

20 desembre 2021

Tallers i activitats de sensibilització sobre pèrdues i malbaratament alimentari



Una iniciativa de:



espigoladors

1. Activitats per a primària

2. Activitats per a secundària

3. Calendari i dates clau

4. Recursos online



1. Activitats per a primària

1. Tallers i activitats per a primària

Índex

Taller sobre malbaratament
alimentari

Un núvol de fruites i verdures
imperfectes

Creació de personatges
imperfectes que faran
història

La gimcana de la Pagesa
Euarda

#EL MENJAR NO ES LLENÇA



Malbaratament alimentari



Què és el malbaratament alimentari?

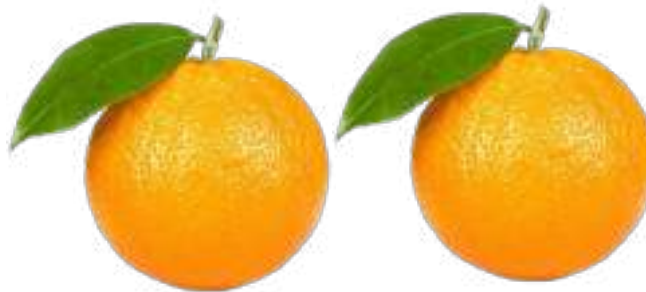


Tots aquells aliments que tenen un valor nutritiu per a les persones i que acaben llençats a les escombraries.

Dades sobre el malbaratament alimentari

1300 milions
de tones!

1 de cada 3 aliments
al món s'acaben
llençant!



El malbaratament alimentari a Catalunya



Suposa una pèrdua econòmica de **350€** per habitant i any



Equival a **1874** balenes blaves



Es malbaraten **35 kg** per persona i any!



El malbaratament alimentari



Per què?



On es produeix?



El malbaratament alimentari

Té moltes conseqüències!

Sabem per què és un
PROBLEMA?



El malbaratament alimentari

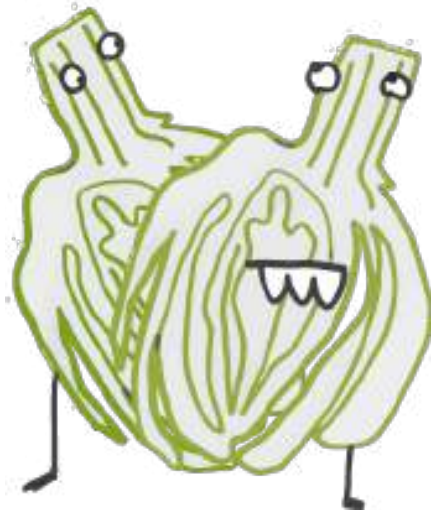
Què costa portar
una pastanaga a
taula?



<https://www.youtube.com/watch?v=r2KCDcntrts>



Les conseqüències del malbaratament alimentari



Problemes
ambientals



Problemes
econòmics



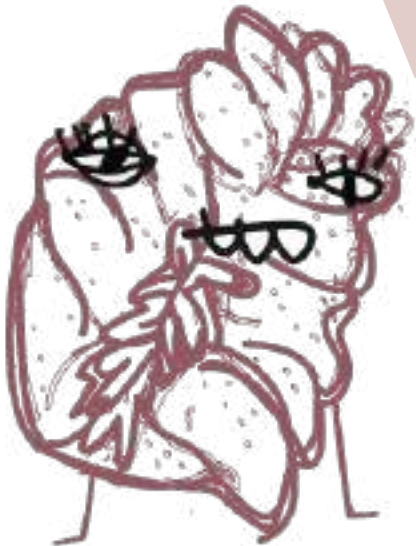
Problemes per les
persones



Qui és el responsable?



