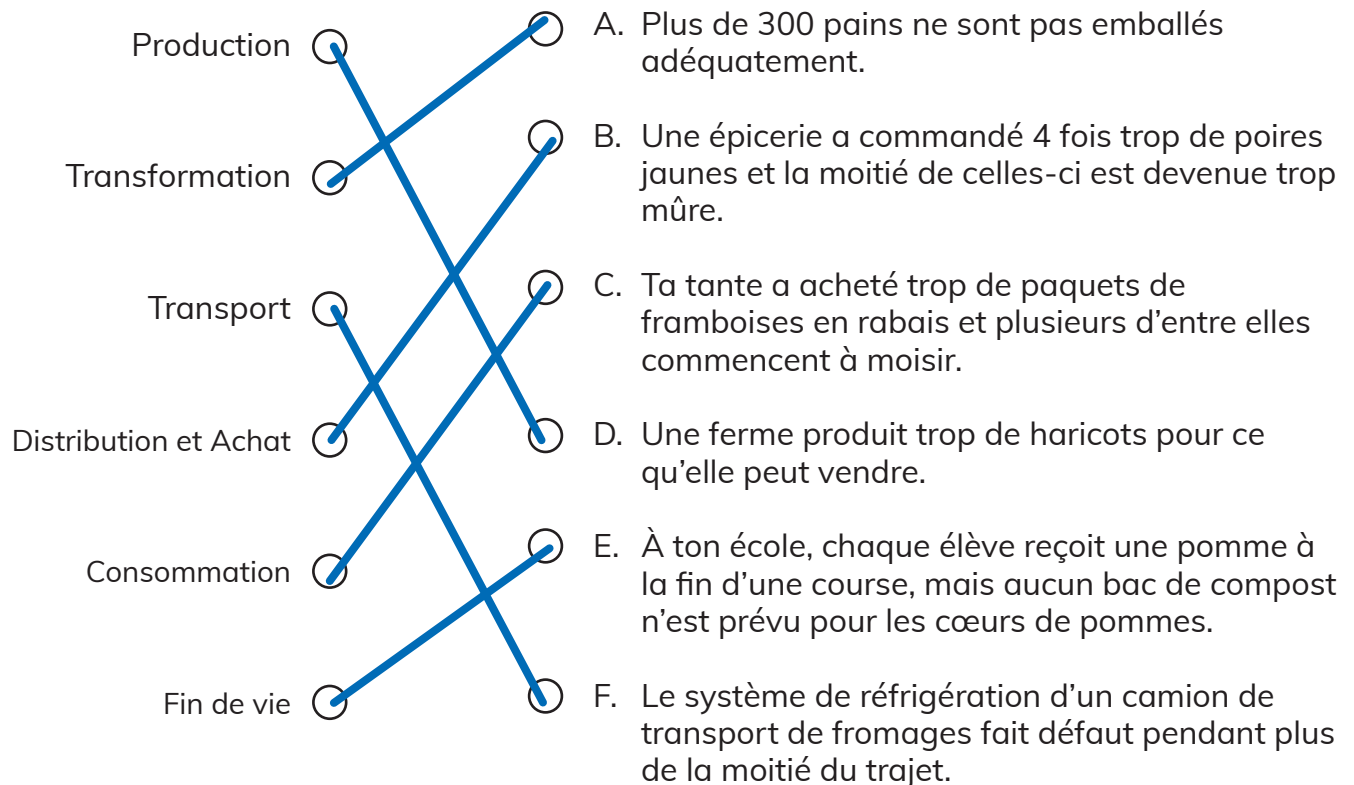
Une trop grande quantité du produit a été commandée par rapport à ce qui peut être vendu.

Le gaspillage alimentaire peut se produire à chaque étape du cycle alimentaire. Cela débute à la ferme par une trop grande production pour la demande, en passant par un défaut de transformation à l'usine et par le transport des aliments jusqu'aux épiceries. Nous avons aussi un grand rôle à jouer dans le gaspillage alimentaire à partir du moment où nous achetons des aliments et décidons de ce que nous en faisons!

11. En t'inspirant du texte ci-haut, complète une carte d'idées. Écris dans les bulles cinq mots de ton choix en lien avec le thème « Cycle alimentaire ».



12. Relie les causes du gaspillage alimentaire à la bonne étape de la chaîne alimentaire.



Propose une solution pour chaque situation que tu as reliée à la bonne étape de la chaîne alimentaire.

SOLUTIONS

A. Plus de 300 pains ne sont pas emballés adéquatement.	A. Réemballer rapidement les pains dans des sacs adéquats et congeler ceux qui ne seront pas vendus tout de suite pour éviter qu'ils sèchent.
B. Une épicerie a commandé 4 fois trop de poires jaunes et la moitié de celles-ci est devenue trop mûre.	B. Offrir les poires trop mûres en rabais immédiat ou les utiliser pour faire des purées, smoothies ou desserts prêts-à-manger.
C. Ta tante a acheté trop de paquets de framboises en rabais et plusieurs d'entre elles commencent à moisir.	C. Congeler les framboises encore belles et transformer celles un peu molles en confiture, coulis ou muffins.
D. Une ferme produit trop de haricots pour ce qu'elle peut vendre.	D. Vendre ou donner les surplus à des organismes locaux, transformer en produits surgelés, ou organiser une journée d'autocueillette à la ferme à bas prix.
E. À ton école, chaque élève reçoit une pomme à la fin d'une course, mais aucun bac de compost n'est prévu pour les cœurs de pommes.	E. Installer un bac de compost temporaire ou portatif et expliquer aux élèves où déposer leur trognon.
F. Le système de réfrigération d'un camion de transport de fromages fait défaut pendant plus de la moitié du trajet.	F. Rediriger le lot vers des usages sécuritaires à plus court terme (ex. : transformation rapide en plats cuisinés) et vérifier la température pour déterminer si le fromage est encore consommable.

