

Rezero

Fundació prevenció
residus i consum



Consum Responsable d'Aliments

Taula d'emergència climàtica

Viladecans

15 octubre 2022



Rezero

Fundació prevenció
residus i consum



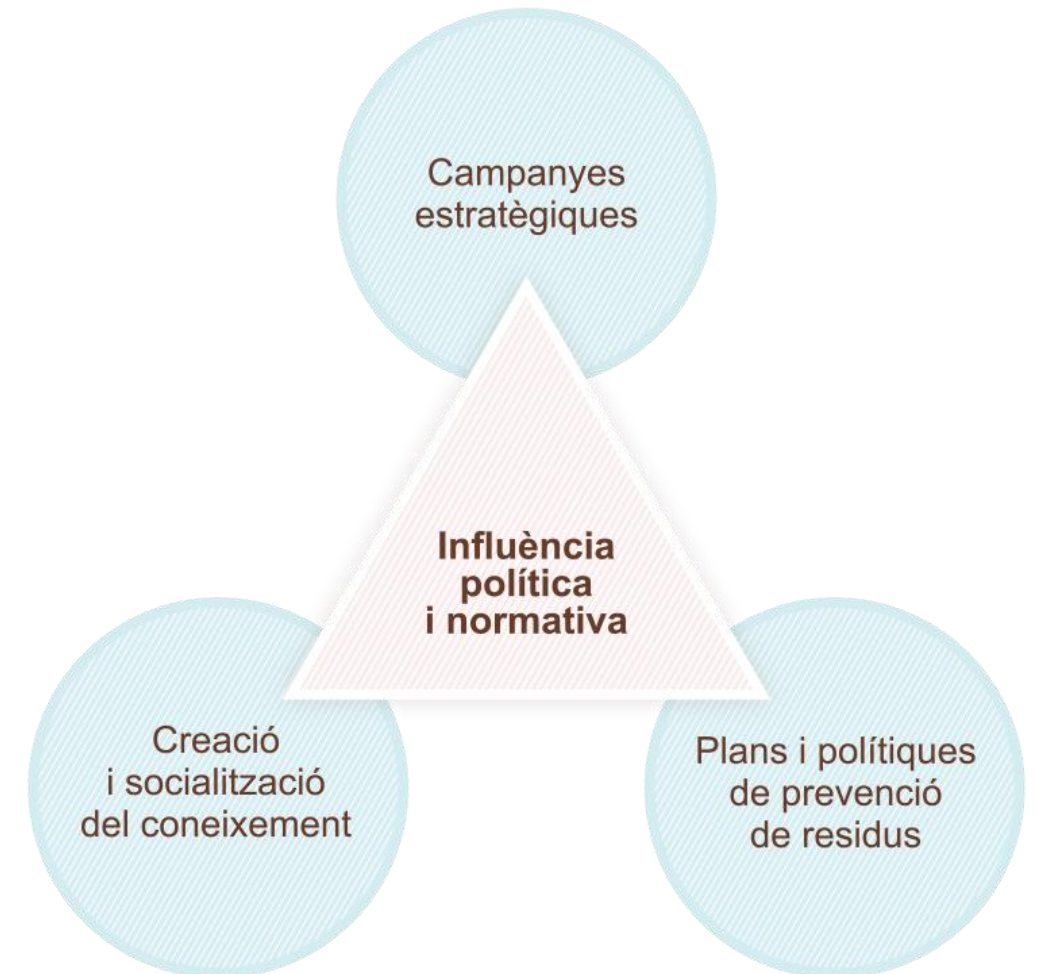
1. **Rezero**
2. Residus
3. El Malbaratament Alimentari
4. Marc legal
5. La situació a Viladecans
6. Pràctiques de prevenció



1. Rezero

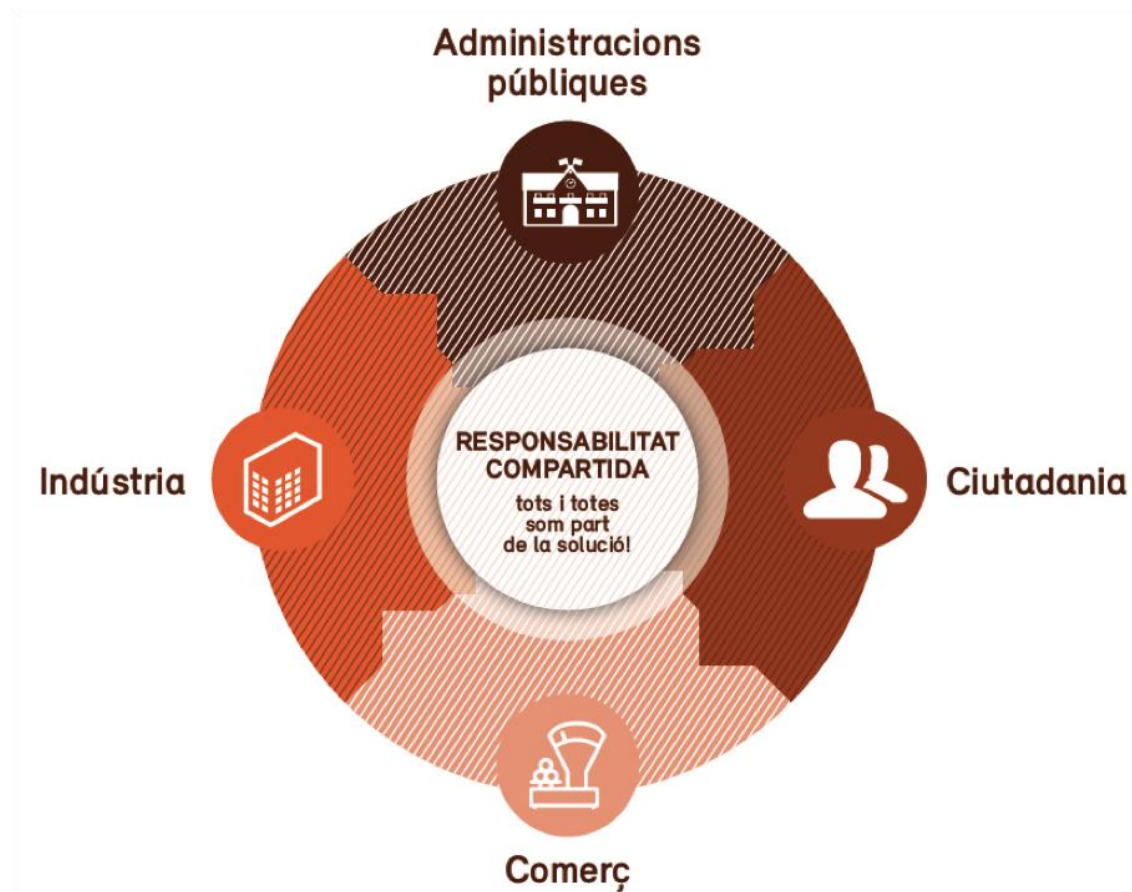
- ∅ **Entitat independent sense ànim de lucre (2005).**
- ∅ **Catalunya i Balears.**
- ∅ **Anhela una societat que valora els recursos naturals i integra tots els materials en processos cíclics, sense matèries tòxiques, ni productes que quedin sense ús.**
- ∅ **Cerca solucions noves per allargar la vida dels productes i materials facilitant la seva reutilització i eliminar la generació de residus domèstics. Les prova i les promou a nivell social, de les administracions i les empreses.**

∅ **www.rezero.cat**





1. Rezero



Rezero

Fundació prevenció
residus i consum

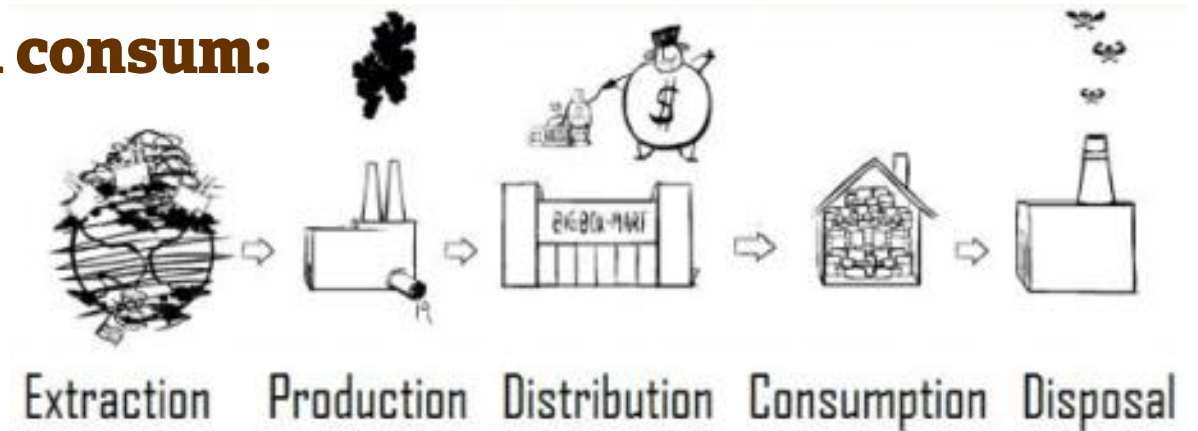


1. Rezero
2. **Residus**
3. El Malbaratament Alimentari
4. Marc legal
5. La situació a Viladecans
6. Pràctiques de prevenció



