



# Aprofitem els excedents alimentaris



Guia per a la  
implantació  
d'iniciatives  
d'aprofitament  
d'excedents  
alimentaris en  
circuits curts

Amb el suport de:





# Índex

## INTRODUCCIÓ

1. Canalització d'excedents alimentaris en circuits curts
2. Qui són els protagonistes d'aquestes experiències?
3. Experiències d'iniciatives d'aprofitament d'excedents alimentaris en circuits curts
  - a. Menjador del Col·legi Maristes i Arrels Distribució d'Aliments, Lleida  
*Canalització d'excedents d'un menjador escolar*
  - b. Botiga Solidària de Cornellà de Llobregat  
*Canalització d'excedents de mercats municipals*
  - c. Servei d'aliments de l'Obra Social Santa Lluïsa de Marillac. Filles de la caritat  
*Canalització d'excedents de supermercats*
  - d. El Plat de Gràcia, Barcelona  
*Aprofitament d'excedents per menjars populars*

# Introducció

En els darrers anys han anat sorgint múltiples i diverses iniciatives de canalització d'excedents alimentaris. Des de diferents àmbits, institucions, entitats i col·lectius de persones han engegat projectes que fan possible l'aprofitament d'aliments que d'altra manera es llençarien, a través de la creació de circuits curts de canalització.

La motivació de moltes d'aquestes iniciatives parteix en molts casos d'una imatge simbòlica molt quotidiana: persones que busquen aliments dins el contenidor. I és aquí on s'ajunten els dos elements centrals motivadors d'aquestes experiències: pobresa i aliments que es llencen al costat de casa. I és precisament en la proximitat on són viables aquests projectes.

Les dades confirmen aquesta contradicció. Per una banda, segons *l'Informe INSOCAT* de la federació d'Entitats Catalanes d'Acció Social, l'augment de la població que pateix privacions materials severes a Catalunya ha passat de l'1,6% el 2008 al 5,8% el 2011 i el nombre de llars amb molt baixos ingressos d'un 6,4% el 2010 a 8,8% el 2011. Per altra banda, la *Diagnosi de malbaratament alimentari de Catalunya* xifra en 270.000 tones a l'any els aliments malbaratats pels generadors més propers (comerços, restaurants, bars, càterings i llars), és a dir, aliments que acaben als contenidors de les nostres viles i ciutats. Segons estimacions d'aquesta mateixa diagnosi, aquests aliments servien per alimentar 500.000 persones durant un any.

En paral·lel, la demanda de les entitats que gestionen ajuts alimentaris a Catalunya creix any rere any.

- Els bancs d'aliments de Catalunya, un per província, van atendre durant el 2011 un total de 205.499 persones, un 11,61% més que l'any anterior.
- La Creu Roja va distribuir lots amb aliments i productes bàsics a 217.093 persones el 2012, un 37% més que el 2010.
- Càritas Diocesana de Barcelona va distribuir 4.898.952 € en ajudes per cobrir necessitats alimentàries i bàsiques durant el 2011, un 30% més que l'any anterior.

És en aquest context quan la canalització d'excedents alimentaris es converteix en una estratègia de prevenció del malbaratament alimentari, amb les seves implicacions tant socials com ambientals.

**En aquesta guia es descriuen els aspectes més importants de la canalització d'excedents alimentaris en circuits curts, se n'identifiquen els principals protagonistes i es detalla el funcionament d'experiències ja existents d'aprofitament d'excedents alimentaris en circuits curts. La informació sobre les experiències d'aprofitament recollides es complementa amb audiovisuals en els que els seus protagonistes ens expliquen com duen a terme la seva activitat diària.**







1.

Canalització  
d'excedents  
alimentaris en  
circuits curts



Els excedents alimentaris de proximitat canalitzables han de ser **productes comestibles que** per diferents motius **ja no són comercialitzables**.

### EXCEDENTS ALIMENTARIS CANALITZABLES:

#### PRODUCTES FRESCOS:

- amb algun defecte visual
- propers a fer-se malbé i que ja no es podran vendre l'endemà de la recollida

#### PRODUCTES ENVASATS:

- amb la data de caducitat molt propera
- amb algun defecte a l'envàs, que no afecta el contingut

#### PRODUCTES CUINATS:

- que s'hagin conservat adequadament
- que no hagin sortit de la cuina on s'han elaborat

**El temps i l'espai** són dos **factors clau** per a la canalització d'excedents alimentaris en circuits curts.

El sistema de canalització ha de fer possible que entre la generació de l'excedent alimentari i l'arribada a l'usuari final hi hagi un període de temps el màxim de curt. Pels productes frescos en la majoria dels casos l'objectiu és que aquest temps no superi un dia; els excedents es recullen pel matí i arriben al destí final a la tarda o bé es recullen a última hora del dia i arriben al receptor final l'endemà. Aquest factor permet, per una banda, fer possible la canalització d'uns excedents que necessiten ser consumits ràpidament i, per l'altra, redueix les necessitats d'espai d'emmagatzematge del receptor final de l'excedent.

Una distància curta entre el punt de generació i la distribució final permet fer els desplaçaments a peu o amb l'ús d'un vehicle no especialitzat. En el cas de productes congelats o frescos, per assegurar que no es trenca la cadena del fred, caldrà utilitzar dispositius de conservació isotèrmics. Ara bé, donat que la distància i el temps són curts, n'hi ha prou amb dispositius molt senzills, com ara contenidors o bosses isotèrmiques.

Amb la introducció de la canalització de productes frescos es fa imprescindible disposar, en el lloc de destí de l'aliment, d'un frigorífic i d'un congelador, en cas de canalitzar aliments congelats.

Els excedents alimentaris de proximitat, es generen:

- A casa
- A l'escola
- Al mercat
- Al supermercat
- Al restaurant
- A l'hort urbà
- etc.

Per a més informació a l'hora d'aplicar les millors condicions de seguretat en la canalització d'excedents, podeu consultar la *Guia de pràctiques correctes d'higiene per a l'aprofitament segur del menjar en els sectors de la restauració i el comerç minorista*

## GENERADOR DE L'EXCEDENT

## TRANSPORT

**Temps:** el més ràpid possible. En el cas dels productes frescos o congelats transportats en contenidor isotèrmic, el temps màxim és d'1,5 hores.

**Distància:** recorregut intraurbà en vehicle o a peu

## ENTITAT D'ACCIÓ SOCIAL RECEPTORA

## REPARTIMENT O ELABORACIÓ

**Temps màxim:** entre hores i un dia, sempre que no s'hagi superat la data de caducitat







2.

Qui són els  
protagonistes  
d'aquestes  
experiències?



El creixement de les iniciatives de canalització d'excedents alimentaris s'ha donat en diferents àmbits i molt sovint de forma conjunta entre diferents sectors de la societat. Des de les entitats que tradicionalment han gestionat els programes d'ajut alimentari, fins a les administracions locals, empeses per l'emergència del moment, passant per iniciatives comunitàries que organitzen activitats concretes de lluita contra el malbaratament alimentari. Així doncs, els protagonistes són ben diversos.