Tots i totes som
responsables del
malbaratament alimentari



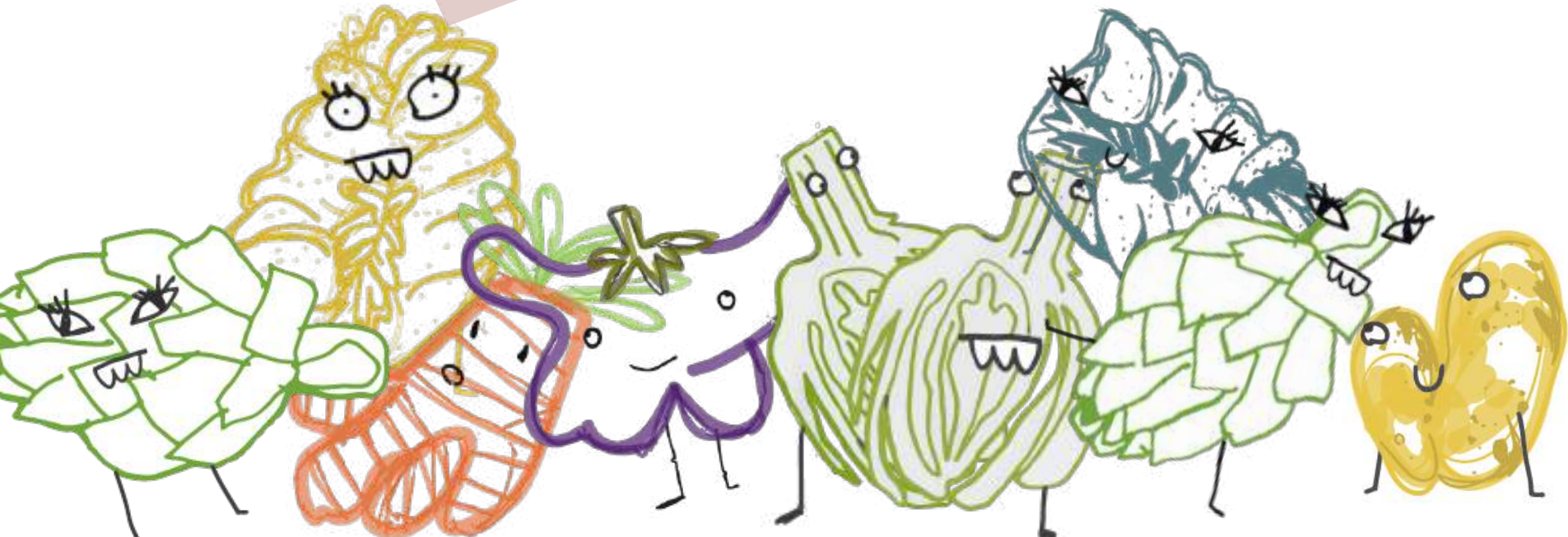
Tots i totes som part
de la solució!



Un núvol de fruites i verdures imperfectes



Voleu jugar al nostre joc?
Aprenem a mirar amb uns altres ulls!



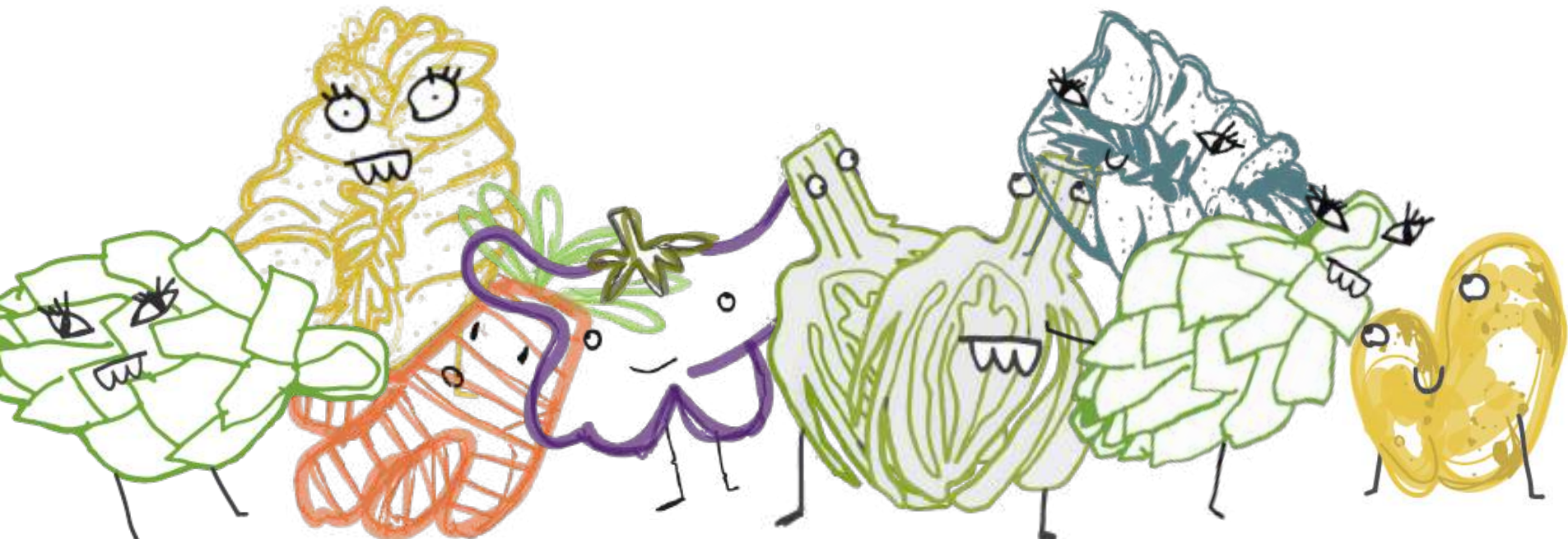


Creació de personatges imperfectes que faran història



Ens ajudes?

Vols ser part
de la
solució?



Creem fruites i verdures que facin HISTÒRIA!



