

AGAM

Com arribar a ser **AGent** **AntiMalbaratament** alimentari

TALLER TEATRALITZAT SOBRE MALBARATAMENT ALIMENTARI
A LES ESCOLES. DOSSIER EDUCATIU PER A PROFESSORS I
DINAMITZADORS



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut
Secretaria de Salut Pública

| PINSAP |
Pla interdepartamental
de salut pública

Autors:

- Ana Bocio Sanz. Servei de Salut Pública al Camp de Tarragona. Secretaria de Salut Pública. Departament de Salut.
- Joan Marc de Miquel Sagnier. Cap de Servei de Salut Pública del Vallès Occidental Oest. Departament de Salut.
- Àngel Royo Santiago. Servei de Salut Pública al Camp de Tarragona. Secretaria de Salut Pública. Departament de Salut.
- Pilar Sala Trevejo. Servei de Salut Pública del Barcelonès Nord i Maresme. Secretaria de Salut Pública. Departament de Salut.

En l'elaboració d'aquesta guia també han col·laborat diferents persones fent aportacions que han contribuït a enriquir-ne els continguts:

- Gemma Salvador Castell. PAAS- Alimentació (Promoció de la Salut mitjançant l'Activitat Física i l'Alimentació Saludable). Departament de Salut.
- Enric Muntada Tarrats. Servei de Salut Pública del Barcelonès Sud i del Baix Llobregat Delta-Litoral. Departament de Salut.

Dibuixos originals:

Joan Marc de Miquel Sagnier. Cap de Servei de Salut Pública del Vallès Occidental Oest. Departament de Salut.

Editat per:

Agència Catalana de Seguretat Alimentària (ACSA)

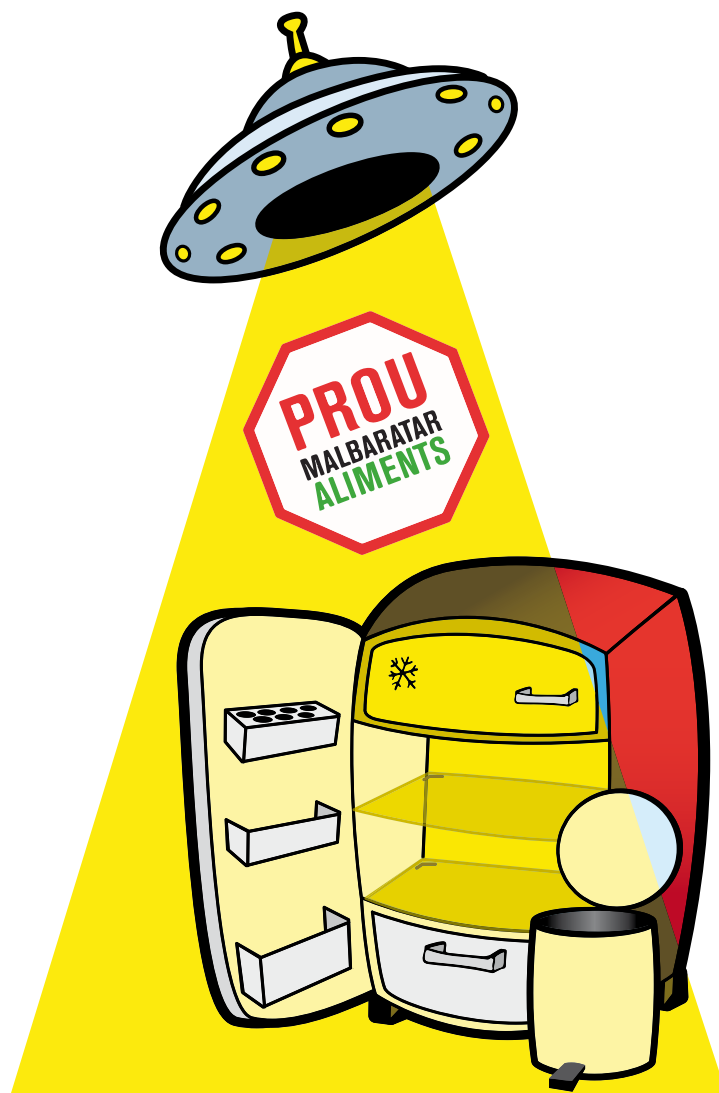
1a Edició:

Barcelona, novembre de 2015

Disseny, Dibuixos finals, Muntatge i maquetació:

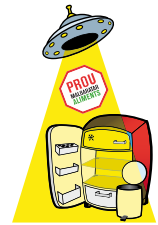
NIMIA COMUNICACIÓ

<http://www.nimia.net/>



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut
Secretaria de Salut Pública

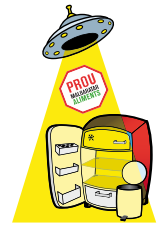
| PINSAP |
Pla interdepartamental
de salut pública



ÍNDEX

1. JUSTIFICACIÓ	4
2. OBJECTIUS	5
3. CONCEPTES CLAU	5
4. METODOLOGIA I SEQÜÈNCIA DIDÀCTICA	5
A DESTINATARIS	5
B OBJECTIUS	5
C UBICACIÓ	5
D TEMPORALITZACIÓ	5
E CONTINGUTS	6
F DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT	8
G AVALUACIÓ	8
H MATERIAL	8
I RECOMANACIONS	8
J PROPOSTES PER TREBALLAR EL MALBARATAMENT	8
5. INFORMACIÓ ADDICIONAL	9
A GLOSSARI	9
B RECURSOS	10
C CONTACTES	12
6. AGRAÏMENTS	12
7. ANNEXES	12
I Joc dels aliments malbaratats: fitxa de suport als dinamitzadors	13
II Il·lustracions pel joc dels aliments malbaratats.	15
III Enquesta de satisfacció	42
IV Tríptic "Prou malbaratar aliments. Què pots fer tu per aprofitar el menjar?"	43
V Material de suport. "MALBARATAMENT: La magnitud de la tragedia".	43
VI Storyboard.	44
VII Placa Identificativa.	45





1. JUSTIFICACIÓ. LA MAGNITUD DE LA TRAGÈDIA.

A Catalunya es llencen 262.471 tones d'aliments sòlids que es podrien haver aprofitat. D'aquests aliments malbaratats, alguns encara conservaven el seu valor nutritiu i, d'altres, simplement s'havien fet malbé a la nevera o al rebost degut a una mala gestió en la planificació de compres, en la comprovació de caducitats, per no respectar les indicacions de conservació o per excedir-nos en les racions al plat. Aquesta xifra equival a 34,9 kg de mitjana per habitant i any i es produeix en el 58% de les llars catalanes, segons l'estudi Diagnosi del malbaratament alimentari a Catalunya, elaborat per l'Agència de Residus de Catalunya i la Universitat Autònoma de Barcelona. En canvi, els percentatges al comerç corresponen a un 26% i als restaurants és d'un 16% .