2 Residus

El model actual de producció i consum: Economia Lineal



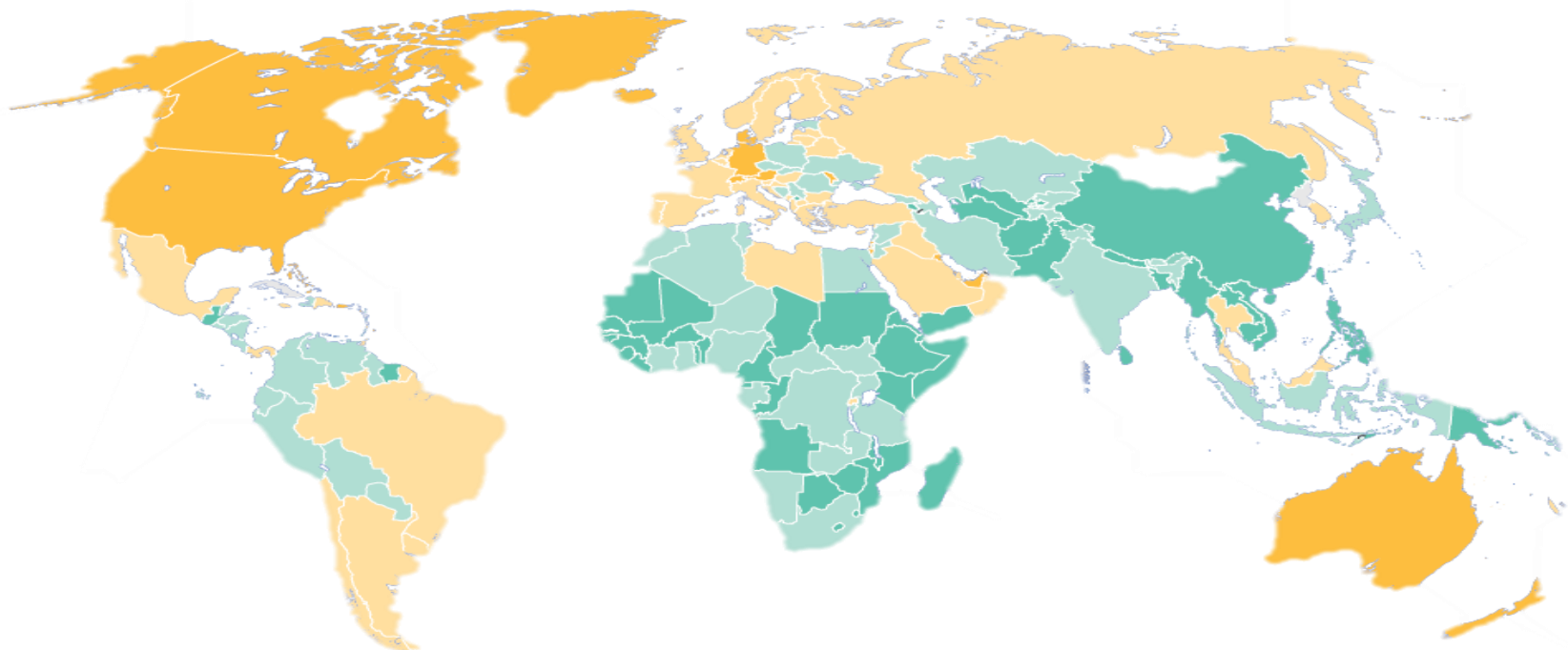
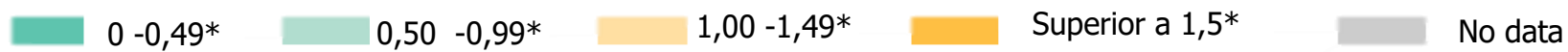
Comporta:

- **Malbaratament de recursos.**
- **Generació de residus perillosos.**
- **Impactes ambientals (desforestació, emissions de GEH, pèrdua de biodiversitat, destrucció del sòl).**
- **Impactes sobre la salut de les persones.**
- **Relació entre la generació de residus i el creixement econòmic.**



Generació de residus

2 Residus



Font: Worldbank.org

*kg residus municipals/persona/dia



Generació de residus

2 Residus

Catalunya (2020)

- 4 milions de tones de residus municipals/any.
- 511 kg/habitant/any.
- 1,4 kg/habitant/dia.

~~RESIDUS~~ ELS RECURSOS QUE LLENCEM

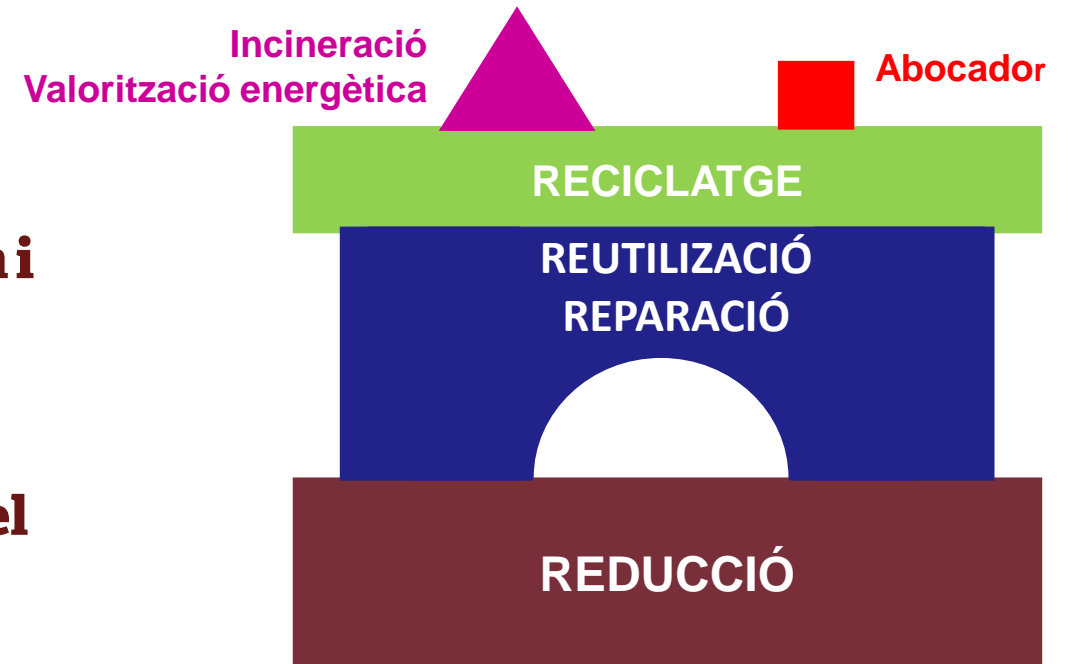




2 Residus

La jerarquia de residus:

- **Rebutjar allò que no necessitem.**
- **Reconsiderar la manera com produïm i consumim.**
- **Redissenyar models de negoci, béns i envasos per reduir l'ús de recursos i el malbaratament.**
- **Reduir al mínim la quantitat, la toxicitat i la petjada ecològica de qualsevol operació/producte.**



Rezero

Fundació prevenció
residus i consum



1. Rezero
2. Residus
3. **El Malbaratament Alimentari**
4. Marc legal
5. La situació a Viladecans
6. Pràctiques de prevenció



3 El malbaratament alimentari

“Reducir el malbaratament d'aliments reduiria les emissions de gasos amb efecte d'hivernacle, frenaria la destrucció de la natura per la conversió de terres i la contaminació, augmentaria la disponibilitat d'aliments i, per tant, reduiria la fam i estalviaria diners en un moment de recessió mundial.”

Nacions Unides 2019.

