

Le gaspillage alimentaire

On parle beaucoup depuis un certain temps de gaspillage alimentaire. Le sujet est d'autant d'actualité qu'en ces temps d'inflation alors que les prix des aliments ont considérablement augmenté dans la dernière année, nous n'avons presque plus le choix de porter attention à notre façon de consommer les aliments.

L'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture estime qu'un tiers de tous les aliments produits pour la consommation humaine dans le monde sont perdus ou gaspillés, soit l'équivalent d'environ 1,3 milliard de tonnes par année.¹

Au Québec, ce sont environ 1,2 million de tonnes d'aliments qui sont perdues ou gaspillées; ce qui représente 16 % de tous les aliments qui entrent dans le système bioalimentaire de la province selon une étude de Recyc-Québec produite en juin 2022.²

Mais, qu'entend-on au juste par gaspillage alimentaire et qui gaspille?

Une équipe de recherche de l'UQAM a proposé la définition la plus large possible. Selon elle, « on parle de gaspillage alimentaire lorsque toute partie d'aliment consommable ayant été chassé, cultivé, pêché, élevé, produit ou cueilli, de façon intentionnelle ou non, n'aboutit pas à la consommation humaine directe ».³



Illustration : Sébastien Thibault (Unpointcinq)

L'Étude de quantification des pertes et gaspillage alimentaires au Québec de Recyc-Québec nous donne la répartition du gaspillage en fonction du circuit des aliments, soit :

- la production : 14 %
- la transformation et fabrication : 21 %
- les services alimentaires (restaurants et institutions) : 5 %
- la distribution et les commerces de détail : 32 %
- la consommation des ménages : 28 %

En 2015, les Nations Unies ont adopté 17 objectifs de développement durable visant à mettre fin à la pauvreté, à protéger la planète et à assurer la prospérité pour tous. Parmi ces objectifs, l'une des cibles consiste à réduire de moitié à l'échelle mondiale la quantité de gaspillage alimentaire par habitant, et ce, d'ici 2030. Donc, réduire le gaspillage alimentaire mondial par habitant au

niveau des détaillants et des consommateurs et réduire les pertes alimentaires le long des chaînes de production et d'approvisionnement (y compris les pertes après récolte).¹

Pour réaliser cet objectif, toutes les parties concernées doivent collaborer. Et nous, en tant que citoyens, avons une responsabilité en cette matière. Notre gaspillage alimentaire est principalement dû au fait de préparer de trop grandes quantités, de ne pas finir son assiette, à une mauvaise compréhension des dates de péremption et à des achats en trop grande quantité. Il faut apprendre à planifier davantage la préparation de nos repas pour évaluer plus précisément les quantités d'aliments dont on aura besoin et aussi apprendre à utiliser les restes. Les aliments les plus gaspillés sont les fruits et légumes, les restes de table, les produits de boulangerie ainsi que les produits laitiers et les œufs.

Le *Conseil national zéro déchet* estime qu'environ 63 % des pertes alimentaires générées par les familles seraient évitables.² Le même organisme juge qu'un tel gaspillage de nourriture dans un contexte d'inflation alimentaire important est un non-sens. Les consommateurs ne réalisent peut-être pas que les pertes alimentaires régulières finissent par avoir un effet sur leur budget annuel. Une raison de plus pour être davantage conscients du gaspillage.

Selon Recyc-Québec, près de la moitié des aliments comestibles vont à la poubelle au moment où les sites d'enfouissement débordent. En plus, leur processus de décomposition émet du méthane, un puissant gaz à effet de serre. Et selon le même organisme, les aliments comestibles gaspillés représentent 3,5 millions de tonnes d'équivalent CO₂, soit 17,7 % de tout ce qui entre dans le système bioalimentaire québécois. Au niveau mondial, le gaspillage et les pertes alimentaires sont responsables du rejet de 3,3 Gt (gigatonnes) de gaz à effet de serre annuellement et si c'était un pays, il se classerait au 3^e rang des plus grands pollueurs au monde ! Et c'est sans compter que l'agriculture est le secteur d'activité le plus consommateur d'eau avec 70 % de la consommation mondiale.

Le fait d'envoyer des résidus alimentaires vers des destinations privilégiées comme redistribuer des surplus alimentaires aux populations vulnérables, réemployer en alimentation humaine et en alimentation animale ou composter ne compense actuellement que marginalement les émissions totales liées aux pertes alimentaires. L'option la plus privilégiée consiste évidemment à réduire le gaspillage à la source et la moins privilégiée à envoyer les déchets alimentaires à l'enfouissement.

En conclusion, nous pouvons apporter notre contribution dans la lutte contre le gaspillage alimentaire en posant de petits gestes simples et concrets au quotidien. Recyc-Québec met à notre disposition des ressources pour bien planifier, mieux conserver et maximiser nos aliments comme le Guide des proportions parfaites, un guide de conservation des aliments, des informations sur les dates de péremption ainsi que sur la durée de conservation des aliments.

1. Étude de quantification des pertes et gaspillage alimentaires au Québec, Recyc-Québec, juin 2022

2. Marie-Ève Martel, *Moins gaspiller pour économiser*, La Presse +, 7 mars 2023

3. Mario Spée, *Ça gaspille de la fourche à la fourchette*, Unpointcinq, 8 septembre 2020

Autres sources : Les Canadiens, chefs de file du gaspillage alimentaire, Radio-Canada, 26 mai 2021
Programme de développement des Nations Unies, undp.org