



Proposta didàctica

TRIEM ACTUAR CONTRA EL
**MALBARATAMENT
ALIMENTARI**



ÍNDEX

1. EL MALBARATAMENT ALIMENTARI

Un problema de dimensions alarmants

1.1 Què és el malbaratament alimentari?

2. LES DIFERENTS DIMENSIONS DEL MALBARATAMENT ALIMENTARI

2.1 Les xifres del malbaratament alimentari

2.2 Implicacions socials, mediambientals i econòmiques del malbaratament alimentari

2.3 El malbaratament alimentari en la cadena de subministrament i producció

3. EL MALBARATAMENT ALIMENTARI A LA NOSTRA LLAR

3.1 La solució, a les nostres mans

3.2 El com i el perquè del malbaratament a casa

3.3 Passem a l'acció

4. I L'ESCOLA, COM POT IMPLICAR-SE?

TRIA BO, TRIA SA



El projecte educatiu Tria Bo, Tria Sa té com a objectiu promoure una alimentació saludable treballant sota l'enfocament responsable. Així, l'alumnat pren consciència de l'impacte que tenen els productes que consumim no només en la nostra salut sinó també en el medi ambient i en la societat.

L'educació en l'alimentació sana i sostenible comporta indiscutiblement l'abordatge d'un problema que afecta aquestes esferes: **EL MALBARATAMENT ALIMENTARI**.

El malbaratament alimentari fa referència a **aquells aliments segurs i nutritius per al consum humà que són rebutjats al llarg de la cadena de subministrament alimentari, des de la producció fins al consumidor final**.

I. EL MALBARATAMENT ALIMENTARI

Un problema de dimensions alarmants



Europa llença 89 milions de tones anuals de restes alimentàries.



A les llars espanyoles, es llencen un 18% dels aliments que es compren. ⁽¹⁾



A Catalunya s'ha calculat que llencem uns 35 kg de menjar per persona/any. ⁽²⁾

Una realitat amb enormes implicacions socials, econòmiques i mediambientals a les que, des de Caprabo i a través del projecte educatiu Tria bo, Tria sa, volem donar resposta.

A Caprabo creiem que la solució comença per l'educació com a eina de conscienciació i canvi i, per això, hem desenvolupat aquesta guia didàctica centrada en el malbaratament alimentari.

A través d'aquesta proposta didàctica, el teu alumnat:



Coneixerà què és i comprendrà la dimensió del malbaratament alimentari.



Analitzarà i reflexionarà sobre la presència del malbaratament a tota la cadena alimentària.



Rebrà eines per poder actuar contra el malbaratament alimentari en tant que són ciutadans i ciutadanes, és a dir, com a futurs consumidors i consumidores.

Un contingut curricular...

que encaixa en les assignatures de ciències socials i medi, economia, i valors ètics i ciutadans, doncs promou competències com:



Formar-se un criteri propi sobre els problemes socials i mediambientals rellevants.



Desenvolupar un pensament crític.



Implicar-se i comprometre's a l'hora de buscar solucions.

Metodologia

Es planteja un recorregut d'activitats basades en la reflexió-acció, donant als nens i les nenes un paper actiu i participatiu per adquirir un aprenentatge significatiu.

A través de la seva experiència individual i grupal hauran de consensuar definicions, compartir experiències, analitzar situacions, i identificar reptes per a passar a l'acció.



Ha arribat l'hora de lluitar contra el malbaratament alimentari!

I.1 QUÈ ÉS EL MALBARATAMENT ALIMENTARI?

Objectiu

Consensuar una definició del malbaratament alimentari.

Dinàmica

Realitzeu una breu introducció a la temàtica promovent la participació activa de l'alumnat.

Es tracta de trobar i consensuar una definició sobre el que entenem com a malbaratament alimentari. Podeu partir de les següents preguntes:

- Algú ha sentit parlar sobre el malbaratament alimentari?
- Podríeu dir-me què és el malbaratament alimentari?
- Quan té lloc?

Es proposa agrupar tots els matisos per a consensuar una definició comprensible per a tothom, en línia amb l'oficial segons l'Organització de les Nacions Unides per a l'Alimentació i l'Agricultura (FAO):



El malbaratament d'aliments fa referència a aquells aliments segurs i nutritius per al consum humà que són rebutjats i perduts al llarg de la cadena de subministrament alimentari, des de la producció inicial fins al consum final a les llars.