13. Inscris ce que tu as appris lors des activités *Le gaspillage alimentaire de la ferme à la distribution*.

Réponse personnelle.

Le savais-tu?

Certaines épiceries ont des serres... directement sur leur toit!

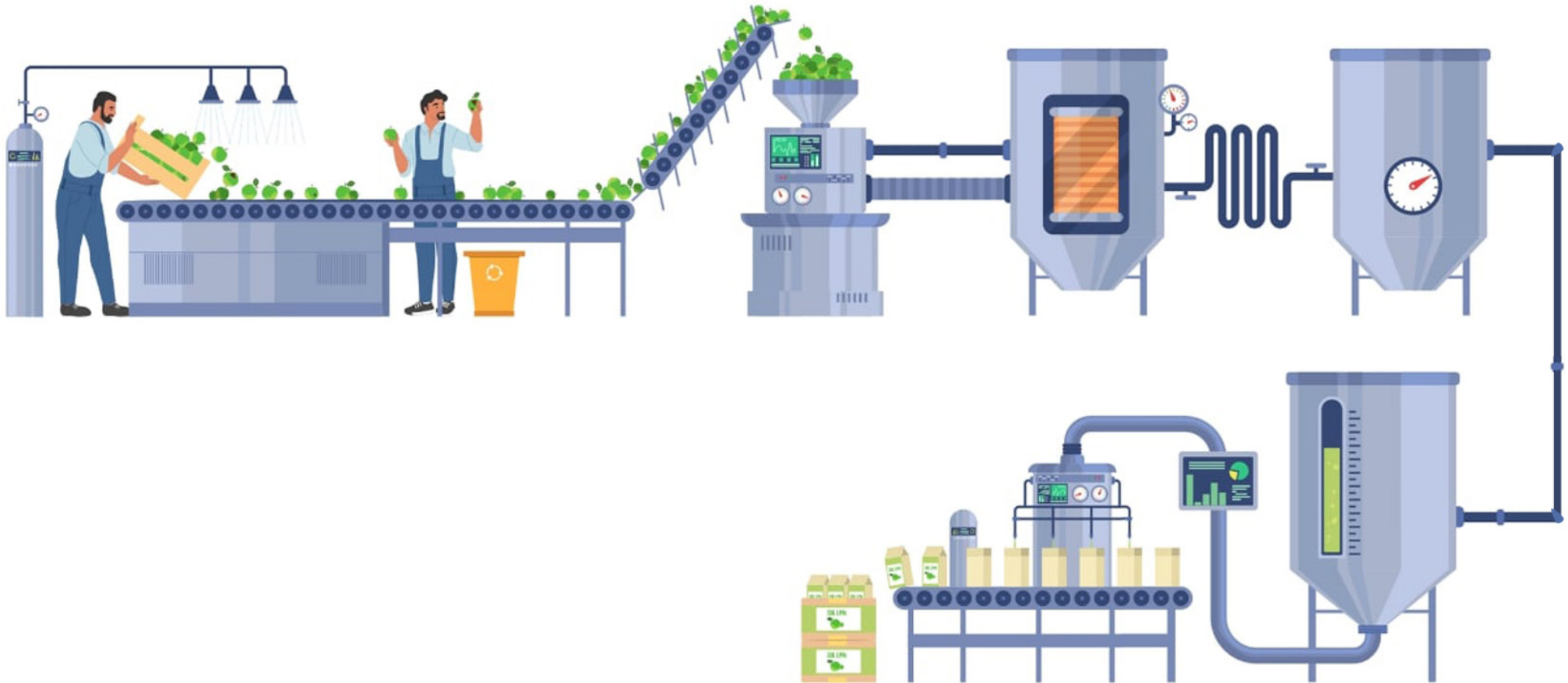
Elles cultivent leur propre laitue et leurs fines herbes sur place. Résultat : moins de transport, des produits plus frais... et moins de gaspillage!



