

# RÉDUCTION DU GASPILLAGE ALIMENTAIRE DES CONSOMMATEURS QUÉBÉCOIS

Résultats principaux

**Jacinthe Cloutier, Ph.D.** Professeure en Sciences de la consommation, Université Laval et chercheure CIRANO

**Marie-Claude-Roy**, Finissante à la maîtrise en Sciences de la consommation et professionnelle de recherche CIRANO

Québec, 29 novembre 2021

# Plan de la présentation

Introduction

Journaux de bord (mesures du GA)

Profils des gaspilleurs

Facteurs contribuant ou aggravant les PGA

Groupes de discussion

Stratégies existantes

Recommandations

Période de questions / commentaires





# Introduction

## Rappel des objectifs

- Mesurer la propension à éviter le gaspillage alimentaire des consommateurs québécois (à la maison, dans les HRI et dans les commerces de détail);
- Brosser un portrait sociodémographique et psychologique de chaque type de gaspilleur afin de pouvoir les rejoindre plus efficacement;
- Identifier les facteurs (psychologiques et sociaux) favorisant la réduction du gaspillage alimentaire par les consommateurs québécois;
- Identifier des stratégies (gouvernement, sectorielle, communautaire) favorisant la réduction du gaspillage par les consommateurs;
- Proposer des recommandations qui pourront être appliquées par l'ensemble des acteurs de la chaîne bioalimentaire.



# Rappel

## Méthodologie

### Sondage

- Sondage en ligne via un panel
- 22 au 29 mai 2020
- 58 questions à choix de réponses (fermées)
- 1065 questionnaires complétés
- Représentativité
  - Genre, âge, région

### Groupes de discussion

- Visioconférence (Teams)
- Juillet à novembre 2020
- Durée: environ 2h
- Thèmes abordés:
  - Retour sur le journal
  - Facteurs influençant l'adoption/maintien des pratiques limitant PGA
  - PGA observés dans les HRI
- 29 femmes, 14 hommes

### Journal de bord

- Outil en ligne (tél. intelligent)
- Juin à octobre 2020
- Durée: 7 jours
- Informations demandées:
  - Photo et quantité de tous les aliments jetés
  - Endroit, raison, catég. aliment.
- Confirmation des quantités par une technicienne en diététique
- 39 participants, 1 205 aliments



# Extrait des consignes

## Journal de bord

### 3) Nommez et indiquez la quantité qui a été gaspillée.

Veillez nommer l'aliment et indiquer la quantité qui a été gaspillée selon l'information disponible :

- En unité (ex : une carotte, 1/2 banane, etc.)
- En poids (grammes, livres, once) en utilisant une balance ou les informations disponibles sur les emballages.
- En volume (ml, litre, cuillère à thé, tasse, once) en utilisant une tasse à mesurer ou en vous référant à votre main pour estimer.etc.)

Café noir : environ 30 ml

Si une quantité vous semble trop petite pour être mesurée (ex moins de 5 ml), veuillez inscrire « Traces ».

### 4) Sélectionnez la raison pour laquelle l'aliment a été gaspillé.

Veillez cocher la raison pour laquelle l'aliment a été gaspillé.

L'aliment ne pouvait pas être servi/mangé . ▾

Veillez choisir ...

La date "meilleur avant" était dépassée.

L'aliment était rendu trop mou ou trop mûr.

Quantité trop petite pour faire un "reste".

L'aliment présentait des signes de détérioration (moisissure, texture gluante)

Je n'aimais pas le goût.

Je ne savais pas quoi faire avec.

Dégât (aliment échappé ou renversé)

L'aliment ne se conserve pas bien.



# Guide visuel pour estimer les volumes

Journal de bord

5 à 15 ml

1 c. à soupe (15 ml) = 1 pouce  
1 c. à thé (5 ml) = 1 bout du pouce



30 ml

2 c. à soupe (30 ml) = 2 pouces



60 ml

¼ tasse (60 ml) = Creux de la main



125 ml

½ tasse (125 ml) = ½ poing



250 ml

1 tasse (250 ml) = 1 poing





# Journaux de bord

Ce qui est jeté et les raisons

## Les plus jetés

- 🗑️ Fruits et légumes
- 🗑️ Surplus de repas
- 🗑️ Pains et produits de boulangerie

## Les moins jetés

- 🗑️ Poissons et fruits de mer
- 🗑️ Mets préparés surgelés et aliments cuisinés prêts à manger