Els contes il·lustrats poden respondre a preguntes com aquestes



Es valoraran aquelles creacions artístiques que:

qüestionin els criteris de **bellesa** o **perfecció**

siguin **originals** i **creatives**

replantegin el model actual de producció i consum



La gimcana de la pagesa Eduarda



2. Activitats per a secundària

2. Tallers i activitats per a secundària

Índex
Joc de Rol
Quiz
Casos pràctics
Les mongetes tendres i la justícia global



Joc de rol

Repartim els rols!



Agricultors
(3 grups)



Supermercats
(2 grups)



Restaurants
(2 grups)

Taula de preus de llavor

Patata		5 €
Llimona		5 €
Poma		10 €
Mandarina		20 €

Menú restaurants

2 Patates
2 Llimones
1 Poma
1 Mandarina

Què ha passat?

Agricultors/es,
ho heu aconseguit
vendre tot?

Per què?

I als
supermercats,
com us ha anat?

Com era
la clienta,
restaurants?

Ho haguéssiu
fet d'alguna altra
manera?



Material pel joc de rol



Restaurant	
Necessiteu pel menú	
Llimona	2
Patata	2
Poma	1
Variat	1

Recompensa			
Qualitat	Quantitat		
	Complerta	100-50%	50%-0%
Fruita maca	100 €	75 €	25 €
Fruita 1/2 maca	60 €	30 €	10 €
Fruita lletja	40 €	20 €	- €

Preus llavors	
Llimona	5€
Patata	5€
Poma	10€
Variat	20€

Diners inicials x grup	
Agricultors	30€
Supermercats	50€
Restaurants	90€

Quiz

1. Pèrdues i malbaratament alimentari (PMA)

2. Causes de les PMA

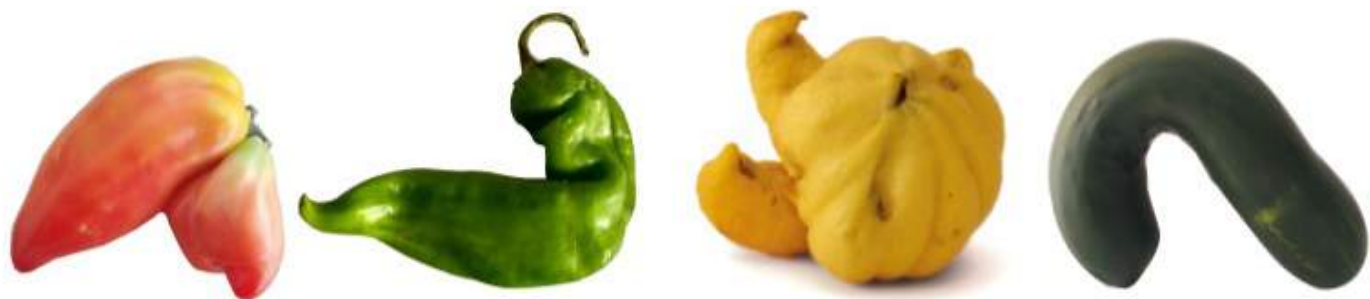
3. Conseqüències de les PMA

4. Resposta d'entitats i administracions



1. Parlem de... malbaratament alimentari

Què és el malbaratament alimentari?



“El malbaratament alimentari es defineix com **aquells aliments segurs i nutritius inicialment destinats al consum humà que són rebutjats o utilitzats de manera alternativa (no alimentària) al llarg de les cadenes de subministrament alimentari.**” (FAO, 2014)

Qüestionari. Pregunta 1

Quin percentatge de la producció d'aliments al món acaba a les escombraries?

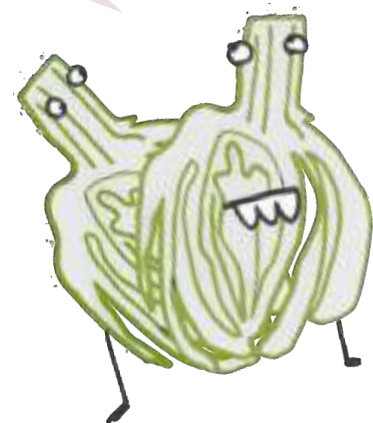
a) 5,75%

b) 33%

c) 60%



Més o menys de
la meitat de la
producció
mundial?



El malbaratament alimentari al món

Fons: FAO, Agència de Residus de Catalunya



Qüestionari. Pregunta 2

Quant creus que es malbarata a Catalunya?



a) 25%

b) 15%

a) 40%

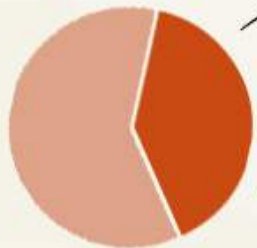
Què creieu,
més o menys que la
mitjana mundial?



El malbaratament alimentari a Catalunya

El malbaratament alimentari a Catalunya

Fonts: Agència de Residus de Catalunya



40%

dels aliments
que es produeixen
s'acaben llençant

35 kg
per persona i any

262.471
tones d'aliments

Amb el que es llença
a Catalunya podrien
menjar **500.000**
persones **3** àpats
al dia durant
1 any.



equival al pes de
43.745
elefants africans



El malbaratament alimentari



Per què?



