



Focus sur la villa d'entressen

Mélissa infirmière

Mélina monitrice éducatrice

Tiffany AMP

Fred EsCo

Lisa Psychologue

Helène psychomotricienne

Fanny apprentie Es

Ghislaine Maitresse de maison

FAM L'Escale
Entressen

Semaine du 14 octobre au 18 octobre 2024 sur Entressen

Le thème cette année, est « **Tentons de cuisiner Zéro déchet** », ou du moins en réduisant au maximum les déchets.

Le « zéro déchet », c'est un mode de vie qui consiste à chercher à réduire au maximum les déchets que nous pouvons produire au quotidien. Emballages, gaspillage alimentaire, sacs à usage unique... Lors des courses ou en cuisine, nous avons l'occasion de réduire ces déchets, en changeant petit à petit nos habitudes de consommation.

Durant cette semaine du goût, nous allons tenter de réduire au maximum nos déchets, en commençant par les achats (utilisation de sac en tissu réutilisables par exemple, achats en vrac, directement chez le boucher), réalisation des menus à la semaine (chose que nous faisons déjà), réalisation de compotes maison avec les fruits, pudding avec le pain dur, utilisation des fanes de carottes pour des pestos par exemple. Les déchets alimentaires sont mis au composteur.

Chaque jour, la quantité de déchets sera pesée, la quantité moyenne de déchets est de 170g par jour et par personne. Arrivera-t-on à faire mieux ?

Article écrit par Frédérique Camoin.

Menu de la semaine du goût

Lundi :

Soupe de courge
Saucisses galettes de légumes au quinoa
Pommes au four

Mardi :

Bouillon de volaille vermicelles
Poulet et ses légumes
Pudding chocolat

Mercredi :

Salade de carottes curry
Côtes de porc / pâtes au pesto de fanes de carottes
Compotes de fruits d'automne

Jeudi :

Salade de pois chiche
Hachis Parmentier
Mousse chocolat à l'aquafaba

Vendredi :

Houmous et Crackers aux graines maison, eau aromatisée maison
Poisson en croûte de chapelure d'épluchures de légumes, risotto d'automne
Gâteau de banane zéro déchet.

COMMENT TRAQUER LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE ?

LE GASPILLAGE EST UNE RÉALITÉ



30 kg/hab.

d'aliments gaspillés chaque année
 = **1 repas** par semaine
 = **100 €** par habitant chaque année

dont 7 kg d'aliments encore emballés

Les + gaspillés

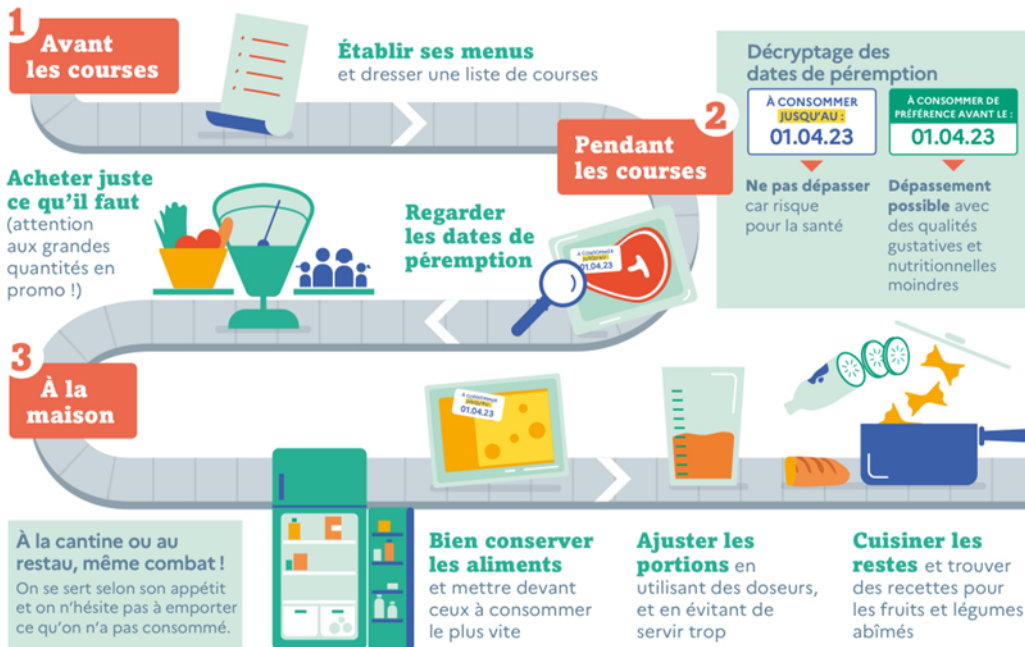


Légumes Liquides Fruits

OBJECTIF 2030

-50 % de gaspillage dans les foyers (par rapport à 2015)

DES SOLUTIONS ANTI-GASPI À TOUTES LES ÉTAPES



PREUVE QUE ÇA MARCHE !



Une opération nationale menée par l'ADEME et 3 associations de consommateurs (CSF, CLCV, Familles Rurales).



243 foyers accompagnés pour appliquer les solutions anti-gaspi.

- 59 % de gaspillage alimentaire !

Les foyers passent en moyenne de 25,5 à 10,4 kg gaspillés par an et par personne, soit 30 repas économisés. 3 mois après l'opération, les foyers continuent d'appliquer les bons gestes.

POUR ALLER PLUS LOIN

Guide de l'ADEME « Une alimentation plus durable en 10 questions »
 Fiche pratique « Ma recette anti-gaspi »