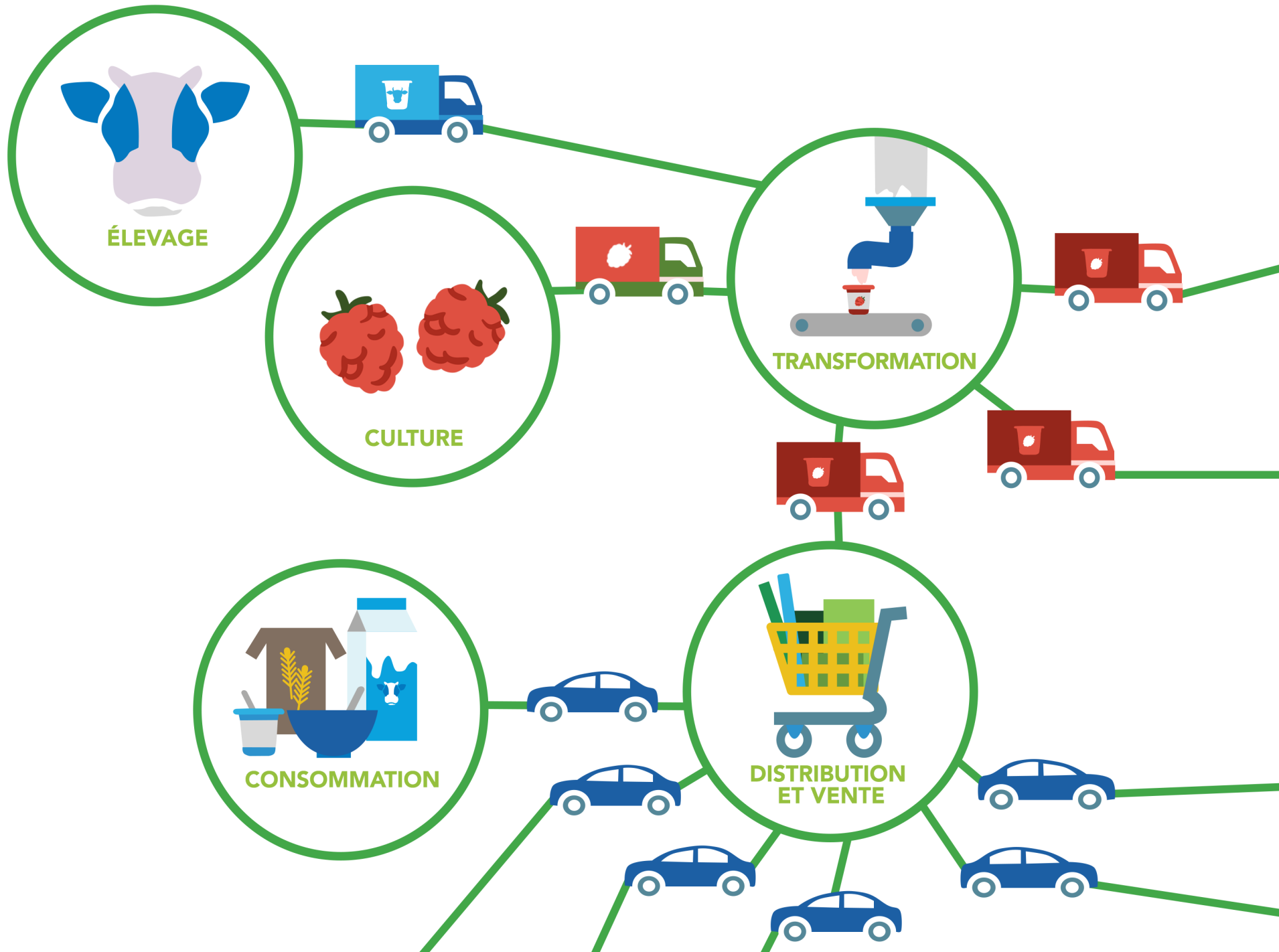


CHAÎNE DE TRANSFORMATION

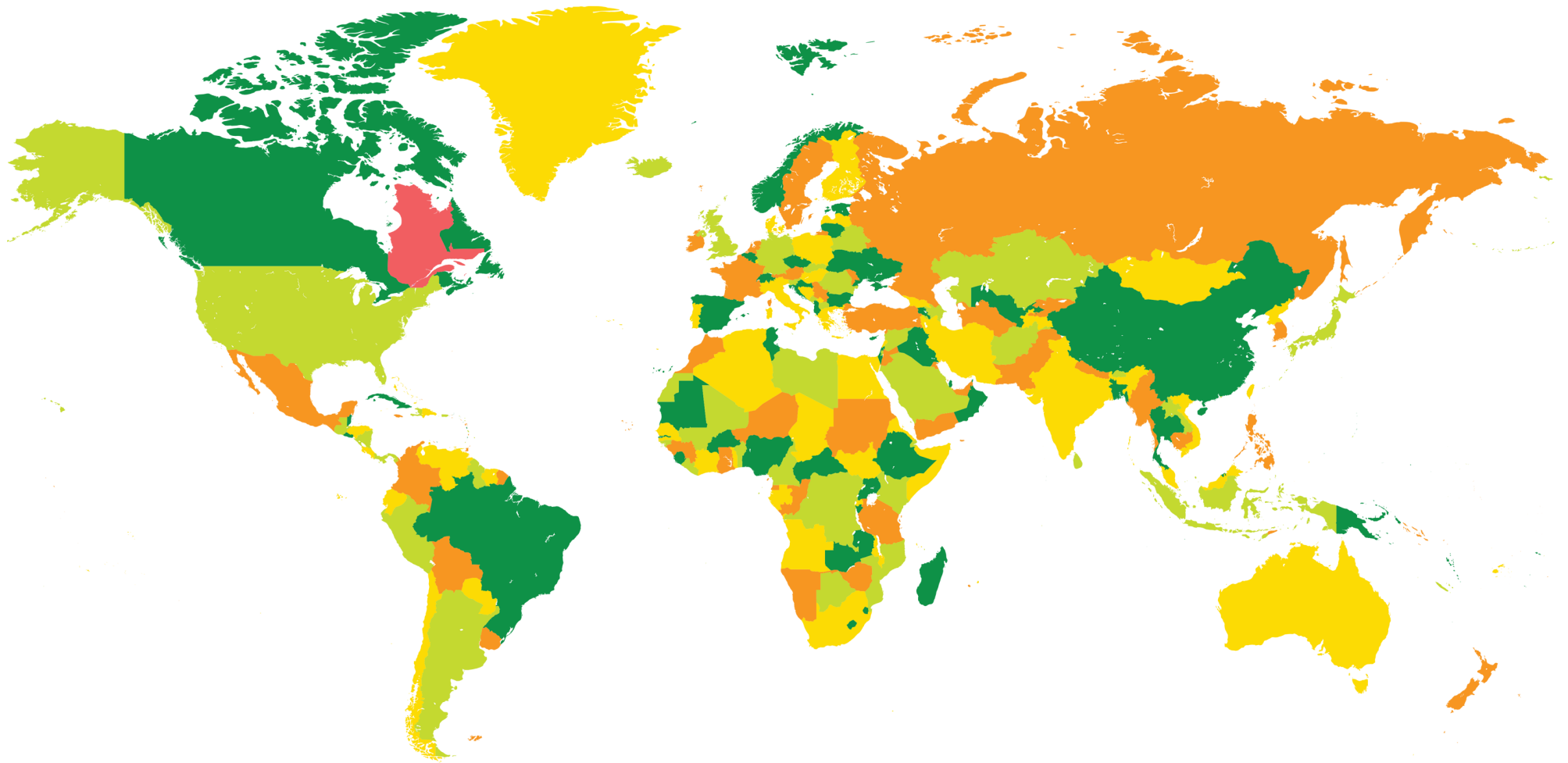