On es produeix?



Qüestionari. Pregunta 3

En quins sectors es malbarata més a Catalunya?

a) A les llars

b) Als supermercats

c) Als menjadors
escolars i hospitals

On es llença
més menjar?



Qüestionari. Pregunta 3

En quins sectors es malbarata més a Catalunya?

b) A les llars

b) Als supermercats

c) Als menjadors
escolars i hospitals

Les llars són
responsables del
58% de
malbaratament a
Catalunya.

Als menjadors es
llença molt
menjar però
només
representa entre
el 4% i 6%.



On es produeix el malbaratament alimentari?



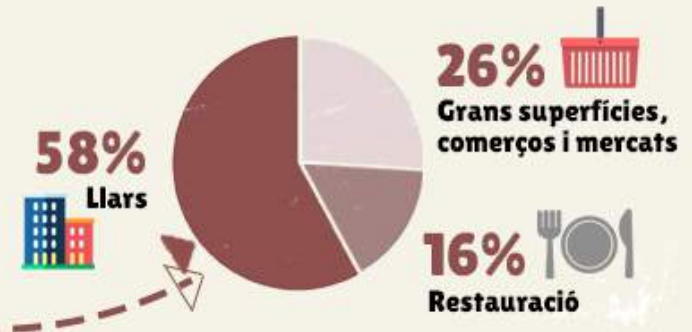
On es produeix el malbaratament alimentari?

A Europa...



A Catalunya...

Actualment només disposem de dades que indiquin el malbaratament alimentari en les fases de **distribució i consum**.



El malbaratament alimentari en imatges



2. Parlem de... les causes

Causes del malbaratament alimentari

Causes del malbaratament alimentari



**SECTOR
AGRÍCOLA**



**SECTOR
SECUNDARI**



**SECTOR
TERCIARI I LLARS**

?

?

?

Qüestionari. Pregunta 4

Quin d'aquests països creus que malbarata més aliments?

a) França

b) Canadà

c) Brasil

Creus que
existeixen
diferències entre
països?



Qüestionari. Pregunta 4

Quin d'aquests països creus que malbarata més aliments?

a) França

b) Canadà

c) Brasil



França
malbarata
85 kg per
habitant
l'any.

A Brasil es
malbarata de
mitjana 18 kg
per habitant
l'any.

A Canadà es
malbaraten 115 kg
per habitant l'any. Un
dels països que
malbarata més.

Questionari. Pregunta 5

Quin d'aquests països creus que malbarata més aliments?

a) EEUU

b) Kenya

c) Xina



I entre
aquests, què
creus?

Questionari. Pregunta 5

Quin d'aquests països creus que malbarata més aliments?

a) EEUU

b) Kenya

c) Xina

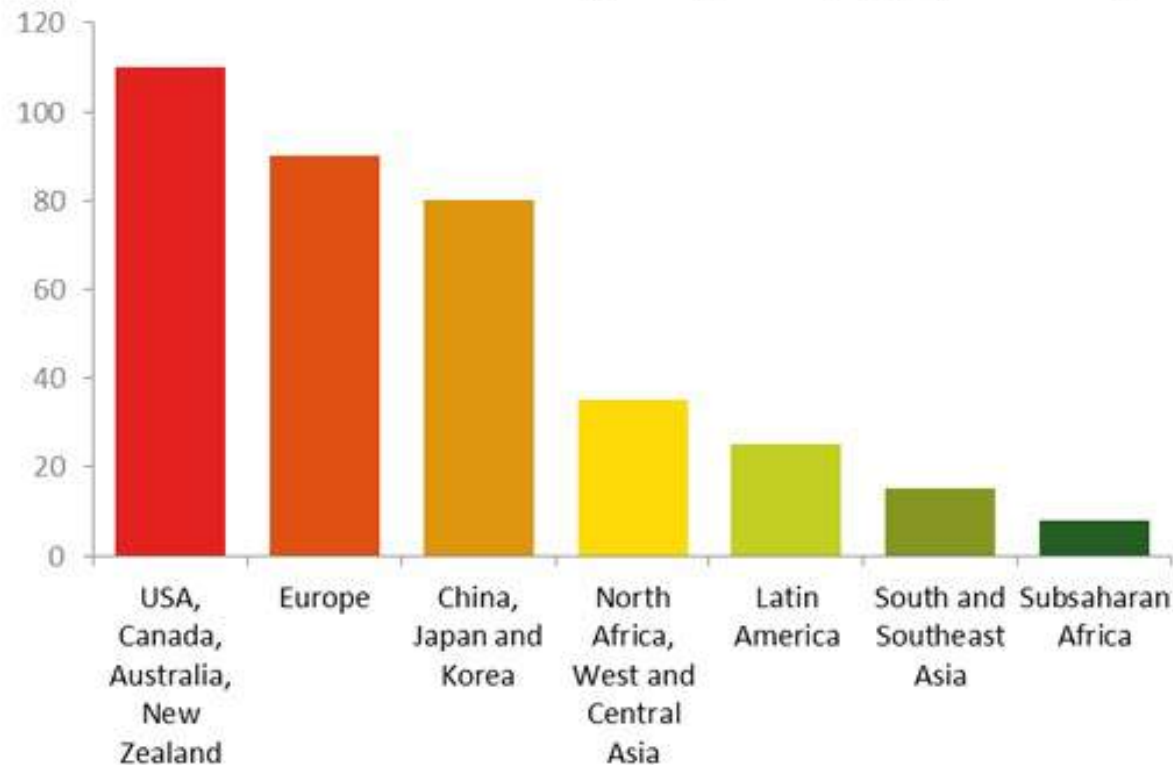
Kenya pertany a les regions amb menys malbaratament.