Raisons les plus mentionnées:

- ✓ L'aliment présentait des signes de détérioration (moisissure, texture gluante)
- ✓ Quantité trop petite pour faire un « reste »
- ✓ L'aliment ne pouvait pas être servi/mangé à nouveau

# Journaux de bord

Exemple d'aliments jetés parce que l'aliment ne pouvait pas être servi ou mangé à nouveau







# Journaux de bord

## Mesures du gaspillage alimentaire

Mesure	Outil de collecte	Moment	Par qui	Unités de mesure	Conversion de l'unité
Estimée	Questionnaire	Avant la complétion du journal de bord	Participant	Référence à un sac de plastique d'épicerie	Proportion en fonction du volume calculé d'un sac de plastique
Déclarée	Journal de bord	Pendant la complétion	Participant	Diverses, selon l'aliment	Conversion en ml selon le FCÉN
Observée	Photographies	Après la complétion	Chercheuses	ml	Estimation du volume selon ce qui est observé sur la photo et conversion en ml selon le FCÉN

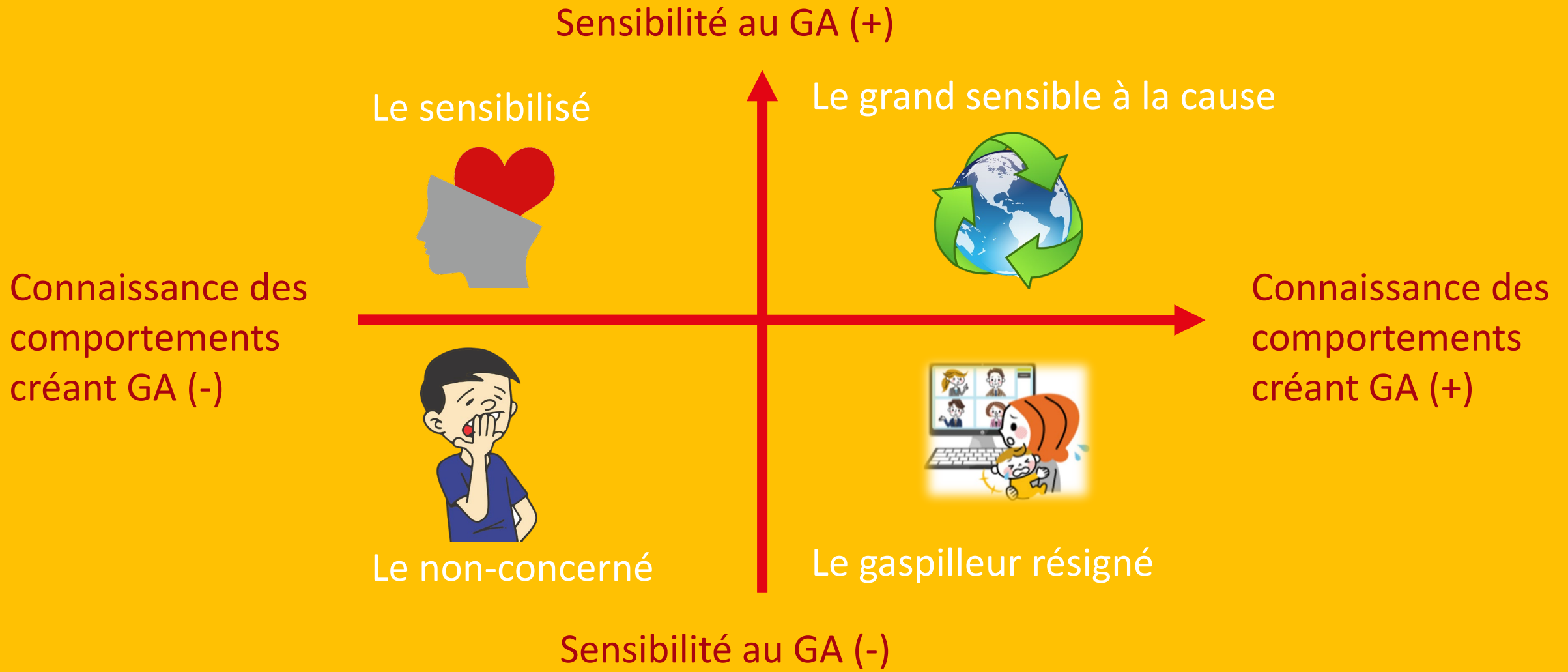


# Journaux de bord

Mesures du gaspillage alimentaire

Mesure	n	Moyenne (L)	Écart type	Minimum (L)	Maximum (L)
Estimée en fonction de la taille d'un sac d'épicerie en plastique	37	5,41	4,70	0	+ de 15*
Déclarée dans le journal de bord	39	3,18	4,14	0	19,81
Observée par les chercheurs	39	3,85	4,18	0,01	19,05

