# EL REPTE DEL MALBARATAMENT ALIMENTARI

## 2022 - 2023



# PRESENTACIÓ

Ens enfrontem a una **emergència planetària global**, amb una crisi alimentària agreujada pel canvi climàtic, amb importants problemes de malbaratament d'aliments, de fam, de desnutrició en determinades zones, i de sobrepès en d'altres societats.

El model de producció, emmagatzematge, distribució i consum d'aliments actual ha estat incapaç de resoldre els problemes de seguretat i de sobirania alimentària de la població mundial. Les darreres dades són esfereïdores: Alhora, **malbaratem massivament aliments**, un terç del menjar que produïm anualment en el món per al consum humà (FAO 2011) es perd en algun punt de la cadena alimentària.

La qüestió de fons és que considerem els aliments mercaderies. Hem oblidat que són un recurs molt valuós que hem de gestionar i consumir amb cura i responsabilitat.

Quan llencem el menjar, també perdem tots els recursos naturals (sòl, aigua, energia) i econòmics (força de treball, diners) que s'han usat per a produir-lo, transformar-lo, distribuir-lo i destruir-lo. A més a més, suposa una càrrega en emissions de gasos d'efecte hivernacle com si fos el tercer país emissor al món, després de la Xina i els EUA, o l'equivalent a les emissions globals del transport per carretera. (FAO, 2011)

**El malbaratament alimentari és un problema global amb greus impactes socials, econòmics i ambientals que requereix d'estratègies conjuntes i on, l'àmbit educatiu hi té un paper essencial.**

Aquest projecte s'emmarca dins la proposta educativa **Menjar Canvia el Món**.
Pots consultar tots els recursos i la fonamentació al web de la proposta.



# COM ABORDEM EL REPTE DEL MALBARATAMENT?

01 OBJECTIUS

02 EL MALBARATAMENT

03 COM HO FEM A LES ESCOLES I ESPLAIS?

04 QUÈ PODEM FER A CASA?

05 MERCAT DE LES BONES PRÀCTIQUES

# OBJECTIUS

- Sensibilitzar els infants i joves sobre la importància de reduir i evitar el malbaratament alimentari
- Col·laborar a crear una consciència familiar que ajudi a adoptar un consum basat en el valor dels aliments, la cura i la responsabilitat ambiental.
- Contribuir a l'assoliment dels Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS) i l'Agenda 2030.

# EL MALBARATAMENT



QUÈ ÉS EL MALBARATAMENT?




L'AGENDA 2030



LES CONSEQÜÈNCIES DEL MALBARATAMENT

LA MAGNITUD DEL MALBARATAMENT



LES CAUSES DEL MALBARATAMENT



# QUÈ ÉS EL MALBARATAMENT?

Són aquells aliments o begudes que, sent aptes pel consum humà, acaben per no ser ingerits, bé perquè en són descartats o bé pel seu deteriorament.

Ministeri d'Agricultura, Pesca i Alimentació

**Food Loss:** reducció d'aliments en quanitat i qualitat. Les pèrdues o residus agricoles al camp.

**Food Waste:** els aliments segurs i nutritius destinatsa l consum humà que són rebutjats al llarg de les cadenes de subministrament (des de la producció fins al consum)

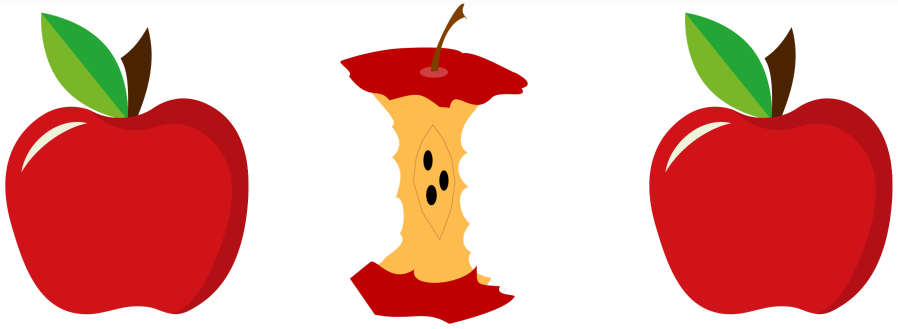



A Catalunya es malbaraten **35 kg** d'aliments per persona cada any!