Correcte! Estats Units malbarata 115 kg per habitant l'any



El malbaratament alimentari al món

Annual food waste by region (kg/person)



Note: Figures are consumer waste per capita based on data from 2007 in the FAO report 'Global Food Losses and Food Waste'. Globally consumer food waste amounts to roughly 350 Mt each year which equates to about 50 kg per person or 10% of total food supply.

Source: Gustavsson et al (2011), FAO

El malbaratament alimentari al món.

(Peter Menzel, 2005)

Àfrica Subsahariana

Els Països d'aquesta regió són els que malbaraten menys aliment en tot el món, de mitjana 6 kg per persona i any.



REGIÓ ANDINA, CARIB I PACÍFIC

Amèrica Llatina

25 Kg per persona i any



CANADA I ESTATS UNITS

Nord Amèrica

És la regió mundial que malbarata més, conjuntament amb el continent d'Oceania.
Un total de 115 kg per persona i any.



SUD, NORD, CENTRE I EST EUROPEU

Europa

Europa és la segona regió mundial que malbarata més aliment.
95 Kg per persona i any.



Causes del malbaratament alimentari

Causes del malbaratament alimentari



SECTOR AGRÍCOLA

**Sobreproducció,
criteris estètics,
dinàmiques de
mercat, baix preu,
finals de cultiu...**



SECTOR SECUNDARI

**Mal processament
i embalatge, tares,
transports llargs,
alteració de la cadena
de fred, manca
d'innovació tecnològica...**



SECTOR TERCIARI I LLARS

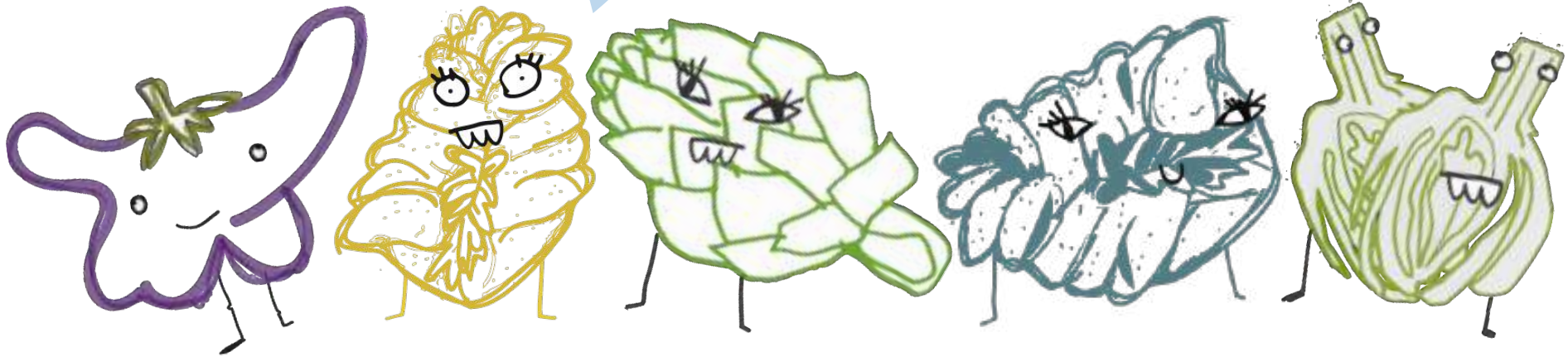
**Dates de consum preferent
i caducitat, sobres a
restaurants i menjadors,
mala organització,
mals hàbits de consum
i culinàrics...**



3. Parlem de... les conseqüències

Motxilla de les PMA

A més de perdre aliments... quines
són les conseqüències del
malbaratament?



Què implica les PMA?

**OBLIDES
UNA POMA
A LA NEVERA
I QUAN TE N'ADONES
S'HA FET MALBÉ...
LA LLENCES?**



https://www.youtube.com/watch?v=YZLQXqz-6bA&list=PLYZzvCl0sgWYvrh2vgWedEe_4X-9M5rQH&index=3

Quines són les conseqüències?

