

Eco-Restaurants (menjar)



El concepte d'Eco-restaurant té com objectiu optimitzar la gestió d'un restaurant en tots els aspectes ambientals. Això inclou mesures com la prevenció de residus, la reducció en els consums d'energia i aigua, i la reducció d'emissions de gasos d'efecte hivernacle. Aquest full informatiu però, només se centra en aspectes com el malbaratament alimentari i la prevenció de residus d'envasos. **Malbaratar menys comporta més guanys!**

Es poden aplicar un ampli ventall de mesures per tal d'esdevenir un Eco-Restaurant en l'àmbit en la prevenció del malbaratament alimentari: oferir racions i plats de diferents mides, canviar els vostres hàbits de compres, emmagatzematge i cocció, animar els vostres clients a que s'emportin a casa el que no s'acaben, fer arribar els aliments que encara són aptes per al consum a entitats locals o bancs d'aliments, compostar el menjar que sobra dels plats o el que s'ha fet malbé, en comptes de llençar-lo. Els beneficis d'implementar aquestes mesures són molts: a part d'aprofitar per al consum humà o animal, o per compostar, el que prèviament era malbaratar, el vostre restaurant estalviarà despeses si llença menys residus i alhora millorarà la seva petjada ambiental.

Aquestes mesures també es poden aplicar als menjadors escolars o a les cantines de moltes empreses. Encara que les condicions puguin ser diferents, les possibles mesures a adoptar són molt semblants!

Objectius

- ▶ Minimitzar la quantitat total de menjar que es llença durant els àpats
- ▶ Sensibilitzar els cuiners, el personal i els propietaris del restaurant, sobre com canviar la seva planificació a l'hora de comprar i emmagatzemar els subministres, així com els seus hàbits a la cuina
- ▶ Optimitzar el sistema perquè els aliments i menjar sobers es deriven als bancs d'aliments, o d'altres institucions, a l'alimentació animal, o bé cap a compostatge.
- ▶ Crear una cultura de sostenibilitat al restaurant i entre els clients
- ▶ Animar els clients a formar part de la iniciativa, tot fent que demanin plats de forma intel·ligent i conscient
- ▶ Sensibilitzar els clients sobre el malbaratament alimentari generat en els seus plats

Què inclou?

- ▶ L'adopció d'hàbits sostenibles en la planificació, les compres, l'emmagatzematge i a l'hora de cuinar
- ▶ Deixar que els clients triïn entre diferents racions (petites, mitjanes o gran)
- ▶ Proporcionar bosses de paper/cartró (*doggy bags*) pel menjar que sobri
- ▶ Oferir en el menú un plat fet amb cuina d'aprofitament de restes
- ▶ Informar els clients sobre la nova política, posant informació en cartells, tríptics o jocs de taula
- ▶ Proporcionar oli d'oliva, sal, pebre, etc., en envasos de vidre, en comptes de petites bosses de plàstic
- ▶ Utilitzar tovallons de tela reutilitzables, en comptes de tovallons de paper d'un sol ús

Què necessiteu?

- ▶ Un o diversos restaurants que estiguin disposats a participar
- ▶ Material d'informació i comunicació: obtenir el material informatiu de la EWWR per informar al personal i als clients del restaurant sobre el malbaratament alimentari i les mesures a adoptar per prevenir els seus residus

(planificació de compres, emmagatzematge i cocció); aconseguir el cartell promocional per fer publicitat de l'acció. Preparar el material específic per fer publicitat de l'acció i informar els clients sobre les mesures adoptades.

► Eines: bosses per emportar-se les sobres (*doggy bags*), tovallons de tela, envasos de vidre per a la sal, pebre, oli d'oliva, etc. Vegeu la secció sobre eines tot seguit.

Eines per portar a terme aquesta acció

Bosses (*doggy bags*) per emportar-se les restes de menjar

- Què són? Són unes bosses de paper disponibles per als clients perquè es puguin emportar a casa allò que no han consumit.
- Com les fem / utilitzem?
 - Demaneu al vostre personal que informi els clients que poden emportar-se a casa el que no s'acabin.
 - Informar que aquesta acció contribueix a lluitar contra el malbaratament alimentari.
- Com l'avaluem? Peseu la quantitat de residus orgànics en sobren dels plats servits abans i durant l'acció. Compteu el nombre de bosses (*doggy bags*) que s'han emportat els clients i peseu-los.