De la pomme au jus



TRANSPORT DANS LE CYCLE ALIMENTAIRE

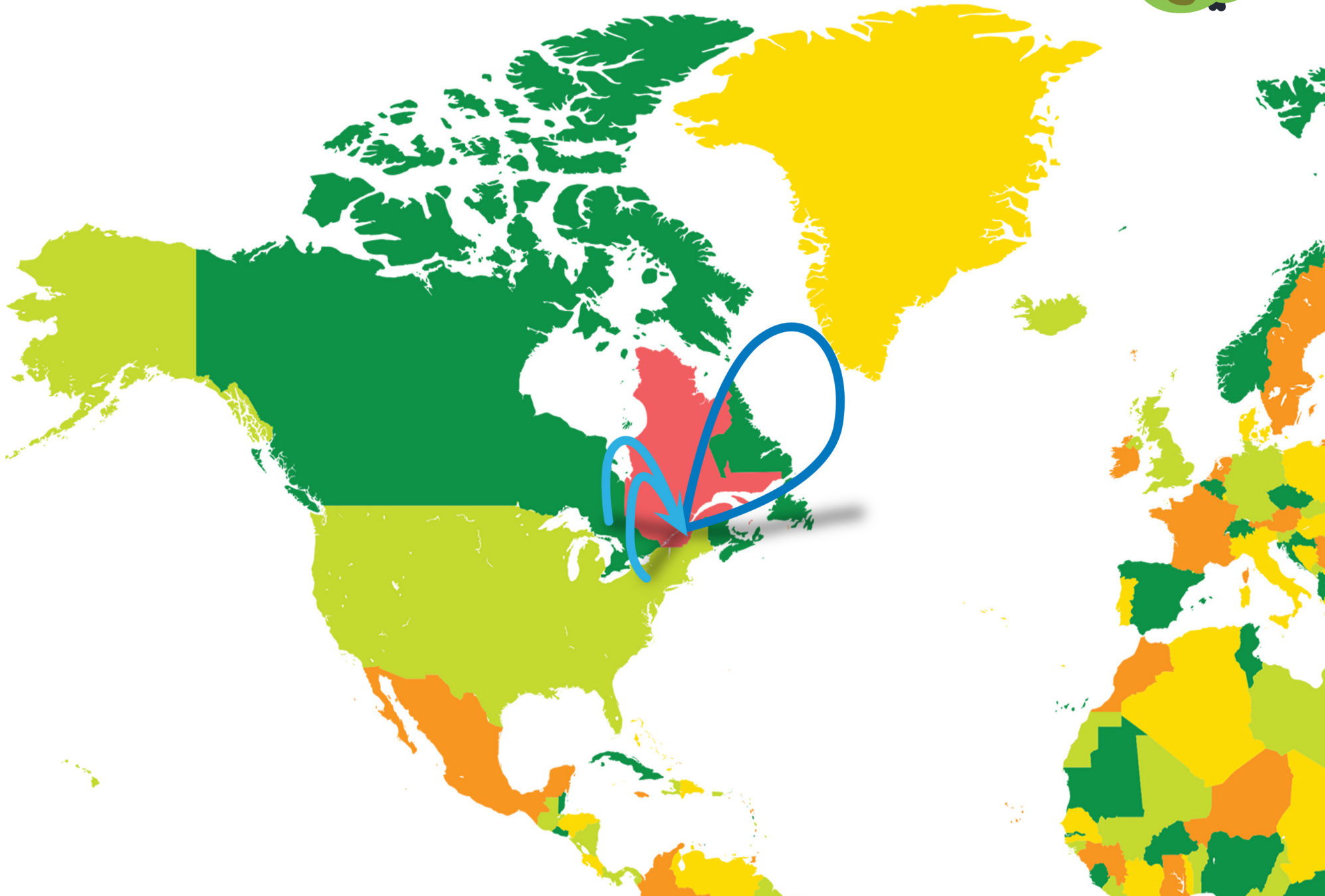


OÙ SOMMES-NOUS?

