

## Comida de desperdicio cero



Organizar una comida de desperdicio cero es una idea innovadora para enseñar a todos los participantes cómo modificar sus conductas diarias para reducir de manera sustancial la cantidad de desechos que producen. En una comida de desperdicio cero, el objetivo es reducir de manera significativa, y con el tiempo eliminar por completo, la cantidad de residuos que enviamos a recuperación de energía o desecho. Dado que es difícil evitar por completo el envío de desechos al vertedero o la incineradora, el objetivo de la comida de desperdicio cero es el de reducir esta cantidad en la medida de lo posible.<sup>1</sup>

Las comidas de desperdicio cero pueden ser organizadas por cualquiera, y pueden dirigirse a distintos tipos de públicos: niños de escuelas, ciudadanos, empleados u otros. El principio es el mismo: La comida de desperdicio cero es una comida con **desperdicio de alimentos cero** y **desperdicio de envases cero**. Para ello es necesario contar con una planificación adecuada y las herramientas idóneas.

Una comida de desperdicio cero puede convertirse fácilmente en un picnic o una cena de desperdicio cero.

Este es solo un ejemplo de las acciones para la reducción del desperdicio de alimentos y envases puestas en marcha entre un grupo de amigos, compañeros, vecinos u otros. Si desea obtener más información acerca de esta u otras acciones relacionadas, consulte la ficha de “menos desperdicio de alimentos” y “menos desperdicio de envases” en el conjunto de herramientas de comunicación destinado a ciudadanos.

### Objetivos

- ▶ Concienciar a los ciudadanos europeos de que las medidas para reducir el desperdicio de alimentos pueden adoptarse a diario
- ▶ Aumentar la concienciación entre los ciudadanos europeos acerca de los buenos hábitos para la reducción del desperdicio de alimentos

### ¿Qué significa?

- ▶ La comida de desperdicio cero es una comida con desperdicio de alimentos cero y desperdicio de envases cero.
- ▶ Hay distintas opciones para organizar una comida de desperdicio cero: todos los participantes podrían preparar su propia comida de desperdicio cero en casa, o bien cocinar y preparar su comida de desperdicio cero juntos.
- ▶ Se trata del mismo principio básico que en los eventos [Disco Soupe](#) y que en la idea “cara sonriente en la fiamblera”. En esta iniciativa, se ponen pegatinas de caras sonrientes en la parte inferior de las fiambreras si los niños se comen toda la comida y no tiran nada comestible.

<sup>1</sup> Existen otros conceptos relativos al desperdicio cero, pero en esta ficha se aplicará la descripción indicada anteriormente.



## Lo que se necesita

- ▶ Un lugar
- ▶ **Material de comunicación e información:** Publicite su actividad de comida de desperdicio cero mediante la colocación de carteles promocionales en puntos estratégicos o a través de otros medios de comunicación. Informe al grupo objetivo acerca de la acción entregando información sobre [cómo y por qué](#) antes del evento.
- ▶ Las **herramientas** adecuadas: fiambreras, recipientes para bebidas y cubiertos reutilizables; servilletas de tela, medidor de comida, si lo hay

## Preparación de la acción

### *Antes de la EWWR (al menos un mes antes)*

- ▶ Decida cuál va a ser su público objetivo: ¿A quién desea llegar con esta comida de desperdicio cero? ¿Alumnos de escuelas, sus padres y profesores? ¿Sus compañeros de trabajo? ¿El público general en su vecindario/localidad/ciudad?
- ▶ Dependiendo de su público objetivo, decida el lugar de su acción: Donde desea llevar a cabo la comida de desperdicio cero: ¿En la escuela o en una cafetería comercial? ¿En la sala de café de su departamento? ¿En el ayuntamiento? ¿En un mercado? ¿O en otro sitio?
- ▶ Prepare un cartel para publicitar su comida de desperdicio cero
- ▶ Prepare u obtenga material donde se informe de lo se debe y no se debe hacer para la comida de desperdicio cero ([ficha técnica de la EWWR](#)), envíe la información por correo a su grupo objetivo o imprímala para entregársela en mano; junto con la [ficha técnica de la EWWR acerca del desperdicio de alimentos](#)
- ▶ **Realice una revisión de basura de residuos de alimentos** ([Food waste calculator de la SERD](#)) para calcular la cantidad de desperdicio de alimentos producido en una comida normal antes de la comida de desperdicio cero
- ▶ Invite a gente para que participe en su evento