Les **entitats socials del Tercer Sector** que gestionen els programes d'ajut alimentari a Catalunya, com són els Bancs d'Aliments, la Creu Roja, Càritas i altres entitats d'acció social d'àmbit local, donat l'increment en els darrers anys del nombre de persones que sol·liciten rebre ajut, han trobat en la canalització d'excedents alimentaris de proximitat una via d'ampliació i de diversificació dels aliments distribuïts als seus beneficiaris. Aquestes entitats socials desenvolupen la seva activitat a través d'entitats membres distribuïdes arreu del territori que són les que reparteixen l'aliment a les persones en risc d'exclusió social. Amb l'aportació dels excedents alimentaris de proximitat les entitats complementen amb aliment fresc els aliments de llarga durada (pasta, arròs, conserves, llegums secs, etc.) procedents del Pla d'Ajuda Alimentària de la UE, de les donacions o de les recaptades d'aliments.

Per a poder ser una entitat titular de serveis i/o establiments socials, cal estar inscrit al **Registre d'Entitats, Serveis i Establiments de Serveis Socials (RESES)**, inscripció que atorga l'autorització administrativa necessària per a desenvolupar les activitats de les entitats titulars de serveis i/o establiments socials.

Els **ajuntaments**, com a administració amb competència per a la prestació de serveis socials, són l'actor de referència a l'hora de gestionar les demandes i adjudicacions d'ajuts alimentaris del municipi, que després deriven a les entitats del municipi que reparteixen aliment. El context de crisi actual ha empès a les administracions locals a tenir un paper més actiu en la prestació de l'ajut alimentari, ja sigui donant un major suport a les entitats que ja feien aquesta tasca o bé participant activament en la creació de serveis de repartiment de majors dimensions que en molts casos integren la canalització d'excedents alimentaris de proximitat.

Per altra banda, i al marge de l'administració, també existeixen iniciatives d'entitats que organitzen **activitats comunitàries de proximitat** amb l'objectiu de prendre consciència sobre la problemàtica del malbaratament alimentari en la seva dimensió tant ambiental com social. Les activitats van des de la creació d'un sistema de recollida i repartiment d'excedents alimentaris dels comerços propers que els mateixos beneficiaris autogestionen, a l'elaboració d'àpats populars a partir d'excedents alimentaris.







3.

Experiències  
d'iniciatives  
d'aprofitament  
d'excedents  
alimentaris  
en circuits curts





a.

Menjador del  
Col·legi Maristes  
i Arrels Distribució  
d'Aliments, Lleida

---

Canalització d'excedents  
d'un menjador escolar

CONT: 110g PLANXA

DATA CONGELACIÓ: 19  
Consumir abans de tres setmanes de la  
data de congelació

A

D

C

d

A



## Menjador del Col·legi Maristes i Arrels Distribució d'Aliments, Lleida

### *Canalització d'excedents d'un menjador escolar*

En el servei de menjador d'una escola hi ha dos punts de generació d'excedents alimentaris: allò que els nens i nenes deixen al plat sense menjar, i els aliments cuinats que no han arribat a ser servits. Els aliments cuinats que es queden a la cuina, són els que poden ser canalitzats, donat que no hi ha hagut possibilitat que hagin rebut cap contaminació després de la seva elaboració.

**L'objectiu** de la iniciativa de canalització dels excedents alimentaris de la cuina del Col·legi Maristes Montserrat i Arrels Servei d'Aliments "La Botigueta" de Lleida **és canalitzar els excedents alimentaris cuinats que no han arribat a ser servits.**

### *Qui hi participa?*

#### **Xarxa d'Entitats Cristianes d'Acció Caritativa i Social de la Diòcesi de Lleida (XECAS)**

Integrada per 15 entitats de Lleida, la XECAS lluita contra la pobresa i l'exclusió social i treballa amb infants, joves, persones sense sostre, persones toxicòmanes, famílies, persones immigrants, persones amb trastorn mental i persones en situació de privació de llibertat. El projecte sorgeix en aquest espai a través de la tasca coordinada de la Fundació Arrels Sant Ignasi i l'Escola Maristes Montserrat de Lleida:

#### **Arrels Sant Ignasi**

S'organitza en un itinerari educatiu, de dues etapes: Acostament i Tractament. L'objectiu del primer és donar resposta a les necessitats bàsiques de les persones (alimentació, salut, etc.) i, sobretot, crear vincles afectius que permetin el seu desenvolupament personal.

Dins els programes d'acostament, la fundació disposa del servei d'aliments "La Botigueta", servei d'assistència per a proporcionar aliments bàsics. S'ofereix atenció personalitzada i seguiment individual, d'aliments, lots de menjar, campanyes de sensibilització (Nadal, Dia de les Persones sense Llar).

L'entitat comença a repartir aliments a la Botigueta l'any 2002. Actualment el servei rep unes 1.500 persones a l'any que representen un total de 4.000 beneficiaris. A banda dels àpats sobrants de l'escola, l'entitat va a recollir excedents alimentaris en diferents supermercats.

#### **Col·legi Maristes Montserrat de Lleida**

L'Escola és un centre que ofereix tots els nivells educatius des de la llar d'infants fins el batxillerat, així com un programa de qualificació professional inicial.



▶ Veure el video de l'experiencia





Educa d'acord amb una concepció cristiana de la persona, de la vida i del món, i estimula el sentit crític i el compromís de la seva comunitat educativa per construir una societat més justa i solidària.

Aquesta inquietud per fer un món més just es treballa amb tot l'alumnat i les famílies, i de manera més concreta en el grup local de l'ONG SED i en els moviments juvenils (Agrupament Escolta garbí i Associació Juvenil Mà Oberta).

Entre d'altres serveis, el Col·legi disposa de menjador escolar on s'elaboren entre 700 i 750 àpats al dia, amb un servei de cuina gestionat per la pròpia escola.

### Microdistribució:



QUI GENERA  
L'EXCEDENT:

Menjador del Col·legi  
Maristes de Lleida

Aliment a canalitzar:  
àpats sobrants del  
menjador de  
l'escola que no  
han estat servits

RECOLLIDA  
PER PART DELS  
VOLUNTARIS  
D'ARRELS  
SANT IGNASI

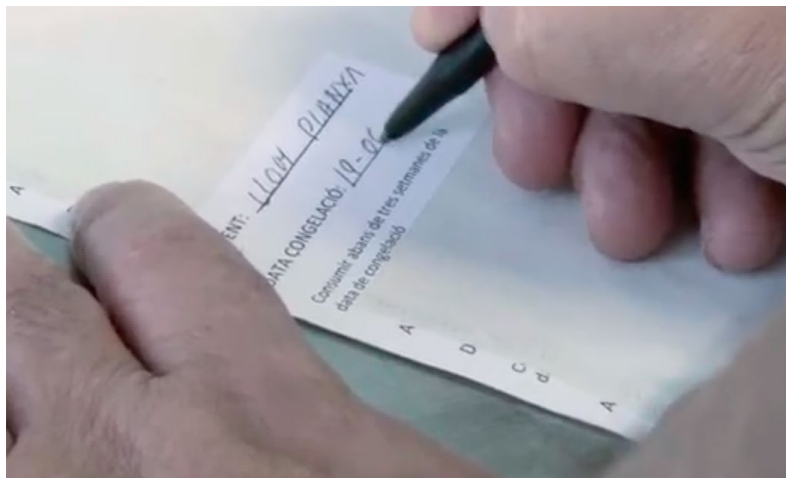
ENTITAT  
D'ACCIÓ SOCIAL  
RECEPTORA:

Servei de distribució  
d'aliments d'Arrels  
Sant Ignasi

Destí: distribució  
a persones amb risc  
d'exclusió social

- ▶ Aquest recorregut es fa 2 cops per setmana
- ▶ És un recorregut intraurbà





## Com funciona?

- En acabar el servei, l'aliment cuinat que no ha estat servit durant el servei d'aquell dia es reparteix en recipients unidosi, aptes per a ser congelats i per al microones.
- Aliments que no es poden congelar: ous, patata bullida i amanida.
- S'etiqueta amb la següent informació:
  - Procedència de l'aliment.
  - Nom del plat (macarrons, verdura, escalopa, etc.).
  - Caducitat: 3 setmanes a partir de la data de congelació.
  - Altra informació:
    - Aliment cuinat/congelat.
    - Aquests aliments poden contenir al·lèrgens o traces, i que per tant no és apte per a persones amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries.
    - Conservar en congelador a  $-18^{\circ}\text{C}$ .
    - Prohibit tornar a congelar si s'ha descongelat o ha començat a descongelar-se.
- Es congela (a  $-20^{\circ}$ , que fa que es congeli molt ràpid).
- Es recull un parell de cops per setmana a través de voluntaris de l'entitat Arrels Sant Ignasi.
- La recollida es realitza amb contenidors isotèrmics per tal de no trencar la cadena de fred.

## Quins recursos són necessaris?

- Voluntaris de l'entitat receptora.
- Recipients de dosis individuals i familiars aptes per a congelar-se i per al microones.
- Etiquetes.
- Contenidors isotèrmics per a transportar els recipients unidosi congelats.
- Vehicle per a fer el transport.





**ETIQUETA IDENTIFICATIVA TIPUS D'ALIMENT**

PROCEDÈNCIA: ARRELS SANT IGNASI - C01

NOM DEL PLAT: .....

CADUCITAT: tres setmanes a partir de la data de congelació .....

· ALIMENT CUINAT/CONGELAT  
· Aquests aliments podem contenir al·lèrgens o traces, i que per tant no és apte per a persones amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries.  
· Conservar en congelador a -18°C  
· Prohibit tornar a congelar si s'ha descongelat o ha començat a descongelar-se

## Beneficis

- 100 àpats cuinats i canalitzats per setmana.
- L'entitat receptora pot oferir menjar cuinat a persones que no tenen possibilitat de cuinar i a qui, per tant, no poden donar menjar sec que requereix de cocció (pasta, llegums secs, etc.).
- Permet diversificar l'oferta d'aliments que es donen, millorant en l'aspecte nutricional.





b.

Botiga Solidària  
de Cornellà  
de Llobregat

Canalització  
d'excedents  
de mercats  
municipals





▶ Veure el video de l'experiència

# Botiga Solidària de Cornellà de Llobregat

## Canalització d'excedents de mercats municipals

La canalització d'excedents alimentaris en mercats municipals té dos elements que n'afavoreixen la seva implantació i funcionament: per una banda, l'alta concentració d'activitat comercial fa que resulti més fàcil i eficient realitzar una recollida per les diferents parades del mercat; per l'altra, l'existència d'espais comuns (magatzems i frigorífics o congeladors) permet centralitzar els aliments en un sol lloc des d'on es pot realitzar la recollida. El fet que sigui un espai de competència municipal també ofereix la possibilitat d'exercir un paper exemplificant a l'hora de promoure aquest tipus d'accions a d'altres activitats econòmiques del municipi.

**L'objectiu** de la canalització d'excedents alimentaris del Mercat Centre de Cornellà a la Botiga Solidària és **prevenir la generació de matèria orgànica del mercat, tot incidint en el malbaratament d'aliments i en l'aprofitament dels excedents alimentaris fent que els recursos disponibles siguin accessibles per a persones amb dificultats econòmiques** a través d'un circuit curt de canalització dels excedents alimentaris.

## Qui hi participa?

L'any 2012 se signà a Cornellà de Llobregat l'Acord Social "Contra la crisi – Acord Social 2012 – 2016"<sup>1</sup>, un pla d'acció que compta amb el suport de 34 entitats del municipi i el de la majoria de grups polítics del ple municipal. Aquest acord social contempla un seguit d'accions per fer possible l'acció coordinada de l'administració i la societat civil per a fer front a la situació socioeconòmica actual. D'entre els objectius de l'acord un d'ells està directament dirigit a la prevenció del malbaratament alimentari: "8.3 Sensibilitzar empreses i comerços per tal d'evitar el malbaratament d'aliments i fer-ne donacions a les entitats que en fan la distribució".

En aquest marc neix el projecte de la Botiga Solidària amb l'objectiu d'atendre les moltes i creixents demandes d'aliment de les persones més desfavorides de la ciutat.

### Botiga Solidària

A la Botiga Solidària hi participen les següents entitats:

- Creu Roja. Assemblea de Cornellà
- Federació d'Associacions de Veïns de Cornellà (FAVCO)
- Ajuda Fraternal
- Coordinadora contra la Marginació
- CCOO i UGT
- Comunitat Cristiana Joan Garcia Nieto (ASCA)
- Cornellà Sense Fronteres
- Càritas Diocesana

<sup>1</sup> Veure text sencer a: <http://nou.cornellaweb.com/files/noticias/1850/2012/ACORD%20SOCIAL.pdf>





Per a la gestió de la Botiga Solidària es crea una associació integrada per totes les entitats participants.