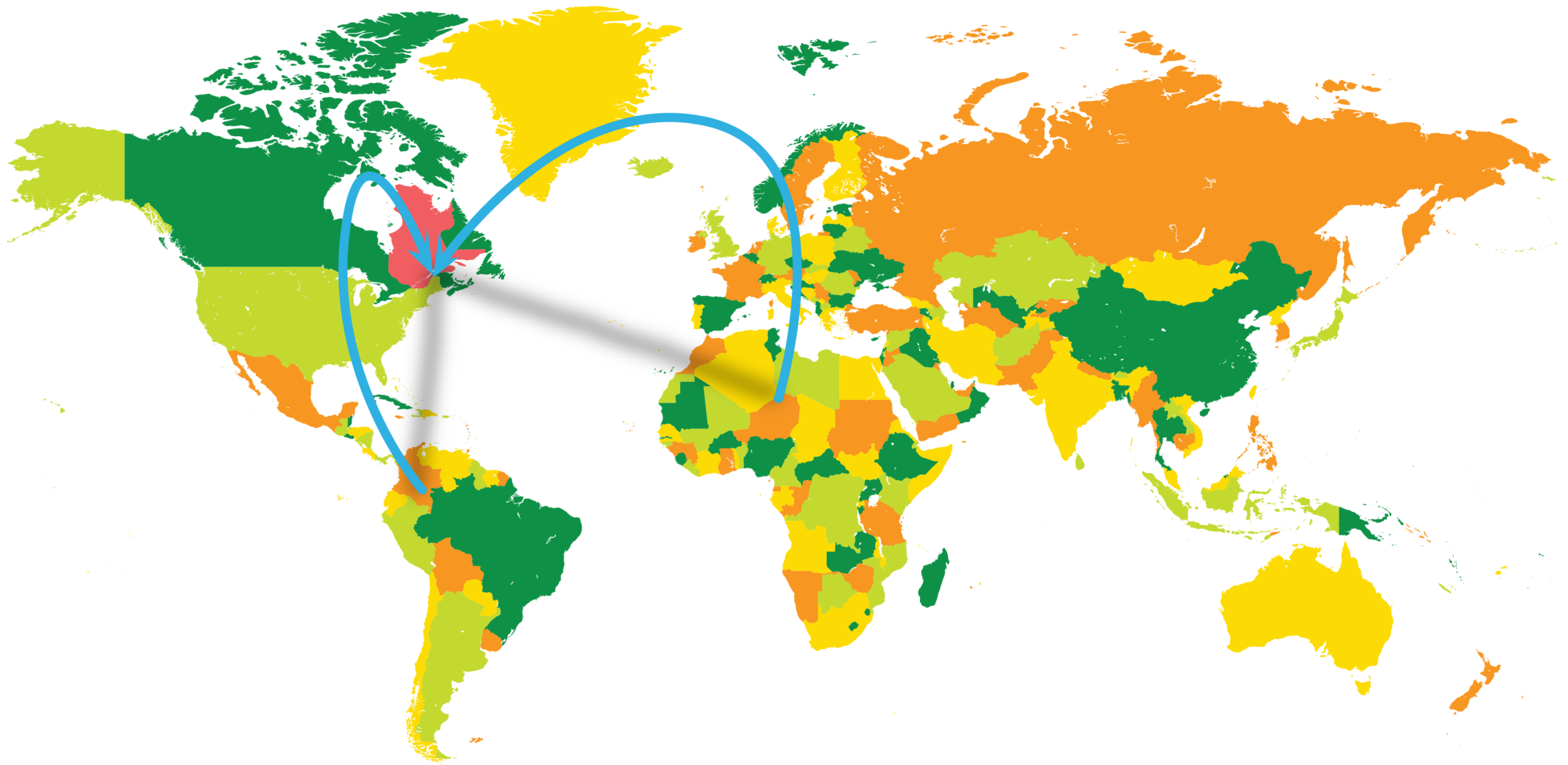
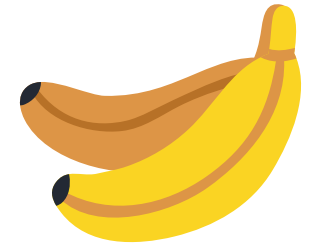