En el moment de la construcció de la definició, és important analitzar els seus elements:



Aliments segurs i nutritius: Posem èmfasi en per què els aliments són aptes per a ser ingerits.



Rebutjats o perduts: Plantegem al grup per què poden ser rebutjats certs aliments si són segurs i nutritius. No saber què cuinar amb ells o no escollir-los pel seu aspecte són dues realitats que incrementen les xifres del malbaratament alimentari.

ACTIVITAT FLASH

PER QUÈ M'ESCULLS?

Fes escollir al grup entre diferents peces de fruita i/o hortalisses.



Després, parleu sobre el fet que molts d'aquests aliments no arriben ni a la botiga.

És molt important donar valor als aliments, independentment del seu aspecte.



Tota la cadena de subministrament: Com veurem més endavant, el malbaratament es pot produir en tota la cadena alimentària, des de la producció inicial al consumidor final.

2. LES DIFERENTS DIMENSIONS DEL MALBARATAMENT ALIMENTARI

2.1 LES XIFRES DEL MALBARATAMENT ALIMENTARI

Objectiu

Conèixer la magnitud del problema del malbaratament alimentari, començant per la seva quantificació.

Dinàmica

Es proposa guiar la quantificació del problema del malbaratament a través de la realització de preguntes al grup.

- Algú podria dir-me aproximadament la quantitat d'aliments que es llencen a Europa i Amèrica del Nord cada any?

89 milions de tones.⁽¹⁾

Animeu l'alumnat a respondre i aproximeu-los a la xifra correcta a través del joc "més/menys" per a fer-lo més lúdic.

Es pot treballar amb la xifra aproximada a Espanya.

7,7 milions de tones.⁽¹⁾

- Quin volum de malbaratament creieu que es produeix a Catalunya per persona/any?

35 kg per persona/any.⁽²⁾

Deixar marge a la resposta de l'alumnat, jugant a "més-menys" fins a arribar a la xifra correcta.

Es pot treballar amb la xifra aproximada a Espanya.

76 kg per persona/any.⁽¹⁾

ACTIVITAT FLASH

IMPRESSONANT

És important poder buscar un símil o una comparativa per a entendre aquesta enorme xifra.



És el pes de quasi 18 milions d'elefants.

Un elefant pesa aproximadament 5 tones.



És el pes de 390 creuers.

El creuer més gran del món pesa 227.000 tones.

Feu les vostres pròpies comparatives.

Arribaran a una clara conclusió: és una quantitat vergonyosa.

2.2 IMPLICACIONS SOCIALS, MEDIAMBIENTALS I ECONÒMIQUES DEL MALBARATAMENT ALIMENTARI

Objectiu

L'alumnat ha quantificat el problema del malbaratament d'aliments. És hora d'impulsar la veritable conscienciació sobre les diferents implicacions d'aquest fet.

Dinàmica

Es proposa respondre mitjançant el debat guiat a la qüestió:

Què suposa social, econòmica i mediambientalment que hi hagi malbaratament d'aliments?

SOSTENIBILITAT: Triple dimensió

És important conèixer i tractar la sostenibilitat des de la seva triple dimensió: social, econòmica i mediambiental. A continuació detallem les diferents definicions que ens ajudaran a entendre les implicacions en tots els nivells del problema del malbaratament.

Quan parlem de SOSTENIBILITAT estem parlant de la creació d'un model de desenvolupament que:



Permeti la satisfacció de les necessitats actuals (del present).

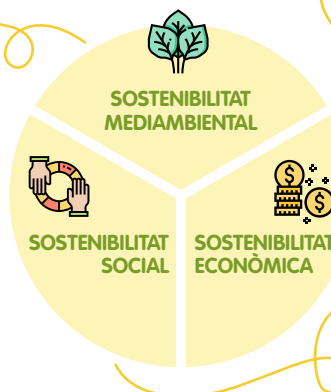
Sense posar en risc les necessitats de les futures generacions.

Es tracta de trobar un equilibri entre allò que necessitem avui i el que es necessitarà demà.

Per tant, pel que fa a l'alimentació, es tracta de fabricar i produir sense excés, i garantint que podrem continuar disposant dels recursos naturals necessaris en el futur.

