

## Gaspillage alimentaire

Du 7 au 13 mars dernier se tenait la Semaine mondiale d'action contre le gaspillage alimentaire. Saviez-vous que le gaspillage alimentaire nourrit les changements climatiques?

À l'échelle mondiale, environ un tiers de tous les aliments produits sont perdus ou gaspillés, ce qui représente 8 à 10 % des émissions totales de gaz à effet de serre.

Au Canada, le gaspillage alimentaire des ménages produit chaque année près de 10 millions de tonnes de gaz à effet de serre. La lutte contre le gaspillage alimentaire à la maison a un impact direct sur ces émissions. Pour aider à prévenir le gaspillage alimentaire, il y a une foule de gestes que vous pouvez adopter.

Il existe plusieurs solutions afin de réduire le gaspillage alimentaire.

En voici quelques-unes :

- Préparer une liste et planifiez vos portions;
- Baisser la température du réfrigérateur à 4 degrés ou moins;
- Sachez interpréter les dates de conservation;
- Utilisez tous vos restes;
- Manger tout ce qui peut l'être;
- Optimisez votre garde-manger;
- Congelez ce que vous ne mangez pas.

Source : Recyc-Québec et Conseil national zéro déchet

### Qu'est-ce que le Défi Zéro Gaspi ?

Dans le but d'aider les gens à participer et à contrer les changements climatiques, un défi annuel a été lancé en collaboration avec RECYC-QUÉBEC. L'objectif a pour but de sensibiliser toute la famille au gaspillage alimentaire à la maison. Tous les mois, les participants(es) reçoivent des infolettres les mettant au défi. Elles sont composées d'articles de qualité en lien avec le mode de vie zéro gaspillage. L'initiative connaît du succès alors que 7600 personnes se sont inscrites au défi depuis le début de la première année.



Écocentre et Centre de valorisation  
des matières résiduelles (CVMR)  
15, boulevard Industriel, La Sarre  
819-333-2807

MRC d'Abitibi-Ouest  
11, 5<sup>e</sup> Avenue Est, La Sarre QC J9Z 1K7  
819-339-5671  
mrcao@mrcao.qc.ca