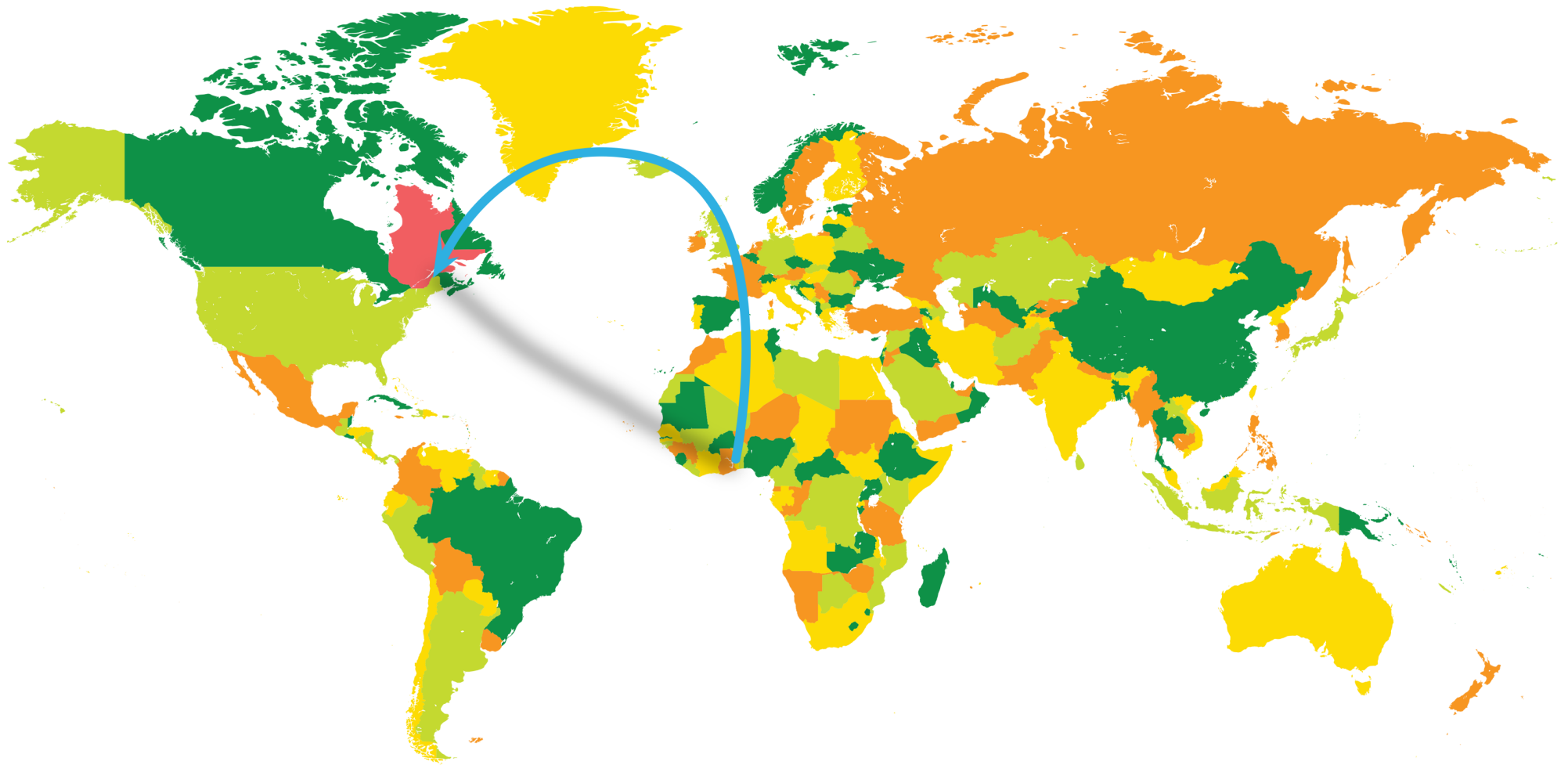
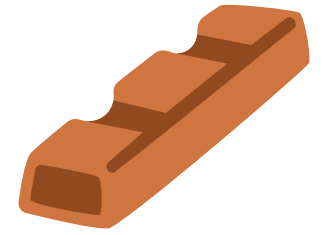
VOYAGE DE LA POMME