### Ajuntament de Cornellà de Llobregat

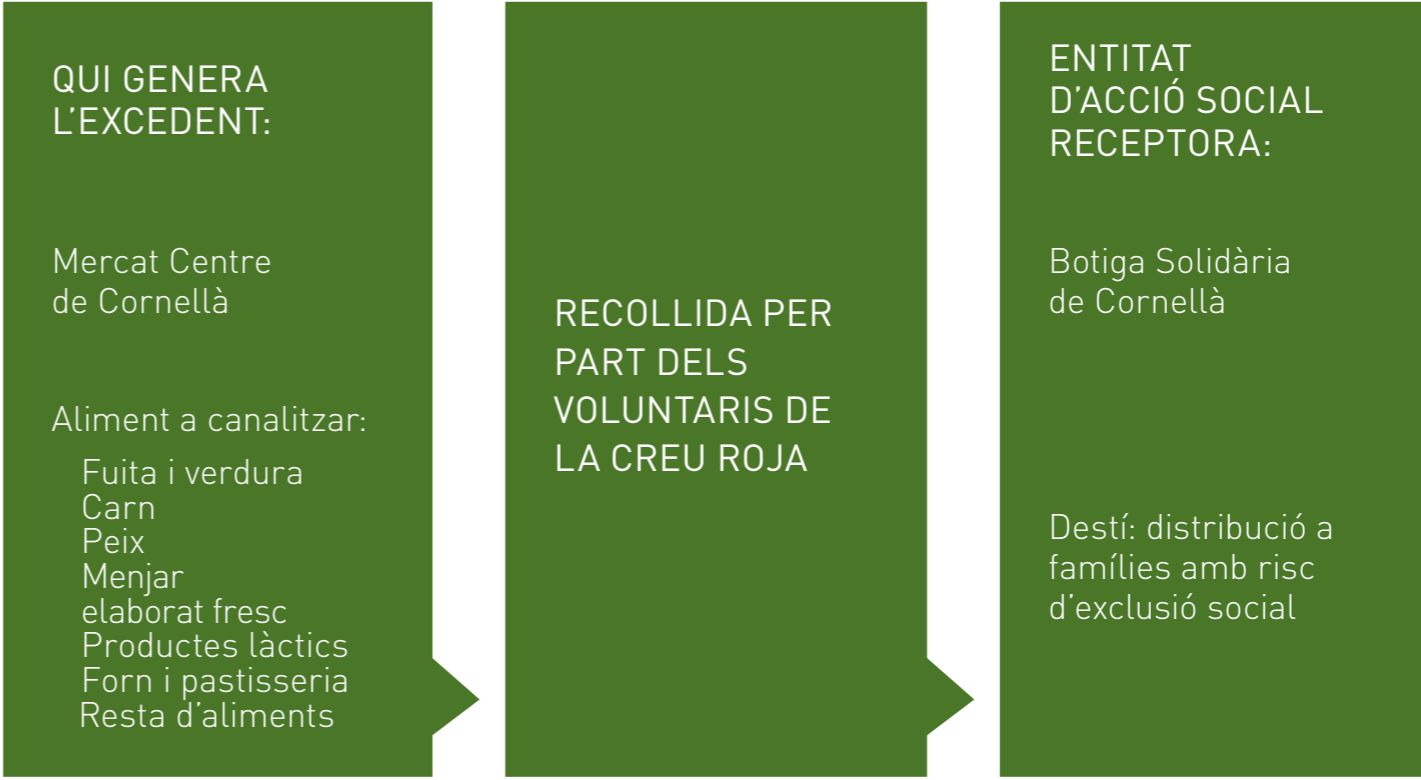
La Botiga Solidària actua de forma coordinada amb el Departament de Serveis Socials de l'Ajuntament que és qui deriva i fa el seguiment dels usuaris, i el Departament de Medi Ambient i Sostenibilitat que coordina i fa el seguiment de l'acció concreta de canalització dels excedents alimentaris d'origen comercial. L'entitat, a partir de la informació rebuda per Serveis Socials de l'Ajuntament, determina els aliments que ha de rebre cada beneficiari mitjançant un sistema de punts que va en funció del nombre de membres de la família.

A més a més, l'edifici de la Botiga Solidària és de propietat municipal.

### Mercat Centre

El Mercat Centre de Cornellà té 29 parades de venda de productes alimentaris. Disposa de càmeres de refrigeració i congelació d'ús compartit per a totes les parades. La seva participació en el projecte s'ha fet mitjançant la coordinació amb l'Associació de comerciants del Mercat Centre, la Direcció del Mercat Centre i el Consorci per a la promoció i dinamització del comerç de Cornellà. El Mercat també recull els excedents de dos forns i una xarxuteria propera i un Caprabo ubicat al mateix edifici del mercat.

## Microdistribució:



- ▶ Aquest recorregut es fa 1 cop per setmana
- ▶ És un recorregut interurbà





## Com funciona?

- Aliments que són lliurats:
  - Els aliments lliurats han d'estar en bon estat per al seu consum.
  - Han de ser aliments que avui es podrien vendre però demà ja no.
  - En cap cas es recolliran productes caducats o productes malmesos o amb l'envàs trencat que puguin fer malbé la resta de productes (per exemple, un paquet amb ous trencats o un líquid en un envàs trencat).
- Forma de lliurament dels aliments:
  - Cal lliurar els productes de manera que puguin ser transportats fàcilment (en caixes o bosses).
  - Es demana als paradistes que, en la mesura del possible, divideixin al màxim el producte lliurat per tal de facilitar la distribució final entre els destinataris.
- Cada dimecres el mosso del mercat passa a recollir les caixes i/o bosses per les diferents parades entre les 12 i les 13h. També es considera la possibilitat que, per iniciativa pròpia del paradista, es doni aliment fresc la resta de dies de la setmana, per tal que es pugui congelar i lliurar el dimecres.
- El mosso del mercat emmagatzema els aliments recollits a les càmeres frigorífiques distribuïts en les següents tipologies d'aliment:
  - Fruita i verdura
  - Carn
  - Peix
  - Menjar elaborat fresc
  - Productes làctics
  - Forn i pastisseria
  - Resta d'aliments
- Tots els aliments es dipositen en caixes isotèrmiques excepte els aliments de les categories "Forn i pastisseria" i "Resta d'aliments".
- El director del mercat marcarà amb una creu els tipus d'aliments lliurats pel mercat a la Creu Roja en l'albarà de lliurament.



DATA

**ALBARÀ DE RECEPCIÓ D'ALIMENTS A LA BOTIGA SOLIDÀRIA**  
La Creu Roja rep del Mercat Municipal Mercat Centre de Cornellà de Llobregat els productes indicats a continuació:

FRUITA I VERDURA       PRODUCTES LàCTICS  
 CARN                       FORN I PASTISSERIA  
 PEIX                          ALTRES  
 MENJAR ELABORAT FRESC

Hem rebut del Mercat Municipal Mercat Centre de Cornellà de Llobregat els productes indicats a continuació en les següents quantitats (dades en kg):

FRUITA I VERDURA	<input type="text"/>
CARN	<input type="text"/>
PEIX	<input type="text"/>
MENJAR ELABORAT FRESC (pasta fresca, carn elaborada, pizza, etc)	<input type="text"/>
PRODUCTES LàCTICS	<input type="text"/>
FORN I PASTISSERIA	<input type="text"/>
RESTA D'ALIMENTS	<input type="text"/>

TOTAL QUILOS REBUTS                      TOTAL QUILOS DESCARTATS

Les entitats es responsabilitzen de la correcta conservació dels productes rebuts, en particular del manteniment dels mateixos a les temperatures de conservació requerides.

