



21 jours sans gaspillage, prêt à relever le Just Keep It Challenge?



21 septembre 2018 | [Camille Hanot](#) | [Lifestyle](#)



Du 1er au 21 octobre, l'ASBL Nurtantio Projects vous propose de participer au Just Keep It Challenge. L'objectif? Réduire votre gaspillage alimentaire grâce à une action quotidienne. On s'y met?

Stop au gaspi

345 kilos, c'est le nombre de nourriture que nous gaspillons par personne et par an en Belgique en tenant compte de l'ensemble de la chaîne depuis la production jusqu'à la consommation. Sur ces 345 kilos, 15 kilos par personne sont gaspillés à la maison. Plus concrètement, c'est comme si vous mettiez un repas à la poubelle tous les quinze jours et par la même occasion de nombreux euros... Hallucinant? C'est encore pire lorsque l'on sait que la pauvreté ne cesse d'augmenter. Pour arrêter de perdre de l'argent et afin de lutter contre la pauvreté, une solution: réduire le gaspillage alimentaire. Dans cette logique du deux en un, le challenge *Just Keep It* a vu le jour.

Durant 21 jours, tous ceux qui se sont inscrit recevront une info et une action pour arrêter de gaspiller. Ces trucs et astuces ont été développés par Marie-Louise Bruyère et sa fille Yoneko Nurtantio. Elles sont les auteures du livre « Zéro gaspi! La méthode pour jeter moins et vivre mieux » (publié chez Larousse en 2017). Leur méthode permet à une famille d'économiser 5 000 euros par an.



Comment participer?

Le challenge est entièrement gratuit. Pour recevoir les astuces « Just Keep It », il suffit de liker la page [Facebook](#) et de découvrir chaque jour du 1er au 21 octobre les vidéos des ambassadeurs avec un conseil.

Le petit plus? Lors du challenge, il sera possible via un concours de remporter des cadeaux offerts par plusieurs sponsors; l'e-shop de produits sains et bios Kazidomi, l'application Too Good To Go, la coopérative Färm, les éditions Larousse, les librairies Club, etc.

Lire aussi:

- [L'application « TooMuch » veut supprimer le gaspillage alimentaire](#)
- [#CaSuffitLeGachis: le hashtag pour arrêter le gaspillage!](#)
- [Chez Lidl, le gaspillage alimentaire, c'est fini!](#)

Lire l'article en version originale : <https://www.flair.be/fr/lifestyle/21-jours-sans-gaspillage-pret-a-participer-au-just-keep-it/> (consulté le 27/09/2018)