Halving food loss and waste will minimise climate crisis and ensure food security

Food and Agriculture Organization of the United Nations

UN environment programme

#FLWDay

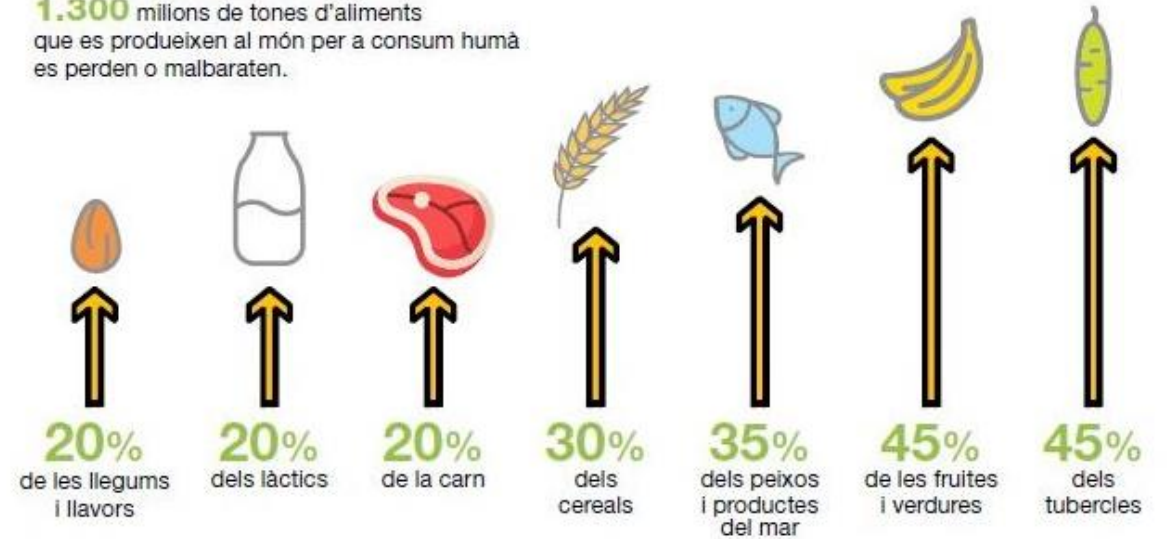


3 El malbaratament alimentari

**Un terç del menjar
produït al món
acaba a les escombraries**



1.300 milions de tones d'aliments
que es produeixen al món per a consum humà
es perden o malbaraten.



Font: Informe de la FAO *Pérdidas y desperdicio de alimentos en el mundo* (2011).

Font: FAO
Organització de les Nacions Unides per
l'Alimentació i l'Agricultura



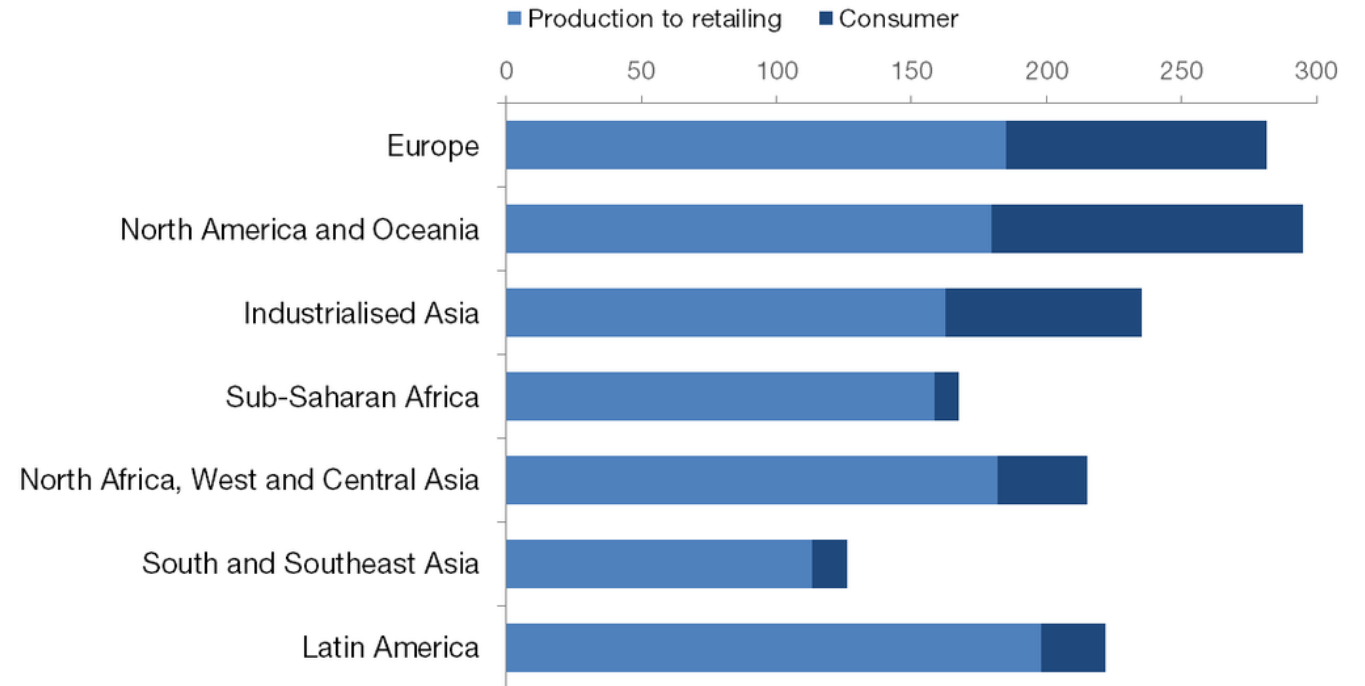
3 El malbaratament alimentari

Which regions waste the most food?

Per capita food losses and waste, kg/year



COMMITTED TO IMPROVING THE STATE OF THE WORLD

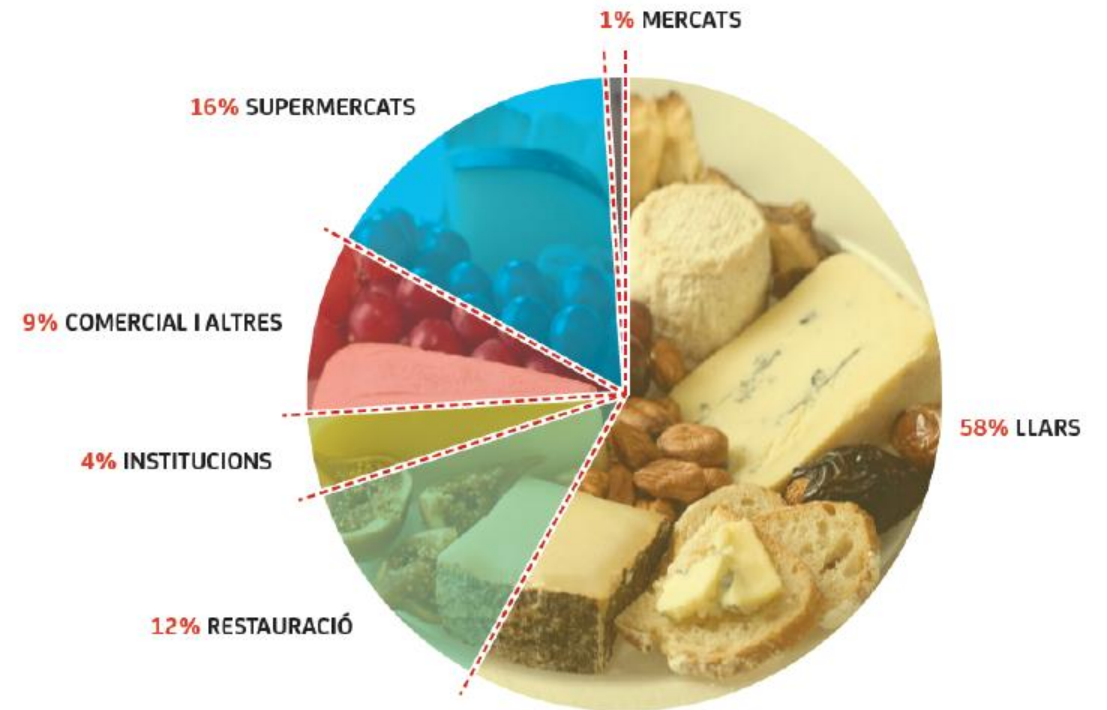


Source: The Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO)



3 El malbaratament alimentari

■ LES FONTS DEL MALBARATAMENT A CATALUNYA (2010)



Font: *Diagnosi del malbaratament alimentari a Catalunya.*
Agència de Residus de Catalunya i Universitat Autònoma de Barcelona, 2011



3 El malbaratament alimentari

ON ES PRODUEIX EL MALBARATAMENT ALIMENTARI?

- Al plat:** aliments no ingerits, restes aprofitables o aliments caducats.
- A les llars:** mala planificació de les compres, restes de la preparació i cuinat dels aliments, interpretació errònia de les dates de caducitat o consum preferent.
- A la restauració, càterings i col·lectius (escoles, residències, hospitals, etc.):** aliments no consumits o productes mal conservats.
- Als comerços de distribució:** menjar retirat per l'aspecte o productes caducats o mal conservats (o propers a la data de caducitat o de consum preferent).
- Al transport i la distribució a l'engròs:** aliments degradats o mal conservats, en alguns casos per trencament de la cadena del fred.
- A la indústria agroalimentària:** pèrdues associades al processament i procés de producció i recursos que han perdut valor alimentari (retalls, etc.).
- Al sector primari:** restes de collites, producció excessiva d'aliments d'origen animal, partides no venudes.