Les conseqüències del malbaratament alimentari



ECONÒMIQUES

pèrdua del
valor econòmic
dels aliments



SOCIALS

pèrdua
d'esforç
i treball

desigualtats

Pèrdua de recursos
(aigua, energia,
superfície terrestre,
biodiversitat)

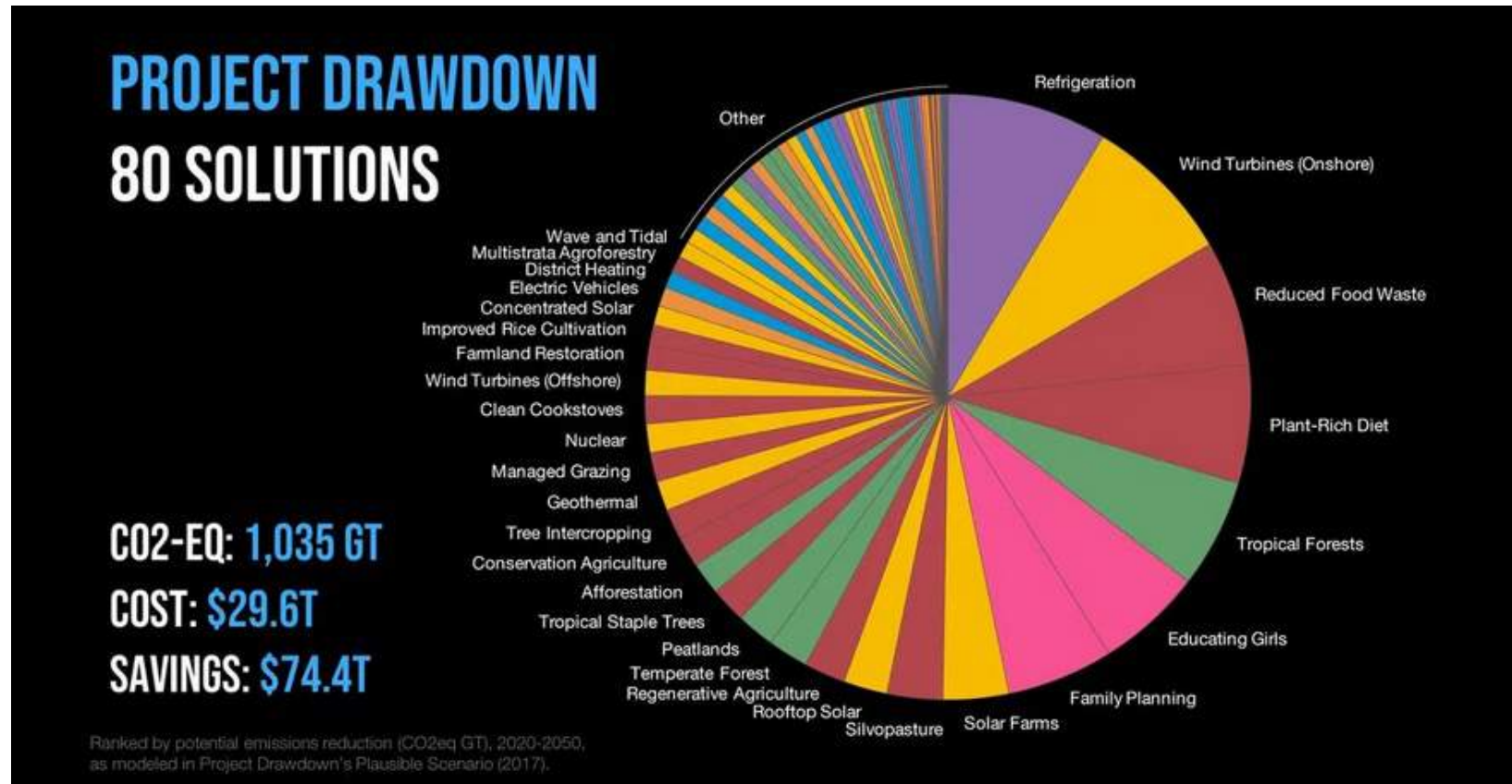


AMBIENTALS

Contaminació
(CO₂, pesticides
i fertilitzants,
generació de
residus)

Conseqüències ambientals de les PMA

(Informe ONG Drawdown Project 2020)