Un adhesiu per evitar les sobres de pa

- Què és? Un adhesiu per informar els clients que només se serveix pa sota demanda i en la quantitat demanada, a fi d'evitar el malbaratament alimentari.
- Com el fem / utilitzem?
 - Col·loqueu aquest adhesiu a la carta.
 - Demaneu al vostre personal que informi els clients que aquesta acció contribueix a prevenir el malbaratament d'aliments.
- Com l'avaluem? Peseu la quantitat de pa que es llença abans i durant l'acció.



Una gerra per promoure el consum d'aigua de l'aixeta

- ▶ Què és? Una gerra de promoure el consum d'aigua de l'aixeta entre els clients.
- ▶ Com es fa servir?
 - Deixeu una gerra plena d'aigua de l'aixeta a cada taula.
 - Per prevenir els residus d'envasos, animeu els clients a beure aigua de l'aixeta en comptes d'aigua envasada.
- ▶ Com l'avaluem? Peseu la quantitat d'envasos de begudes que llenceu abans i després de la instal·lació de les gerres.



Un adhesiu a la carta, o una nova carta, per informar sobre la possibilitat de demanar plats de diferents mides

- ▶ Què és? Alguns restaurants ofereixen grans quantitats de menjar en els seus plats. Es pot evitar el malbaratament d'aliments oferint la possibilitat als clients de poder demanar plats de diferents mides, en funció de la seva gana.
- ▶ Com fer-ho?
 - Col·loqueu un adhesiu a les cartes, o imprimeu-ne de noves, per informar els clients que poden demanar plats de diferents mides.
 - Informeu que aquesta acció evita el malbaratament d'aliments.
- ▶ Com l'avaluem? Peseu la quantitat d'aliments que tornen dels plats abans i després de l'acció. Compteu el nombre de plats petits, mitjans i grans que s'han demanat.



Eines de comunicació de suport

Un panell per mostrar les millors pràctiques en prevenció de residus que s'han portat a terme

- ▶ Què és? Mostreu en aquest panell una llista amb tots els compromisos assumits (i els objectius assolits) per la vostra empresa en termes de prevenció de residus. Això animarà el personal i també indirectament, als proveïdors i clients, a seguir amb la bona feina.
- ▶ Com es fa servir?
 - Assumiu els vostres compromisos, formuleu els objectius i anoteu-los al panell
 - Comproveu tots els objectius assolits.
 - Mostreu el panell en un lloc estratègic del vostre restaurant i a la vostra pàgina web.
- ▶ Com l'avalueu? Nombre d'objectius assolits. Evolució dels resultats obtinguts en relació amb la prevenció del malbaratament alimentari a través del temps.



Un distintiu

- ▶ Què és? Un adhesiu i un cartell per informar els clients que el vostre establiment porta a terme les millors pràctiques en prevenció de residus.
- ▶ Com es fa servir?
 - Mostreu el distintiu en un lloc estratègic.
 - Poseu el cartell en un punt estratègic.
- ▶ Com l'avaluem? Nombre de restaurants que participen en l'acció i quantitat de residus que s'ha evitat pels restaurants participants.



Preparant l'acció

Abans de la Setmana Europea de la Prevenció de Residus (un mes abans)

- ▶ Prepareu i distribuïu el material d'informació i comunicació entre el personal del restaurant
- ▶ Col·loqueu cartells per fer publicitat de la vostra acció durant la Setmana Europea de la Prevenció de Residus
- ▶ Realitzeu una auditoria inicial del malbaratament alimentari (vegeu la calculadora [Food Waste Calculator](#) de la Setmana Europea de la Prevenció de Residus) al restaurant, per tal d'avaluar on es generen els residus ([planificació & compres](#) / [emmagatzematge](#) / [cuina](#)) i en quina quantitat. Esbrineu també on van a parar aquests residus (compostatge casolà, contenidor de fracció orgànica, alimentació animal, recuperació d'energia, abocador, etc.)
- ▶ Feu una avaluació de la quantitat d'envasos de begudes que llenceu: compteu el nombre d'ampolles i pesen-les
- ▶ Establiu una logística i una xarxa de transport, si escau; per exemple, per assegurar-vos que el flux de residus separats arriben al seu destí correcte
- ▶ Convideu la gent a participar
- ▶ Consulteu als responsables locals si donen suport a aquest tipus d'iniciatives, si ofereixen serveis gratuïts de



Dies temàtics en prevenció 2014 | Prou malbaratament alimentari

recollida (per a donacions d'aliments a entitats locals) o contenidors per a aquests transports, per exemple.