# LA MAGNITUD DEL MALBARATAMENT

L'any 2021 es van malbaratar **931 milions** de tones de residus alimentaris

Font: Food Waste Index 2021



Al món, cada any es perden o malbaraten **1/3 dels aliments**




Estat de la seguretat alimentària i la nutrició al món 2022, FAO

**35 kg**

A Catalunya...

Font: Font: Diagnosi del malbaratament alimentari a Catalunya, UAB per l'Agència de Residus de Catalunya 2010

Saps quant costen els aliments que consumeixes?
Calcula-ho amb la **calculadora del Valor dels Aliments!**

# L'AGENDA 2030







**2. FAM ZERO**
Posar fi a la fam, assolir la seguretat alimentària i la millora de la nutrició, i promoure l'agricultura sostenible.

L'**Agenda 2030** és un acord global promogut per l'ONU, per assolir un desenvolupament sostenible al planeta.
Es defineixen en els seus Objectius del Desenvolupament Sostenible diverses fites en l'àmbit de l'alimentació.

**Fita 12.3**
Per 2030, reduir a la meitat el malbaratament d'aliments per càpita mundial en la venda al detall i el consum, així les pèrdues d'aliments a les cadenes de producció i distribució, incloses les pèrdues post - collita.

# CAUSES DEL MALBARATAMENT

## CAUSES DE FONS



Legislatives i polítiques



Econòmiques i mercantils



Socials

## MICROCAUSES



Producció



Processat




Comercialització



Consum

# CONSEQÜÈNCIES DEL MALBARATAMENT




- A nivell mundial comporta la pèrdua de 1.000 milions d'euros.
- A Catalunya es malbaraten 35kg d'aliments per persona i any.
- A Catalunya comporta pèrdues pel valor de 841 milions anuals.
- Els costos econòmics impliquen costos ambientals i socials.




- Hi ha una disminució de l'accés a l'alimentació nutritiva i suficient.
- 828 milions de persones al món passen gana (FAO, 2021).
- 1 de cada 3 menors de 5 anys pateix desnutrició o sobrepès.
- Si reduíssim un 25% les pèrdues i el malbaratament, n'hi hauria prou per acabar amb la malnutrició al planeta.




- S'emeten 3.300 milions de tones de CO2, això equival al 8% de les emissions del planeta.
- S'usen 250 km3 d'aigua l'any.
- El 20% d'aigua dolça al món es destina a l'agricultura.
- El 30% de sòl mundial es destina a l'activitat agrícola

# COM HO FEM A LES ESCOLES I ESPLAIS?

## ACTIVITATS DE SENSIBILITZACIÓ




## AGERMANAMENT AMB LA TERRA



## REPTES COL·LECTIUS



## EIX D'ANIMACIÓ




## FORMACIÓ



# ACTIVITATS DE SENSIBILITZACIÓ




Gimcana Stop Malbaretar Menjar



Conserves mestres



Comprar amb cap



L'art de parar la taula



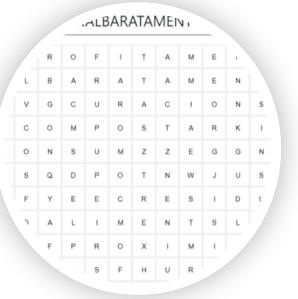
Quant menjar llancem?



Els aliments que mengem



Kahoot- Malbaratament



Sopa de lletres Malbaratament

Descobreix al web de la proposta **Menjar Canvia el Món** més activitats com aquestes!

