

Cartes de mise en situation

Gaspillage alimentaire

Les cartes de mise en situation ci-dessous peuvent être utilisées pour aborder le thème du gaspillage alimentaire.

Choisis la carte de mise en situation adaptée à tes élèves. Tu peux attribuer d'autres situations aux différents groupes ou choisir la même pour tous.

Consignes d'impression et de pliage :

- Imprimer les cartes de mise en situation sur le recto seulement
- Plier les cartes en deux au milieu

Juste une poignée de pâtes

Après le souper, il reste une poignée de pâtes.

Ta maman trouve que : « C'est dommage de les jeter, mais qu'est-ce qu'on va en faire ? » Ton frère pense que : « Ça ne fait même plus une portion, ça ne vaut pas la peine de la garder ! »

Ton papa a une idée de ce qu'on pourrait en faire.



Discutez des questions figurant au verso.

Exercice

Trouvez ensemble les réponses aux questions ci-dessous. Il n'y a pas qu'une seule bonne réponse !

1. Quelle idée ton papa pourrait-il avoir pour utiliser les restes ? Discutez de plusieurs idées !
2. Pourquoi est-il important de conserver même les restes en petite quantité et de ne pas les jeter ?
3. Que pourrait faire la famille différemment lors du prochain repas de pâtes ? Discutez de plusieurs idées !

Attention ! Voici ce qui nous semble particulièrement important :

Le goûter est trop copieux

Pendant la grande récréation, tu manges ton goûter avec ton copain. Une fois que vous avez mangé à votre faim, il restera un morceau de sandwich et un quartier de pomme.

Ton ami dit : « Pfou, j'ai assez mangé. Mais qu'est-ce que je vais faire de ce sandwich maintenant ? » Tu réponds : « Oh, il ne reste pas grand-chose, on peut le jeter ! »

Ton ami dit : « Mais ma grand-mère dit toujours qu'il ne faut pas jeter la nourriture ! Elle a toujours de super idées pour réutiliser les restes. »



Discutez des questions figurant au verso.

Exercice

Trouvez ensemble les réponses aux questions ci-dessous. Il n'y a pas qu'une seule bonne réponse !

1. Que dirait la grand-mère ? Que devriez-vous faire avec les restes de sandwich et de pomme ? Discutez de plusieurs idées.
2. Pourquoi ne pas jeter les restes de sandwiches et de pommes ?
3. Que pourriez-vous faire différemment, vous et vos parents, lors du prochain goûter ? Discutez de plusieurs idées.

Attention ! Voici ce qui nous semble particulièrement important :

Propositions de solution

Les solutions suivantes doivent être considérées comme des propositions et ne sont pas exhaustives.

Juste une poignée de pâtes

- 1. Quelle idée ton papa pourrait-il avoir pour utiliser les restes ? Discutez de plusieurs idées !**

Emballer les restes et les conserver au réfrigérateur. Le surlendemain, cuire un peu moins de pâtes et réchauffer les restes à la toute fin dans l'eau de cuisson chaude. Ou bien, le lendemain, mélanger les pâtes à des pommes de terre sautées. Ou bien préparer un gratin avec des légumes et des pommes de terre. Nota bene : donner les pâtes à son animal de compagnie serait aussi du gaspillage alimentaire ! Mais c'est quand même mieux que de les jeter à la poubelle.

- 2. Pourquoi est-il important de conserver même les restes en petite quantité et de ne pas les jeter ?**

Parce que nous devons prévenir le gaspillage alimentaire, qui pèse inutilement sur l'environnement et le budget des ménages. Concernant l'impact environnemental (comme dans l'exemple des pommes de terre) : les pâtes sont un produit transformé qui a fait l'objet de nombreuses étapes de fabrication, au cours desquelles des ressources ont été utilisées et des émissions ont été générées : culture des céréales, récolte, mouture, fabrication des pâtes, transport et commerce, préparation.

- 3. Que pourrait faire la famille différemment lors du prochain repas de pâtes ? Discutez de plusieurs idées !**

Ne cuisiner que la quantité qui sera consommée. Utiliser une balance et noter la quantité exacte nécessaire. Si cela ne suffit pas : cuire un supplément de pâtes, c'est vite fait ! Cuisiner exprès en plus grande quantité et prévoir d'intégrer les restes directement dans le repas suivant ou dans celui d'après.

Le goûter est trop copieux

- 1. Que dirait la grand-mère ? Que devriez-vous faire avec les restes de sandwich et de pomme ? Discutez de plusieurs idées.**

Remettre le sandwich dans son emballage et le manger au souper. Partager le reste du goûter avec une personne qui a encore faim. Conserver également le quartier de pomme pour plus tard ou le ramener chez soi ; on peut alors l'utiliser pour cuisiner, même s'il a déjà un peu bruni : le couper en petits morceaux pour l'ajouter à une salade ou le faire cuire dans une soupe ou une sauce. Le faire cuire avec d'autres fruits pour en faire une compote ou l'utiliser en pâtisserie.

- 2. Pourquoi ne pas jeter les restes de sandwichs et de pommes ?**

En principe, pour les mêmes raisons que pour toutes les denrées alimentaires (voir l'exemple des frites ou « Juste une poignée de pâtes »). Ce qui caractérise le sandwich, c'est qu'il contient généralement de la viande ou du fromage : ces produits ayant un impact particulièrement néfaste sur l'environnement, il est particulièrement important de ne rien jeter.

- 3. Que pourriez-vous faire différemment, vous et vos parents, lors du prochain goûter ? Discutez de plusieurs idées.**

L'enfant peut aider à préparer le goûter et peut dire lui-même quelle quantité il souhaite manger. Mieux vaut emporter un peu moins de produits frais et prévoir en plus une boîte de crackers, de noix ou d'une autre denrée alimentaire qui se conserve bien, au cas où cela ne suffirait pas. Les restes peuvent ainsi être mieux conservés.