



JE MANGE, JE JETTE... JE RESPECTE AUSSI LA PLANÈTE

■ ENJEUX

Il s'agit d'un projet ayant pour objectif de sensibiliser les jeunes à certaines pratiques alimentaires qui favorisent la lutte contre le gaspillage et les excès alimentaires, la réduction des déchets, de les informer sur les précautions indispensables à la préservation de la qualité sanitaire des produits permettant ainsi de préserver la santé et l'environnement.

■ MOTS CLEFS

Environnement ; gaspillage alimentaire ; hygiène alimentaire ; consommation alimentaire.

■ PORTEURS DU PROJET, NIVEAUX ET DISCIPLINES CONCERNÉS

Les enseignants de prévention santé environnement en lycée professionnel en lien avec les professeurs d'éducation physique et sportive, d'histoire-géographie, d'économie et droit seront impliqués en collaboration avec le chef cuisinier ainsi que l'infirmier scolaire. Ce projet interdisciplinaire est à destination des élèves de baccalauréat professionnel et de CAP.

■ NOTIONS EN RÉFÉRENCE AUX PROGRAMMES ET AU SOCLE

Seconde professionnelle

Prévention santé environnement

Thème B, module B1 : « L'alimentation écoresponsable ».

Économie et droit

Module 2 : « La consommation : quel choix pour les ménages ? »

L'influence du développement durable sur les choix de consommation est un module traité en économie et droit en bac professionnel. Ce module peut être traité en lien avec le module B1 de prévention santé environnement afin de mettre en relation les choix alimentaires favorisant les procédés de fabrication respectueux de l'environnement et du lien social.

Histoire géographique

Thème « Des réseaux de production et d'échanges mondialisés ».

Le circuit d'un bien de sa conception à sa consommation à l'échelle mondiale. Les circulations des produits alimentaires tels que le sucre, le cacao, le thé... Ce module de géographie peut être traité en lien avec le module B1 de prévention santé environnement afin de mettre en relation les choix alimentaires favorisant les circuits courts qui sont plus respectueux de l'environnement.

Mathématiques

Ligne directrice pour l'enseignement : « Travail expérimental et numérique ».

Utilisation d'un logiciel spécifique permettant d'établir des tableaux de comparaison des valeurs nutritionnelles des denrées alimentaires. Comparaison des valeurs nutritionnelles des fruits avec celles des jus de fruits industriels.

Première professionnelle

Prévention santé environnement

Thème A, module A7 : « Les pratiques alimentaires ».

Terminale professionnelle

Prévention santé environnement

Thème A, module A9 : « La sécurité alimentaire ».

Première et deuxième années de CAP

Prévention santé environnement

Thème A, module A7 : « L'alimentation adaptée à son activité ».

Thème D, module D3 : « Les achats ».

Compétences travaillées

Traiter une information.

Appliquer une démarche d'analyse dans une situation donnée.

Expliquer un enjeu environnemental, une disposition réglementaire en lien avec une mesure de prévention.

Proposer une solution pour résoudre un problème.

Argumenter un choix.



■ DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Les activités réalisées pendant les temps 1 à 4 seront exploitées lors des temps 5 et 6 avec une différenciation en fonction des attendus des différents niveaux de prévention santé environnement, d'histoire-géographie et d'économie et droit de bac professionnel et de CAP.

Temps 1

Débuter l'année scolaire en proposant un **accueil** aux nouveaux entrants autour d'un petit déjeuner suivi d'activités sportives à l'extérieur de l'établissement : forêt, base de loisirs... Prévoir cet accueil sur plusieurs jours lors de la semaine d'intégration.

Temps 2

Lors du **petit déjeuner**, placer le buffet par groupes d'aliments en proposant un choix de denrées le plus varié possible. Disposer des affiches autour avec les recommandations du programme national nutrition santé (PNNS 4, 2019-2023). Les recommandations du PNNS sont introduites à l'aide des affiches et elles sont reprises dans d'autres séances de santé prévention environnement.

Un questionnaire est rempli par les élèves au cours du petit déjeuner afin de recenser les **habitudes de consommation alimentaire** au sens large, c'est-à-dire concernant les achats alimentaires (agriculture biologique, circuits courts, label, agriculture raisonnée, AMAP, supermarché, fast food, etc.), les pratiques alimentaires (végétarien, végétalien, végan, etc.), les attitudes concernant la lutte contre le gaspillage alimentaire et les habitudes de conservation des aliments.

