

No llencem més aliments!

El volum de menjar que llencem a les escombraries és increïble! Sortosament, hi ha maneres molt senzilles de limitar la quantitat d'aliments que llencem i bons hàbits que podem adoptar per aconseguir-ho. La EWWR és una oportunitat per incorporar aquests hàbits i reduir la quantitat de menjar que es llença, al mateix temps que s'anima altres persones a fer el mateix. I a més, ens ho passem molt bé!

Informació general



reducció



dificultat

Flux de residus



reutilització



impacte ambiental



paper



envasos



foment del reciclatge



cost



RAEE



fracció orgànica

Objectius

- ▶ Reduir la quantitat de menjar que llencem, és a dir evitar el malbaratament alimentari.

Què necessiteu?

Potluck o àpat compartit

- ▶ Què és? Un àpat festiu en què cada participant porta un plat fet amb sobralles de casa seva per compartir amb els altres. Podeu organitzar-ho a la feina, amb amics, al centre esportiu o amb els vostres veïns...
- ▶ Com s'organitza? Tots els participants porten les sobralles de casa seva (productes que han estat prèviament cuinats o no, i que han de consumir-se en un termini curt), i cadascú es prepara un plat agafant aliments del bufet. Els aliments que no es consumeixen es tornen a dur a casa en el mateix l'envàs amb què els hem dut.
- ▶ Què es pot utilitzar per avaluar? La quantitat de menjar que no es llençarà. Tothom indicarà en una pissarra la quantitat de menjar que ha dut.

Àpat amb amics «Porta la carmanyola»

- ▶ Què és? Un àpat amb amics en què cadascú porta una carmanyola per endur-se les sobralles.
- ▶ Com s'organitza? Al final de l'àpat, es pesen les sobralles i es reparteixen segons el gust de cadascú. La gent s'endú el menjar a la carmanyola.
- ▶ Què es pot utilitzar per avaluar? La quantitat de menjar que no es llençarà.

Preparació de l'activitat: desenvolupament i producció

Dues setmanes abans de la EWWR

Potluck

- ▶ Envieu un correu electrònic als vostres convidats: expliqueu-los la iniciativa, poseu-hi data i demaneu que portin el menjar que tenen a casa dins d'una carmanyola que es tornarà a utilitzar al final de l'àpat. Envieu el missatge a un grup nombrós per tal d'animar tanta gent com sigui possible.
- ▶ Prepareu una pissarra on la gent pugui anotar la quantitat de sobralles que han portat.

Àpat entre amics «Porta la carmanyola»

- ▶ Fixeu un dia durant la EWWR per organitzar un àpat amb amics i convidar-los. Demaneu a tothom que dugui una carmanyola per endur-se les sobralles del menjar.

Una setmana abans de la EWWR

Potluck

- ▶ Envieu un recordatori de l'àpat per correu electrònic amb tots els detalls pràctics (lloc, hora, etc.). Proporcioneu bàscules per pesar el menjar que la gent s'endurà.

Àpat entre amics «Porta la carmanyola»

- ▶ Poseu-vos en contacte amb els vostres amics per recordar-los de dur una carmanyola. Proporcioneu bàscules per pesar les sobralles que us endureu a casa en comptes de llençar-les.

Implementar l'acció

Durant la EWWR

Potluck

- ▶ Convideu tothom a pesar i anotar la quantitat de sobralles que han portat.
- ▶ Gaudiu d'un àpat bo i original tots plegats.
- ▶ Aquells que així ho desitgin poden endur-se a casa el menjar que no s'hagi acabat dins de la mateixa carmanyola que han utilitzat per portar el seu menjar.

Àpat entre amics «Porta la carmanyola»

- ▶ Al final de l'àpat, peseu les sobralles i repartiu-les entre la gent que en vulgui per garantir que no es llença res.

Mètode d'avaluació

- ▶ Sigui quina sigui l'eina que utilitzeu per mesurar, peseu les sobralles consumides i/o que la gent s'ha endut per menjar a casa.
- ▶ **Potluck:** el pes de les sobralles que s'han menjat (o les que els participants s'han endut a casa en acabar l'àpat) és igual a la quantitat de menjar que no hem malbaratat.
- ▶ **Àpat entre amics «Porta la carmanyola»:** el pes de les sobralles que ens emportem a casa és igual a la quantitat de menjar que no hem malbaratat.



Més informació

- ▶ Una altra eina per a aquesta acció: La cuina comunitària (compartir un àpat que cuinem plegats utilitzant sobralles i menjar que s'ha de consumir ràpidament):
<http://itsdinnertime.org.files.wordpress.com/2013/08/dinnertime-handbook-2013.pdf>
- ▶ Setmana Europea de la Prevenció de Residus: www.ewwr.eu contact@ewwr.eu