# Les profils de gaspilleurs



# Présentation des caractéristiques



	Le grand sensible à la cause	Le sensibilisé	Le gaspilleur résigné	Le non-concerné
Fréquence GA (% quelques fois + tous les jours)	20,7	19,5	22,6	17,2
Quantité GA (% équiv. ½ à 1 sac épi.)	0,3	1,5	38	8,4
Sensib. ind. envers GA (m/21)	19,1	17,9	14,7	11,3
Sensib. glob. envers GA (m/21)	18,8	17,9	16,9	13,1
Culpabilité à GA (% tot. accord)	62,0	35,1	11,3	1,0
Connaissance GA (m/23)	15,9	6,0	11,9	4,9
Compétence alim. (% très, moy. 4 domaines)	32,8	25,0	18,3	12,5
Perception de l'effort à diminuer GA (% beaucoup plus)	32,9	12,5	5,1	5,4
Simplicité vol. (% tot. accord)	19,3	12,5	6,2	1,0

(suite)



	Le grand sensible à la cause	Le sensibilisé	Le gaspilleur résigné	Le non-concerné
<b>Achats aliment. (% panier)</b>				
Poissons et FdeM	8,3	8,3	5,5	6,0
Mets prépar/surgelés	3,2	3,5	4,7	5,2
Jus et Boissons	4,9	5,6	6,4	5,9
Viande et charcuterie	18,1	19,9	19,0	22,6
<b>Sociodémog.</b>				
Genre (% femmes)	51,9	47,6	57,9	45,3
Scolarité (% université)	50,2	32,8	43,2	33,0
Rev. mén. (an. brut moy.)	73 000	70 000	78 000	69 000
Âge (années, moy.)	50,1	52,0	40,2	45,5
N. pers. ménage (moy.)	2,3	2,1	2,8	2,4
N. enf. 4 ans – (moy.)	0,1	0,1	0,3	0,1



# Facteurs influençant les PGA

## Augmentent la quantité de PGA

- Gaspillage alimentaire involontaire
- Connaissances des comportements de gaspillage alimentaire
- Sociodémographiques
  - Niveau de scolarité
  - Nbre d'enfants dans le ménage
  - Sexe féminin

## Diminuent la quantité de PGA

- Niveau d'implication (alimentation)
- Comparaison efforts réduire gaspillage alimentaire
- Sensibilité au GA (individuelle)
- Adhérer aux principes de simplicité volontaire/ minimalisme