Així doncs, el problema està principalment dins les nostres llars.

El malbaratament a Catalunya equival a la utilització de 234.022 hectàrees de terreny (20% de la superfície agrària total). Si evitéssim aquest malbaratament estalviariem 841 milions d'euro l'any, podríem donar de menjar a mig milió de persones i generariem 262.471 tones menys de residus. Així mateix es podrien reduir les emissions de gasos amb efecte hivernacle 520.753 tCO₂eq.

Protagonisme dels nens

Pensem que els joves són uns agents de salut molt importants envers les famílies en particular i la societat en general. Són persones preocupades per l'ecologia, la contaminació, el consum i altres factors que afecten a la salut del planeta i que afectarà molt més si no es comença a lluitar contra els factors que alteren aquest planeta.

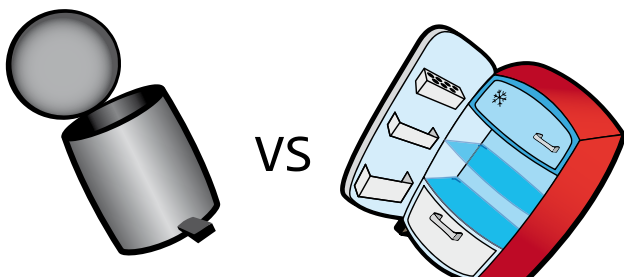
Si volem deixar un món millor del que hem trobat estem fent tard i ells ho saben.

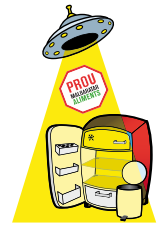
Intervenció de l'ACSA

El juliol del 2014 ens vam reunir amb l'ajuntament de Calella i ens van fer l'encàrrec de crear un taller relatiu a l'ensenyament de què és i com evitar el malbaratament, destinat als alumnes de 4art de primària de les escoles del municipi i per impartir en el decurs de la setmana dels residus que es celebra el mes de novembre.

Aquesta activitat ha estat molt ben valorada per l'equip educatiu de les escoles i per l'Ajuntament de Calella. A partir d'aquesta experiència, s'ha decidit incloure aquesta actuació com un servei més de la Cartera de Serveis de Salut Pública. És per aquest motiu que hem continuat treballant per a preparar el dossier de prestació d'aquest servei i poder-ho oferir al territori a través dels serveis de salut pública del Departament de Salut i els ajuntaments.

Esperem que us agradi i que NO malbarateu més aliments!





2. OBJECTIUS

- Oferir eines que promoguin un consum responsable i que sensibilitzin sobre la reducció del malbaratament alimentari.
- Promoure el diàleg i la reflexió sobre el malbaratament d'aliments.
- Sensibilitzar a les famílies i a l'entorn més proper. Els nens i nenes esdevenen autèntics AGENTS ANTIMALBARATAMENT.

3. CONCEPTES CLAU

Per tal d'assolir els objectius d'aquest taller hi ha uns missatges que hem de transmetre i que considerem que NO podem deixar de dir:

- Malbaratar aliments té efectes en les nostres vides i en el planeta.
- Tots hem malbaratat en algun moment. Sabem identificar quan? què? quant? com?
- Pensar abans d'actuar = reduir el malbaratament.
- Acció i compromís: tots podem ser agents antimalbaratament.

4. METODOLOGIA I SEQÜÈNCIA DIDÀCTICA

A. DESTINATARIS:

Nens i nenes de 3er i 4rt de primària.

B. UBICACIÓ:

Recomanem l'aula del centre educatiu però es pot dur a terme en d'altres espais que considereu els dinamitzadors.

D. TEMPORALITZACIÓ:

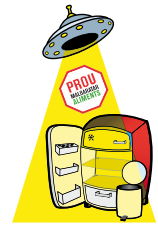
Temps total recomanat: 1 hora 30 min.

Als diferents apartats de descripció de l'activitat donem una aproximació de la distribució temporal.

E. CONTINGUTS

Es treballarà de manera teatralitzada el concepte de malbaratament alimentari i de reaprofitament segur dels aliments, altres conceptes relacionats com són: ajust de les racions dels àpats, caducitat, data de consum preferent,





conservació, etiquetatge, i contaminació dels aliments, així com d'altres qüestions de seguretat alimentària.

Els professionals que realitzin el taller disposaran d'una fitxa com a guia per a uniformitzar els continguts i les explicacions al grup (veure annex I: joc dels aliments malbaratats).

F. DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Es recomana que hi hagi dues persones per conduir el taller.

1-Situació: Introducció i fil conductor (teatralitzat). 5-10 minuts.

Uns extraterrestres (ET) identificats amb una placa com a AGENTS ANTIMALBARATAMENT, expliquen que des del seu Planeta (inventeu-vos un nom qualsevol: Banatu, Gamínides...) tenen la missió de vigilar què fa la gent de la terra amb els aliments. El que han vist és tant preocupant, que han decidit visitar-nos per donar-nos un missatge molt important. Els nens/es són els únics que poden fer quelcom per a salvar la Terra de la situació de malbaratament d'aliments que està patint.

Els ET poden anar vestits amb roba brillant, ulleres fosques....

Recomanem un diàleg, com a introducció, per a treballar la consciència que tots en algun moment hem malbaratat. Podria ser:

- *Què veu sopar ahir?*
- *Us veu acabar tot allò que hi havia al plat?*
- *Què en veu fer d'allò que no veu menjar?*
- *Què penseu que és MALBARATAMENT?*
- *Quins aliments es llencen a casa teva? Investiga els motius*

En aquesta etapa és molt recomanable escriure la paraula MALBARATAMENT a la pissarra i com a reforç es poden passar imatges sobre malbaratament alimentari mitjançant el canó/ordinador o bé fer ús del material de suport "La magnitud de la tragèdia" (veure annex V).

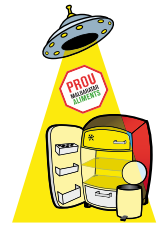
Els visitants porten una capseta que conté un missatge secret misteriós. El missatge l'han de descobrir els nens/es i només es podrà obrir la capsula al finalitzar el taller. Els extraterrestres els proposen uns entrenaments especials que els ajudaran a descobrir el missatge final.

2-Joc dels aliments malbaratats : raonem i decidim. 20 minuts.

Preferentment els alumnes treballaran en dos grups separats.

Els continguts del taller es treballaran mitjançant il·lustracions: nevera/ congelador, lleixes del rebost, cubell d'escombraries (que es penjaran en una paret de la classe) i aliments.





Per cada aliment presentat els nens hauran de decidir si es pot consumir o no, i el perquè. Hauran de col·locar els aliments a la nevera/congelador; lleixa o al cubell.