- ▶ Decidiu quines accions portareu a terme, i compreu o imprimeu les eines necessàries (bosses o *doggy bags*, gerres reutilitzables, etc.), informeu el vostre personal de cuina que serveixin diferents racions segons demanda, o que els cambrers no serveixin pa a menys que els clients ho demanin.

Just abans de la Setmana Europea de la Prevenció de Residus (una o dues setmanes d'antelació)

- ▶ Feu-ne publicitat
- ▶ Recordeu els diferents agents implicats sobre l'activitat
- ▶ Proporcioneu al personal i als clients informació clara sobre la iniciativa i com ho poden fer per adherir-se
- ▶ Informeu els vostres clients i proveïdors sobre els compromisos que esteu a punt de dur a terme

Implementant l'acció = el dia de l'acció

- ▶ Col·loqueu el material informatiu en un lloc destacat
- ▶ Engedueu l'acció
- ▶ Informeu els clients i proveïdors sobre els compromisos que esteu a punt de dur a terme
- ▶ Demaneu al vostre personal que animin els clients a beure aigua de l'aixeta
- ▶ Demaneu al vostre personal que informi els clients sobre la possibilitat d'endur-se el que no s'han menjat
- ▶ Feu fotos i enregistreu vídeos a fi de promoure reaccions positives

- ▶ Promoveu l'ús de bosses (*doggy bags*) explicant l'impacte que suposa en la prevenció del malbaratament alimentari
- ▶ Utilitzeu l'acció per informar sobre la problemàtica del malbaratament alimentari i ofereix consells per reduir-lo en la vida quotidiana dels vostres clients
- ▶ Recordeu fer un seguiment de les mesures posades en marxa i de la quantitat d'aliments llençats

Avaluació i feedback

Després de la Setmana Europea de la Prevenció de Residus

- ▶ Avalueu les eines utilitzades:
 - Bosses (*doggy bags*), l'adhesiu per evitar les sobres de pa, i l'adhesiu per informar sobre la possibilitat de demanar plats de diferents mides:
 - Peseu la quantitat de restes de menjar que s'han lliurat amb bosses per emportar (*doggy bags*). Compareu-ho amb la quantitat de menjar malbaratat que s'ha llençat. L'acció és un èxit si la quantitat de restes de menjar lliurats amb bosses per emportar augmenta, mentre la quantitat total d'aliments malbaratats disminueix.
 - Peseu la quantitat de pa que es llença. Compareu-ho amb la quantitat total d'aliments malbaratats. L'acció és un èxit si la quantitat de pa que es llença disminueix en comparació amb el total de d'aliments malbaratats.
 - Peseu la quantitat de restes de menjar que es llencen dels menjadors. Compareu-ho amb la quantitat total d'aliments malbaratats que es llencen. L'acció és un èxit si la quantitat de restes de menjar que es llencen disminueix en comparació amb el total d'aliments malbaratats.
 - Per avaluar també podeu utilitzar la calculadora del malbaratament alimentari de la Setmana Europea de Prevenció de Residus
- Gerra per al consum d'aigua de l'aixeta: peseu la quantitat d'envasos d'aigua mineral llençats. Compareu la seva evolució a través del temps d'ençà que heu començat a servir aigua de l'aixeta en aquestes gerres reutilitzables. Tingueu en compte que depèn dels clients demanar aigua



With the support of
the European Commission



Generalitat de Catalunya
Departament de Territori
i Sostenibilitat



braves
braves
braves

OHÚ
HISTÓRIAS
DE LA SOSTENIBILIDAD
UNIVERSIDAD

A.ica.
Asociación Española
de Investigación y
Análisis de Alimentos

ADENE
Asociación Española
de Dietistas y Nutricionistas



Dies temàtics en prevenció 2014 | Prou malbaratament alimentari

mineral o no. Es pot considerar l'acció un èxit si la quantitat d'envasos d'aigua mineral disminueix amb el temps.