Un sistema de desenvolupament que no posa en perill la biodiversitat

- S'exploten els terrenys i s'inverteixen recursos per produir aliments que després no es consumeixen (es llencen).
- Gairebé una quarta part de l'aigua que consumim es destina a produir aliments que es malbarataran.⁽³⁾
- Es generen residus innecessaris (envasos) que hem de reciclar per minimitzar l'impacte negatiu en el medi ambient.



Aconseguir un creixement econòmic equitatiu que beneficiï tothom i generi oportunitats per a tots i totes.

- Malbaratant aliments estem malbaratant també diners, a Espanya llencem aproximadament 250 € per persona.⁽¹⁾
- El 30% dels aliments envasats es llencen abans d'obrir-los.⁽¹⁾

Assolir i respectar la igualtat entre les persones, actuar enfront de la pobresa, la fam, etc.⁽⁴⁾

- Es llencen aliments en un món on gran part de la població sofreix fam i desnutrició (1 de cada 8 habitants del món passa fam).
- Estem desaprovechant una oportunitat per a lluitar contra la fam en el món.

Per fer sorgir per part de l'alumnat les reflexions es proposa reproduir l'esquema anterior a la pissarra i completar-ho entre tots i totes.

Per al vostre suport, trobeu algunes idees i dades de referència amb les quals podeu animar l'alumnat a debatre en grup. A l'interior trobeu una breu definició sobre cadascuna de les àrees de la sostenibilitat, i als laterals diverses implicacions.

ACTIVITAT FLASH

Com a resum i introducció del següent apartat, es recomana visualitzar el vídeo "Lluitem contra el malbaratament alimentari" del Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació de la Generalitat de Catalunya.

<https://www.youtube.com/watch?v=hZDiraZlnPY>

2.3 EL MALBARATAMENT ALIMENTARI EN LA CADENA DE SUBMINISTRAMENT I PRODUCCIÓ

El 40% de tot l'aliment que es llença a les escombraries prové del consum a la llar¹, però és important que l'alumnat compregui que no sols a casa es malbarata aliment, sinó que aquest desaprofitement es produeix a tota la cadena de subministrament i producció.





Objectiu

Identificar els moments en què es produeix malbaratament alimentari durant la cadena de subministrament alimentari i trobar possibles solucions.

Dinàmica

Es proposa treballar la cadena del malbaratament a través del joc "El camí dels aliments".

Identificarem:

-  Les diferents fases de la cadena de subministrament alimentari: les diferents etapes per les quals passa un aliment des del seu origen fins a la nostra llar.
-  Com es pot donar el malbaratament en cadascuna de les diferents fases i els motius.
-  Quines implicacions de les abans mencionades se'n deriven.
-  Què podem fer per a solucionar-ho?



En aquest apartat es proposa abordar el malbaratament fins a la fase de la compra. En el punt següent aprofundirem en aquest aspecte (des de la compra al consum), ja que és on els teus alumnes i les teves alumnes poden incidir en major mesura.

El camí dels aliments

Per al desenvolupament d'aquesta activitat es proposa triar dos/tres aliments coneguts per l'alumnat. A més de fruita/hortalissa, es recomana triar algun aliment processat/envasat per veure totes les fases i mesures per reduir el malbaratament alimentari.

1. Trieu dos/tres aliments entre tots/es:

"una poma" i "un pot de salsa de tomàquet".

2. Definiu les diferents etapes per les quals passen els aliments

Des del seu origen fins que arriba a la nostra taula.

Podeu agrupar les fases en: ⁽⁵⁾





SECTOR PRIMARI

- Activitat econòmica que es dedica a l'obtenció de recursos de la naturalesa. El formen l'agricultura, ramaderia i pesca.
- En aquest sector el repte és minimitzar la matèria primera desaprofitada, ja sigui per excés de producció, impossibilitat de venda o qualsevol altra raó.



TRANSPORT / EMMAGATZEMATGE

- Activitat del sector terciari basada en el desplaçament de productes.
- Els avenços tècnics han repercutit en una major rapidesa, capacitat, seguretat.
- Optimitzar el transport i emmagatzematge dels aliments ajuda a reduir el malbaratament produït, per exemple, per causes com trencar la cadena de fred.