### *Previo a la EWWR (una o dos semanas antes)*

- ▶ Fomente la publicidad de su evento, recuérdesele a la gente e invítelos de nuevo a participar
- ▶ Ofrezca a los participantes instrucciones claras sobre lo que se debe y no se debe hacer ([ficha técnica de la EWWR](#))

## Implementación de la acción = ¡día de la acción!

- ▶ Lleve a cabo su comida de desperdicio cero
- ▶ Aproveche el evento para informar acerca del problema y dé consejos y trucos a los participantes para reducir el desperdicio de comida y envases en la vida diaria
- ▶ Tome fotografías y grabe vídeos
- ▶ **Realice una revisión de basura de residuos de alimentos** ([Food waste calculator de la SERD](#)) para calcular la cantidad de desperdicio de alimentos producido en la comida de desperdicio cero (el mínimo posible). A continuación, puede calcular la cantidad de desperdicio evitado (en comparación con su primera revisión de desperdicio de alimentos antes de la acción de la EWWR)
- ▶ Con el fin de fomentar medidas para la prevención del desperdicio de alimentos, puede organizar una competición en su comida de desperdicio cero para saber qué participantes han producido menos desperdicio de alimentos y envases.
- ▶ ¡Comunique los resultados de la revisión de residuos de alimentos a los participantes!





## Evaluación y feedback

### Después de la EWWR

- ▶ Informe a su coordinador: número de participantes, cantidad de residuos evitados, etc.
- ▶ Envíe imágenes y vídeos de su acción a su coordinador de la EWWR
- ▶ **Realice otra revisión de basura de residuos de alimentos** ([Food waste calculator de la SERD](#)) para calcular la cantidad de desperdicio de alimentos producido tras la comida de desperdicio cero para conocer el impacto a largo plazo del evento

## Más información

### ▶ Material de información

- Food waste and its impact: [Do you dare to be aware?](#)
- Practical guide: [Zero Waste Lunch](#)
- Tips to reduce food waste:
  - [Shopping & Planning](#)
  - [Storing](#)
  - [Cooking & Eating](#)
  - [Use-by / best-before dates](#)

### ▶ Ejemplos de acciones

- A Waste-free Lunchtime (UK):  
[www.ewwr.eu/sites/default/files/EWWR\\_2011-Case%20studies\\_School\\_Belfast-UK.pdf](http://www.ewwr.eu/sites/default/files/EWWR_2011-Case%20studies_School_Belfast-UK.pdf)
- 0 waste lunch (FR):  
[www.ewwr.eu/sites/default/files/EWWR\\_2010\\_Case\\_Study\\_Other\\_France.pdf](http://www.ewwr.eu/sites/default/files/EWWR_2010_Case_Study_Other_France.pdf)

### ▶ Contacto/sitio Web del coordinador de la EWWR: [www.ewwr.eu/list-organisers](http://www.ewwr.eu/list-organisers)

### ▶ Semana europea para la reducción de residuos: [www.ewwr.eu](http://www.ewwr.eu) [contact@ewwr.eu](mailto:contact@ewwr.eu)

### ▶ Enlaces de interés

- European Commission: [Stop Food Waste](#)
- [European Environment Agency](#) (EEA)
- [European Environmental Bureau](#) (EEB)
- [Every Crumb Counts](#)
- [Food and Agriculture Organization](#) (FAO)
- IGD: [Food redistribution](#)
- [Love Food Hate Waste](#)
- Love Food Hate Waste: [Food waste recycling - What to do with the food you can't eat?](#)
- OECD [Food Chain Network](#)
- [SAVE FOOD initiative](#)
- [Slow Food Movement](#)
- [The European Consumer Organisation](#) (BEUC)
- [Think.Eat.Save.](#)
- Trash is for Tossers: [Hosting a Zero Waste Dinner Party](#)