3-Els cubells d'escombraries: 20 minuts.

En aquesta part del taller es posaran en comú i es valoraran les conseqüències de les accions fetes a la primera part del joc.

S'agafarà el cubell d'escombraries de la part 2 i s'observarà quins aliments s'han llençat. Es fomentarà la reflexió sobre per què hem arribat a llençar aquell aliment, si realment calia haver-ho fet, què haguéssim pogut fer per evitar-ho, quines alternatives de consum hi ha i quines pràctiques podem realitzar per disminuir el malbaratament alimentari.

4-La meva acció, el meu compromís. 20 minuts.

El grup classe elaborarà un mural amb el seu compromís i quines accions faran a casa i com transmetran el missatge que han rebut.

Una altra proposta és que cada nen, de forma individual, faci un dibuix amb una frase que defineixi què ha après i quin és el seu compromís i s'enganxi en un mural - collage.

5-Resolució del misteri de la capseta. 5 minuts.

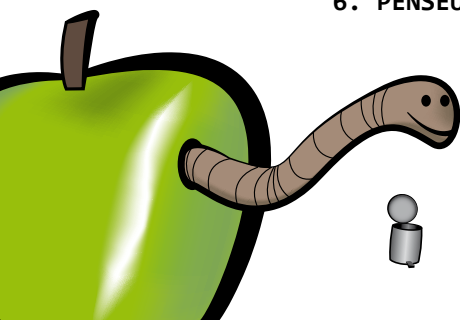
Es resoldrà el missatge secret que es troba dins la capseta. Abans d'obrir la capsa, es preguntarà als nens: Qui té la clau per a reduir el malbaratament alimentari? A l'interior de la capseta hi ha un mirall. Els conductors del taller aniran passant la capsa de nen en nen perquè cadascú miri què hi ha a dins i a l'obrir-la es veuran reflectits. El missatge clau és: Qui millor pot reduir el malbaratament ets TU.

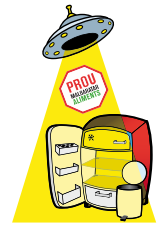
6-Finalització de l'activitat. 5-10 minuts.

Els nens han assolit els coneixements per convertir-se en AGENTS ANTIMALBARATAMENT i rebran la seva placa identificativa (veure annex VII) i el tríptic "PROU MALBARATAR ALIMENTS" (veure annex IV).

En aquest moment cal emfatitzar sobre la missió que han de transmetre els AGAM arreu del món:

1. Planifiquen els àpats i la compra dels aliments.
2. Comproveu caducitats.
3. Conserveu cada aliment segons les seves característiques.
4. No ompliu el plat més del compte, si teniu més gana podeu repetir més tard.
5. Siguen imaginatius amb els aliments que us sobren.
6. PENSEU ABANS D'ACTUAR!





G. AVALUACIÓ

Es realitzarà mitjançant una enquesta de satisfacció (veure annex III).

H. MATERIAL

- Canó/ordinador per passar imatges sobre malbaratament (optatiu)
- Paper pel mural del compromís
- Retoladors
- Pega
- Capseta dels ET amb mirall
- Il·lustracions pel Joc dels aliments malbaratats
- Tríptics (Annex IV)
- Xapes: “Prou malbaratar aliments” (contactar amb ACSA)

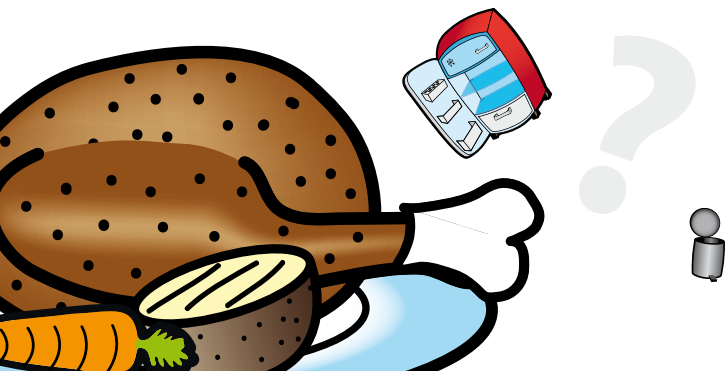
I. RECOMANACIONS

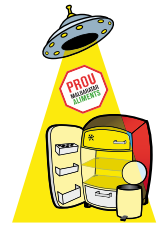
Recomanem als mestres que abans d’iniciar l’activitat:

- Expliqueu a la classe que tenen una visita molt especial però sense entrar en detalls. Deixeu que els conductors del taller es presentin.
- Preveieu dos grups de treball (optatiu).
- Prepareu el canó/ordinador per passar imatges sobre malbaratament alimentari (optatiu).
- Prepareu la resta de material necessari.

J. ALTRES PROPOSTES PER TREBALLAR EL MALBARATAMENT

- Treballeu durant el curs amb el compromís que ha fet la classe (es facilita deixant penjat el mural a l’aula).
- Feu fotografies de la vostra activitat i pengeu-les al bloc de l’ escola.
- Elaboreu una enquesta sobre malbaratament i sortiu al carrer per preguntar a la població del vostre municipi sobre aquest tema. Podeu repartir tríptics informatius.
- Feu un manifest i difoneu-lo a la ràdio i/o premsa local.
- Consulteu els portals d’ internet per recollir nova informació i conèixer les activitats que es fan en altres llocs fora del vostre entorn.
- Si teniu possibilitats, treballeu en l’elaboració de compostatge amb restes d’aliments no comestibles.





5. INFORMACIÓ ADDICIONAL

A. GLOSSARI

A continuació us facilitem un glossari on surten les expressions i paraules més tècniques per poder-les comentar a classe amb els alumnes, si ho considereu oportú.

Aliment segur o innocu: és aquell aliment que no ocasiona dany a la salut del consumidor.

Aliment perible: Són aliments que en tenir major quantitat d'aigua lliure, i per tant disponible pels microorganismes, s'alteren més fàcilment i la seva vida útil és més curta. Per tant, els aliments peribles s'han de conservar en fred.

Aliment no perible: Generalment són productes secs o amb baix contingut d'humitat, que en disposar de menys aigua per la multiplicació dels microorganismes, tenen una vida útil més llarga i es conserven millor fins i tot a temperatura ambient.

Condicions de conservació d'un aliment: Són factors que serveixen per garantir que el producte arriba en bones condicions fins a la data de caducitat o de consum preferent.

Consumidor final: aquella persona que menjarà el producte i no emprarà l'aliment per la seva comercialització

Contaminació encreuada: es produeix quan els microorganismes passen d'un aliment a un altre per contacte directe o per contacte indirecte a través de l'aire, estris, superfícies, o mans que han tocat aliments frescos i després aliments llestos per consumir.