Segell de la Creu Roja                      Segell de la Botiga Solidària

**CONSELLS PRÀCTICS A L'HORA DE PREPARAR ELS ALIMENTS PER DONAR-LOS ALS BENEFICIARIS**

**REQUISITS D'HIGIENE**

- Cal rentar-se les mans amb sabó líquid, aigua calenta, esbandir-se amb aigua abundant i exugar-se amb tovalloles o paper d'un sol ús. Cal fer-ho:
  - Quan comencem la feina i cada vegada que l'interrompem per fer una altra cosa.
  - Després de tocar els aliments crus.
  - Després d'utilitzar el mocador per tossir, esternudar o mocar-nos.
  - Després d'utilitzar el vàter.
  - Després de tocar els residus de la manipulació.
- Les ungles han de mantenir-se curtes. No s'han de portar joies.
- Els cabells han d'estar recollits i coberts. Cal portar obligatòriament bata i barret.
- Els guants de plàstic d'un sol ús NO són necessaris, excepte en cas de tenir algun tall, infecció a la pell, etc.
- Mentre es realitza la manipulació s'ha de procurar:
  - No tossir o esternudar sobre els aliments.
  - No pentinar-se o maquillar-se sobre els aliments.
  - No menjar o mastegar xiclet.
- Si es produeix una ferida a les mans mentre es treballa s'ha de curar i després utilitzar un apòsit impermeable que s'ha de mantenir sempre.
- En cas de malaltia és molt important notificar-ho i abstenir-se de manipular els aliments.

**REQUISITS DE MANIPULACIÓ**

- És altament recomanable mesurar la temperatura dels aliments que arriben i comprovar que no superen els valors següents:

≤ -18°C	Aliments congelats
≤ 4°C	Carn de pollastre, peix i menjar refrigerats amb una durada superior a 24 hores.
≤ 7°C	Carn fresca (porc, vedella i xai)
≤ 8°C	Menjar refrigerats amb un període de durada inferior a 24 hores.

- Cal assegurar-se que els aliments donats estan en bon estat i en el cas dels aliments envasats, amb la data de caducitat no superada. Cal conèixer la diferència entre data de caducitat i data de consum preferent.
- Tenir cura amb les llaunes amb bonyos o rovellades. Pot ser que el producte no estigui en plenes condicions.
- Es pot acceptar un paquet que s'hagi trencat si el producte que conté després s'ha de coure per menjar (exemple: paquet d'arròs amb un forat). Si el producte no s'ha de coure és millor desestimar el paquet.
- Cal tenir molta cura amb els envasos que s'hagin pogut mullar, això pot fer que el producte de l'interior s'hagi florit.
- La preparació dels aliments s'ha de fer per tipus d'aliment i ordenada en el temps (per exemple, primer la carn, després el peix, etc.). Mai preparar dos tipus d'aliments a la vegada. La superfície s'ha de netejar cada vegada que es manipula un nou grup d'aliments.
- La manipulació s'ha de fer de la més ràpidament possible i tornar a guardar els aliments a la nevera o cambra frigorífica fins al moment de la distribució.
- No es poden trossejar els aliments.

- Entrega dels aliments
  - Els voluntaris de la Creu Roja van a buscar l'aliment a les 16:00h.
  - Els voluntaris de Creu Roja posen un segell a l'imprès de recollida i el porten a la Botiga Solidària.
- Els i les voluntàries de la Botiga Solidària fan el pesatge dels aliments que lliuri la Creu Roja i ho anoten a l'albarà
- Preparació dels aliments prèviament a l'entrega als beneficiaris en bosses o altres tipus d'envasos, que permetin repartir-lo en racions pels beneficiaris. Aquest procés es durà a terme respectant les normes per a la correcta manipulació dels aliments.

## Quins recursos són necessaris?

- Voluntaris de l'entitat.
- Protocol de funcionament on es defineixin les tasques a dur a terme pels diferents agents implicats.
- Document d'entrega d'aliments.
- Contenidors isotèrmics per al transport dels diferents aliments.
- Vehicle per a fer el transport (en cas que la distància ho requereixi).
- Llistat de normes per a la correcta manipulació dels aliments adreçat als voluntaris. Cal que estigui en un lloc visible.
- Bosses i recipients per a la preparació dels aliments prèviament a ser lliurats als usuaris.
- Frigorífics i congeladors per a mantenir l'aliment que necessiti emmagatzematge.

## Beneficis

- 30-40 Kg d'aliments frescos a la setmana. / Prevenció de 30-40 Kg de residus orgànics a la setmana (sense comptar l'aportació del supermercat).
- L'entitat receptora pot oferir menjar fresc diversificant l'oferta d'aliments que es donen millorant en l'aspecte nutricional.



DATA

**ALBARÀ DE RECEPCIÓ D'ALIMENTS A LA BOTIGA SOLIDÀRIA**

La Creu Roja rep del Mercat Municipal Mercat Centre de Cornellà de Llobregat els productes indicats a continuació:

- FRUITA I VERDURA
- CARN
- PEIX
- MENJAR ELABORAT FRESC
- PRODUCTES LÀCTICS
- FORN I PASTISSERIA
- ALTRES

Hem rebut del Mercat Municipal Mercat Centre de Cornellà de Llobregat els productes indicats a continuació en les següents quantitats (dades en kg):

FRUITA I VERDURA	<input type="text"/>
CARN	<input type="text"/>
PEIX	<input type="text"/>
MENJAR ELABORAT FRESC (pasta fresca, carn elaborada, pizza, etc)	<input type="text"/>
PRODUCTES LÀCTICS	<input type="text"/>
FORN I PASTISSERIA	<input type="text"/>
RESTA D'ALIMENTS	<input type="text"/>

**TOTAL QUILOS REBUTS**

**TOTAL QUILOS DESCARTATS**

Les entitats es responsabilitzen de la correcta conservació dels productes rebuts, en particular del manteniment dels mateixos a les temperatures de conservació requerides.



## Consells pràctics

### CONSELLS PRÀCTICS A L'HORA DE PREPARAR ELS ALIMENTS PER DONAR-LOS ALS BENEFICIARIS

#### REQUISITS D'HIGIENE

- Cal rentar-se les mans amb sabó líquid, aigua calenta, esbandir-se amb aigua abundant i eixugar-se amb tovalloles o paper d'un sol ús. Cal fer-ho:
  - Quan comencem la feina i cada vegada que l'interropeem per fer una altra cosa.
  - Després de tocar els aliments crus.
  - Després d'utilitzar el mocador per tossir, esternudar o mocar-nos.
  - Després d'utilitzar el vàter.
  - Després de tocar els residus de la manipulació.
- Les ungles han de mantenir-se curtes. No s'han de portar joies.
- Els cabells han d'estar recollits i coberts. Cal portar obligatòriament bata i barret.
- Els guants de plàstic d'un sol ús NO són necessaris, excepte en cas de tenir algun tall, infecció a la pell, etc.
- Mentre es realitza la manipulació s'ha de procurar:
  - No tossir o esternudar sobre els aliments.
  - No pentinar-se o maquillar-se sobre els aliments.
  - No menjar o mastegar xiclet.
- Si es produeix una ferida a les mans mentre es treballa s'ha de curar i després utilitzar un apòsit impermeable que s'ha de mantenir sempre.
- En cas de malaltia és molt important notificar-ho i abstenir-se de manipular els aliments.