- ▶ Porteu a terme una nova auditoria del malbaratament alimentari (vegeu la calculadora [Food Waste Calculator](#) de la Setmana Europea de Prevenció de Residus) per tal de comparar la situació abans i després d'haver implementat l'acció.
- ▶ Comentaris i suggeriments al vostre Coordinador: nombre de participants (clients que han utilitzat alguna de les eines), quantitat de residus evitats, etc.
- ▶ Envieu les imatges i vídeos de l'acció al vostre coordinador
- ▶ Feu un seguiment un cop acabada la Setmana Europea de la Prevenció de Residus per avaluar el nivell d'acceptació de les mesures proposades

Per a més informació

▶ Material d'informació

- El malbaratament alimentari i el seu impacte (en anglès): [T'atreveixes a ser conscient?](#)
- Consells per reduir el malbaratament d'aliments (en anglès):
 - [Compres i Planificació](#)
 - [Emmagatzematge](#)
 - [Cuinar i Menjar](#)
 - [Dates de consum](#)
- Receptes de cuina d'aprofitament: Receptes de cuina d'aprofitament: www.ewwr.eu/en/support/thematic-days-2014-stop-food-waste

▶ Exemples d'accions

- Food waste awareness campaign at an agricultural college (FR): http://www.ewwr.eu/docs/case_studies/FR_Education_Trophees-SERD-2013_CSF.pdf
- « ...di meno in Meglio » Project (IT): http://www.ewwr.eu/docs/case_studies/EWWR_2012_Case_studies_Administration_Italy.pdf
- Ensemble, réduisons nos déchets – Together, let's reduce waste (FR): http://www.ewwr.eu/docs/case_studies/EWWR_2012_Case%20Studies_Educational_France1.pdf
- New Appetite for Change at schools (UK): http://www.ewwr.eu/docs/case_studies/EWWR%202010_Case%20Study_Admin_Scotland.pdf
- Minimize The Waste - Better Production And Handling Of Food Waste (SE): http://www.ewwr.eu/docs/case_studies/EWWR_2009-case-studies_Business_Eurest_SV.pdf

▶ Pàgina web del Coordinador de la Setmana Europea de la Prevenció de Residus / dades de contacte: <http://www.ewwr.eu/list-organitzadors>

▶ Setmana Europea de la Prevenció de Residus: www.ewwr.eu contact@ewwr.eu

▶ Altres pàgines web d'interès

- [Sustainable Restaurant Association](#)
- Urbact: [Sustainable Canteen Project](#)
- [Sustainable Canteens Brussels](#)
- [Food Waste Reduction Alliance](#)

▶ Alguns enllaços interessants

- [SAVE FOOD initiative](#)



With the support of
the European Commission





Dies temàtics en prevenció 2014 | Prou malbaratament alimentari

- [Think.Eat.Save.](#)
- [Food and Agriculture Organization](#) (FAO)
- [Love Food Hate Waste](#)
- OECD [Food Chain Network](#)
- European Commission: [Stop Food Waste](#)
- [European Environment Agency](#) (EEA)
- [European Environmental Bureau](#) (EEB)
- Slow Food Movement: www.slowfood.com
- Too good to waste campaign: [tips for restaurants](#)
- [Ethical Eats](#)
- Council hall of Reus (Catalonia): EWWR action: “[Regala’t aigua](#)”
- Bruxelles Environnement (IBGE) : [Cantine durable](#)
- Unilever: [Wise Up Your Waste](#) (free APP)
- WRAP: [Food waste reduction in the hospitality and food service](#)

► Publicacions

- International Solid Waste Association (ISWA): [Food Waste As A Global Issue. From the perspective of municipal solid waste management.](#)
- Environmental Protection Agency (EPA) Ireland: [Less food waste, more profit.](#)
- Intertek/ rdc/ Brussels Environment/ EcoRes: [Réduction des déchets organiques du secteur HoReCa](#)
- SimplyFood/ Bruxelles Environnement/ Wallonie: [Guide pratique cantine durable](#)



With the support of
the European Commission

