

Chambouler c'est gagner : Tout pour le 0 gaspi

DESCRIPTIF

But du jeu

Renverser les canettes afin d'arriver à 30 points.

Durée

5 à 15 minutes

Nombre de participants

1 à 6 joueurs

Niveau

Collège/lycée

Matériel

Une table, 9 canettes ou conserves vides, une balle en mousse ou réalisée en froissant de l'aluminium, la fiche pédagogique, la liste de questions à poser.

DÉROULÉ

Etape 1 : la préparation

- En proposant d'animer un jeu, vous allez apporter de nouvelles connaissances sur un sujet en particulier. Aussi, il est conseillé de lire l'article "**Le gaspillage alimentaire**" ainsi que de visionner la vidéo "**Le Refettorio : quand les invendus deviennent des plats gastronomiques**" disponibles sur la plateforme Cap Eco-délégués.
- **Lisez la fiche pédagogique en entier et entraînez-vous** une première fois entre éco-délégués pour identifier les passages à améliorer dans votre intervention. Aussi, répéter permet de se libérer de ses notes et éviter de lire en même temps qu'il faut animer le jeu !
- L'objectif de ce jeu est que les participants découvrent quels gestes quotidiens peuvent être réalisés afin de lutter contre le changement climatique. Pour cela, vous devez dresser une liste de questions à leur poser. Vous pouvez vous inspirer de la liste de questions déjà créée pour ce jeu ou encore effectuer vos propres recherches.
- **Le jour J**, disposez sur la table les 9 canettes ou conserves de la manière présentée ci-dessous et numérotées au préalable de 1 à 9. Si les canettes sont trop légères, vous pouvez les lester avec des petits cailloux.



Etape 2 : Sensibilisation au gaspillage alimentaire

Commencez par présenter aux participants le but du jeu, à savoir qu'il faut marquer 30 points en renversant les canettes disposées devant eux. Seulement, pour avoir le droit de renverser les canettes, il faut que les participants répondent correctement aux questions que vous allez leur poser par "Vrai" ou "Faux". Afin de vous assurer qu'ils maîtrisent les notions de base relatives au gaspillage alimentaire, vous pouvez leur poser quelques questions introductives comme les suivantes :

Qu'est ce que le gaspillage alimentaire ?

Réponse : Le gaspillage alimentaire, c'est toutes les pertes de nourriture initialement destinée à la consommation humaine, perdue à toute étape de la chaîne alimentaire : production, stockage, transport, et consommation.

Quelles sont les causes du gaspillage alimentaire ?

Réponse : Les causes du gaspillage alimentaire sont multiples : achat en trop grande quantité, mauvaise conservation des aliments, aliments jugés d'inesthétiques car ne répondant pas aux normes des supermarchés, mauvaise compréhension des dates de péremption, manque de connaissances sur les techniques de conservation...

Pourquoi lutter contre le gaspillage alimentaire ?

Réponse : Premièrement pour éviter de perdre toutes les ressources utilisées pour produire, transporter, stocker et transformer les aliments que l'on gaspille : eau, terres cultivées, électricité, essence... ! Aussi, il y a actuellement près de 800 millions de personnes qui souffrent de la faim sur Terre, alors que près d'1/3 de la nourriture produite est gaspillée : lutter contre le gaspillage alimentaire permet de lutter contre ce paradoxe et c'est faisable à son échelle.

Etape 3 : Explication des règles du jeu aux participants

Une fois ces notions présentées, vous pouvez passer à la phase de jeu. Pour introduire les règles, vous pouvez commencer de la manière suivante :

"Ainsi, il est essentiel d'agir afin de lutter contre le gaspillage alimentaire et cela est possible même à l'échelle individuelle, c'est ce que l'on va pouvoir voir dans ce jeu de chambouler c'est gagner !"

A tour de rôle, vous allez poser aux participants une question "Vrai/Faux". Ils devront choisir si le geste énoncé, selon eux, permet de lutter contre le gaspillage alimentaire ou pas. Si le participant a la bonne réponse, il doit viser à l'aide de la balle la ou les canettes qu'ils veut renverser.

Le but du jeu : le gagnant ou l'équipe gagnante est celle qui arrive à 30 points.