#### REQUISITS DE MANIPULACIÓ

- És altament recomanable mesurar la temperatura dels aliments que arriben i comprovar que no superen els valors següents:

≤ -18°C	Aliments congelats
≤ 4°C	Carn de pollastre, peix i menjars refrigerats amb una durada superior a 24 hores.
≤ 7°C	Carn fresca (porc, vedella i xai)
≤ 8°C	Menjars refrigerats amb un període de durada inferior a 24 hores.

- Cal assegurar-se que els aliments donats estan en bon estat i en el cas dels aliments envasats, amb la data de caducitat no superada. Cal conèixer la diferència entre data de caducitat i data de consum preferent.
- Tenir cura amb les llaunes amb bonys o rovellades. Pot ser que el producte no estigui en plenes condicions.
- Es pot acceptar un paquet que s'hagi trencat si el producte que conté després s'ha de coure per menjar (exemple: paquet d'arròs amb un forat). Si el producte no s'ha de coure és millor desestimar el paquet.
- Cal tenir molta cura amb els envasos que s'hagin pogut mullar, això pot fer que el producte de l'interior s'hagi florit.
- La preparació dels aliments s'ha de fer per tipus d'aliment i ordenada en el temps (per exemple, primer la carn, després el peix, etc.). Mai preparar dos tipus d'aliments a la vegada. La superfície s'ha de netejar cada vegada que es manipula un nou grup d'aliments.
- La manipulació s'ha de fer el més ràpidament possible i tornar a guardar els aliments a la nevera o cambra frigorífica fins al moment de la distribució.
- No es poden trossejar els aliments.





C.

Servei d'aliments  
de l'Obra Social  
Santa Lluisa  
de Marillac.  
Filles de la caritat

---

Canalització  
d'excedents  
de supermercats





# Servei d'aliments de l'Obra Social Santa Lluïsa de Marillac. Filles de la caritat

## Canalització d'excedents de supermercats

En els darrers anys s'ha produït un fort increment del nombre de famílies que fan ús del serveis d'ajuda alimentària de les entitats d'acció social. Aquesta situació ha empès a les entitats a buscar altres fonts de subministrament d'aliments, més enllà de les aportacions que fins ara rebien del Pla d'Ajuda Alimentària de la Unió Europea, dels excedents procedents de les grans plataformes o magatzems de distribució i de les donacions. L'any 2010 el Banc d'Aliments de Barcelona, com a organització que agrupa entitats benèfiques dedicades al repartiment d'aliments, amb la voluntat d'ampliar l'oferta d'aliments que reben les seves entitats, va crear el Programa de minves de supermercats i mercats municipals. A través d'aquest programa, ha arribat a acords amb diferents cadenes de distribució d'aliments per tal de recollir les minves, excedents alimentaris consumibles però no comercialitzables, generades als seus establiments. L'operativa d'aquest programa consisteix en posar en contacte establiments comercials amb les entitats de beneficència més properes. Són les mateixes entitats les que van a recollir les minves en dies acordats, creant així una petita xarxa de microcanalització, que permet reduir al màxim el temps que passa entre la generació d'aquest excedent i el seu consum, i requereix de pocs recursos a l'hora de fer la recollida.

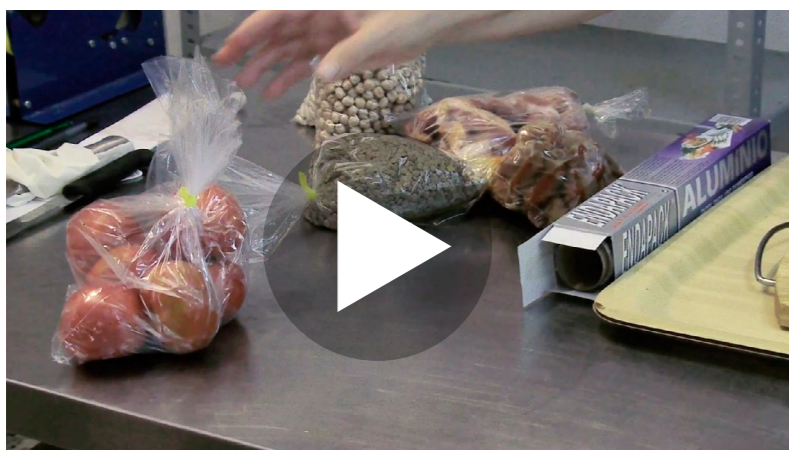
L'objectiu de la canalització d'excedents alimentaris en supermercats és **aprofitar els productes aptes pel consum però no comercialitzables generats als supermercats recollint-los i repartint-los de forma ràpida a través de les entitats de repartiment d'aliments.**

## Qui hi participa?

### Obra Social Santa Lluïsa de Marillac

L'Obra Social Santa Lluïsa de Marillac és un programa d'integració social de la Companyia de les Filles de la Caritat de Sant Vicenç de Paül, adreçat a persones en situació d'exclusió social. La seva acció està fonamentada en la justícia social i centrada en l'acollida i l'acompanyament en el procés de millora i promoció personal cap a l'autonomia i la realització del seu projecte de vida.

L'entitat disposa d'un Servei de Lliurament d'Aliments que pretén donar resposta a necessitats bàsiques d'alimentació, neteja i higiene personal de persones o famílies del barri de la Barceloneta derivades de Serveis Socials, i de persones ateses des dels serveis de la pròpia entitat.



▶ Veure el video de l'experiencia





El 2012 aquest Servei de Lliurament d'Aliments va distribuir 2.664 lots familiars a un total de 305 famílies (769 persones: 498 adults i 271 infants).

### Fundació Banc dels Aliments de Barcelona

El Banc dels Aliments és una fundació benèfica privada, independent i sense ànim de lucre, que té com a objectiu lluitar contra la fam d'aquí, evitar que els aliments consumibles però no comercialitzables siguin destruïts i, finalment, fer-los arribar a les persones més necessitades de l'entorn més immediat. La lluita contra el malbaratament és el primer punt de la seva carta fundacional.

### Caprabo

La cadena de supermercats Caprabo va iniciar la canalització d'excedents dels supermercats a entitats socials l'any 2010, conjuntament i de forma coordinada amb el Banc dels Aliments de Barcelona. Actualment el 100% de les botigues estan dins aquest programa.