FABRICACIÓ

- Fase de transformació de les matèries primeres que s'obtenen del sector primari.
- En relació al malbaratament alimentari, aquest sector és crític, ja que s'empra gran quantitat d'aliments diferents per a obtenir els productes finals, a més de grans quantitats d'energia de les quals ha de fer-se un bon ús.



DISTRIBUCIÓ

- La distribució s'encarrega de fer arribar físicament el producte al consumidor.
- Les estratègies individuals dels comerços per evitar el malbaratament són molt importants: venda d'aliments pròxima a la seva data de caducitat/consum preferent d'oferta, la donació d'aliments a entitats socials, etc.

Veieu el programa de microdonacions de Caprabo: www.microdonacionscaprabo.cat

- El comerç de proximitat minimitza el risc de pèrdues durant el transport i distribució.



CONSUMIDOR

- Els/les consumidors/es juguen un paper molt important en la cadena de valor, ja que la major part del desaprofitament alimentari es genera a les llars espanyoles. Això representa un 42% del total del malbaratament generat.

3. Organitzeu quatre grups diferents a la classe

Cadascun treballarà una fase.

4. Es proposa respondre qüestions com:

- a. Què succeeix en aquesta etapa?
- b. Quines persones estan implicades?
- c. Es produeix malbaratament alimentari en aquesta etapa?
- d. Com i per què?
- e. Quines implicacions socials, econòmiques i/o mediambientals es produeixen?
- f. Què podem fer per a evitar aquest desaprofitament?

5. Cada grup presentarà el seu treball a la resta de companys/es

Quan hagin presentat tots els grups, tindrem una imatge global del malbaratament alimentari.

ACTIVITAT FLASH

Es recomana visualitzar el vídeo "Más alimento, menos desperdicio" del Ministeri d'Agricultura i Pesca, Alimentació i Medi Ambient d'Espanya, ja que és un recurs que mostra diferents solucions al problema del malbaratament en diferents fases de la cadena de subministrament.

<https://www.youtube.com/watch?v=10rLMuVo1hQ>

3. EL MALBARATAMENT ALIMENTARI A LA NOSTRA LLAR

Hem vist i analitzat la cadena alimentària des de la producció fins a la venda. Com a ciutadans i consumidors, ha arribat l'hora de detenir-nos en el procés de compra i consum, ja que són les àrees on més directament podem actuar contra el malbaratament alimentari.

És important que el teu alumnat compregui que, malgrat parlar del malbaratament a tota la cadena alimentària, gairebé la meitat del desaprofitament actual es produeix a les llars.

Lògicament, el nostre comportament com a consumidors/es incideix molt en aquesta realitat.

Per tal de promoure canvis positius, proposem una primera activitat per prendre consciència de tot el malbaratament que està a les nostres mans reduir, seguit d'un parell d'activitats per arribar, amb la participació activa del grup, a identificar bones pràctiques.

3.1 LA SOLUCIÓ: A LES NOSTRES MANS

Objectiu

Augmentar la consciència de l'alumnat respecte al malbaratament alimentari generat a les llars.

Dinàmica

És important detenir-nos a destacar que, com a consumidors i consumidores, la nostra responsabilitat comença en el moment de la compra.

- Quant podem fer per a reduir el malbaratament d'aliments?

A través de l'activitat "El pastís del malbaratament", l'alumnat s'adonarà de la responsabilitat de tots i totes en aquest fet.

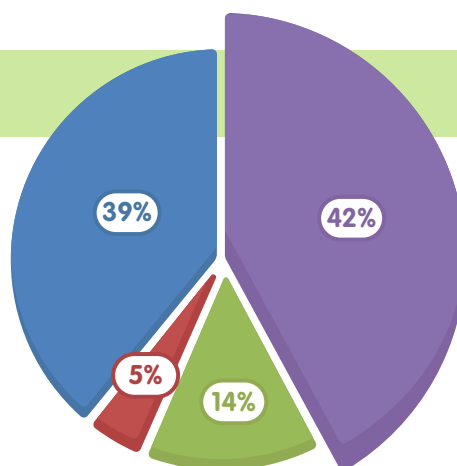
ACTIVITAT

EL PASTÍS DEL MALBARATAMENT

1. Dibuixa a la pissarra un pastís com aquest:

(6)

- Llars
- Collita i/o fabricació
- Restaurants
- Transport i distribució (botigues)



2. Presenta tres dels quatre actors/fases que tenen a veure amb aquesta realitat, com si estiguéssiu repartint un botí. Marca els percentatges de cadascun:

D'aquest pastís la "Collita i/o fabricació" s'emporta el 39%. El senyor "Transport i distribució (botigues)" té el 5%, i els "Restaurants" aconseguixen un 14%...