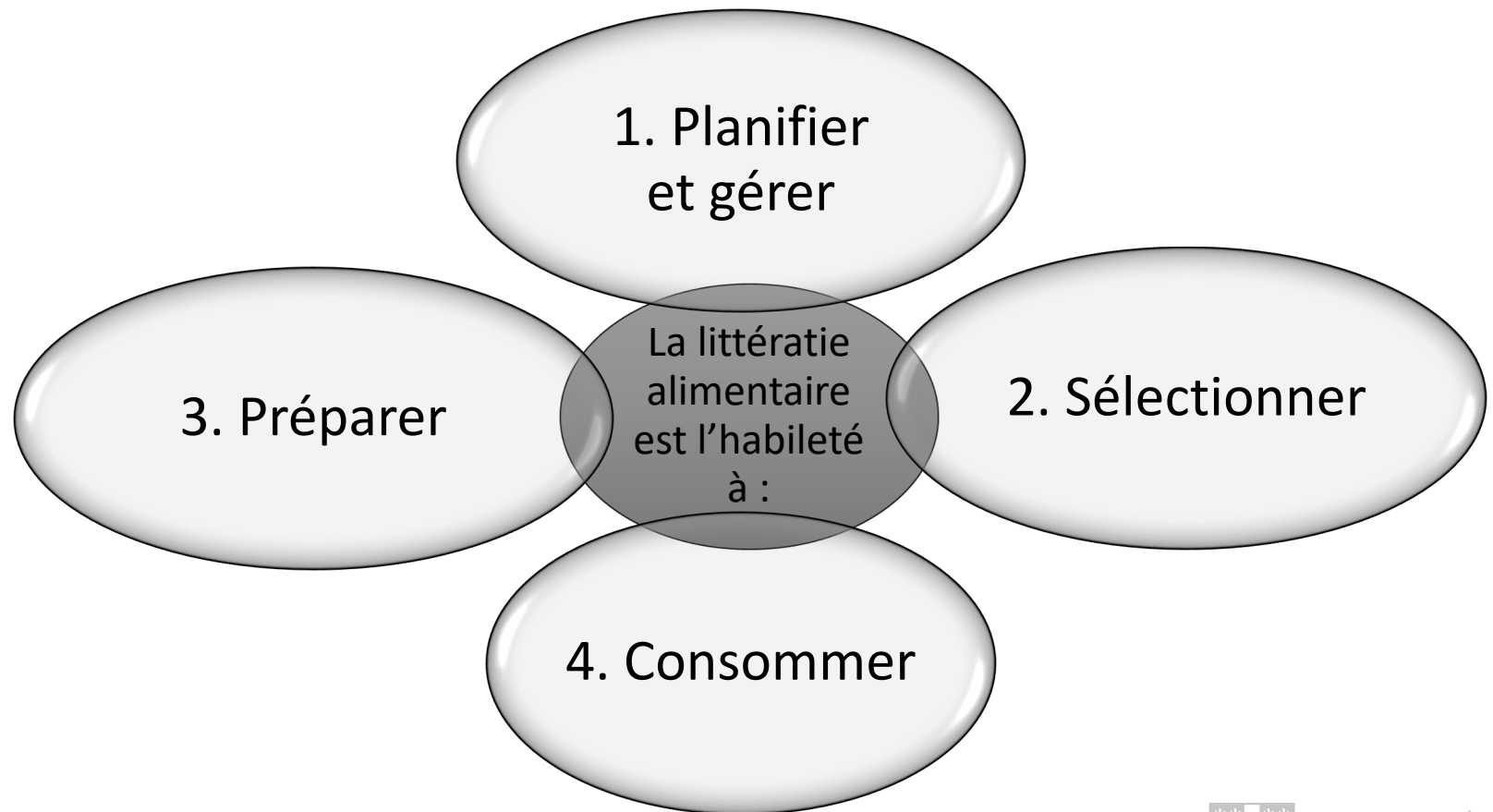
## Aucune influence sur la quantité de PGA

- Sensibilité au GA (globale)
- Compétence perçue
- Influence de la pandémie
- Fréquence gaspillage alimentaire
- Fréquence rapporter les restes de repas du restaurant
- Insécurité alimentaire
- Sociodémographique
  - Revenu



# Groupes de discussion

Quatre domaines de la littératie alimentaire proposés par Vidgen et Gallagos (2014)



# Facteurs facilitants et contraignants

## 1. Planifier et gérer

- Nombre de personnes impliquées dans les tâches
- Routine
- Temps nécessaire
- Utilisation d'applications
- Perte de contrôle sur l'environnement
- Routine rigide
- Charge mentale
- Procrastination

## 2. Sélectionner

- Recherche de praticité
- Usage d'application (Food Hero)
- Qualité perçue / prix
- Lieu d'achat des aliments
- Achat d'aliments de longue durée de conservation
- Achat d'aliments sous-optimaux
- Sensibilité aux prix
- Format d'emballage et taille du ménage

## 3. Préparer

- Niveau de connaissances et de compétences culinaires
- Utilisation de la totalité (ou quasi-totalité) de l'aliment
- Consultation de diverses plateformes informationnelles
- Lacunes dans les compétences et connaissances culinaires

## 4. Consommer

- Portion répondant aux besoins de l'individu
- Gestion des restes
- Don ou troc
- Valeurs altruistes
- Composition du ménage
- Risque perçu quant à l'innocuité des aliments
- Conflit entre les motivations liées à la santé et celles liées à la réduction du gaspillage





# Stratégies

## Gouvernementales

- Commission de coopération environnementale (CCE)
- Conseil national Zéro Déchet (CNZD)
  - J'aime manger pas gaspiller
- Gouvernement fédéral
  - Défi de réduction du gaspillage alimentaire
- Chantier sur la réduction du gaspillage alimentaire
  - ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation, ministère de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques, RECYC-QUÉBEC, plusieurs partenaires du secteur bioalimentaire
- Table québécoise sur la saine alimentation