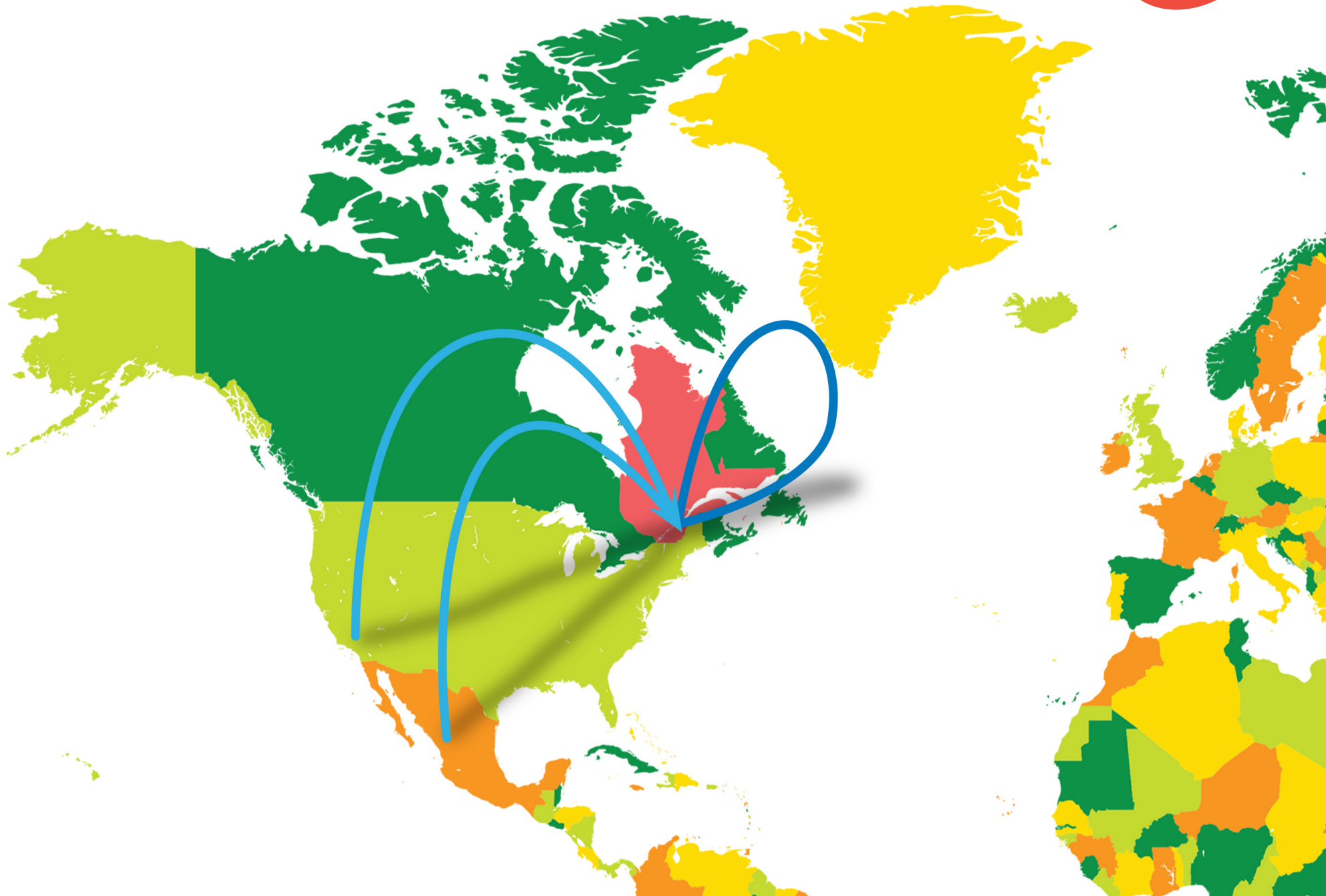
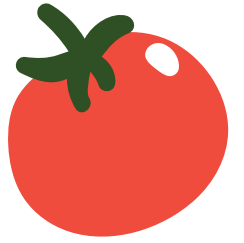
VOYAGE DE LA BANANE



VOYAGE DU CHOCOLAT



VOYAGE DE LA TOMATE



Activité 4 - Cartons de personnages à découper

Scénario 1 – Le buffet trop généreux

Tu es : Chef·fe de cuisine

DIALOGUE

Gestionnaire : Il reste encore au moins 10 portions pleines de spaghetti!

Chef·fe de cuisine : J'en avais préparé 30 portions, car habituellement, le spaghetti est très populaire!

Gestionnaire (avec inquiétude): Qu'allons-nous faire avec les restes?

Scénario 1 – Le buffet trop généreux

Tu es : Gestionnaire

DIALOGUE

Gestionnaire : Il reste encore au moins 10 portions pleines de spaghetti!

Chef·fe de cuisine : J'en avais préparé 30 portions, car habituellement, le spaghetti est très populaire!

Gestionnaire (avec inquiétude): Qu'allons-nous faire avec les restes?

Scénario 2 – La personne aux yeux plus grands que le ventre

Tu es : Client ou cliente

DIALOGUE

Client ou cliente : J'ai vraaaaaaaiment faim. Je voudrais avoir trois sandwiches.

Serveur ou serveuse : Pain blanc ou pain brun?

Client ou cliente : Pain brun, s'il vous plaît!

Serveur ou serveuse : mimer d'apporter des assiettes aux clients.

Client ou cliente : mimer de manger seulement deux assiettes sur trois.

Serveur ou serveuse : Avez-vous terminé?

Client ou cliente : Oui, merci!

Scénario 2 – La personne aux yeux plus grands que le ventre

Tu es : Serveur ou serveuse

DIALOGUE

Client ou cliente : J'ai vraaaaaaaiment faim. Je voudrais avoir trois sandwiches.

Serveur ou serveuse : Pain blanc ou pain brun?

Client ou cliente : Pain brun, s'il vous plaît!

Serveur ou serveuse : mimer d'apporter des assiettes aux clients.

Client ou cliente : mimer de manger seulement deux assiettes sur trois.

Serveur ou serveuse : Avez-vous terminé?

Client ou cliente : Oui, merci!

Scénario 3 – L’erreur en cuisine

Tu es : Cuisinier ou cuisinière

DIALOGUE

Serveur ou serveuse : Je viens d’apporter cette assiette à la table 23, et ce n’est pas ce que les personnes ont commandé.

Cuisinier ou cuisinière : Ah non?