Font: Un consum + Responsable dels aliments (ARC, Generalitat de Catalunya)





3 El malbaratament alimentari

L'impacte del malbaratament a Catalunya



35 kg/hab =



34,9 kg per persona

A Catalunya, segons dades de 2010, el malbaratament alimentari a les llars, comerços al detall i la restauració va ser de **262.471 tones anuals** = 7% dels aliments adquirits



Impacte econòmic

Pèrdua de 841 M€ anuals = 112 € per persona i any



Impacte ambiental

Petjada ecològica

= Utilització de 234.022 hectàrees de terreny = 20% de la superfície agrària útil



Emissions de gasos amb efecte d'hivernacle (procedents de les diferents fases del cicle de vida dels aliments malbaratats)

+ 520.753 de tones de CO₂eq = 20.300 automòbils al llarg de tota la vida útil.

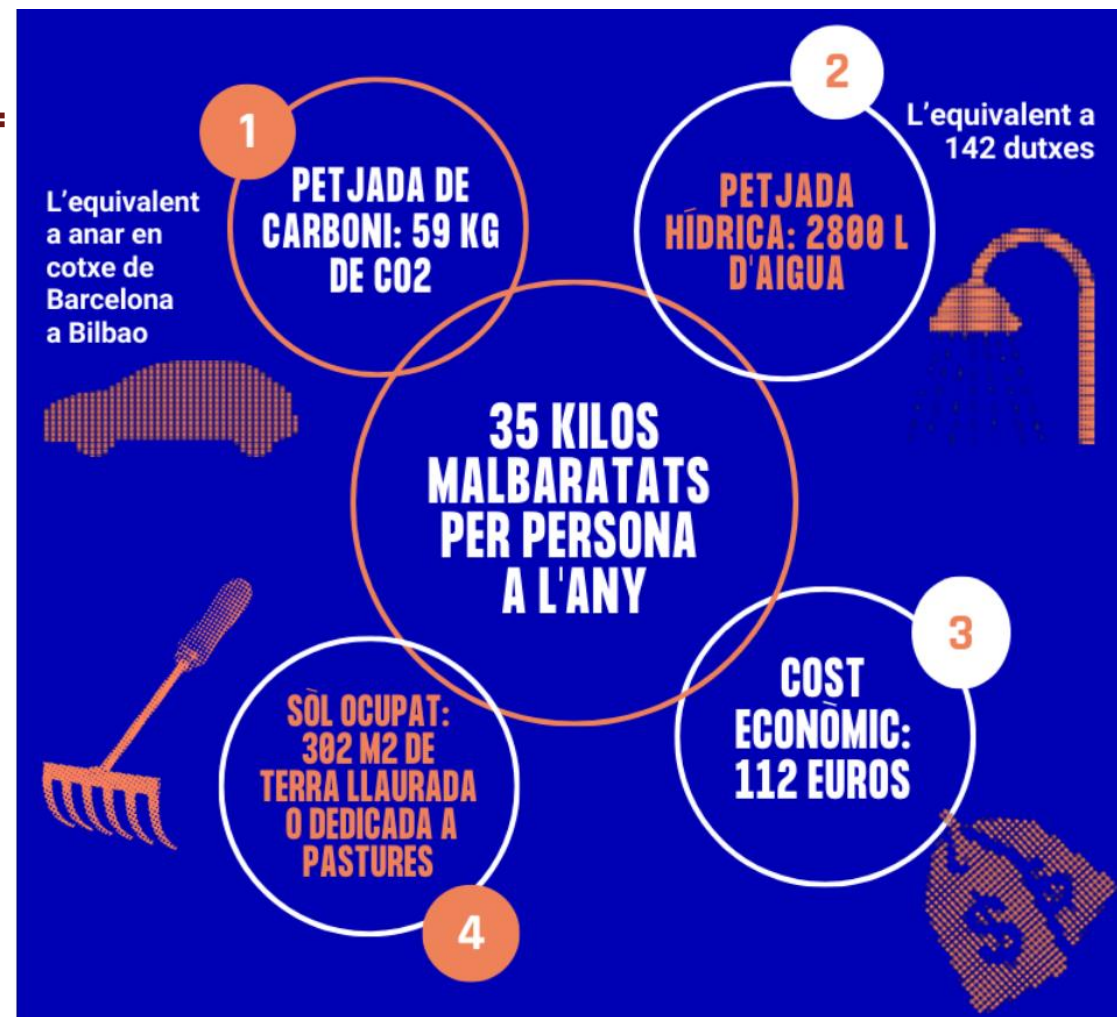


Impacte social

= menjar consumit durant 25,5 dies = menjar per a més de 500.000 persones en un any



El 20% de la població viu per sota del llindar de la pobresa

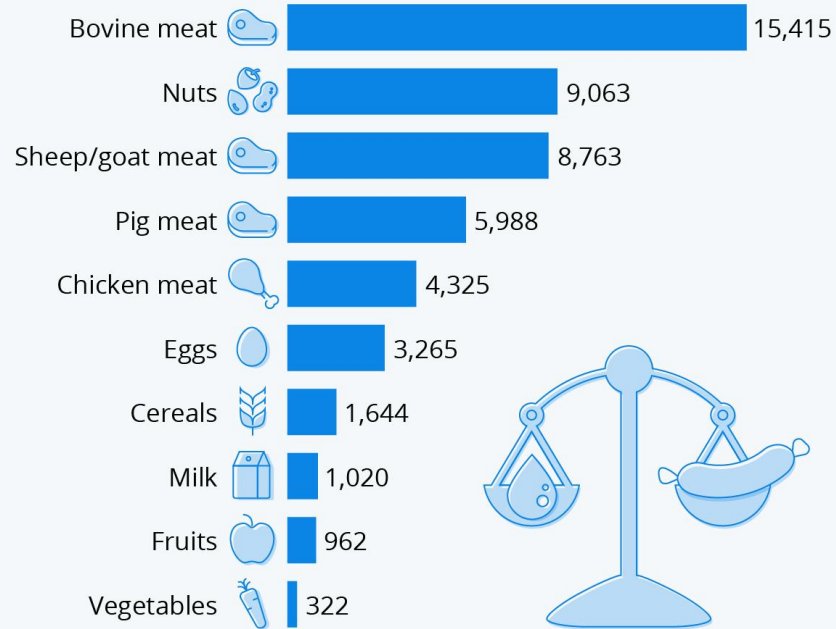




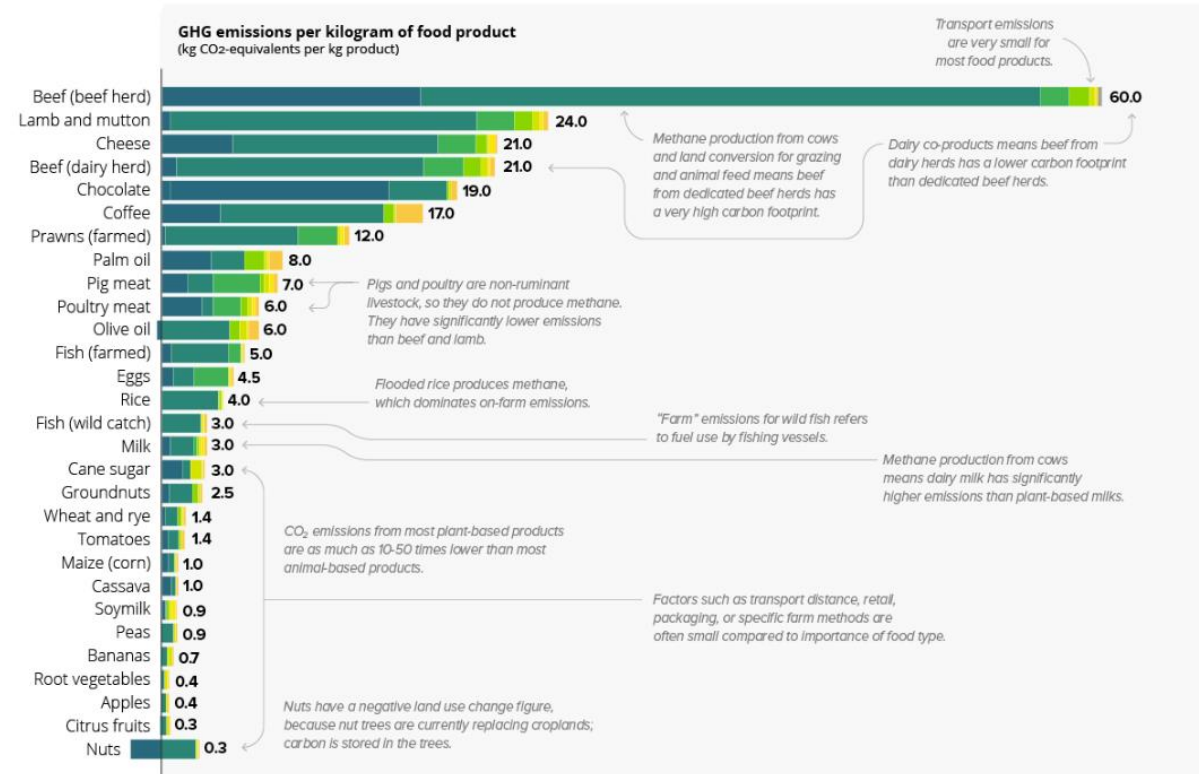
3 El malbaratament alimentari

How Thirsty is Our Food?