### Microdistribució:

#### QUI GENERA L'EXCEDENT:

El supermercat de CAPRABO

Aliment a canalitzar:

- Productes amb la data de caducitat propera
- Productes amb l'embalatge defectuós

RECOLLIDA PER PART DELS VOLUNTARIS DE L'OBRA SOCIAL SANTA LLUÏSA DE MARILLAC

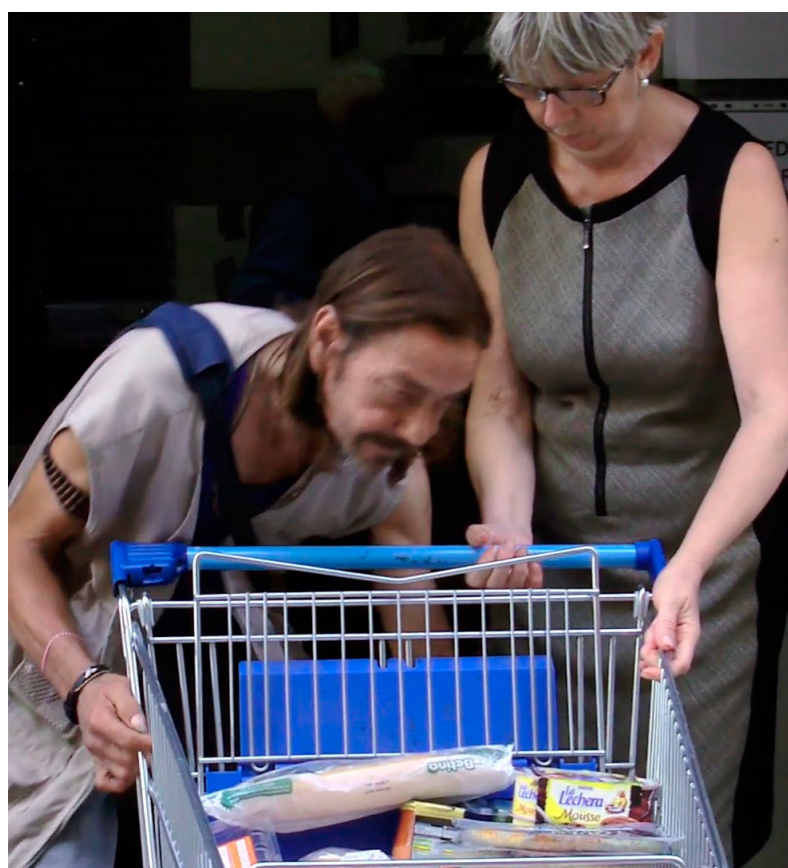
#### ENTITAT D'ACCIÓ SOCIAL RECEPTORA:

Obra Social Santa Llúcia de Marillac

Destí: distribució a persones en risc d'exclusió social del barri de la Barceloneta

- ▶ Aquest recorregut es fa de dilluns a divendres.
- ▶ És un recorregut de 10 minuts que es realitza a peu.





## Com funciona?

- Aliments que són lliurats:
  - Aliments que són aptes per al consum o ús, però no per a la venda perquè tenen una data propera a caducar-se, tenen l'embalatge defectuós o colpejat, etc. Aquests productes han de tenir sempre la data de caducitat en vigència, l'etiqueta llegible i estar en perfecte estat de consum.
  - No es donen els productes que retira el proveïdor, els aliments al tall o a granel (per la pèrdua de traçabilitat) i cap producte que no porti data de caducitat o que el seu envàs estigui inflat, punxat o que tingui pèrdues.
- Forma de lliurament dels aliments:
  - Els aliments es lliuren dins un carro de la compra del supermercat.
- De dilluns a divendres, l'encarregada del Servei de Lliurament d'Aliments truca al supermercat per avisar que aniran a buscar els excedents perquè ja ho tinguin preparat.
  - La recollida es realitza entre les 13:30 i les 14:00h, a peu i fent ús d'un o dos carros del supermercat, en funció del volum recollit.
  - L'encarregat del supermercat i l'encarregada del Servei de Lliurament d'Aliments de l'Obra Social fan la comptabilització interna dels excedents lliurats. Pels aliments congelats s'utilitzen bosses isotèrmiques.
  - El supermercat i l'entitat es queden amb un comprovant signat i segellat per l'Obra Social, amb el detall dels productes que ha lliurat aquell dia.
  - Un cop arriben a l'entitat els aliments es classifiquen segons si han d'emmagatzemar-se a la nevera, congelador o bé s'han de servir ràpidament l'endemà mateix.
  - Als productes que es congelen s'hi afegeix una etiqueta amb la data de congelació.
  - Prèviament al lliurament als beneficiaris, si és necessari, es preparen els aliments en diferents racions per tal de distribuir-lo de manera que les famílies tinguin accés a una major varietat d'aliments.
  - Totes les manipulacions d'aliment es fan en condicions de màxima higiene i tenint en compte les normes bàsiques per garantir la seguretat alimentària.
  - No es lliura cap aliment congelat si el beneficiari no porta de casa seva una bossa isotèrmica.





## Quins recursos són necessaris?

- Voluntaris de l'entitat.
- Comprovant conforme s'han retirat els productes del supermercat.
- Bosses isotèrmiques per als productes congelats.
- Bosses i recipients per a la preparació dels aliments prèviament a ser lliurats als usuaris.
- Frigorífics i congeladors per a mantenir l'aliment que necessiti emmagatzematge en fred o congelació.



## Beneficis

- El supermercat redueix els seus excedents alimentaris i col·labora de forma activa amb entitats d'acció social properes, a més d'aconseguir una major nivell de satisfacció dels seus treballadors.
- El supermercat pot acollir-se a beneficis fiscals per la donació d'aliments.
- L'entitat receptora pot oferir menjar fresc diversificant l'oferta d'aliments que es donen, millorant així en l'aspecte nutricional.







d.

El Plat de Gràcia,  
Barcelona

---

*Aprofitament  
d'excedents  
per a menjars  
populars*





▶ Veure el video de l'experiencia

## El Plat de Gràcia, Barcelona

### *Aprofitament d'excedents per a menjars populars*

La canalització d'excedents alimentaris per a àpats populars permet la sensibilització activa de les persones que hi participen envers la prevenció del malbaratament alimentari. A través del procés d'anar a recollir a les botigues els aliments que es llençarien tot i estar en bon estat, de decidir el menú que elaboraran conjuntament, de fer el dinar, etc. els participants prenen consciència de les causes i conseqüències d'aquesta problemàtica.

**L'esperit del PLAT** (Projecte Local d'Aliment Transformador) és **crear un menjador popular amb una estructura autogestionada, crear un espai d'intercanvi, socialment transformador, en què s'aprofitin els excedents alimentaris en bon estat** que, d'una altra manera **acabarien a la brossa**. Qualsevol persona, independentment de la seva classe social o situació econòmica, està convidada a exercir el seu dret a l'alimentació. A més, gaudir d'un bon àpat sabent que allò que ens alimenta hauria acabat a les escombraries, malbaratat, és una experiència viscuda que convida a la reflexió, a prendre consciència del sistema actual de producció i distribució, a tenir una evidència viscuda que el sistema capitalista genera unes dinàmiques de malbaratament intolerables.

