transition socioécologique

Lab 22 | Laboratoire d'innovations sociales et environnementales

Mars 2027

L'alimentation durable

En mars, réduis ton empreinte, une bouchée à la fois…

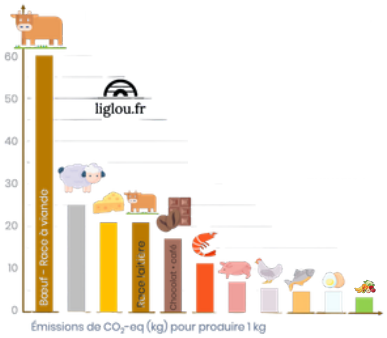
Chaque jour, les écoles engloutissent des millions de repas. Notre alimentation ne se limite pas à satisfaire notre faim, elle contribue de manière significative aux émissions de gaz à effet de serre d'origine humaine. Cette fiche vise à vous inspirer et à vous aider à faire des choix alimentaires plus raisonnés dans un contexte scolaire.

Voici cinq pistes de réflexion pour une heure de dîner écoresponsable

1 Collaborer avec le fournisseur alimentaire de votre école

Pour réduire l'impact de notre alimentation sur le climat, il faut surtout limiter certains produits plutôt que se concentrer sur leurs caractéristiques (bio, local, équitable, de saison). Impliquez votre fournisseur alimentaire et réfléchissez aux meilleures stratégies pour :

- mettre en valeur les aliments à faible émissions de CO2;
- remplacer les couverts jetables par des réutilisables;
- évaluer l'appréciation des repas et analyser ce qui se gaspille dans les assiettes pour réduire la présence des mal-aimés.



Pour voir cette infographie, en plus grand, cliquez ici.

Un concours de la meilleure recette végétarienne a été lancé au Collège Bourget. La recette gagnante a été cuisinée dans les jours qui ont suivi à la cafétéria.

2 Réduire le gaspillage alimentaire

11 millions de tonnes d'aliments comestibles sont gaspillées chaque année au Canada (100°, 2022). Voici deux initiatives originales d'écoles qui ont choisi de lutter contre cette problématique :

Au Collège Charles-Lemoyne, un chariot est disponible pour récupérer les aliments non consommés des élèves. Ils sont ensuite utilisés dans des ateliers de cuisine ou donnés comme collation.

Le Collège Trinité a fait un partenariat avec l'épicerie du quartier pour récupérer les légumes moches et les invendus, et les cuisiner avec la brigade culinaire.

3 Éduquer et sensibiliser par le plaisir

En collaboration avec Carburant humain, le Lab22 vous propose Climatomenu, un jeu éducatif pour sensibiliser les jeunes aux impacts environnementaux des choix alimentaires. Pourquoi ne pas organiser un tournoi avec des prix à gagner ?

Climato-blabla

Découvrez aussi notre capsule accompagnée d'une fiche éducative sur l'alimentation ainsi que plusieurs autres thématiques en lien avec l'environnement.

Pourquoi parler d'alimentation ?

Considérant que…

- les systèmes alimentaires contribuent à plus d'un tiers des émissions totales de gaz à effet de serre (Radio-Canada, 2018);
- 75 % des terres agricoles dans le monde servent à élever du bétail (Greenpeace France, 2017);
- Les déchets liés à l'alimentation représentent aisément le tiers de notre sac à ordures (Équiterre, 2007);

…il est essentiel de prendre conscience de tous les impacts de notre alimentation, à la fois sur notre santé et notre environnement.

« Parce que nourrir sainement tous nos enfants, c'est nourrir l'avenir. »

(Plat de résistance, Germinal Peiro et Serge Added, 2023)

4 Encourager les repas zéro déchet

La gestion des matières résiduelles durant les heures de repas, ça peut rapidement devenir complexe. Voici trois exemples inspirants pour inciter les élèves et les membres du personnel à réduire les déchets lors des repas :

Au Collège Notre-Dame-de-Lourdes, une enseignante a demandé à ses élèves d'apporter un ensemble de couverts réutilisables lors de son brunch spécial de Noël en classe. Résultat ? Une poubelle presque vide comparativement aux autres poubelles des collègues qui débordaient. Les élèves étaient très fiers de ce bon coup !

Un concours de lunch zéro déchet a été organisé à l'école secondaire Marcelle-Mallet. Ceux et celles qui allaient présenter leur lunch zéro déchet aux personnes surveillantes couraient la chance de gagner de beaux prix.

Au Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie, à la fête de la rentrée, un repas végétarien est offert à l'ensemble des élèves et du personnel enseignant. Tout se mange à la main, sans ustensiles. Les personnes participantes remplissent leur gourde aux fontaines d'eau.

5 Organiser un atelier-midi sur le sujet

- L'atelier « Nous sommes la Transition » de Suco aborde les enjeux liés à l'alimentation et s'intègre parfaitement au sein du curriculum de classe.
- L'atelier « Entends-tu l'éco ? » utilise l'apprentissage par investigation pour présenter aux personnes participantes des problèmes environnementaux actuels et les aider à élaborer des solutions réalisables pour leurs communautés.

Autres ressources pertinentes

Outils pédagogiques

- Trousse pédagogique : À la soupe !

1er et 2e cycle, Univers social, Science et technologie, Français, Mathématiques. (Équiterre, 2022)

- Nos choix alimentaires et l'environnement au Québec aujourd'hui

1er cycle, Géographie. (B. Bader, M. Teixeira et I. Arseneau, 2018)

La marmite éducative

Pour faciliter votre travail en éducation alimentaire, accéder à des outils et du contenu exclusif!

Lectures

Le nutritionniste urbain, de Bernard Lavallée. (conférences disponibles)
Le blog Chic frigo sans fric, de Florence-Léa Siry, la pro du zéro gaspi!
Dossier spécial | La littératie alimentaire : puissant levier de changement social, 100°.

Aussi, en mars...

En mars, à Montréal et en avril à Québec, se tient l'Expo manger santé et vivre vert. Des kiosques, des conférences, des présentations de produits et de recettes sont au rendez-vous. Sur le site Internet, il y a des articles et des recettes disponibles. On vous invite à être curieux et curieuses et à essayer de nouvelles recettes mettant à l'honneur les protéines végétales présentées. D'ailleurs, la page Bien manger, bon marché! d'Équiterre donne aussi de bonnes idées. Bonnes découvertes !

Restez à l'affût, notre prochaine publication portera sur l'écocitoyenneté !

Pour toute question ou soutien dans vos activités

Contactez votre personne conseillère !