Liters of water required to produce one kilogram of the following food products*



* Global averages
Source: Water Footprint Network



Note: Greenhouse gas emissions are given as global average values based on data across 38,700 commercially viable farms in 119 countries. Data source: Poore and Nemecek (2018), Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. Science. Images sourced from the Noun Project. OurWorldinData.org - Research and data to make progress against the world's largest problems.





3 El malbaratament alimentari

MALBARATAR MENJAR = MALBARATAR RECURSOS

RECURSOS UTILITZATS DURANT LA CADENA DE SUBMINISTRAMENT

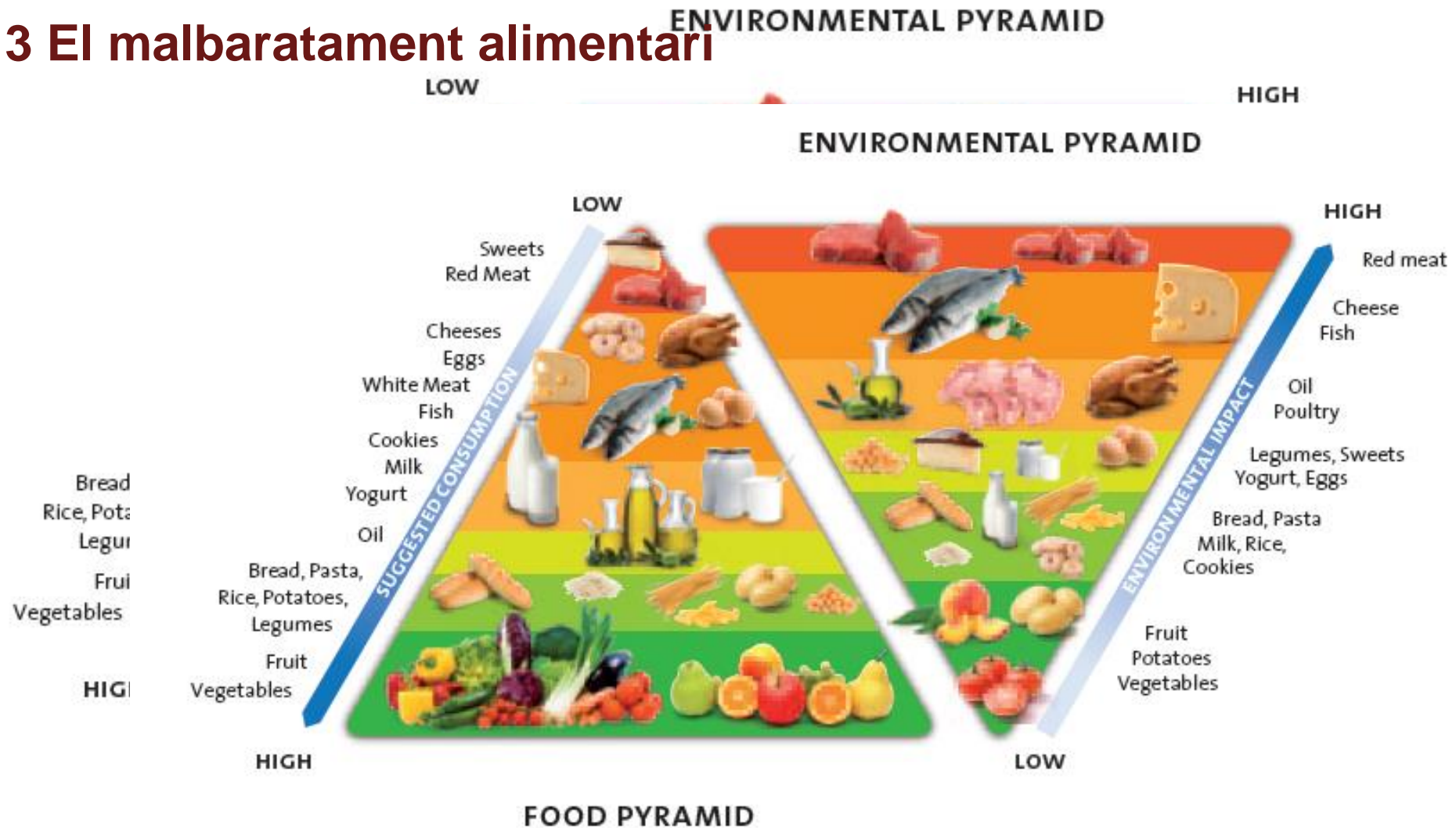


Font: Too Good to Go





3 El malbaratament alimentari



Rezero

Fundació prevenció
residus i consum



1. Rezero
2. Residus
3. El Malbaratament Alimentari
4. **Marc legal**
5. La situació a Viladecans
6. Pràctiques de prevenció



4 Marc legal

NIVELL ESTATAL:

→ **Ley de prevención de las pérdidas y el desperdicio alimentario
(Projecte)**

CATALUNYA:

→ **Llei 3/2020 de prevenció de les pèrdues i el malbaratament
alimentaris**

→ **Reglament (en procés)**



4 Marc legal

Malbaratament alimentari: els aliments destinats al consum humà, en un estat apte per a ésser ingerits o no, que es retiren de la cadena de producció o de subministrament per a ésser descartats en les fases de la producció primària, la transformació, la fabricació, el transport, l'emmagatzematge, la distribució i el consumidor final, amb l'excepció de les pèrdues de la producció primària.

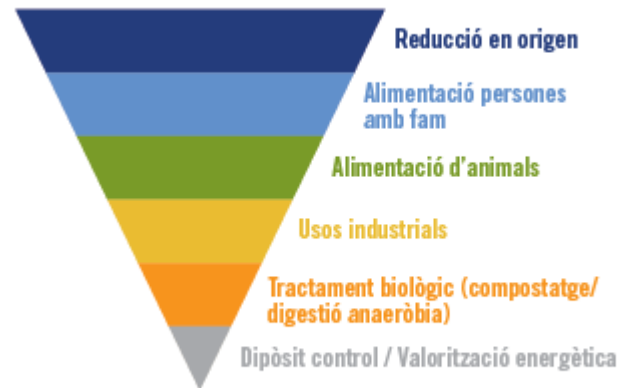




4 Marc legal

La jerarquia del Malbaratament Alimentari:

JERARQUIA PER A LA GESTIÓ DELS RESIDUS ORGÀNICS



Font: US Environmental Protection Agency (USEPA).

- **Prevenció de les pèrdues i el malbaratament alimentaris.**
- **Utilització per a l'alimentació humana.**
- **Utilització per a l'alimentació animal.**
- **Valorització material per mitjà de la recuperació d'elements i substàncies contingudes en els residus alimentaris per a usos industrials.**
- **Valorització material per mitjà de l'obtenció de compost de qualitat.**
- **Valorització energètica per mitjà de l'obtenció de biogàs.**
- **Altres tipus de valorització energètica.**
- **Eliminació.**



4 Marc legal

Llei 3/2020 de prevenció de les pèrdues i el malbaratament alimentari

Article 5. Obligacions de les empreses de la cadena alimentària

1. Les empreses alimentàries i les entitats d'iniciativa social i altres organitzacions sense ànim de lucre que es dediquen a la distribució d'aliments tenen les obligacions següents:

- a) Disposar d'un pla de prevenció de les pèrdues i el malbaratament alimentaris i aplicar-lo**
- b) Reduir, mesurar i informar anualment sobre la quantificació de les pèrdues i el malbaratament alimentaris**
- c) Comptabilitzar els productes alimentaris que es destinin a la distribució gratuïta o a l'alimentació animal.**
- d) Adoptar les mesures pertinents per a aplicar a les pèrdues i el malbaratament alimentaris la jerarquia de prioritats e) Evitar actuacions orientades a deixar els aliments en condicions no aptes per al consum o la valorització.**



4 Marc legal

Llei 3/2020 de prevenció de les pèrdues i el malbaratament alimentari

2. Les microempreses resten excloses de les obligacions a què fan referència les lletres a, b i c.

L'Administració pública els ha de facilitar guies per a elaborar aquests plans.