### *Qui hi participa?*

El Plat de Gràcia neix el juliol de 2012. El projecte de la creació d'un menjador popular al barri de Gràcia sorgeix com a conseqüència de la constatació de dues realitats alarmants. D'una banda, a diari es malbaraten grans quantitats d'aliments als mercats, supermercats i botigues. D'altra, i també a diari, diverses persones s'aglomeren al voltant dels contenidors propers als supermercats, per tal de recollir allò que aquells llencen al final del dia. Aquesta realitat socioeconòmica convida als membres del Plat de Gràcia a la creació d'aquesta iniciativa autogestionada i d'aquests espais d'intercanvi.

#### **Ateneu Rosa de Foc**

L'Ateneu Rosa de Foc, situat a la Vila de Gràcia és un grup d'afinitat que des del 2002 pretén "fer barri des de l'acció i el pensament crític". S'auto-definixen des de conceptes com ara autogestió assembleària; suport mutu; alternatives pràctiques; agroecologia; autoformació; creació de xarxes d'intercanvis; anticapitalisme; debat i oci, no negoci; difusió; reciclatge; solidaritat; acció al carrer; denúncia... El Plat de Gràcia, com a entitat membre, fa ús dels seus espais per a cuinar i emmagatzemar-hi els aliments que van a recollir.

Hi acostumen a participar entre 30 i 40 persones tot i que en aquells dinars que coincideixen en festivitats al barri acostumen a ser més.





### **Mercat Municipal de l'Abaceria Central i altres botigues del barri**

El Mercat Municipal de l'Abaceria Central de la Vila de Gràcia, situat molt proper a l'Ateneu Rosa de Foc, està format per una seixantena de parades d'alimentació. Diferents parades disposen del distintiu col·laborador del Plat de Gràcia. També hi col·laboren altres botigues del barri, sobretot forns de pa.

### **Microdistribució:**

**QUI GENERA L'EXCEDENT:**

Mercat de l'Abaceria i altres botigues del barri

Aliment a canalitzar:  
Tot tipus de productes frescos

**RECOLLIDA PER PART DELS MEMBRES DEL PLAT DE GRÀCIA**

**ENTITAT D'ACCIÓ SOCIAL RECEPTORA:**

El Plat de Gràcia

Destí: ingredients per a l'elaboració d'un dinar popular gratuït obert a tothom



- ▶ Aquest recorregut es fa divendres de cada 15 dies
- ▶ La recollida es fa a peu

### **Com funciona?**

- El dijous abans de fer la recollida es realitza una trucada a les diferents parades col·laboradores del projecte per recordar que l'endemà aniran a buscar els excedents alimentaris.
- Els paradistes aparten aquells aliments en bon estat però que saben que l'endemà no vendran perquè són massa madurs –en el cas de la fruita–, perquè no tenen l'aspecte desitjat –en el cas de la carn–, o perquè ha sobrat i l'haurien de llençar –en el cas del llegum cuit o el pa–.





- El divendres, cap a les 19:30h, els membres de l'assemblea del Plat de Gràcia es troben a l'Ateneu Rosa de Foc per agafar els carros de la compra que utilitzen per fer la recollida als diferents comerços participants en el projecte.
- En acabar la recollida, s'emmagatzemen els aliments recollits a l'Ateneu Rosa de Foc, fent ús de la nevera si és necessari. També es congela aquell aliment excedentari que ja es preveu que no podrà ser cuinat i menjat l'endemà.
- També cal adquirir aquells aliments que no es poden aconseguir amb la recollida i que són necessaris per a la confecció dels menús, com ara oli, arròs, ous, etc. Per això es demana de forma esporàdica l'aportació dels participants, ja sigui en espècies o bé econòmica per tal de comprar els productes necessaris.
- El dissabte al matí, els membres del Plat de Gràcia es troben a l'Ateneu per començar a preparar l'aliment i decidir quin àpat cuinaran.
- Un cop està llest preparen la taula pel dinar.
- En acabar de dinar cadascú es renta plat, got i coberts, i col·labora en la recollida de les taules i cadires.
- De forma regular els membres del Plat de Gràcia fan difusió al barri sobre el projecte, repartint tríptics i cartells, i penjant pancartes on s'anuncia el proper dinar. En aquesta tasca de difusió miren d'apropar-se a les persones sense sostre, que entenen que haurien de ser les principals destinatàries del projecte.

**EL PLAT DE GRÀCIA** **VINE!**

PERQUÈ L'ALIMENTACIÓ  
ÉS UN DRET, SOCIALITZEM-LA!

CONSTRUÏM JUNTES  
UN MENJADOR COMUNITARI

**DINAR POPULAR**  
PRESENTACIÓ  
DEL PROJECTE AMB  
**ARROSASA  
RECICLADA**  
DIUMENGE 8 JULIOL  
12H. CUINAR 14H. DINAR

RECICLEM  
ELS ALIMENTS!

FEM QUE EL  
MENJAR NO ES LLENCI!

\*reciclada ja que els productes utilitzats provenen d'excedents que s'anaven a llençar tot i estar en bon estat





## Quins recursos són necessaris?

- Tríptics i cartells explicatius del projecte.
- Cartells identificatius pels comerços participants en el projecte.
- Un espai on cuinar i que disposi d'estrils aptes per a elaborar àpats en grans quantitats.
- Una nevera on guardar els aliments recollits als comerços.
- Taules, cadires, plats, coberts i gots.
- Aliments secs (pasta, arròs, etc.) que no s'obtenen de la recollida d'excedents de les botigues.

## Beneficis

- Creació d'un espai de referència al barri de conscienciació envers la problemàtica del malbaratament alimentari i les seves implicacions socials.
- Possibilitat de realitzar un àpat popular gratuït i obert a tothom.







## Publicació electrònica

**Títol:** Aprofitem els excedents alimentaris. Guia per a la implementació d'iniciatives d'aprofitament d'excedents alimentaris en circuits curts

**Contingut:** Maria Mestre (Fundació ENT)

**Revisió del capítol 3a:** Enric Carreras i Pilar Mas.

**Revisió del capítol 3b:** Virgínia Vallvé.

**Revisió del capítol 3c:** Eduard Sala, Esperanza López i Maria Gil.

**Revisió del capítol 3d:** Alba Álvarez.

**Disseny gràfic i maquetació:** Tomás Castro. Art direction, Graphic design & illustration

**Primera edició:** novembre 2013

**Edita:** Fundació ENT i Associació Espai Ambiental



Aquesta llicència permet copiar, distribuir, exhibir i interpretar aquest text, sempre que es compleixin les següents condicions:

- **Autoria-atribució:** s'haurà de respectar l'autoria del text i de la seva traducció. Sempre es farà constar el nom de l'autor/a i el del traductor/a.
- **No comercial:** no es pot utilitzar aquest treball amb finalitats comercials.
- **No derivats:** no es pot alterar, transformar, modificar o reconstruir aquest text. En termes d'aquesta llicència hauran de constar d'una manera clara per qualsevol ús o distribució del text. Aquestes condicions es podran alterar només amb el permís explícit de l'autor/a.

### **Amb el suport de:**

Departament de Territori i Sostenibilitat.  
Generalitat de Catalunya.





Amb el suport de:

