



## Atelier 6 - Alimentation zéro déchet

**Samedi 16 mars 2019**

**à la MJC Louis Lepage / de 14h à 15h30 et de 15h30 à 17h**

Dans le monde, on estime que le tiers des aliments destinés à la consommation humaine est gaspillé. En France, ce sont près de 10 millions de tonnes de nourriture consommable qui sont jetées chaque année.

Dans un contexte global où des millions de personnes sont sous alimentés, le gaspillage alimentaire représente non seulement un problème éthique mais aussi économique et environnemental. Toutefois, dans notre société actuelle, l'organisation familiale ainsi que les rythmes de vie personnelle et professionnelle, sont étroitement liés aux choix que nous faisons pour nous nourrir.

Lors de cet atelier « Alimentation zéro déchet », nous vous proposons trois moments de partage pour parler des alternatives au gaspillage alimentaire et aux objets jetables toujours omniprésents dans nos cuisines :

- Cuisiner sans déchet des légumes locaux et de saison.
- Faire soi-même des barres de céréales pour un goûter sans additifs.
- Découvrir de nombreux objets « zéro déchet » qui peuvent facilement remplacer les objets jetables dans la cuisine.

L'animation sera assurée par Enedina Pouvreaux pour le territoire *ParisEstMarneBois*, et Solène et Thomas pour la MJC.

**→ Quelques pistes pour aller plus loin**