

Les infos de la Ville de Seraing

BIEN RANGER VOTRE FRIGO POUR MOINS GASPILLER ! GRÂCE AU KIT DU FRIGO ZÉRO GASPI

Dans le cadre des actions locales de prévention en vue de réduire notre quantité de déchets, Intradel et votre commune, ont décidé de **lutter contre le gaspillage alimentaire**, avec le soutien de la Région Wallonne et de la Province de Liège.

Le gaspillage alimentaire

Le gaspillage alimentaire représente toutes les pertes de nourriture qui surviennent au long de la chaîne alimentaire. Au niveau des consommateurs, ce gaspillage concerne tous les aliments jetés à la poubelle parce que :

- on ne souhaite plus les manger (plats cuisinés en trop grandes quantités, pain dur, etc.) ;
- ils n'ont pas été consommés à temps (fruits et légumes abîmés, viande avariée, etc.).

Au niveau mondial, c'est 1,3 milliard de tonnes de nourriture qui sont jetées à la poubelle chaque année. Autrement dit : **près d'un tiers de la nourriture produite dans le monde finit à la poubelle!** À l'échelle de la Belgique, ce sont 15 à 25 kilos d'aliments consommables que chaque citoyen belge jette chaque année.

Le gaspillage n'est pas une fatalité ! Il existe quelques actes faciles à poser pour réduire efficacement le gaspillage alimentaire, dont la bonne utilisation de son réfrigérateur.

Chaque aliment à la bonne place !

Chaque produit a sa température de conservation idéale. Or, la température à l'intérieur de votre réfrigérateur n'est pas constante et peut varier, selon les zones, de 0°C à 10°C.

C'est l'importance de ranger chaque denrée au bon endroit dans votre frigo.

ZONE FROIDE (ENTRE 0°C ET 3°C)

Produits crus, entamés, à décongeler :

- les viandes et les poissons crus,
- la charcuterie,
- les jus de fruits frais,
- les produits frais entamés,
- les produits à décongeler.

ZONE FRAÎCHE (ENTRE 4°C ET 6°C)

Restes de repas cuisinés et produits laitiers :

- les viandes et les poissons cuits,
- les fruits et légumes cuits,
- les pâtisseries, les saucis, les fromages frais, les produits laitiers, la crème fraîche, etc.

BAC À LÉGUMES (ENTRE 7°C ET 8°C)

- les fruits et légumes frais,
- les aromates,
- les fromages à pâte dure.

Retirer les légumes des sacs en plastique car, en cas de condensation, ils vont pourrir prématurément.

Conserver les aromates, tels que le persil, dans un linge humide.



Bien entretenir pour bien conserver

Il est recommandé de laver son frigo tous les deux mois. Lavez-le avec un mélange de 50 cl d'eau chaude et d'une cuillère à café de bicarbonate de soude.

Pour chasser les mauvaises odeurs, ajoutez une cuillère à soupe de jus de citron au mélange. Vous pouvez aussi recycler un reste de citron entamé dans votre frigo pour absorber mauvaises odeurs.

PORTE - ZONE TEMPÉRÉE (ENTRE 7°C ET 10°C)

Denrées peu sensibles :

(voir les légendes Backbit en bas à droite du frigo)

- le lait,
- les œufs,
- le beurre,
- les confitures et compotes entamées,
- les condiments en bocaux,
- les boissons,
- les vinaigrettes, mayonnaise, ketchup, moutarde, etc.

Ne se conservent pas au frigo

- Certains fruits tels que les agrumes, les bananes, les pêches, les poires, les pommes, etc.
- Certains légumes tels que l'ail séché, les avocats, les concomres, les courges entières, les échalotes, les oignons, les pommes de terre, les tomates, etc.
- D'autres aliments tels que le basilic, le café, le chocolat, l'huile d'olive, le pain, les pâtes à tartiner, etc.

Bien ranger pour mieux conserver

Un frigo bien rangé permet de mieux conserver les aliments et donc de réduire les risques de gaspillage alimentaire. En effet, chaque aliment a sa température de conservation idéale. Or la température de votre frigo n'est pas constante et peut varier, selon les zones, de 0° à 10°C. De plus, suivant le modèle ou la marque de réfrigérateur, l'emplacement des zones de température peut différer.

Pour pouvoir identifier les zones de froid de votre frigo et ainsi placer vos denrées alimentaires au bon endroit afin qu'elles se conservent mieux, Intradel a développé un **nouvel outil de sensibilisation composé d'un thermomètre et d'autocollants informatifs** conçus spécialement pour être utilisés à l'intérieur du frigo.

Le kit du frigo zéro gaspi

Le kit du frigo zéro gaspi se présente sous forme d'un dépliant et comprend :

- un visuel détaillant les différentes zones de température d'un frigo et les bonnes pratiques de rangement selon ces zones ;
- un thermomètre autocollant permettant d'identifier les zones de température de votre frigo ;
- des pictogrammes autocollants afin de marquer ces différentes zones dans votre frigo ;

- quelques astuces d'entretien et de conservation.

Demandez votre kit du frigo zéro gaspi auprès de votre administration communale. Disponible dans votre mairie de quartier, votre bibliothèque, à l'accueil des Travaux et de la Cité administrative (dans les limites du stock disponible).

Une action menée par la Province de Liège, Intradel et la Ville de Seraing avec le soutien de Wallonie.



À l'initiative de
Mr Francis Bekaert, Président du CPAS et
Mme Sabine Roberty, Échevine de la Population



Les Mardis « Seniors » de la sécurité routière

Parce que vous êtes jeunes et actifs de plus en plus longtemps,
Parce que le monde extérieur est en perpétuelle évolution,
Parce que le code de la route connaît des changements,

Le CPAS de Seraing et le Royale APPER Wallonie vous proposent
5 rencontres récréatives sur le thème de la sécurité routière
Venez participer, débattre et revoir votre code de la route
dans une ambiance conviviale et amusante.

Vous pourrez même si vous le désirez vous mesurer à nouveau
à l'examen théorique du permis de conduire

**les mardis 18 - 25/09 et 02 - 09 - 16/10 de 13 à 15 heures
salle des fêtes du Centenaire, av. du Centenaire 400 à Ougrée**

Des thèmes différents seront abordés lors de chaque après-midi.

Libre à vous de vous inscrire à l'une ou l'autre ou à l'entièreté de ces dates

Prix: 2€50 par date - Réservation obligatoire

Renseignements et inscriptions: Nancy Strée 04/3859170 - Annick Dewulf 0495/731562
seraing.ville.sante@gmail.com ou nancy.stree@seraing-cpas.be