# REPTES COL·LECTIUS

Per obtenir més informació sobre els reptes, vés al web de la proposta **Menjar Canvia el Món**



29 setembre 2022

Dia Internacional de la conscienciació sobre la pèrdua i el malbaratament d'Aliments (FAO)



20 novembre 2022

Dia Universal dels Drets dels Infants




23 abril 2023

Difusió d'un Receptari Col·lectiu

# EIX D'ANIMACIÓ

Aquest curs coneixerem **l'àvia de la Xef Pota Verda, la Catalina**, qui ens convidarà a participar del seu pla per acabar amb la revolució alimentària i començar **la revolució de les carxofes!**



Si vols sabr-ne més, fes un cop d'ull al web de la proposta **Menjar Canvia el Món**



# QUÈ PODEM FER A CASA?

Consulta els consells que et donem perquè els puguis posar en pràctica a casa, i així reduir el malbaratament

- MENÚ
- LLISTA DE LA COMPRA
- CONSERVA D'ALIMENTS
- DURANT L'ÀPAT
- GESTIÓ DELS RESIDUS

Aproximadament un **90% dels aliments** que llancem, podrien ser aprofitables.




Atenció! L'aliment pot seguir sent bo encara que...

- Tingui una mala imatge
- L' embolcall estigui malmès
- La data de consum preferent estigui passada
- Sigui un menjar preparat abans d'ahir