4 Marc legal

Llei 3/2020 de prevenció de les pèrdues i el malbaratament

4. Les empreses han de vetllar pel malbaratament alimentari

- a) Capacitar els treballadors perquè actuïn de manera activa en la reducció del malbaratament alimentari i implicar-los en aquesta acció.**
- b) Aplicar mesures per a incentivar la venda de productes amb la data de consum preferent o de caducitat pròxima, d'acord amb la jerarquia de prioritats.**
- c) Promoure la prevenció de residus per mitjà d'accions per a reduir el malbaratament alimentari i informar el consumidor sobre els hàbits de consum més responsables.**
- d) Fomentar les línies de venda de productes amb imperfeccions o desperfectes.**
- e) Promoure el consum dels productes de temporada, els de proximitat, els ecològics i els ambientalment sostenibles.**
- f) Incorporar o millorar la informació sobre l'aprofitament dels aliments i dels bioresidus.**
- g) Millorar la segregació de la fracció orgànica.**



4 Marc legal

Llei 3/2020 de prevenció de les pèrdues i el malbaratament alimentari

Article 6. Obligacions de les empreses del sector de la restauració i l'hostaleria

1. Les empreses del sector de la restauració i l'hostaleria, a més, tenen les obligacions:

- a) Promoure el consum de productes de temporada i de proximitat.**
- b) Facilitar al consumidor que es pugui endur, sense cap cost addicional, els aliments que no hagi consumit, i informar d'aquesta possibilitat de manera clara i visible al mateix establiment, preferentment a la carta o al menú.**
- c) Utilitzar envasos, per al trasllat dels aliments no consumits, que siguin aptes per a l'ús alimentari, reutilitzables, compostables o fàcilment reciclables, i admetre que el consumidor dugui el seu propi envàs.**



4 Marc legal

Llei 3/2020 de prevenció de les pèrdues i el malbaratament alimentari

- 2. Les empreses o entitats gestores de serveis d'àpats o menjadors escolars, en col·laboració amb els centres educatius, han d'establir programes d'educació en la reducció del malbaratament alimentari.**
- 3. S'han d'establir programes de reducció del malbaratament alimentari als hospitals i les residències geriàtriques que ofereixen servei d'àpats o de menjador, que compleixin la jerarquia de prioritats de l'article 11.**



4 Marc legal

- **Obligacions de l'Administració pública**
- **Drets i Obligacions de les entitats d'iniciativa social i altres organitzacions sense ànim de lucre que es dediquen a la distribució d'aliments**
- **Drets de les persones consumidores**

Rezero

Fundació prevenció
residus i consum



1. Rezero
2. Residus
3. El Malbaratament Alimentari
4. Marc legal
5. **La situació a Viladecans**
6. Pràctiques de prevenció



5 La situació de Viladecans

Maig 2022

Diagnosi a:

- **establiments comercials i centres educatius**
- **entitats socials**
- **bars, restaurants i hotels**
- **Residències i hospital**

Visites i qüestionaris

Propostes d'acció per a la reducció del malbaratament

Diagnosi i propostes
d'acció per a la reducció
del malbaratament
alimentari a Viladecans

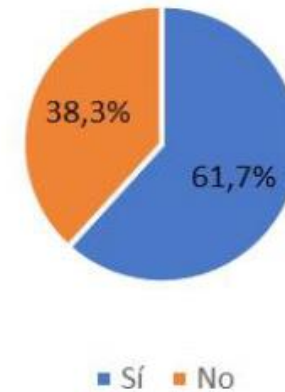


5 La situació de Viladecans

Establiments comercials

- **81 respostes**
 - **Comerços d'alimentació**
 - **Parades dels mercats**
- **Considerats grans generadors de matèria orgànica**

Producció d'excedents





5 La situació de Viladecans

Establiments comercials

Bones pràctiques detectades a Viladecans

- ✓ Fan compres i producció molt ajustades
- ✓ Control continuat d'estocs i dates de caducitat, i rotació dels productes.
- ✓ Els excedents s'utilitzen pels preparats del dia següent.
- ✓ Preparació d'elaborats amb els excedents de producte fresc.
- ✓ El personal i propietaris s'emporten els excedents per autoconsum.
- ✓ Descomptes, regals entre la clientela o donació a persones que demanen els productes que estan prop de la seva data de consum preferent / data de caducitat
- ✓ Utilitzen plataformes web o aplicacions per vendre els productes amb data de consum preferent a p de vèncer (per exemple Too Good To Go).
- ✓ Col·laboren amb alguna xarxa de veïns o amb alguna persona necessitada del municipi.
- ✓ Venta o donació d'excedents a altres sectors com bars, restaurants o residències de gent gran.
- ✓ Donacions a persones en situació de vulnerabilitat, donacions puntuals a entitats



5 La situació de Viladecans

Establiments comercials

- Només el 23,5% dels comerços han declarat tenir quantificada la quantitat d'aliments que llencen.
- Molts establiments no saben dir la quantitat d'aliments que es desaprofiten
- Les respostes són variables i poc precises, tant per les quantitats com per la metodologia per a calcular-les

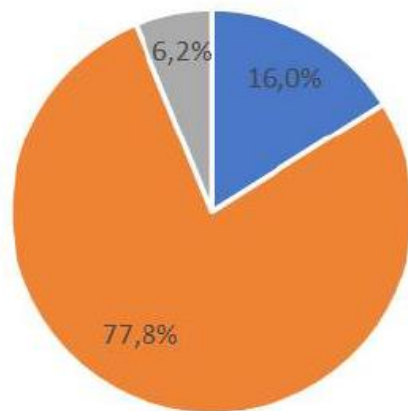
Quantitat d'excedent	Nombre de comerços
50kg / dia	1
Més de 50kg / setmana	1
De 10 a 50kg / setmana	9
Menys de 10kg / setmana o menys de 2kg /dia	17
De 0 a 112€ al dia	2
Puntual	4
Variable segons temporada	4
Ns/Nc	43
Total	81



5 La situació de Viladecans

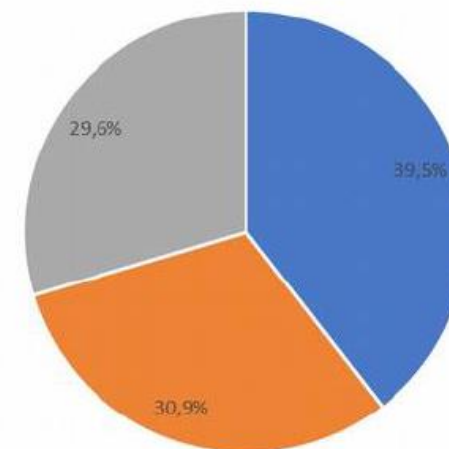
Establiments comercials

Donació d'excedents a entitats socials



■ Sí ■ No ■ Blanc

Interès en canalitzar aliments cap a entitats socials



■ Sí ■ No ■ Blanc



5 La situació de Viladecans

Tipologia principal de producte	Nombre de comerços	Productes
Producte fresc	22	60% són fruites i verdures, seguit de carn i peix
Producte cuinat	6	Productes de pastisseria i forn, i menjar preparat
Producte envasat	5	Molt variat: congelats, iogurts, brioixeria, etc.
Ns/Nc	3	Generen molt pocs excedents

Periodicitat d'excedents per la donació	Nombre d'establiments	Percentatge
Diari	11	34,4%
Setmanal	13	40,6%
Mensual	2	6,3%
Puntual	3	9,4%
Variable	0	0 %
Ns/Nc	3	9,4%
Total	32	100%



5 La situació de Viladecans

Centres educatius

- **17 respostes**
 - **Escoles bressol municipals**
 - **Centres educatius de primària, tant públics com concertats**
- **Considerats grans generadors de matèria orgànica**



5 La situació de Viladecans

Centres Educatius

Bones pràctiques detectades a Viladecans

- ✓ Ajustar els menús al nombre d'infants.
- ✓ Oferir a monitors/es i professorat el que no s'hagi repartit entre els infants.
- ✓ Portar control dels aliments que sobren per revisar quantitats i evitar que torni a sobrar
- ✓ Portar un control de l'estoc de productes i inventaris setmanal o mensual.
- ✓ Comunicació entre l'equip de l'escola i l'empresa per informar de plats/aspectes que no funcionen
- ✓ Permetre que els alumnes triïn les quantitats de menjar
- ✓ Congelar o mantenir productes frescos a la nevera per fer servir un altre dia



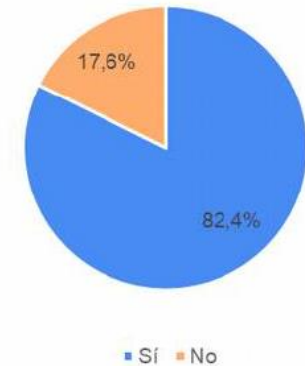
5 La situació de Viladecans

Centres Educatius

Principalment producte cuinat i durant el servei (60%)

- Al servei es genera malbaratament quan s'introdueix un plat nou o a principis de curs i encara no es coneix del tot l'alumnat i la resposta que tindrà vers cada plat.
- Al servei també es malbarata segons el tipus de plat, si agrada més o menys als infants. Aquest cas es dona sobretot quan hi ha verdura, llegums o amanida.
- A la cuina o abans de servir es malbaraten els menús dels alumnes que són baixa en l'últim moment.