Inviter les élèves à se servir. Prendre des photos de composition de leur petit déjeuner de façon anonyme (elles serviront d'introduction à la séance pédagogique).

Temps 3

Les **activités sportives** se déroulent de 10 h à 16 h, il est donc nécessaire de pique-niquer sur place. La gestion des déchets est à anticiper. Un groupe d'élèves « ambassadeurs des déchets » associé à un enseignant organise la récupération, le tri et la responsabilisation de chacun vis-à-vis de ses déchets. Prendre des photos de la gestion des déchets lors de cette journée et des déchets qui sont découverts sur place, laissés par d'autres personnes (elles serviront d'introduction à la séance pédagogique).

Temps 4

Proposer une **visite de la restauration scolaire** (et organiser la visite filmée si possible) afin de permettre la découverte de l'organisation de la restauration scolaire, de la réception des marchandises à l'évacuation des déchets avec découverte du composteur du lycée s'il en existe. Pour inciter les élèves à prélever les informations importantes délivrées lors de cette visite puis pour les exploiter facilement lors des séances pédagogiques suivantes, ils doivent compléter un questionnaire. Il est préférable que cette visite ait lieu au cours de la semaine d'intégration à la fin de la prise du petit déjeuner par exemple. Elle peut aussi être organisée la semaine suivante au cours de la première séance de prévention santé environnement avec chaque classe de seconde.



Temps 5

Toutes les **photos** prises lors du petit déjeuner et lors des activités sportives et les **statistiques** du questionnaire sur les habitudes de consommation alimentaire et le **questionnaire** sur la visite de la restauration scolaire, réalisés lors de la semaine d'intégration, sont **exploités** lors des séances pédagogiques de prévention santé environnement, afin de travailler les objectifs suivants :

- En seconde professionnelle
Identifier les critères d'un comportement éco-responsable, analyser les causes et les conséquences du gaspillage alimentaire, proposer des solutions pour lutter contre le gaspillage et la surconsommation.
- En première professionnelle
Il est nécessaire de représenter à nouveau les **photos** des journées d'intégration (et/ou vidéo) effectuées en seconde par ces mêmes classes, pour rappel avant de lancer les activités. Insister ici sur le petit déjeuner et les aliments afin d'étudier la digestion ; les besoins nutritionnels ; l'impact des pratiques alimentaires (végétarien, végan, etc.) sur la santé et l'environnement ; choisir un des produits mis à disposition lors du petit déjeuner (celui qui a eu le plus de succès) et analyser son étiquette puis le comparer à un autre produit du même groupe. Pour les fruits, prévoir le tableau des valeurs nutritionnelles notamment pour permettre aux élèves de les comparer avec les jus de fruits.
- En terminale professionnelle
Réutiliser le **film** de la visite de la restauration scolaire (ou le créer en partant d'un aliment et filmer son parcours depuis sa réception à la restauration scolaire, sa consommation, jusqu'à la production des déchets induits et leur gestion des déchets) afin d'introduire la réglementation en matière de sécurité sanitaire des aliments, les précautions permettant de maintenir la qualité microbiologique des aliments et la législation française en matière de sécurité sanitaire.
- En première ou deuxième année de CAP
Étude comparative d'**étiquettes alimentaires** afin de hiérarchiser les critères de choix d'un produit, repérer et décoder les informations utiles sur l'étiquette alimentaire permettant de déterminer sa conservation, sa qualité (label) et sa provenance.

Temps 6

Organiser des **commissions restauration** (minimum une par trimestre) dans lesquelles des élèves auront la possibilité de donner leur avis sur le choix des plats et des denrées afin de favoriser l'achat de produits locaux et de saison et/ou non transformés et de lutter contre le gaspillage alimentaire à la cantine.

Prévoir une table de partage à la cantine afin d'y déposer les produits emballés non consommés et pouvant être consommés par un autre élève. Des affiches afin de sensibiliser sur ce thème sont réalisées et exposées à la cantine.

■ ÉVALUATION

Des pesées ponctuelles des aliments jetés par les élèves et des aliments triés pour le composteur permettent de suivre l'évolution des comportements. Ces chiffres sont analysés et sont portés à la connaissance des demi-pensionnaires par voie d'affichage.



L'investissement des élèves dans la lutte contre le gaspillage est évalué par leurs gestes au quotidien au moment des repas à la restauration scolaire, par leur participation aux commissions restauration, et par leur engagement dans des projets pour la lutte contre le gaspillage.