3. Es proposa respondre qüestions com:

- Quant sumen els percentatges d'aquests tres protagonistes del malbaratament? **58%**
- Quant queda per repartir? **42%, gairebé la meitat**
- On creieu que es dóna aquest 42% del malbaratament? **A les nostres cases**

4. Fes èmfasi en el quart protagonista: les llars

- Gairebé la meitat del desaprofitament alimentari (42%) es dóna a les nostres cases.
- Creieu que, com a ciutadans i consumidors, podem actuar contra el malbaratament alimentari?
- No sentiu que podem fer molt, i que és la nostra responsabilitat?

Aviat pensarem en solucions entre tots i totes! Però abans, hem de conèixer com i per què es dóna aquest malbaratament a casa.

3.2 EL COM I EL PERQUÈ DEL MALBARATAMENT A CASA

Objectiu

Augmentar la consciència respecte al paper actiu de tots i totes en la reducció del malbaratament alimentari, en tant que som consumidors/es.

Dinàmica

L'alumnat ha comprès que l'actuació dels i les ciutadanes és clau per a l'objectiu de reduir el malbaratament d'aliments. Ara, analitzaran els moments clau per actuar contra aquest problema des de la prevenció i l'aprofitament.

Es pot parlar de tres moments importants pel que fa a la prevenció del malbaratament a les llars:



Previ a la compra



Durant la compra



Durant la fase de consum i postconsum

1. Es recomana treballar en petits grups, assignant a cadascun un moment diferent sobre el qual reflexionar.

2. Resol els dubtes respecte a allò que representa cada moment i planteja diferents preguntes al grup:



PREVI A LA COMPRA

Ens trobem al moment previ de la compra, encara a casa nostra. Què creieu que podríeu fer per evitar el possible malbaratament d'aliments? Per exemple, podria ser útil revisar de quins aliments disposem i, per tant, què no cal comprar encara. Què més podem fer per a preparar-nos?



DURANT LA COMPRA

Ens trobem a la botiga. Anem a comprar l'aliment necessari de la setmana. Què podem fer per a minimitzar el malbaratament d'aliments? Si sabem què dinarem, podem comprar allò que necessitem, d'altra forma és possible que comprem de més, oi? Quines altres accions poden evitar el malbaratament?






DURANT LA FASE DE CONSUM I POSTCONSUM

Arribo a casa amb la compra. Com emmagatzemem els aliments té importància? I abans de cuinar, què puc fer per evitar malbaratar aliments? Penseu què més podem fer per marcar la diferència.

3. Deixeu que el grup raoni i defineixi totes aquelles conductes possibles.

Podeu animar-los a cercar per Internet passats un minut per completar les seves idees, o guiar l'alumnat fins a identificar els diferents actes que incideixen notablement en l'existència i perseverança del malbaratament alimentari.

A continuació teniu un recull:

 Previ a la compra	 Durant la compra	 Durant la fase de consum i postconsum
<ul style="list-style-type: none">• Planificar el menú.• Fer una revisió de l'aliment del qual disposem abans de comprar.• Fer una llista de la compra.	<ul style="list-style-type: none">• Portar la llista de la compra.• No anar a comprar amb gana.• Fixar-se en la data de consum preferent i de caducitat.	<ul style="list-style-type: none">• Emmagatzematge correcte a la nevera i la despensa.• Càlcul de racions en el moment de cuinar.• Creació de receptes de cuina amb excedents (cuina d'aprofitament).• Congelar.

ACTIVITAT FLASH

A LA LLAR O MALBARATAMENT!

Es recomana visualitzar el vídeo "**Decàlego contra el desperdicio alimentario**" del "Ministeri d'Agricultura, Pesca i Alimentació" i el "Ministeri d'Agricultura, Alimentació i Medi Ambient". Aquest recurs ofereix 10 consells vinculats al malbaratament d'aliments que es produeix a les llars, per tal que es minimitzi.