Generació d'excedents





5 La situació de Viladecans

Centres Educatius

Cap dels centres té quantificats els excedents alimentaris que generen.

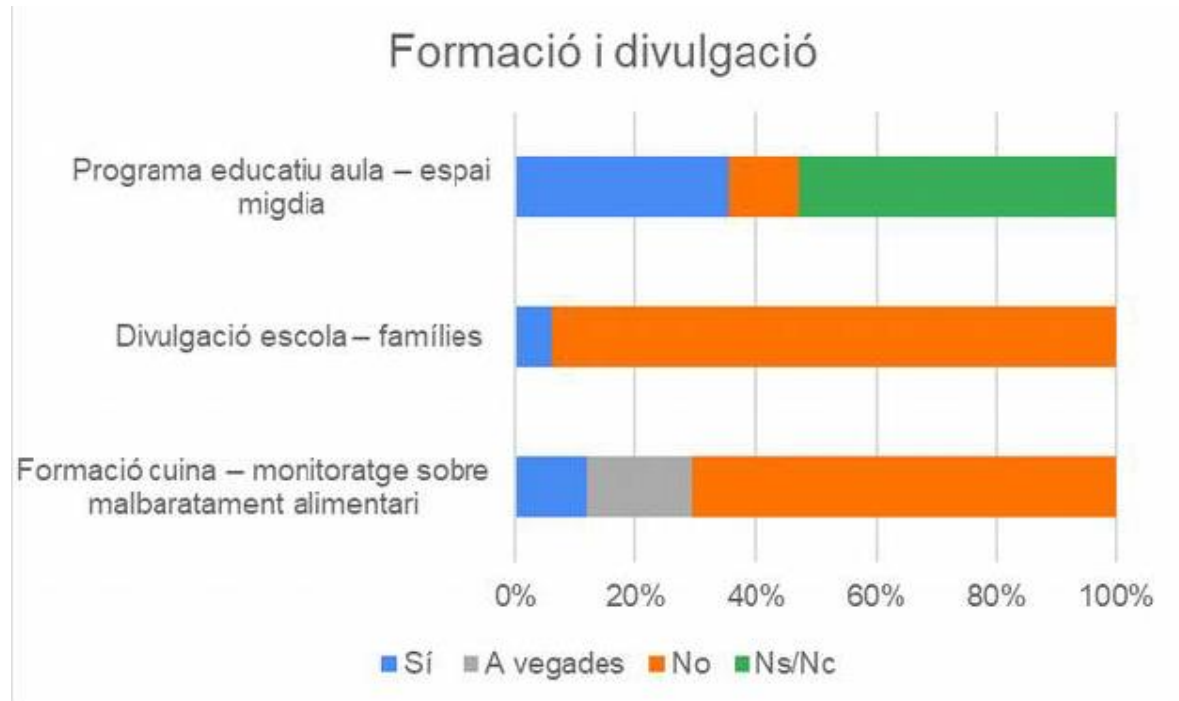
Quantitat d'excedent	Periodicitat	Nombre de centres	Percentatge
De 10 a 15 menús	Diari	1	7,1%
De 5 a 10 menús	Diari	3	21,4%
Menys de 5 menús	Diari	3	21,4%
Menys de 5 menús	Puntualment	1	7,1%
Molt poc	Puntualment	2	14,3%
Sense estimació numèrica	Diari/ Puntualment	4	28,6%
Total		14	100%



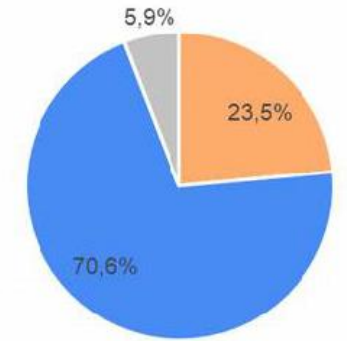
5 La situació de Viladecans

Centres Educatius

Cap dels centres té quantificats els excedents alimentaris que generen.

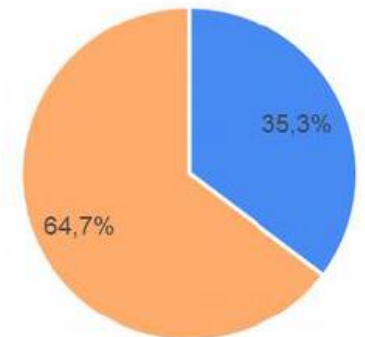


Donació d'excedents a entitats socials



■ Sí, puntualment ■ No ■ Ns/Nc

Receptes d'aprofitament



■ Sí ■ No



5 La situació de Viladecans

Centres Educatius

Hosteleria

- 63 bars i restaurants
- 1 hotel
- 47,6% generen excedents

Periodicitat d'excedents per la donació	Nombre d'establiments	Percentatge
Una bossa / dia	1	3,6%
Mitja bossa / dia	3	10,7%
Mitja bossa / setmana	13	46,4%
Molt poca quantitat / Gens	7	25%
Puntual	1	3,6%
Ns/Nc	3	10,7%
Total	28	100%



5 La situació de Viladecans

Bars i Restaurants i hotels

Bones pràctiques detectades a Viladecans

- ✓ Excedents es reparteixen entre els treballadors.
- ✓ Excedents es serveixen durant el següent servei, ja sigui en el menú, com a tapa o es regalen amb una consumició.
- ✓ Aprofitar els ingredients/menjar sobrant per a altres receptes (pa pel gaspatxo, pa rallat...).
- ✓ Planificar un menú setmanal- les racions sobrants s'ofereixen al dia següent.
- ✓ Tots els establiments enquestats disposen d'algun tipus d'envàs perquè els clients s'enduguin el menjar que no s'han acabat
- ✓ Planificar un menú i a compra a diari, de manera que s'evita tenir gènere en excés a la nevera/congelador
- ✓ Cuinar les comandes al moment, de manera que només es cuinen les racions demanades.
- ✓ Oferir diferents quantitats o porcions dels productes que ofereixen.
- ✓ Emprar la plataforma «Too Good To Go»

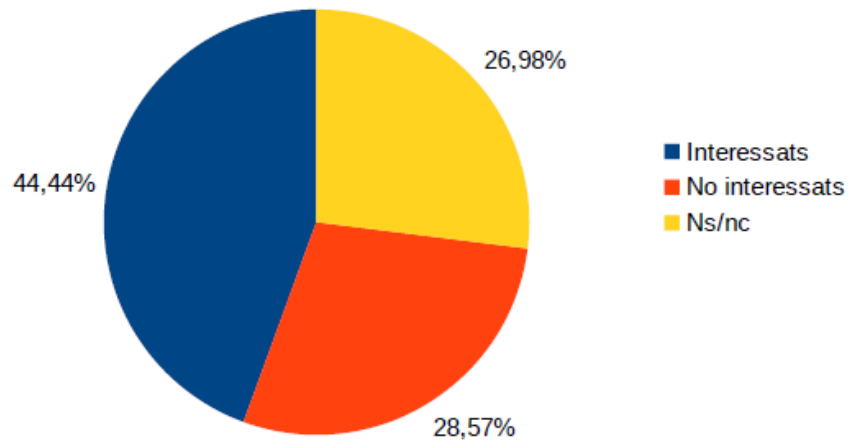


5 La situació de Viladecans

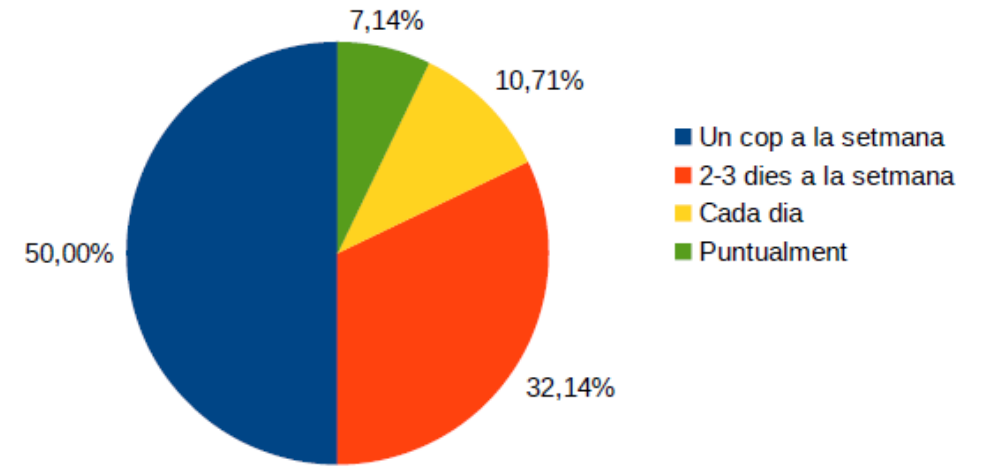
Bars i restaurants

73% afirmen no donar aliments a cap entitat social.

