

Organisation du jeu

- Nombre de joueurs: 2 à 6
- Contenu du jeu : 112 cartes du jeu et une règle du jeu

Le but du jeu est de se délester des 50 kg de déchets alimentaires que chacun gaspille par an. Le gagnant est celui qui atteint le premier cet objectif à l'aide des différentes cartes du jeu.

Cartes « Stop au gâchis » (51 cartes)

5 cartes « - 15 kg », 13 cartes « - 10 kg », 11 cartes « - 5 kg », 11 cartes « - 3 kg », 11 cartes « - 1 kg ».

Ces cartes permettent de se délester des 50 kg de déchets alimentaires. Elles doivent être posées par ordre décroissant puis superposées.

Cartes « Gaspi » (20 cartes)

4 cartes pour chaque couleur : bleu, vert, violet, jaune et rose.

Ces cartes correspondent à des actions responsables du gaspillage alimentaire ; elles permettent d'attaquer les adversaires pour les bloquer dans leur progression.

Le joueur attaqué ne peut plus se délester de ses déchets alimentaires tant qu'il n'a pas posé la carte « Éco-geste » correspondante (de la même couleur) permettant de contrer la carte « Gaspi » attribuée par son adversaire. Un joueur peut être attaqué avant même qu'il ait commencé la partie ; il doit alors poser une carte « Éco-geste » pour entrer dans la partie.

Cartes « Éco-geste » (30 cartes)

6 cartes pour chaque couleur : bleu, vert, violet, jaune et rose.

Ces cartes sont des éco-gestes qui permettent de réduire le gaspillage alimentaire. Elles annulent les cartes « Gaspi » correspondantes et elles donnent la possibilité au joueur attaqué de reprendre la partie au tour suivant.

Cartes « Médaille d'or » (5 cartes)

1 carte de chaque couleur : bleu, vert, violet, jaune et rose.

Avec ces cartes, le joueur devient un as de l'anti-gaspi. Elles permettent de parer les cartes « Gaspi » correspondantes jusqu'à la fin de la partie. Le joueur peut poser sa carte « Médaille d'or » quand son tour arrive ou dès qu'un adversaire l'attaque afin de se protéger.

Cartes « Malchance » (3 cartes)

Lorsqu'une carte « Malchance » est posée par un joueur, tous les autres joueurs doivent se séparer de la carte « Stop au gâchis » la plus faible posée devant eux. La carte « Malchance » doit être posée au centre du jeu puis jetée dans la défausse.

Cartes « Anti-gaspi » (3 cartes)

Ces cartes permettent de contrer une carte « Gaspi » au choix à n'importe quel moment de la partie. Elles remplacent donc n'importe quelle carte « Éco-geste ».

Comment jouer ?

Le but du jeu « Ça suffit le gâchis » est d'être le premier joueur à réduire de 50 kg ses déchets alimentaires. Pour contrer les mauvaises habitudes qui génèrent du gaspillage alimentaire, il faudra accomplir des éco-gestes.

Pour commencer une partie, chaque joueur se voit distribuer 6 cartes qu'il ne doit pas montrer aux autres. Le reste du paquet servira de pioche. Chaque joueur pioche tour à tour une carte. Il a alors 5 possibilités :

- Réduire ses déchets alimentaires en posant une carte « Stop au gâchis » (- X kg) ;
- Bloquer ses adversaires en posant une carte « Gaspi » ;
- Poser une carte « Anti-gaspi » en cas d'attaque par une carte « Gaspi » ;

- Poser une carte « Médaille d'or » pour ne pas être attaqué ou pour contrer une attaque ;
- Pénaliser tous ses adversaires en posant une carte « Malchance » : cette dernière attaque tous les joueurs qui doivent se séparer de leur carte « Stop au gâchis » la plus faible. Si l'un des adversaires n'a pas posé de carte « Stop au gâchis », l'attaque ne le concerne pas.

Si le joueur ne peut pas ou ne désire pas poser de carte, il doit obligatoirement défausser une afin de conserver 6 cartes en main.

La partie est terminée lorsque l'un des joueurs arrive à - 50 kg de déchets ou que la pioche est épuisée. Dans ce dernier cas de figure le vainqueur est celui qui a évité la plus grande quantité de déchets.

Réduire le gaspillage alimentaire à notre échelle

Environ 10 millions de tonnes de nourriture produites en France est perdue, jetée ou gaspillée chaque année. C'est ce qu'on appelle le gaspillage alimentaire.

Ce gaspillage a lieu à toutes les étapes de la chaîne, des champs jusqu'à nos assiettes. Le gaspillage alimentaire représente environ 50 kg de nourriture par personne et par an (à la maison, au restaurant, à la cantine, etc.). Il s'agit notamment de restes de repas, de fruits et légumes abîmés, de pain mais aussi de produits toujours emballés.

Voici quelques gestes pour vous aider à réduire les quantités gaspillées :

- Ne pas confondre la date limite de consommation des produits frais, qui doit être respectée, avec la date précédée de la mention « à consommer de préférence avant le ». Dépasser cette dernière ne présente aucun risque pour la santé. Cette date indique seulement une date conseillée de consommation.

- Pour éviter que le gaz ne s'échappe de vos boissons gazeuses, placez vos bouteilles le goulot en bas dans votre réfrigérateur.
- Conservez le moelleux de votre pain en le mettant dans une boîte avec une moitié de pomme.
- Conservez vos pommes de terre dans un endroit sec avec des pommes pour ralentir leur germination.
- Transformez vos fruits et légumes abîmés en délicieuses soupes, purées, tartes, compotes ou encore confitures.
- Ravivez vos salades en les trempant dans un grand volume d'eau avec un morceau de sucre pendant 45 minutes.
- Coupez et laissez tremper une nuit vos légumes dans de l'eau au réfrigérateur pour leur rendre tout leur croquant.
- Cuisinez vos restes : par exemple, un reste de pâtes peut devenir un excellent gratin de pâtes.
- Cuisinez les bonnes quantités et servez des portions adaptées aux appétits de chacun. Vos convives auront plaisir à se resservir si besoin.

Découvrez des informations, des astuces et des conseils pour réduire le gaspillage alimentaire sur :

www.casuffitlegachis.fr

Retrouvez d'autres solutions et initiatives pour concilier plaisir, santé et climat sur :

www.lasolutionestdanslassiette.fr

Retrouvez toutes les ressources pédagogiques de l'ADEME sur :

www.ademe.fr/ressources-pedagogiques

Visitez le site de l'ADEME pour les jeunes :

www.mtaterre.fr