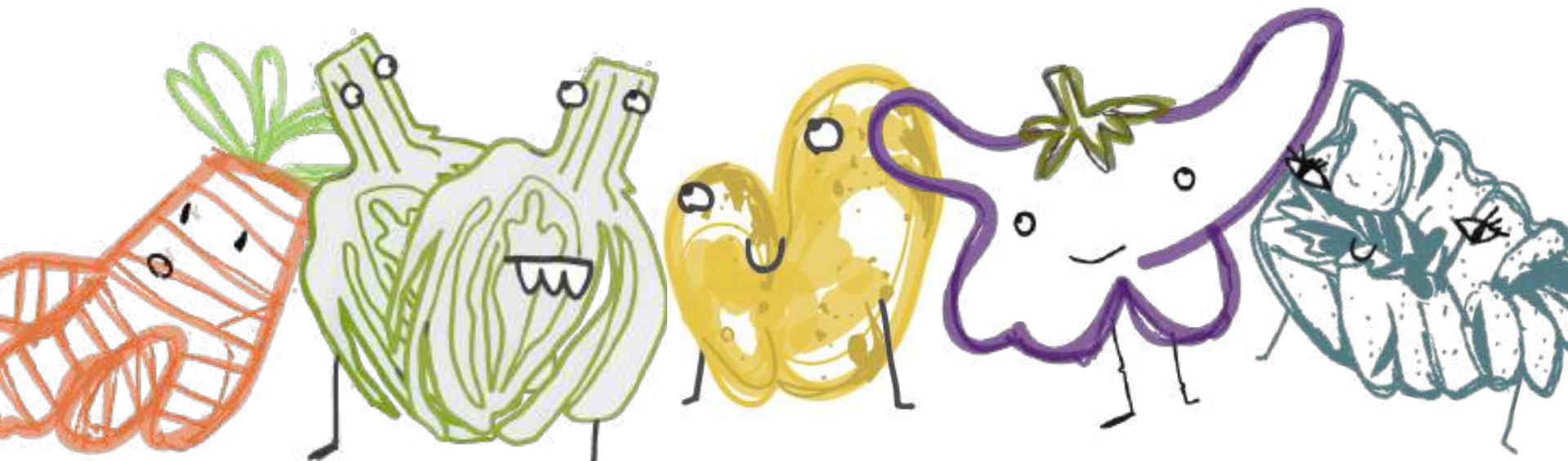


Reduir les PMA és una de les solucions amb més força per mantenir el Canvi Climàtic per sota dels 2 graus com es demana en l'acord de Paris 2015.

Qui és el responsable?



Tots i totes
som part de la solució!



Casos pràctics

Ara ens toca actuar a nosaltres

Què podem fer per reduir les
PMA?



Cas 1

Heu marxat uns dies fora de casa, quines ganes de vacances teníeu! Però al retornar heu trobat la cuina feta un desastre: els plàtans s'han tornat negres, les patates grillades, el pa sec, les cebes han brotat... quin desastre!

Ho fiques tot a les escombraries i ho llences a l'orgànic, hauràs de tornar a passar pel supermercat.



Possibles respostes Cas 1

- Planificar millor la propera vegada els dies abans de marxar per acabar el màxim de menjar possible.
- Repartir el menjar de sobres abans de sortir de vacances entre familiars i veïnat.
- Els plàtans els podríem haver pelat i congelat dins un tupper així quan tornem podem fer gelat de plàtan. El pa sec el podem ratllar per tenir pa ratllat i aprofitar-lo per arrebossar la carn o les verdures.

Cas 2

Treballes en un restaurant al centre de Barcelona i, com cada vespre, hi ha un munt de menjar que sobra i que s'ha de llençar a les escombraries. Avui de menú hi havia paella de marisc, pollastre al curri i macedònia de fruites. N'han sobrat més o menys 15 racions.



Possibles respostes Cas 2

- Planificar millor.
- Transformar les racions que no s'han servit en altres receptes pel dia següent.
- Oferir al dia següent, com a tapes als clients les racions que no s'han servit.
- Trobar un punt de distribució gratuïta d'aliments o algun menjador solidari que accepti les racions no servides.

Cas 3

En Lluís, un pagès que té terres al sud de Catalunya, ha perdut gran part de la collita de taronges d'aquest any. Durant la tardor ha pedregat i la pell de les taronges ha quedat tota tacada pels cops de la pedra.

No té més remei que llençar-la i esperar que la següent collita sigui més profitosa. Quant d'esforç perdut



Possibles respostes Cas 3

- Trucar a la Fundació Espigoladors per a que espigoli les taronges i les canalitzi cap a un punt de distribució gratuïta d'aliments de la zona.
- Iniciar una campanya a les xarxes socials explicant que el color de la pell de la taronja no té a veure amb el seu sabor.
- Vendre les taronges a mercats de pagès de la zona on es pugui explicar als clients/es perquè les taronges tenen aquest color, deixar provar les taronges als clients/es per a que puguin veure que el sabor no varia.

Cas 4

Gairebé totes les mongetes tendres que mengem fora de temporada són procedents de països africans. Per tal de fer més senzill el desplaçament, les empaqueten en unes safates de plàstic petites i, perquè hi càpiguen, se n'ha de tallar una part.

Amb les sobres s'omplen un munt d'escombraries.



Possibles respostes Cas 4

- Canviar els nostres hàbits de consum alimentari i comprar productes de temporada i de proximitat.
- Vendre les mongetes en comptes de en safates de plàstic en bosses de plàstic més grans per a que puguin tenir lloc les mongetes senceres i no s'hagi de llençar res.
- Aprofitar les parts de les mongetes que no caben en les safates per fer altres plats.