Serveur ou serveuse : Cette table a commandé un gâteau à la vanille. Celui-ci est au chocolat. La personne refuse cette saveur, elle est allergique.

Cuisinier ou cuisinière : Je suis désolé·e, j’ai dû me tromper dans les tickets. Y a-t-il une autre table qui aurait commandé ce gâteau?

Serveur ou serveuse : Non pas en ce moment.

Scénario 3 – L’erreur en cuisine

Tu es : Serveur ou serveuse

DIALOGUE

Serveur ou serveuse : Je viens d’apporter cette assiette à la table 23, et ce n’est pas ce que les personnes ont commandé.

Cuisinier ou cuisinière : Ah non?

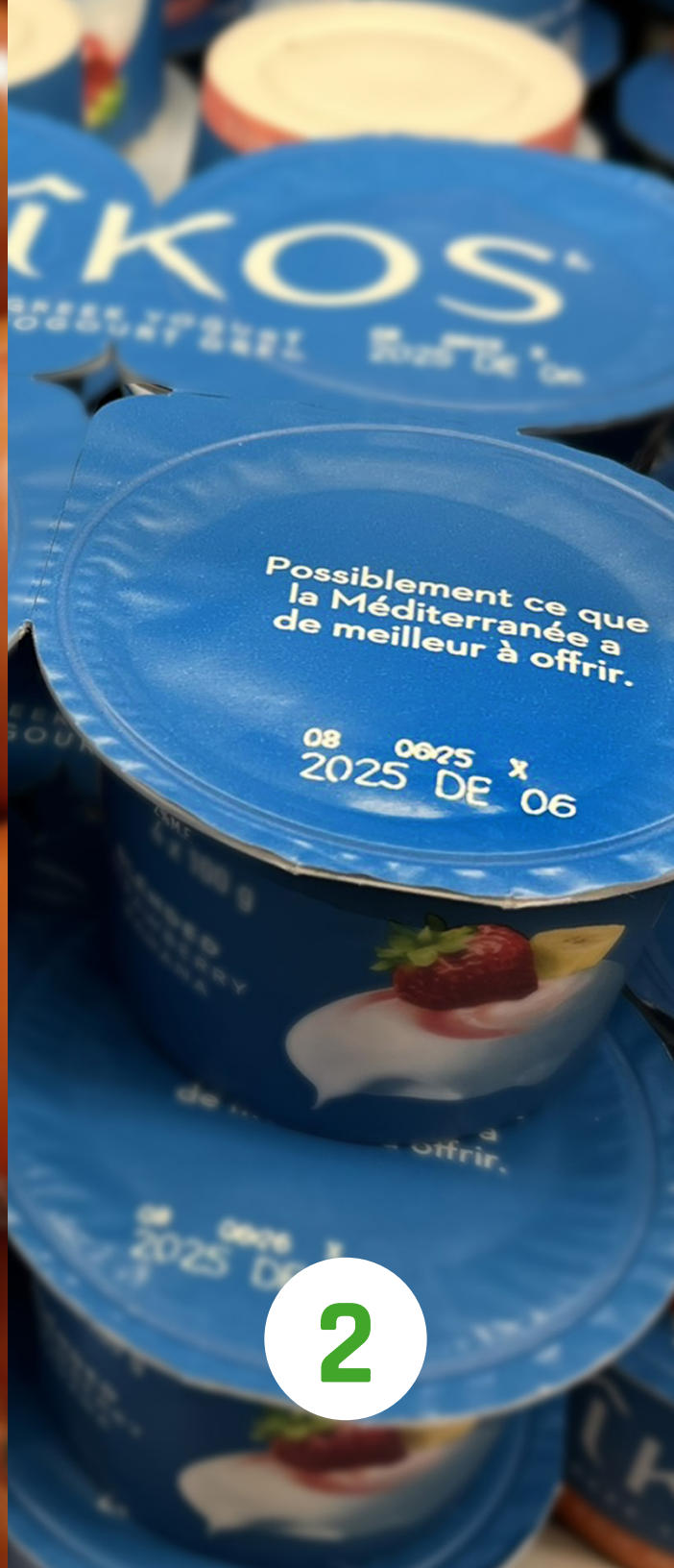
Serveur ou serveuse : Cette table a commandé un gâteau à la vanille. Celui-ci est au chocolat. La personne refuse cette saveur, elle est allergique.

Cuisinier ou cuisinière : Je suis désolé·e, j’ai dû me tromper dans les tickets. Y a-t-il une autre table qui aurait commandé ce gâteau?

Serveur ou serveuse : Non pas en ce moment.



1



2



3



BOEUF HACHE MI-MAIG
MEDIUM GROUND BE

EMBALLÉ LE 27 NO 25
PACKAGED ON

211705408774 8

PRIX/PRICE-kg \$19.49 0.45

TOT/ \$8.77

MEILLEUR SI CONSOMMÉ DANS LES 5 JOURS
SUIVANT LA DATE D'EMBALLAGE INDICUÉE
SUR L'ÉTIQUETTE



BEUR

PEAS
NDRES



La viande devrait être consommée entre le 25 et le 30 octobre 2027.



Le contenu de la boîte de conserve est à son meilleur jusqu'au 9 août 2029.