Data de caducitat: Ens indica fins a quina data l'aliment es pot consumir amb seguretat. Són aliments que tenen una vida curta i es fan malbé fàcilment. [http://www20.gencat.cat/docs/arc/Home/LA Agencia/Publicacions/Centre%20catala%20del%20reciclatge%20\(CCR\)/guia_consum_responsablebr.20.11.12.pdf](http://www20.gencat.cat/docs/arc/Home/LA Agencia/Publicacions/Centre%20catala%20del%20reciclatge%20(CCR)/guia_consum_responsablebr.20.11.12.pdf)

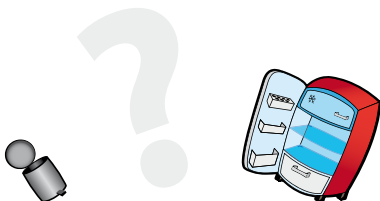
Data de consum preferent: Ens indica fins a quina data l'aliment té la qualitat esperada. L'aliment segueix sent segur passada aquesta data si s'ha conservat d'acord amb les instruccions i l'envàs està intacte. [http://www20.gencat.cat/docs/arc/Home/LA Agencia/Publicacions/Centre%20catala%20del%20reciclatge%20\(CCR\)/guia_consum_responsablebr.20.11.12.pdf](http://www20.gencat.cat/docs/arc/Home/LA Agencia/Publicacions/Centre%20catala%20del%20reciclatge%20(CCR)/guia_consum_responsablebr.20.11.12.pdf)

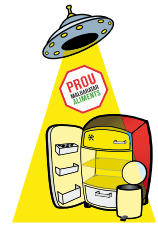
Instruccions d'ús d'un aliment: Indicacions del fabricant que permeten un ús apropiat de l'aliment.

Etiquetatge dels aliments: Identificatiu que ens dona informació sobre la composició de l'aliment, les característiques nutricionals, la informació per a al·lèrgics, celíacs i altres grups, les condicions de conservació i d'ús de l'aliment, els distintius d'origen i qualitat agroalimentària i la naturalesa. <http://www.gencat.cat/salut/acsa/html/ca/dir2988/doc11356.html>

Higiene dels productes alimentaris: Conjunt de mesures necessàries per garantir la seguretat i salubritat dels aliments a totes les fases o etapes: fabricació, transformació, envasat, transport, distribució manipulació i venda o subministrament al consumidor.

Malbaratament alimentari: El menjar que es perd o es llença al llarg de tota la cadena alimentària destinada al consum humà.





Malaltia de transmissió alimentària (MTA): malaltia què es pot atribuir a un aliment específic per la presència d'algun perill alimentari. Podem diferenciar:

- **Infecció o toxiinfecció alimentària (TIA)** quan la malaltia és causada per un microorganisme o les seves toxines.
- **Intoxicació** alimentària quan la malaltia és produïda per una substància tòxica present en l'aliment ingerit, ja sigui d'origen biològic o químic.

Microorganisme: ésser viu unicel·lular només visible a través del microscopi. Hi ha microorganismes que ajuden a elaborar aliments, p.ex. formatges, iogurts, pa, vi, cervesa... Hi ha microorganismes que causen malalties, són els **microorganisme patògens**.

Perill: agent biològic (bacteris, virus, fongs...), químic (productes de neteja...) o físic (trossos de vidre...) present a l'aliment, o bé la condició en què aquest aliment es troba, que pot causar un efecte advers per la salut.

Precaució: conjunt de mesures preses per evitar, contrarestar o disminuir un risc.

Prevenió: conjunt de mesures preses per evitar, contrarestar o disminuir un risc conegut. Per prevenir les TIA cal respectar les quatre normes bàsiques d'higiene: netejar, separar, coure i refredar. <http://www.gencat.cat/salut/acsa/html/ca/dir1312/doc4020.html>

Productes sense transformar: aliments que no han estat sotmesos a cap tractament que hagi alterat substancialment el seu estat original.

Productes transformats: aliments que han estat sotmesos a algun tractament que hagi alterat substancialment el seu estat inicial.

Residu: Qualsevol substància o objecte resultant d'un procés de producció, transformació, utilització, consum o neteja en les activitats de la cadena alimentària, del qual el productor o posseïdor tingui la intenció o l'obligació de desprendre-se'n.

Risc: la probabilitat d'un efecte perjudicial per a la salut com a conseqüència de la presència d'un perill o diversos perills en els aliments.

Seguretat alimentària: conjunt de condicions i mesures destinades a garantir que els aliments siguin innocus.

Temperatura de conservació dels aliments: L'etiqueta del producte ens indica la temperatura a la que s'ha de conservar. Per conservar adequadament tots els aliments es recomana que la nevera estigui a 4°C i el congelador a -18°C.

B. RECURSOS

Agència Catalana de seguretat alimentària (ACSA)

<http://www.gencat.cat/salut/acsa/html/ca/dir3633/index.html>

Què pots fer tu per aprofitar el menjar? 10 consells per reduir el malbaratament d'aliments.

http://www.saveva.com/domamacsa/pub/acsa/html/ca/dir3612/triptic_malbaratament.pdf

Comprova la caducitat dels aliments.

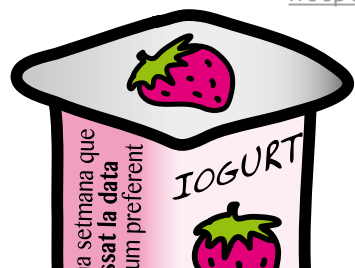
http://www.saveva.com/domamacsa/pub/acsa/html/ca/dir3612/cartell_caducitat_a3.pdf

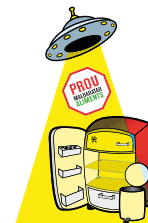
Quatre normes per preparar aliments segurs. ACSA

https://www.gencat.cat/salut/acsa/html/ca/dir1312/dd17445/4normes_catala.pdf

MenjarSa amb menys diners. 10 consells per treure més profit dels seus euros

http://www.gencat.cat/salut/acsa/html/ca/dir3633/manjar_sa_creu_roja.pdf





Guia de pràctiques correctes d'higiene per a l'aprofitament segur del menjar en els sectors de la restauració i comerç minorista

http://www.gencat.cat/salut/acsa/html/ca/dir2967/gpch_malbaratament.pdf

Un consum + responsable dels aliments. Propostes per a prevenir i evitar el malbaratament alimentari

[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)

Agència de Salut Pública de Catalunya (ASPCAT)

<http://salutpublica.gencat.cat/ca>

Menjar sa amb menys Dinners. ASPCAT, 2015.

http://salutpublica.gencat.cat/ca/promocio_salut/alimentacio_saludable/menjar-sa-amb-menys-diners/index.html

Canal Salut

<http://canalsalut.gencat.cat/ca/>

Agència de Residus de Catalunya

http://residus.gencat.cat/ca/ambits_dactuacio/prevencio/malbaratament_alimentari/

Campanya "Som Gent de Profit". Agència de Residus, Ajuntament de Barcelona i Àrea Metropolitana de Barcelona.

<http://somentdeprofit.cat/>

Projecte de treball . Educació infantil i Primària. El malbaratament alimentari.

<http://www20.gencat.cat/docs/arc/Home/Ambits%20dactuacio/Prevencio/Malbaratament%20alimentari/Materials%20i%20recursos/UDIP3.pdf>

El malbaratament dels aliments, un problema dels nostres dies. Unitat didàctica secundària.

<http://www20.gencat.cat/docs/arc/Home/Ambits%20dactuacio/Prevencio/Malbaratament%20alimentari/Materials%20i%20recursos/UDS4.pdf>

Agència Catalana del Consum

Etiqueta dels aliments i begudes

http://www.consum.cat/temes_de_consum/aliments/

Experiències:

Consorci per a la gestió de residus del Vallès Occidental.

Accions contra el malbaratament alimentari. Recuperem.

<http://www.cresidusvoc.cat/recooperem/>

Ajuntament de Barcelona

Guia per evitar el malbaratament alimentari.

<http://mediambient.bcn.cat/malbaratamentalimentari/guia-per-evitar-el-malbaratament-alimentari/>

Ajuntament de Calella

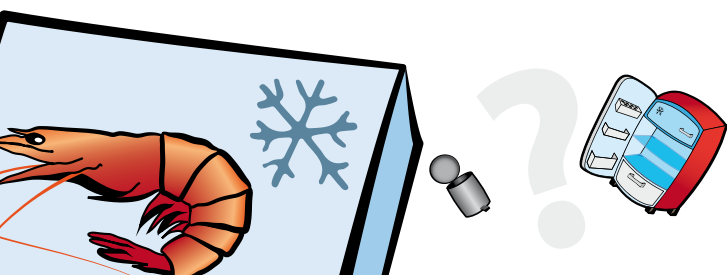
Campanya "Prou malbaratar aliments". 2014.

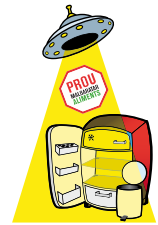
<http://www.calella.cat/actualitat/noticies/calella-continua-amb-les-accions-per-difondre-la-campanya-2014prou-malbaratar-aliments2014>

Ajuntament de Reus

Gestió alimentària responsable.

<http://www.reus.cat/serveis/gestio-alimentaria-responsable>





C. CONTACTES

Per consultes sobre els tallers i consultes tècniques sobre seguretat alimentària i malbaratament:

Agència Catalana de Seguretat Alimentària

Emilio Vicente: emvicentet@gencat.cat

Recollida d'enquestes de satisfacció:

Servei de Salut Pública del Barcelonès Nord i Maresme

Pilar Sala : psalatr@gencat.cat

6. AGRAÏMENTS

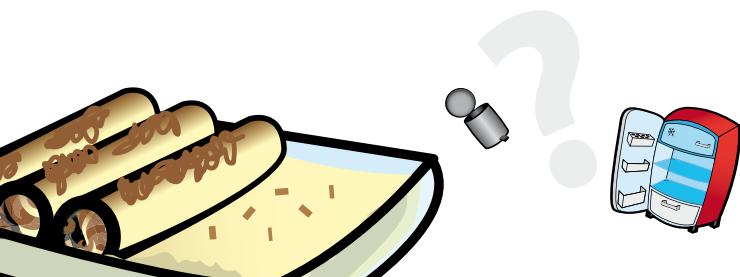
Aquests tallers es van realitzar per primer cop amb motiu de la Setmana Europea de la Prevenció de Residus , del 10 al 14 de novembre de 2014.

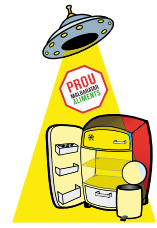
Volem agrair el suport rebut per part dels ens i persones que ho van fer possible:

- **Ajuntament de Calella.** Àrea d'Ensenyament i de Salut Pública.
- **Escola Carles Salicrú.** Calella
- **Escola La Minerva.** Calella
- **Escola Freta.** Calella
- **Tècnics col·laboradors del Servei de Salut Pública del Barcelonès Nord i Maresme, com a dinamitzadors del taller:**
 - **Montse Bertrán Padrós.**
 - **Albert Canals Rosell.**
 - **Eva Rico Pachón.**
 - **Basi Solivar Olivas.**
 - **Emma Sureda Solà.**
 - **Gemma Vicario Riera.**
- **Annabel Pedrol Carol.** Cap de Servei de Salut Pública del Barcelonès Nord i Maresme
- **Emilio Vicente Tascón.** Agència Catalana de Seguretat Alimentària (ACSA)
- **Alfons Vilarrasa i Cagigós.** Director General d'Agricultura i Ramaderia
- **Carme Chacón Villanueva.** Subdirectora general de Seguretat Alimentària

7. ANNEXES




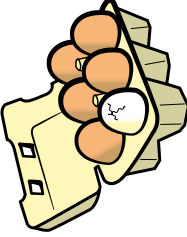

- I. Joc dels aliments malbaratats: fitxa de suport als dinamitzadors.
- II. Il·lustracions pel joc dels aliments malbaratats.
- III. Enquesta de satisfacció.
- IV. Tríptic. "Prou malbaratar aliments. Què pots fer tu per aprofitar el menjar?"
- V. Material de suport pel concepte MALBARATAMENT. La magnitud de la tragèdia.
- VI. Storyboard.
- VII. Placa Identificativa.



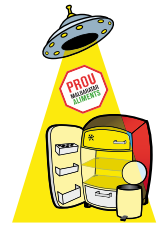


ANNEX I

JOC DELS ALIMENTS MALBARATATS: FITXA DE SUPORT ALS DINAMITZADORS




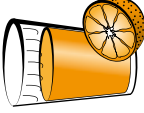


ALIMENTS	ES POT CONSUMIR SENSE QUE ENS FACI MAL?	COMENTARIS I RECOMANACIONS	CONSERVACIÓ	PROPOSTES I CURIOSITATS
 Poma (amb un cuc)	<p>Depèn del volum afectat. Podem treure la part del cuc i menjar la resta (actuar amb igualtat si trobéssim una part podrida)</p>	<p>Les fruites són aliments peribles tot i que solen durar força temps. Un cop arriben al punt de maduració cal consumir-les al més aviat possible.</p>	<p>Temperatura ambient o a la nevera</p>	<p>Fer compota o melmelada, pastís de poma... Penseu a fer trossets i aprofitar-la a les amanides.</p>
 Iogurt (fa una setmana que ha superat la data de consum preferent)	<p>Sí</p> <p>Hi ha aliments que els podem consumir encara que hagi passat la data de consum preferent. Si hi ha canvis de color o de gust NO els menjaréem.</p>	<p>Introduir concepte de CONSUM PREFERENT i la diferència amb la DATA DE CADUCITAT (veure annex de glossari)</p>	<p>A la nevera</p>	<p>Podem posar els iogurts que caduquen abans a la part del davant del prestatge i els de caducitat més llarga al darrera</p>
Ració de canalons cuinats que van sobrar a l'àpat del diumenge (som a dimecres) 	<p>Depèn de com l'haguem conservat (a quina temperatura i quant temps)</p>	<p>Si ens sobren aliments cuinats, quan abans el refredem millor. No haurien d'estar més de dues hores a temperatura ambient, tot i que hauríem d'esperar que es refredin abans de posar-los a la nevera. No poseu els aliments massa calents directament a la nevera</p>	<p>A la nevera a 4°C, per consumir en els propers dos dies.</p> <p>Si preveiem consumir-los a més de tres dies el més adequat seria congelar-los el mateix dia que els hem fet.</p>	<p>Parlar de les racions que ens posem al plat: és preferible posar poc i repetir que posar molt i haver-ho de llençar. Pensar abans d'actuar!! Reflexioneu sobre les manipulacions incorrectes que poden contaminar un aliment (veure annex de glossari)</p>
 Ous que han superat la data de consum preferent	<p>Si els hem mantingut a temperatura constant, és a dir, si no han sortit i entrat de la nevera, els podem aprofitar una setmana més.</p>	<p>Traurem només els ous que necessitem i just al moment d'utilitzar-los, per evitar els canvis bruscos de temperatura.</p> <p>Concepte de CONSUM PREFERENT i DATA DE CADUCITAT (veure annex glossari)</p>	<p>A la nevera.</p> <p>Si s'han posat inicialment a la nevera cal continuar conservant-los allà. Situació recomanada als prestatges de la nevera i no a la porta. Els moviments de la porta acceleren i les perdues de qualitat.</p> <p>Si hi ha ous esquerats s'han de fer servir immediatament, sempre cuinats (no per salses fredes o truites poc coagulades)</p>	<p>A la dosca s'hi pot trobar un bacteri que es diu salmonel·la. L'ou és porós. Cal procurar que la contaminació exterior no afecti a l'interior, sobre tot per aliments que no es facin calents com la maionesa o l'allioli. Les truites, si no les hem de menjar immediatament, les farem ben coagulades i les conservarem en nevera.</p> <p>El color dels ous no indica diferent alimentació de les gallines ni diferent valor nutritiu.</p>
 Llet UHT o esterilitzada amb data de consum preferent superada	<p>Si notem gust agre no la prendrem.</p>	<p>Emmagatzemarem els aliments que no necessiten refrigeració protegits del sol i la calor.</p>	<p>A temperatura ambient, i a la nevera un cop obert l'envas. Un cop oberta, s'ha de consumir després de 4-5 dies.</p>	<p>Les ETIQUETES dels aliments envasats ens donen molta informació. Proveu de llegir i interpretar aquesta informació en diferents etiquetes. (veure annex glossari)</p>