# MERCAT DE LES BONES PRÀCTIQUES




Sostenibilitat, salut i temps educatiu del migdia




Projecte #AlNatural

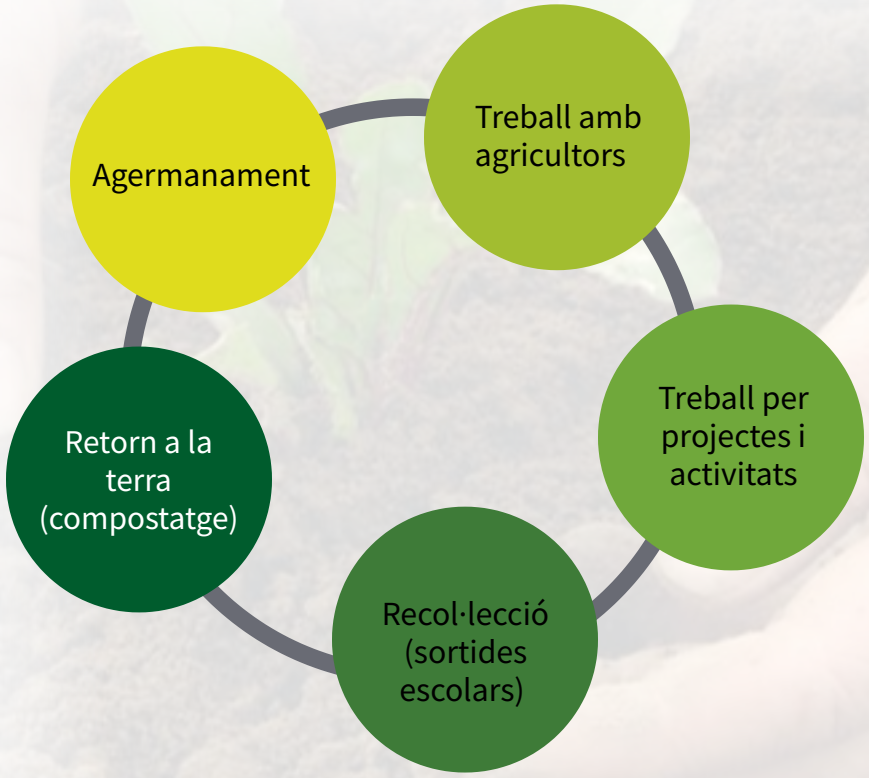
# AGERMANAMENT AMB LA TERRA

Projecte a l'espai educatiu del migdia

**Aprehendre i estimar la natura** a través de la capacitat transformadora de cada infant

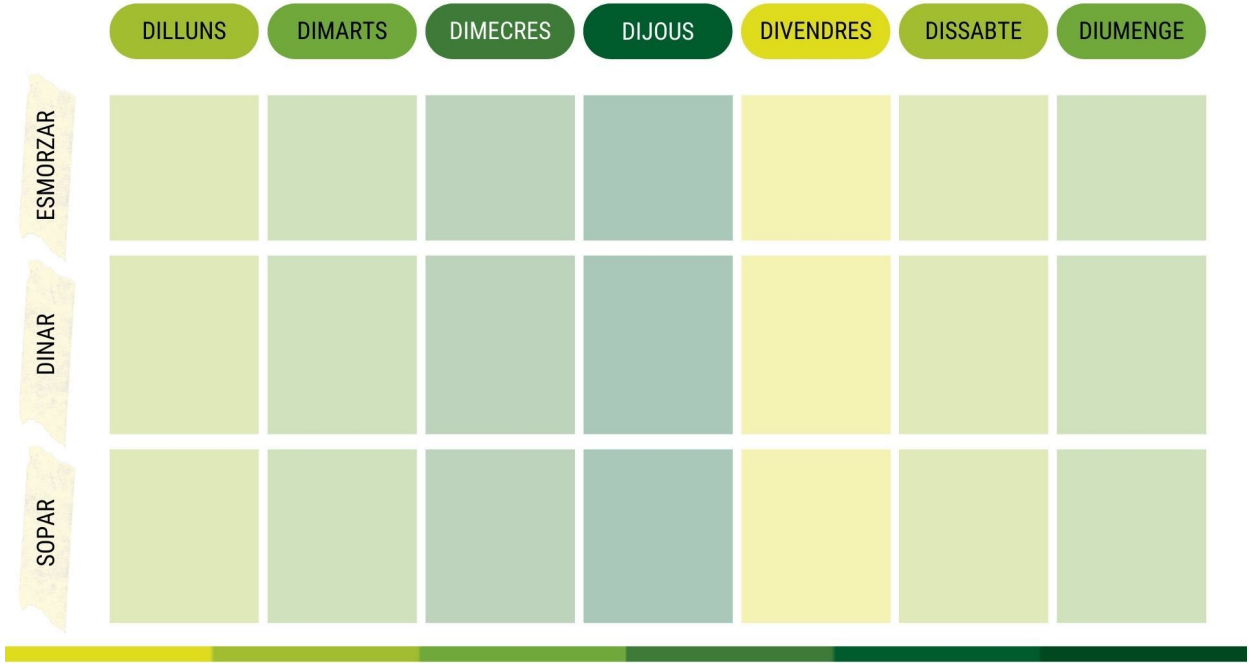
**DONAR VALOR** a la natura, sent capaços/es de cuidar, estimar i respectar

**AGERMANAR** una llavor, un arbre fruiter, un hort... d'un productor de proximitat.



# MENÚ SETMANAL

- **Planificar els menús** setmanalment ajuda a menjar d'una forma més sana i equilibrada.
- Permet **preveure la compra** dels aliments necessaris i les quantitats adequades.
- Permet elaborar **plats d'aprofitament** amb restes de menjars ja usats, i per tant no creant residus.




Guarda't la nostra plantilla de menú setmanal!

# PLANIFICAR LA COMPRA

- Tenir en compte **el que ja tenim** al rebost, nevera i congelador.
- Prioritzar **productes de temporada i proximitat**, en quantitats petites per no crear possible malbaratament.
- **Reduir envasos de plàstic**. Prioritzar compra a granel, dur recipients i bosses de casa.
- Comprar **el que necessitem** pel menú setmanal.
- Anar a comprar **amb l'estómac ple**, per evitar la temptació de comprar menjar innecessari.

Guarda't la nostra plantilla de llista de la compra!



# MILLORAR LA CONSERVACIÓ DELS ALIMENTS

- Tenir en compte **dates de caducitat** i **data de consum preferent**.
- **Organitzar** els aliments segons les seves propietats, tant dis com fora de la nevera.
- Si tenim més d'un paquet d'un aliment, col·locar el que caduca abans més a mà.

Si encara no saps les diferències fes aquest quizz

Ordena bé la teva nevera per un funcionament més òptim!




Aprèn a conservar millor els aliments!



# DURANT L'ESTONA DE L'ÀPAT

- **Ajustar les racions** al que menjarem i evitar que en sobri.
- Si sobra menjar, **guardar correctament** en una carmanyola.
- Fer **receptes d'aprofitament** per no llençar el menjar.