# Stratégies

## Sectorielles et communautaires

- Détaillants alimentaires
  - Banques alimentaires
  - Économie circulaire
- Restauration
  - Menus du jour en fonction des restants alimentaires
  - Dons aux employés de l'établissement
- Hôpitaux (Portugal)
  - Pain sur demande, choix de portion, mise à jour rapide des lits vides ou des états de jeûne
- Initiatives locales





# Recommandations

Grands sensibles à la cause et Sensibilisés

Créer un défi anti-gaspillage où les citoyens seraient invités à documenter leurs gaspillages alimentaires

Augmenter la proximité entre les aliments et les consommateurs en encourageant l'autocueillette, les circuits-courts et les aliments locaux

Favoriser le développement de connaissances et de compétences propres à la gestion des aliments sous-optimaux

- ✓ Intégrer des capsules informatives sur la revalorisation des aliments dans les émissions télévisées culinaires ou dans les livres de recettes;
- ✓ Encourager l'adhésion aux communautés anti-gaspillage existantes ou nouvelles



# Recommandations

Gaspilleurs résignés

Offrir de l'information permettant de limiter le gaspillage alimentaire qui est facilement accessible

- ✓ Intégrer des capsules informatives sur la revalorisation des aliments dans les émissions télévisées culinaires ou dans les livres de recettes;
- ✓ Encourager l'adhésion aux communautés anti-gaspillage existantes ou nouvelles



# Recommandations

Non-concernés

Diffuser une campagne de sensibilisation dans les marchés d'alimentation

- ✓ Utiliser des infographies permettant au consommateur de comprendre l'information en un coup d'œil ;
- ✓ Présenter de l'information sur les pertes monétaires découlant directement des gaspillages alimentaires



# Recommandations

Au secteur tertiaire pour aider le consommateur

Sonder la clientèle afin de connaître leurs attentes et leurs besoins

- ✓ De vérifier l'acceptabilité des mesures de réduction des gaspillages ;
- ✓ D'émettre des suggestions de mesures pouvant être mises en place.



# Recommandations

Au secteur tertiaire pour aider le consommateur

Diversifier la taille des portions offertes dans les établissements des services alimentaires (HRI)

- ✓ Pour un même mets, de proposer des portions de différents formats ;
- ✓ De proposer des mets à partager ou des menus dégustation (dans les restaurants) ;
- ✓ D'adapter les portions en fonction des besoins des consommateurs.



# Recommandations

Au secteur tertiaire pour aider le consommateur

Implanter des mesures visant à contrôler les quantités d'aliments servies dans les services de type « à volonté »

Dans les buffets, prévoir des employés qui servent les aliments selon la quantité demandée par le client

Communiquer les moyens utilisés par les organisations pour diminuer leur gaspillage alimentaire





# Recommandations

Ce que peuvent faire les acteurs du secteur tertiaire

Impliquer les employés de contact pour favoriser la communication avec le prestataire de services

- ✓ Documenter les aliments restants dans les assiettes des clients à la fin du repas;
- ✓ Servir de plus petites portions d'accompagnement et en resservir au besoin ;
- ✓ Demander aux employés de contact de proposer systématiquement aux clients de rapporter leurs restes;
  - ✓ Proposer des moyens de revaloriser les restes de table provenant du restaurant;
  - ✓ Proposer des moyens pour conserver les aliments aux clients désirant conserver les restes de table, mais ne pouvant pas les réfrigérer;
  - ✓ Proposer des solutions écologiques pour rapporter les restes.



# Recommandations

Ce que peuvent faire les acteurs du secteur tertiaire

limiter les quantités offertes et augmenter la fréquence de renouvellement des stocks

Faire don des surplus

Vendre les surplus à rabais

Favoriser l'usage d'aliments sous-optimaux

Adapter l'offre aux besoins de la clientèle chez les détaillants alimentaires

# Merci!

# Questions et commentaires?

---

Département Économie agroalimentaire et Sciences de la consommation

[jacinthe.cloutier@fsaa.ulaval.ca](mailto:jacinthe.cloutier@fsaa.ulaval.ca)

*Rapport complet disponible sur le site du CIRANO*

Faculté des sciences de l'agriculture  
et de l'alimentation