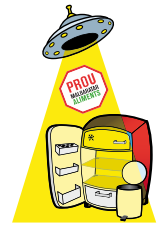


ANNEX I

JOC DELS ALIMENTS MALBARATATS: FITXA DE SUPORT ALS DINAMITZADORS

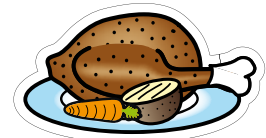
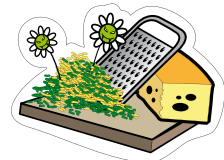
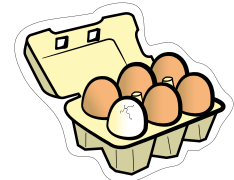
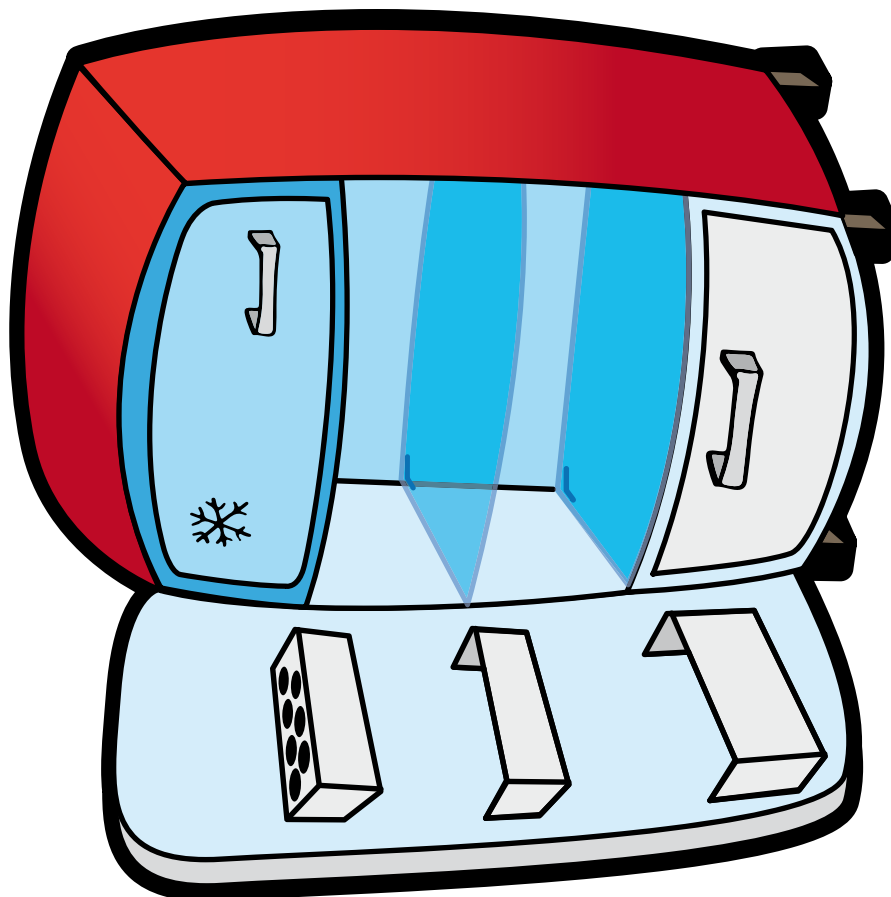
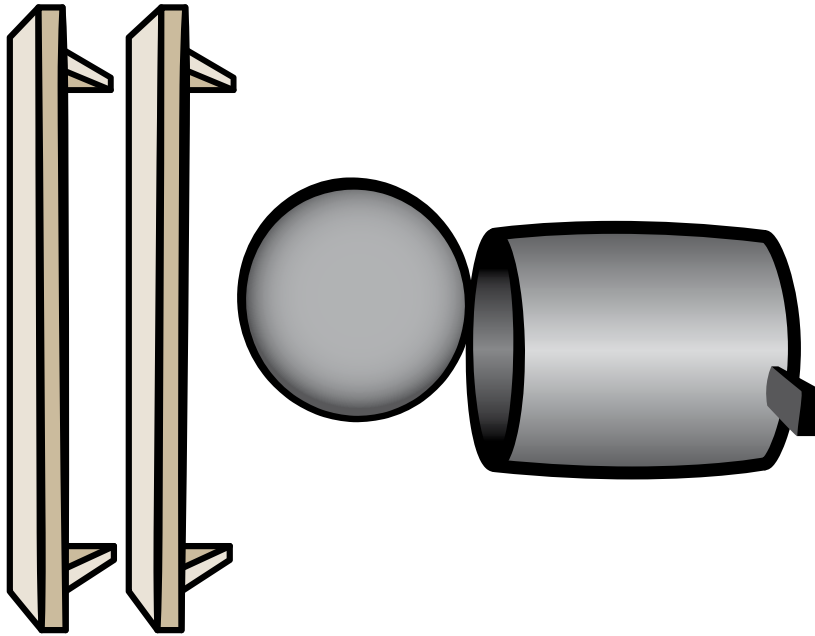
ALIMENTS	ES POT CONSUMIR SENSE QUE ENS FACI MAL?	COMENTARIS I RECOMANACIONS	CONSERVACIÓ	PROPOSTES I CURIOSITATS
 <p>Formatge ratllat florit</p>	<p>No Les floridures fan filaments difícils de treure i s'escampen amb facilitat. No les hem de confondre amb floridures d'altres formatges (tipus blaus)</p>	<p>Respectem les indicacions de conservació i consum que recomana l'etiqueta.</p>	<p>A la nevera.</p>	<p>Pensem a aprofitar trossos /restes de formatges per ratllar-los al moment de consumir-los. Els formatges tendres es deterioren abans que els secs perquè tenen més aigua, per això els conservarem a la nevera</p>
 <p>Pollastre a l'ast... que ha sobrat del dia abans</p>	<p>Sí. Quan el comprem calent la contaminació que pot tenir és mínima.</p>	<p>Si no l'hem contaminat a casa i l'hem posat a la nevera ràpidament i convenientment protegit.</p>	<p>A la nevera a 4°C, per consumir en els propers dos dies. Després del dinar, si preveiem consumir-lo a més de tres dies el més adequat seria congelar-lo el mateix dia</p>	<p>Els aliments crus tenen microorganismes que moren amb la cocció. Un cop cuinats, els aliments es poden recontaminar si abans de manipular-los no ens rentem les mans, o fem servir estris (ganivets, túrmix, taula de tallar...) i superfícies que no hem netejat prou bé.</p>
 <p>Gambes congelades</p>	<p>Sí. Els productes congelats es poden consumir encara que hagin superat la data de caducitat o consum preferent. La qualitat de l'aliment pot variar amb el pas del temps, però no fer-se malbé com per fer-nos mal.</p>	<p>Traiem la quantitat justa i no torneu a congelar les gambes que s'han descongelat. Descongelem a la nevera.</p>	<p>Al congelador. Si descongelem aliments es recomana no tornar-los a congelar. Les pèrdues nutritives són importants i irrecuperables.</p>	<p>Sigueu previsors i poseu a descongelar el dia anterior a la nevera. Traieu les quantitats justes. Si ens n'hem oblidat es pot descongelar al microones.</p>
 <p>Suc de taronja natural Fet ahir i l'hem deixat fora de la nevera</p>	<p>Depèn de la temperatura de conservació.</p>	<p>Les vitamines que tenen les fruites es perden de seguida (quan abans les mengem més les aprofitem). La taronja és rica en Vitamina C (antioxidant).</p>	<p>Sempre a la nevera Prepararem el suc just abans de consumir-lo.</p>	<p>Si ens ha sobrat suc podem posar-lo en motllos per a fer gelats de fruita natural.</p>
 <p>Liauna d'olives oberta fa tres dies</p>	<p>Sí</p>	<p>Si les hem de conservar molts dies es recomanable canviar la liauna per un envàs de vidre o plàstic alimentari i que puguem tapar bé.</p>	<p>A la nevera</p>	<p>La SAL és un bon conservant dels aliments.</p>
 <p>Pa sec</p>	<p>Si, si no han crescut floridures</p>	<p>La deshidratació del pa és inevitable. Abans que es posi dur es pot congelar per lesques i anar traint-lo segons necessitem. Quan més tard es congela pitjor qualitat tindrà quan el descongelem</p>	<p>A temperatura ambient</p>	<p>Cal ser previsor d'allò que necessitem per no llençar menjar encara que es pugui pagar. Sigueu creatius! Podem fer: - pa ratllat i per arrebossats. - sopa de "pa", - "tortitas de Santa Teresa"... i un munt de receptes: busqueu per les xarxes socials.</p>





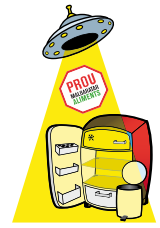
ANNEX II

IL·LUSTRACIONS PEL JOC DELS ALIMENTS MALBARATATS.