Interès en donació d'excedents



Freqüència de recollida





5 La situació de Viladecans

Residències i Hospital

- **4 residències**
- **1 hospital**
- **40% alega generar excedents**

	Interès en donació	
	Nombre de centres	Percentatge
Sí	2	40%
No	1	20%
Ns/Nc	2	40%
Total	5	100%

Cap centre té un sistema de donació d'aliments a entitats socials



5 La situació de Viladecans

Residències i Hospital

Bones pràctiques detectades a Viladecans

- ✓ Excedents que generen els reparteixen entre les persones treballadores
- ✓ Aprofiten excedents per a noves elaboracions, com purés o triturats o pudding i «torrijas»
- ✓ **Llibertat per triar les quantitats de menjar** o opció de no triar el primer o el segon plat.
- ✓ Control de l'acollida que tenen els diferents aliments i trasllat al personal de cuina



5 La situació de Viladecans

Entitats Socials

- 2 entitats que ofereixen ajuda alimentària a persones derivades de Serveis Socials

Dificultats detectades:

- Desplaçaments per recuperar poc volum.
- Productes molt dispars - possibles discussions entre els beneficiaris.
- Freqüència baixa de repartiments -difícil aprofitar productes amb una vida útil curta.
- **Poca implicació dels beneficiaris/ beneficiàries del servei** en la gestió del mateix



5 La situació de Viladecans

Entitats Socials

Es creu convenient **buscar altres vies per tal d'aprofitar el malbaratament generat en comerços i establiments de Viladecans:**

- **Sensibilització** respecte al malbaratament i plantejar el problema com un repte comú.
- **Buscar entitats que consumeixin els productes directament (per la quantitat i la natura perible del producte)**
- **Buscar altres solucions gestionades per les mateixes entitats de referència**

Rezero

Fundació prevenció
residus i consum



1. Rezero
2. Residus
3. El Malbaratament Alimentari
4. Marc legal
5. La situació a Viladecans
6. **Pràctiques de prevenció**



6 Pràctiques de prevenció

Establiments comercials

Bones pràctiques detectades a Viladecans

- ✓ Fan compres i producció molt ajustades
- ✓ Control continuat d'estocs i dates de caducitat, i rotació dels productes.
- ✓ Els excedents s'utilitzen pels preparats del dia següent.
- ✓ Preparació d'elaborats amb els excedents de producte fresc.
- ✓ El personal i propietaris s'emporten els excedents per autoconsum.
- ✓ Descomptes, regals entre la clientela o donació a persones que demanen els productes que estan prop de la seva data de consum preferent / data de caducitat
- ✓ Utilitzen plataformes web o aplicacions per vendre els productes amb data de consum preferent a punt de vèncer (per exemple Too Good To Go).
- ✓ Col·laboren amb alguna xarxa de veïns o amb alguna persona necessitada del municipi.
- ✓ Venta o donació d'excedents a altres sectors com bars, restaurants o residències de gent gran.
- ✓ Optar per producte fresc i de proximitat.
- ✓ Canalització d'excedents.



6 Pràctiques de prevenció

Centres Educatius

Bones pràctiques detectades a Viladecans

- ✓ Ajustar els menús al nombre d'infants.
- ✓ Oferir a monitors/es i professorat el que no s'hagi repartit entre els infants.
- ✓ Portar control dels aliments que sobren per revisar quantitats i evitar que torni a sobrar.
- ✓ Portar un control de l'estoc de productes i inventaris setmanal o mensual.
- ✓ «Obligar» als infants a menjar-s'ho tot.
- ✓ Comunicació entre l'equip de l'escola i l'empresa per informar de plats/aspectes que no funcionen.
- ✓ Congelar o mantenir productes frescos a la nevera per fer servir un altre dia.
- ✓ Realitzar un treball pedagògic per un major coneixement dels aliments (origen, conreu...) i donar-lo valor.
- ✓ Pràctiques d'aprofitament a la cuina.
- ✓ Col·laboració entre espai aula i espai migdia (continguts currículum..)
- ✓ Productes de temporada i de proximitat.
- ✓ Deixar triar la quantitat als infants.



6 Pràctiques de prevenció



ENS HO MENGEM TOT :

Ajuntament de Barcelona

**Sensibilització sobre el malbaratament alimentari
als menjadors escolars**

**Conèixer la petjada ecològica de determinats
aliments**

Cerca de solucions, formació i comunicació.



6 Pràctiques de prevenció

Bars i Restaurants i hotels

- ✓ Preguntar si es volen acompanyaments/pa.
- ✓ Productes de proximitat i temporada.
- ✓ Canalitzar excedents a entitats socials.
- ✓ Comunicar a clientela les bones pràctiques.
- ✓ Ser pro-actiu en oferir el menjar sobrant.
- ✓ Acotar la carta.



6 Pràctiques de prevenció

Bars i Restaurants i hotels



PONT ALIMENTARI:

- **Aprofitar l'excedent alimentari fresc i cuinat de la distribució, càtering i restauració (pre i post-consum) donant resposta a una necessitat social.**
- **Proposta de bones pràctiques /Sensibilització.**

REMENJA'MMM:

- **Propostes per reduir el malbaratament alimentari als restaurants.**
- **Normalitzar actituds com la d'endur-se el menjar i les begudes no consumides als restaurants.**



6 Pràctiques de prevenció

Residències i Hospital

Bones pràctiques detectades a Viladecans

- ✓ Excedents que generen els reparteixen entre les persones treballadores.
- ✓ Aprofiten excedents per a noves elaboracions, com purés o triturats o pudding i «torrijas».
- ✓ **Llibertat per triar les quantitats de menjar** o opció de no triar el primer o el segon plat.
- ✓ Control de l'acollida que tenen els diferents aliments i trasllat al personal de cuina.
- ✓ **Fer una diagnosi i un Pla de prevenció.**
- ✓ **Productes de temporada i proximitat.**
- ✓ **Canalitzar els excedents a entitats socials.**
- ✓ **Hospital**
 - ✓ **coordinació entre infermeria i cuina (dejús...).**
 - ✓ **Redistribuir sobrants de cuina de pacients a cafeteria .**
 - ✓ **Oferir opció de triar entre varies opcions de plat.**
 - ✓ **Acompanyaments i pa opcional.**



6 Pràctiques de prevenció

Llars

**SOM
GENT DE
PROFIT**

" poma i patata

Si deixem una poma a prop de les patates es conservaran millor. En un lloc fresc i fosc!



" patates

Les patates han d'estar ben airejades. Posem-les en una reixeta o bossa de malla.



" racions individuals

Si congelem aliments ja ouinats, fem-ho en racions individuals perquè sigui més fàcil aprofitar-los.



" guardar

Un cop fredes, guardem les restes de menjar a la nevera, en recipients tancats hermètics, mai al descobert.



" amanir

Un cop afegim sal, oli i vinagre, l'amanida es fa malbé ràpidament. Amanim-la per racions!



" glaç

Revisem periòdicament el congelador per no oblidar-hi aliments i evitem que s'hi faci glaç.



" recipients amb reixeta

Els recipients amb reixeta són ideals perquè descongelem d'una manera neta i segura.



" data de congelació

Els congelats no duren per sempre! Etiquetem els congelats amb la data de congelació.



" congelador

Posem el congelador a -18°C i tot es conservarà millor!





6 Pràctiques de prevenció



A la nevera

- ✓ Verdures: carxofes, albergínies, espàrrecs, bròquil, pastanagues, api, bolets, coliflor, herbes aromàtiques fresques, enciam, blat de moro, naps, porros, raves, pebrots, amanides...
- ✓ Algunes fruites, com ara maduixes, gerds, raïm...
- ✓ Ous (per mantenir-los frescos durant molt temps)

A la nevera quan estan madurs

- ✓ Fruïtes: albercocs, melons, nectarines, pomes, préssecs, peres, prunes, síndries i cítrics
- ✓ Fruïtes tropicals: pinya, kiwi, mangos, alvocats...
- ✓ Tomàquets



A temperatura ambient / a l'armari (no cal nevera)

- ✓ All, patates i moniatos, cebes, en un lloc fresc i resguardat del sol
- ✓ Carbasses, cogombres, carbassons
- ✓ Plàtans i pinyes senceres
- ✓ Aliments en llauna i secs abans d'encetar-los
- ✓ Pa: dins la seva bossa o recipient

Rezero

Fundació prevenció
residus i consum



Moltes gràcies

info@rezero.cat

936 686 107

www.rezero.cat