Il serait intéressant de distribuer à nouveau le questionnaire de départ plus tard dans l'année afin de recenser à nouveau les habitudes de consommation alimentaire (achats, lutte anti-gaspillage) pour constater les éventuelles évolutions du comportement.

■ POUR ALLER PLUS LOIN

<https://www.anses.fr/fr>

www.agriculture.gouv.fr

<https://www.ameli.fr/>

■ POINTS DE VIGILANCE

En cas de visite filmée de la restauration scolaire, il sera nécessaire d'avoir l'autorisation préalable d'un responsable légal pour la captation et la diffusion de l'image et de la voix de chaque élève.

Avant toute activité de manipulation et de dégustation de denrées alimentaires, l'enseignant se procure les projets d'accueil individualisé (PAI) afin de connaître les éventuelles pathologies d'intolérances alimentaires ou d'allergies des élèves.

Toute activité de manipulation de denrées alimentaires implique pour l'enseignant d'adopter les pratiques d'hygiène nécessaires.

La [circulaire n°2002-004](#) du 3 janvier 2002 intitulée « La sécurité des aliments : les bons gestes » est en ligne sur le site du ministère de l'Éducation nationale, de la Jeunesse et des Sports.

Voici en complément des recommandations officielles, quelques conseils inspirés par le guide pédagogique [« Atelier cuisine et alimentation durable »](#) :

Choisir des matières premières de bonne qualité sanitaire

- Choisir les fruits et légumes exempts de pourriture.
- Décontaminer les aliments.
- Vérifier la date limite de consommation pour les produits frais (lait, yaourt...).
- Assurer de bonnes conditions de stockage après l'achat (froid si besoin, propreté).
- Mettre en œuvre de bonnes conditions de transport jusqu'à l'école (sac isotherme).
- Assurer le maintien de la chaîne du froid.

Dans le cadre de cueillette en milieu sauvage ou dans un jardin non professionnel, le risque d'échinococcose (parasites du foie amenés par des excréments de renards, chiens ou chats) est présent. On s'abstiendra de consommer les fruits ou légumes crus et on optera pour des préparations cuisinées, la cuisson détruisant les parasites.



Nettoyage des surfaces de travail

Avant de commencer à travailler et entre chaque type d'opération, bien nettoyer les surfaces (tables, planches) :

- avec un produit détergent (qui enlève les graisses) puis avec un produit désinfectant (qui élimine les germes) ou avec un seul produit qui a les deux fonctions;
- en choisissant des produits qui possèdent un agrément pour l'usage en collectivité et à contact alimentaire;
- en respectant la notice d'utilisation (temps de mise en contact avec la surface et le dosage en particulier);
- les lingettes très fines remplacent les éponges considérées comme des nids à microbe du fait de leur épaisseur et du taux d'humidité.

Pratiques des participants

Les personnes sont aussi porteuses de germes, en particulier sur les mains.

- Se laver les mains avec du savon avant de commencer l'atelier : mouiller et faire mousser, frotter entre les doigts, sous les ongles et jusqu'aux poignets avant de rincer sous un filet d'eau.
- Se laver les mains après le passage aux toilettes ou s'être mouché (ou mis les doigts dans le nez).
- Ne pas éternuer au-dessus des préparations.
- Se laver les mains entre la préparation de différentes familles de produits, pour éviter les contaminations croisées.

L'utilisation de tabliers propres permettra de protéger les vêtements et de contrôler le niveau de propreté; celle des charlottes ou calottes limitera l'arrivée des cheveux dans les préparations.

Dégustation en cours de préparation

Quand on propose de goûter en cours de préparation, on ne retrempera pas la cuillère utilisée dans la préparation (ni les doigts). Pour régulièrement goûter, on peut utiliser une cuillère « mère » qui servira pour le prélèvement et reverser dans les cuillères utilisées pour goûter (chacun gardera sa cuillère de dégustation).

Consommer les plats et spécialités préparés au plus près de leur élaboration

Dans un plat qui vient d'être préparé, même s'il y a quelques bactéries pathogènes, elles n'auront pas le temps de se développer si la consommation se fait peu après l'élaboration. En revanche, un plat chaud qui refroidit lentement pourra être sujet au redéveloppement de microorganismes. On veillera à le laisser refroidir dans une ambiance propre et à le consommer rapidement (peu après la préparation).

Conserver les étiquettes ou emballages des ingrédients utilisés quelques jours (pour faciliter les recherches en cas d'intoxication alimentaire).