<https://www.youtube.com/watch?v=ulKE8SkBp-o>

3.3 PASSEM A L'ACCIÓ

Ja hem introduït els moments clau per actuar contra el malbaratament alimentari. Passem a l'acció creant solucions innovadores!

Objectiu

Definir pautes, consells i accions a desenvolupar de forma individual per a reduir el malbaratament d'aliments.

Dinàmica

Ha arribat el moment de passar a l'acció i per això volem jugar amb la imaginació i capacitat creativa del teu alumnat.

L'objectiu, definir una sèrie d'accions concretes a dur a terme en les nostres llars que ens permetin disminuir el malbaratament alimentari que generem i que es comprometin a portar a terme almenys una acció a les seves cases.

Per a això, partirem del llistat creat per l'alumnat a l'anterior activitat (pot ser similar al recull anterior o contenir més idees). Animeu el grup a treballar en parelles i:

1. Escollir un dels moments/conductes que faciliten minimitzar el malbaratament d'aliments

Per exemple: "Planificar el menú" o "Cuina d'aprofitament".

2. El prototip

Quan tots i totes hagin escollit una idea, es tracta de crear un prototip d'invent que ens ajudi a millorar o desenvolupar aquest acte per a organitzar el nostre menú, comprar, emmagatzemar o cuinar de forma responsable.



Per exemple: Escollim "planificar el menú". Podem arribar a la idea que seria útil crear un imant per a la nevera amb format de menú setmanal per a tenir-lo accessible durant la setmana. El que hauríeu de fer és pensar com ha de ser, per què, quines parts ha de tenir, si voleu que es connecti al mòbil/internet, etc. i plasmar-lo en un dibuix.



Què és un prototip?

Un primer esbós, una idea inicial de com seria el vostre invent o idea.

Per facilitar la tasca de l'alumnat, podeu proposar els següents passos:



Per escollir el tema que més els motivi: Per què es dona malbaratament si no es realitza aquesta acció? Per què evitem malbaratar aliments si realitzem aquesta acció o seguim aquest consell?



Generació d'idees: Què podem fer per facilitar que tothom ho porti a terme? Es tracta de generar moltes idees.



Selecció de la idea per al prototip: De totes les idees que hem tingut, triem els elements que més ens agraden perquè ens semblen més útils.



Dibuix/construcció del prototip: Plasmar la nostra idea pensant en els detalls de l'invent (forma, color, apartats, materials, funcions, etc.)

A continuació facilitem unes idees per a poder inspirar el teu alumnat:



Per a l'aprofitament màxim, es recomana compartir les idees generades amb el grup i analitzar els avantatges d'aquestes.

Consulteu la pàgina web www.somgentdeprofit.cat de l'Agència de Residus de Catalunya.

En aquesta trobareu eines per a inspirar-vos i per a compartir amb la família: des de calculadora de racions fins a receptes d'aprofitament.

És fabulós que l'alumnat porti a terme aquestes accions a casa seva.

Passades unes setmanes, es pot reprendre el tema i esbrinar com estan funcionant a casa els prototips.

Ha estat difícil portar-ho a terme? T'han ajudat els pares i les mares? Què et van dir quan vas proposar la idea a casa? Ha funcionat? Malbarateu menys aliments que abans? Posareu en marxa cap altra mesura contra el malbaratament d'aliments?

4. I L'ESCOLA, COM POT IMPLICAR-SE?

Hem vist que el malbaratament alimentari es dóna en tota la cadena de subministrament, des de l'origen de l'aliment fins al seu consum en les nostres llars... o a l'escola!

Les escoles som actors clau a l'hora de controlar i minimitzar el malbaratament, perquè també som consumidors i podem aplicar-nos les mateixes recomanacions per al moment previ a la compra, durant la compra i posterior a aquesta, reduint així les xifres i l'impacte del desapropiament alimentari.



Cada dia milers de nens i nenes mengen en els nostres centres.
Sumem-nos activament a la lluita contra el malbaratament alimentari!

Què podem fer?

A continuació, et detallem una sèrie de consells i pautes d'utilitat ⁽⁷⁾. T'animem a compartir-la amb les persones responsables en el teu centre i impulsar millores que afecten tot el món!