Précision sur le comptage des points :

- Si une canette est renversée : le participant gagne le nombre de points inscrits sur la canette
- Si plus d'une canette est renversée : le nombre de points gagnés correspond au nombre de canettes renversées.

Exemple : un participant renverse la canette qui porte le chiffre 7, il gagne 7 points. Au tour suivant, ce participant renverse la canette qui porte le chiffre 3 et la canette qui porte le chiffre 5, il gagne alors 2 points.

Si le joueur qui a la balle manque son tir, il passe la main à ses adversaires. S'il a une bonne réponse et a réussi à renverser au moins une canette, il peut continuer de jouer.

Lorsqu'une bonne réponse est trouvée, vous pouvez donner des informations afin de compléter la réponse.

Vrai ou Faux : Les gestes du quotidien qui permettent de lutter contre le gaspillage alimentaire

1. Faire une liste de courses aide à réduire le gaspillage alimentaire.

Réponse : Vrai.

-> Faire une liste de courses permet d'acheter uniquement ce dont on a besoin, évitant les achats impulsifs et le surplus d'aliments qui risquent de ne pas être consommés.

2. Conserver les restes dans des contenants hermétiques au réfrigérateur prolonge leur durée de vie.

Réponse : Vrai.

-> Les contenants hermétiques empêchent les aliments de se contaminer et permettent de prolonger leur fraîcheur.

3. Il est préférable de jeter les fruits et légumes dès qu'ils commencent à avoir des taches ou des imperfections.

Réponse : Faux.

-> Les fruits et légumes avec des taches ou des imperfections sont souvent encore comestibles. Les plus « abîmés » peuvent être utilisés pour des soupes, des smoothies ou des plats cuisinés. Vous pouvez même réaliser des pancakes de bananes abîmées !

4. Planifier les repas de la semaine peut aider à réduire le gaspillage alimentaire.

Réponse : Vrai.

-> Planifier les repas permet de mieux organiser ses achats et d'utiliser les ingrédients à temps avant qu'ils ne se périment !

5. Acheter en vrac contribue à réduire le gaspillage alimentaire.

Réponse : Vrai.

-> Acheter en vrac permet de contrôler les quantités achetées, réduisant le risque d'acheter plus que nécessaire.

6. Mettre les bananes au réfrigérateur aide à prolonger leur durée de vie.

Réponse : Faux.

-> Mettre les bananes au réfrigérateur ralentit le processus de mûrissement, mais leur peau noircit plus rapidement. Il est donc mieux de les conserver à température ambiante jusqu'à ce qu'elles soient mûres, puis de les réfrigérer si nécessaire !

Vrai ou Faux : Les gestes du quotidien qui permettent de lutter contre le gaspillage alimentaire

7. Congeler les aliments avant qu'ils ne se périment est une bonne manière de réduire le gaspillage alimentaire.

Réponse : Vrai.

-> La congélation est une méthode efficace pour conserver les aliments plus longtemps et éviter qu'ils ne s'abiment trop vite. Les aliments sont ensuite utilisables bien plus longtemps.

8. Les épluchures et restes de légumes peuvent être utilisés à la place d'être jetés.

Réponse : Vrai.

-> On peut récupérer les épluchures et restes de légumes pour en faire du compost. En se décomposant, ils deviennent une matière qui enrichit la terre naturellement.

9. Il vaut mieux éviter de manger les restes, car ils sont souvent moins bons.

Réponse : Faux.

-> Les restes peuvent être réinventés en de nouveaux plats et souvent réchauffés ou transformés en repas savoureux, réduisant ainsi le gaspillage ! Par exemple, vous pouvez faire des arancinis avec du vieux riz.

10. Il est possible de réduire le gaspillage alimentaire à la cantine grâce à une table du troc ou en demandant des quantités propres à sa faim au personnel de cantine.

Réponse : Vrai.

-> On peut réduire le gaspillage à la cantine en s'échangeant des aliments dont on ne veut plus ou en déposant le yaourt en trop pour que quelqu'un d'autre le récupère par exemple ! On peut aussi demander des quantités moindres au personnel de cantine si l'on sait qu'on ne finira pas son assiette.