Les
mongetes
tendres i la
justícia
global

Les conseqüències de les mongetes tendres

Les conseqüències de les mongetes tendres



<https://feedbackglobal.org/>

3. Calendari i dates clau

Calendari i dates clau

- **9 setembre:** Dia Mundial de l'Agricultura
- **16 setembre:** Dia Internacional de la Preservació de la Capa d'Ozó
- **29 setembre:** Dia Internacional per a la Conscienciació sobre les Pèrdues i el Malbaratament Alimentari
- **15 octubre:** Dia Internacional de les Dones Rurals
- **16 octubre:** Dia Mundial de l'Alimentació
- **17 octubre:** Dia Internacional per a l'Erradicació de la Pobresa
- **14 novembre:** Dia Mundial contra l'Exclusió Social
- **5 desembre:** Dia Internacional dels Voluntaris
- **10 desembre:** Dia Internacional dels Drets Humans
- **20 desembre:** Dia Internacional de la Solidaritat Humana



Calendari i dates clau

- **14-24 d'octubre del 2021:** Setmana de l'alimentació sostenible emmarcada en la Capitalitat de Barcelona 2021.
- **20-28 de novembre 2021:** Setmana europea en prevenció de residus.



4. Recursos online

Recursos online per utilitzar

El menjar no es llença

<https://elmenjarnoesllenca.cat/>

#EL MENJAR
NO ES LLENÇA

Som gent de profit

<https://somgentdeprofit.cat/>

SOM GENT
DE PROFIT

Agència de residus de Catalunya:
Setmana europea de prevenció de
residus

http://residus.gencat.cat/es/ambits_dactuacio/prevencio/setmana_europea/porta_l_recursos_ewwr2020/



Canal de Youtube d'Espigoladors

<https://www.youtube.com/channel/UCEdMwXwlwgvwxTnptlXkbSw/videos>



Receptes d'aprofitament i consells per guardar els aliments online



https://elmenjarnoesllenca.cat/bloc/cuina_aprofitament/

Documentals



Sobreviure a la nevera



El escándalo del despilfarro alimentario y de tirar comida a la basura por negocio



Documentals



La huella del desperdicio de alimentos



La huella del desperdicio de alimentos 2

Recursos per utilitzar al menjador de l'escola

10 TRUCS PER REDUIR EL MALBARATAMENT D'ALIMENTS AL MENJADOR

MÚSICA RELAXANT

Hi ha estudis que afirmen que el nivell de soroll i agitació d'un menjador escolar està relacionat amb la quantitat de malbaratament alimentari que s'hi produeix. Si podem música relaxant i ambiental al menjador contribuïm a reduir el nivell de soroll general i, consegüentment, el malbaratament.



CANVIAR DE SAFATA A PLAT

Hi ha estudis científics que han observat que servir el menjar en plats, en lloc de safates, els i les alumnes llença menys menjar. Això es pot deure al fet que es manté millor la temperatura dels aliments, ja que no se serveixen tots de cop. A l'hora, permet als i les alumnes ajustar la ració del segon plat a la gana que tenen després d'haver menjat el primer.



MESUREN EL MALBARATAMENT

Que els nens/es separin les restes dels plats en diferents cubells que quedin a la vista, els ajuda a fer-se una idea del menjar que ha sobrat.



EL PA, AMB MESURA

Fer que el tros de pa sigui opcional perquè no acabi quedant al plat o safata. El pa que no s'hagi agafat es pot fer servir a l'hora de berenar acompanyat d'una presa de xocolata, formatges, etc.



AMB LA FRUITA FEM-HO FÀCIL!

Si observeu que els infants no s'acaben la fruita proveu d'ensenyar-los maneres de tallar-la perquè els sigui fàcil i puguin aprofitar-la millor. Una alternativa és oferir peces més petites o, si són grans, que puguin compartir-les.



DINAR DESPRÉS DE JUGAR

Alguns estudis demostren que si els i les alumnes dinen després d'haver anat al pati (a jugar, córrer, saltar...) mengen millor el dinar, i es produeix menys malbaratament alimentari.



A POC A POC, I BONA LLETRA!

Deixar als i les alumnes més temps per dinar.



ACOMPANYAMENT VARIAT, PERQUÈ NO QUEDI RES AL PLAT!

Sovint, l'acompanyament del segon plat és del que més sobra. Una manera d'evitar-ho pot ser oferir acompanyaments variats: samfaina, arròs, enciam, patata o verdura al forn o a la planxa, puré de patata...



L'EQUIP DE MONITORS/ES, UNA PEÇA CLAU!

Reconèixer els monitors i monitoras del seu paper clau a l'hora d'educar els infants perquè no llença menjar i intentar que tinguin els recursos necessaris per dur a terme aquesta tasca.



SOM CONSCIENTS DEL QUE MENGEM

A l'hora de servir el menjar, recordar als nens/es de servir-se o demanar que els serveixin el que creuen que menjaran. Recordar-los que si es queden amb gana, podran repetir.



**ESCOLES CONTRA EL
MALBARATAMENT
ALIMENTARI**

20 desembre 2021

Tallers i activitats de sensibilització sobre pèrdues i malbaratament alimentari



Una iniciativa de:



espigoladors