COMPTEM AMB TU I AMB EL TEU CENTRE!



Revisar els vostres procediments en relació amb l'alimentació i analitzar-la amb ulleres de consumidor responsable.



Si teniu contractat un servei d'àpats extern, pregunteu-li sobre les mesures que ha posat en marxa a l'hora de minimitzar el malbaratament alimentari.



Si gestioneu internament el menjador, reviseu els moments "precompra", "durant la compra" i "consum i postconsum" per a evitar o modificar males pràctiques o introduir noves.



Deixar un temps de joc/oci al pati prèviament a l'entrada al menjador.

- Un estudi realitzat en 151 escoles per la Universitat d'Illinois va demostrar que els nens que sortien a l'esbarjo abans de menjar malgastaven menys menjar que els que menjaven abans de l'esbarjo, reduint els desaprofitaments en un 30%.



Facilitar un temps suficient per a menjar.

- S'ha demostrat que allargar el temps de menjar només en 10 minuts redueix el malbaratament en 1/3 de la quantitat del plat.



Permetre als nens triar la ració que volen menjar-se, respectant la seva sensació de sacietat.

- D'aquesta manera, el nen menja la quantitat que necessita i no es malgasten racions si aquestes són massa grans.



Fer partícips els nens en l'elecció de setmanes temàtiques destacant cultures alimentàries de diferents països.



Utilitzar estratègies creatives.

- Les mateixes poden ser col·locació dels plats, colors, etc. Això facilita l'augment d'eleccions saludables.



Posar en marxa estratègies de reutilització d'aliments en altres activitats de l'escola.

- Alguns exemples són utilitzar els excedents d'aliments per a projectes de cuina a l'aula.



Establir contacte amb agricultors de la zona o bé crear espais al pati per a projectes de compostatge per a abonar els horts.



Establir contacte amb bancs d'aliments de la zona.



Com a agent educatiu, posar en marxa una sèrie d'accions que aconseguixin conscienciar i implicar les famílies en aquesta lluita (creació de campanyes per part dels alumnes, difusió d'informació i articles en la pàgina web del col·legi, xerrades educatives i formatives a pares i mares, missatges de conscienciació amb el lliurament de menús, etc.

REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

- ① Memòria "Estrategia más alimento, menos desperdicio" 2013. Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente.
https://www.mapa.gob.es/es/alimentacion/temas/estrategia-mas-alimento-menos-desperdicio/Libro%20estrategia%20desperdicio_baja_tcm30-78789.pdf
- ② Guia "Un consum responsable dels aliments" 2011. Universitat Autònoma i Agència Catalana dels Residus.
[http://www20.gencat.cat/docs/arc/Home/LAgencia/Publicacions/Centre%20catala%20del%20reciclatge%20\(CCR\)/guia_consum_responsablebr.20.11.12.pdf](http://www20.gencat.cat/docs/arc/Home/LAgencia/Publicacions/Centre%20catala%20del%20reciclatge%20(CCR)/guia_consum_responsablebr.20.11.12.pdf)
- ③ Article "La huella hídrica del desperdicio de alimentos: ¿estamos tirando el agua a la basura?" Es Agua. El Valor de la huella hídrica.
<http://www.esagua.es/huella-hidrica-del-desperdicio-de-alimentos-agua-basura/>
- ④ Article " El hambre en el mundo actual y sus causas" Ayuda en Acción.
<https://ayudaenaccion.org/ong/blog/ayuda-humanitaria/hambre-en-el-mundo/>
- ⑤ Pàgina web "Alimentación sin desperdicio". AECOC.
<https://www.alimentacionsindesperdicio.com/cadena-de-valor/>
- ⑥ Guia "GUÍA PRÁCTICA PARA EL CONSUMIDOR: CÓMO REDUCIR EL DESPERDICIO ALIMENTARIO. Buen Aprovecho." Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente.
https://www.menosdesperdicio.es/sites/default/files/documentos/relacionados/guia_consumidor_2014.pdf
- ⑦ Article "Desperdicios: no tires alimentos a la basura". DKV.
<https://quierocuidarme.dkvsalud.es/alimentacion/desperdicios-no-tires-alimentos-la-basura#colegio>