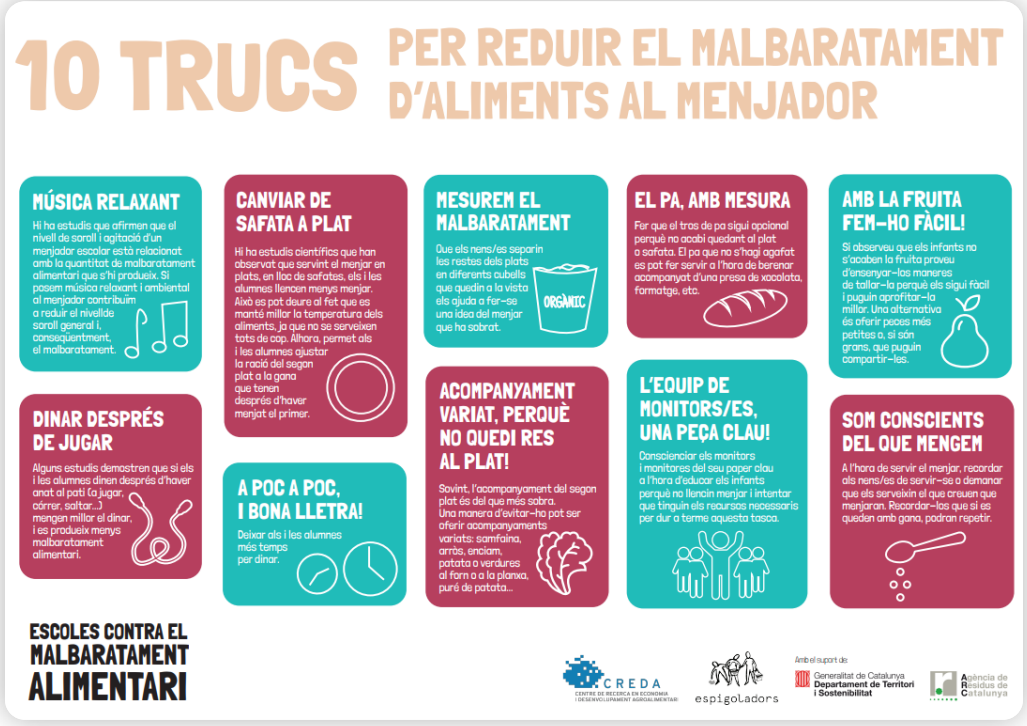
Aprèn més coses sobre l'aprofitament alimentari

SOM GENT DE PROFIT

A l'**escola** també es poden aplicar aquestes indicacions

Deixa que l'infant esculli la seva ració per tal de no augmentar el malbaratament



# GESTIÓ DELS RESIDUS

- Si podeu, aprofiteu per fer **compostatge** al jardí o l'hort.
- Dipositar les deixalles orgàniques als contenidors indicats.

Recorda de separar bé totes les deixalles!!!

Manual de compostatge





## Orgànic

- Restes de menjar
- Marro del cafè
- Llumins
- Gespa
- Flors
- ...



Paper Envasos Vidre Rebuig

# FORMACIÓ



**Trobades formatives**

**17 de setembre**
Monitors/es d'esplai MOVIDIC

**8 d'octubre**
Equips educatius Temps educatiu del migdia

**12 de novembre**
Equips educatius de Petita Infància



**Formació continua**
Cursos MOOC
Online i gratuïts




**Formació continua**
Exposició Menja Actua Impacta: visites guiades i tallers




**Formació continua**
xerrades gratuïtes online amb persones expertes

# CURSOS MOOC online, gratuïts i al teu ritme



## Alimentación sostenible y ODS

Descobriràs com l'alimentació pot ser palanca de canvi pels principals reptes que afrontem a nivell planetari



## Reduir el malbaratament alimentari al menjador escolar

Consell i eines per reduir al màxim el malbaratament alimentari al menjador escolar



## Cuina local i de temporada

Descobriràs que és la dieta planetària i com aplicar-la amb diferents entrevistes a professionals del món de la restauració, guies i quatre receptes per fer a casa