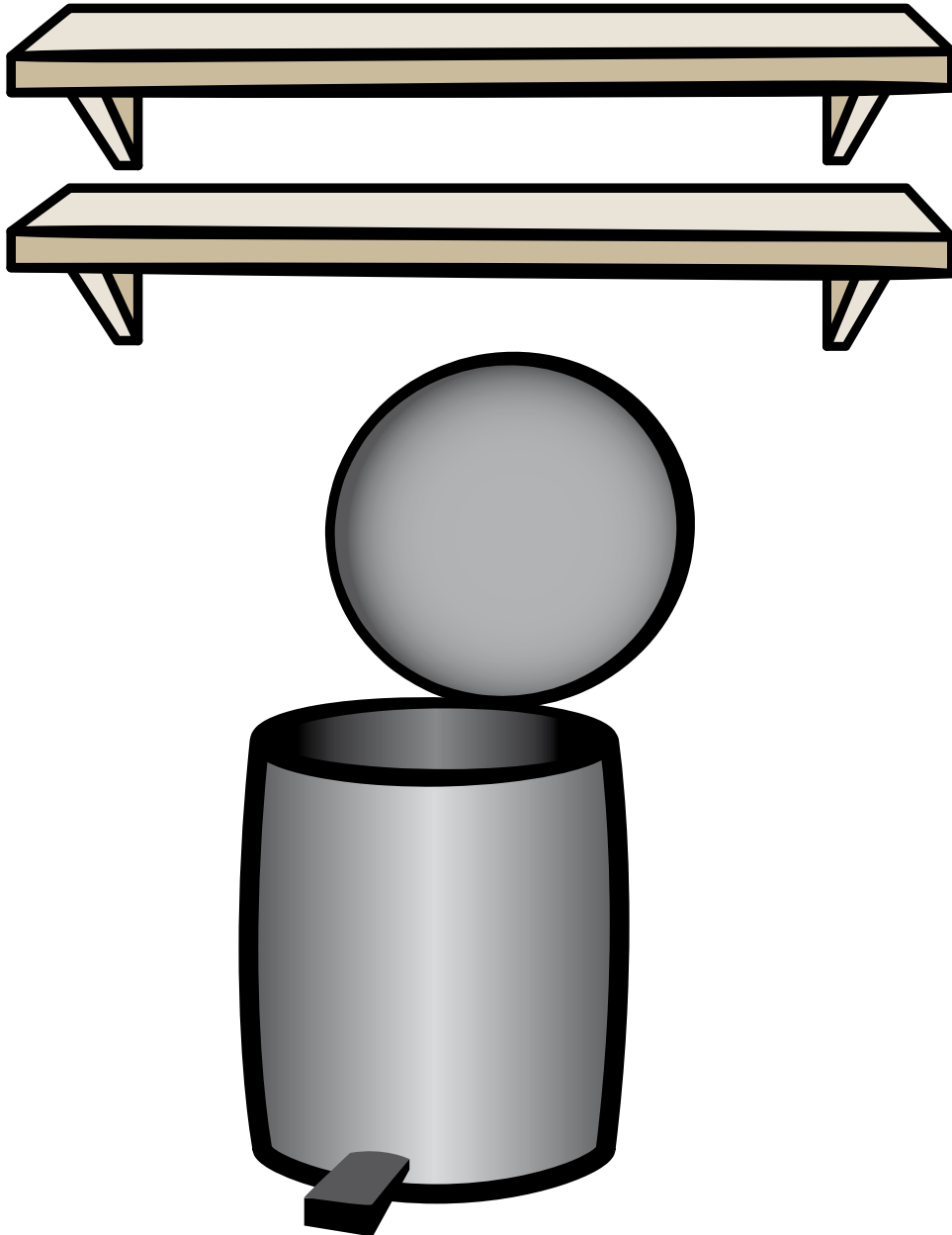
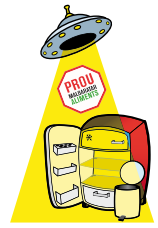


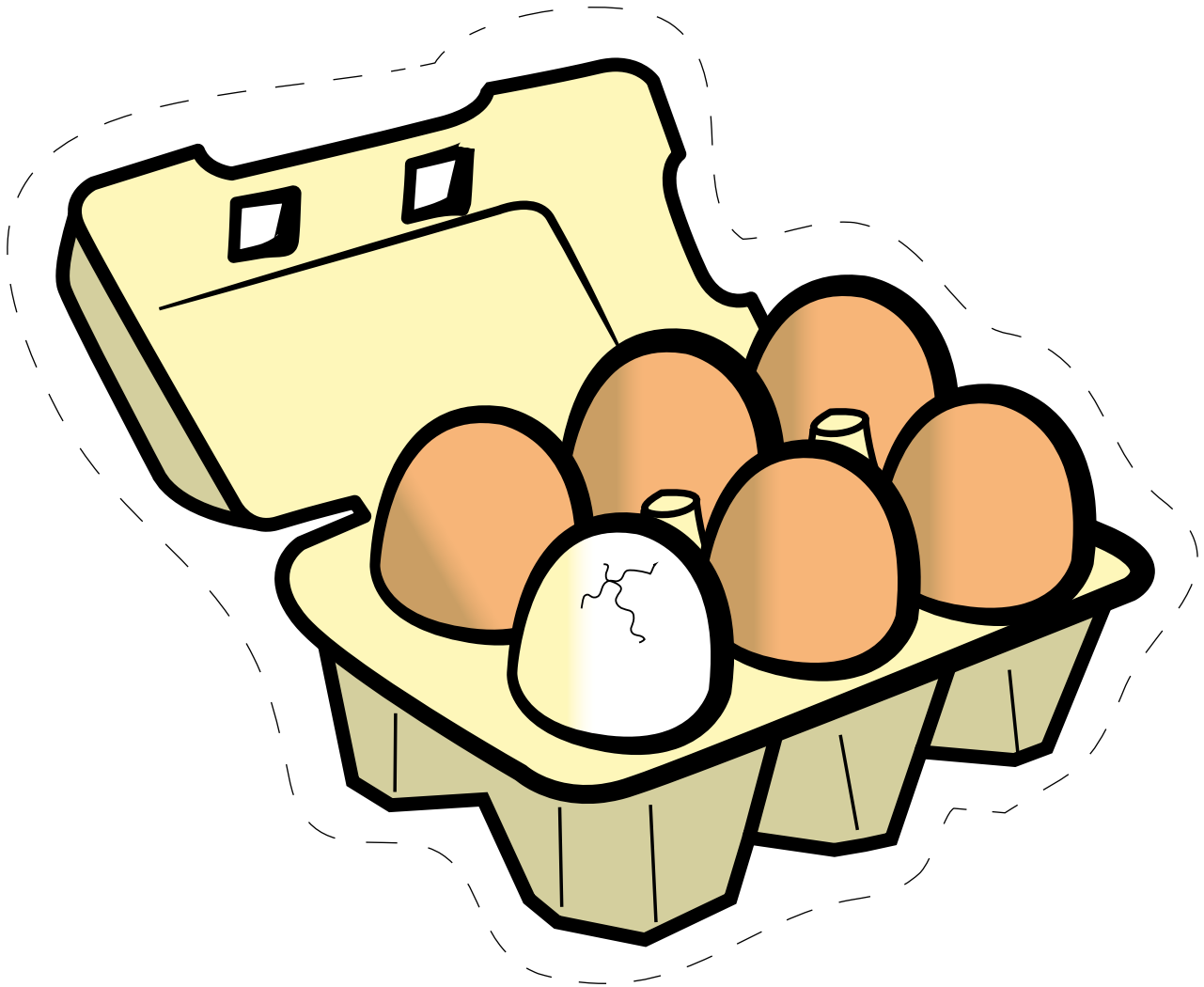
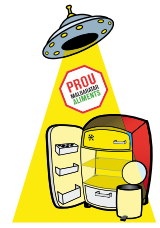
AGAM Com arribar a ser **AGent AntiMalbaratament** alimentari
TALLER TEATRALITZAT SOBRE MALBARATAMENT ALIMENTARI A LES ESCOLES.
DOSSIER EDUCATIU PER A PROFESSORS I DINAMITZADORS

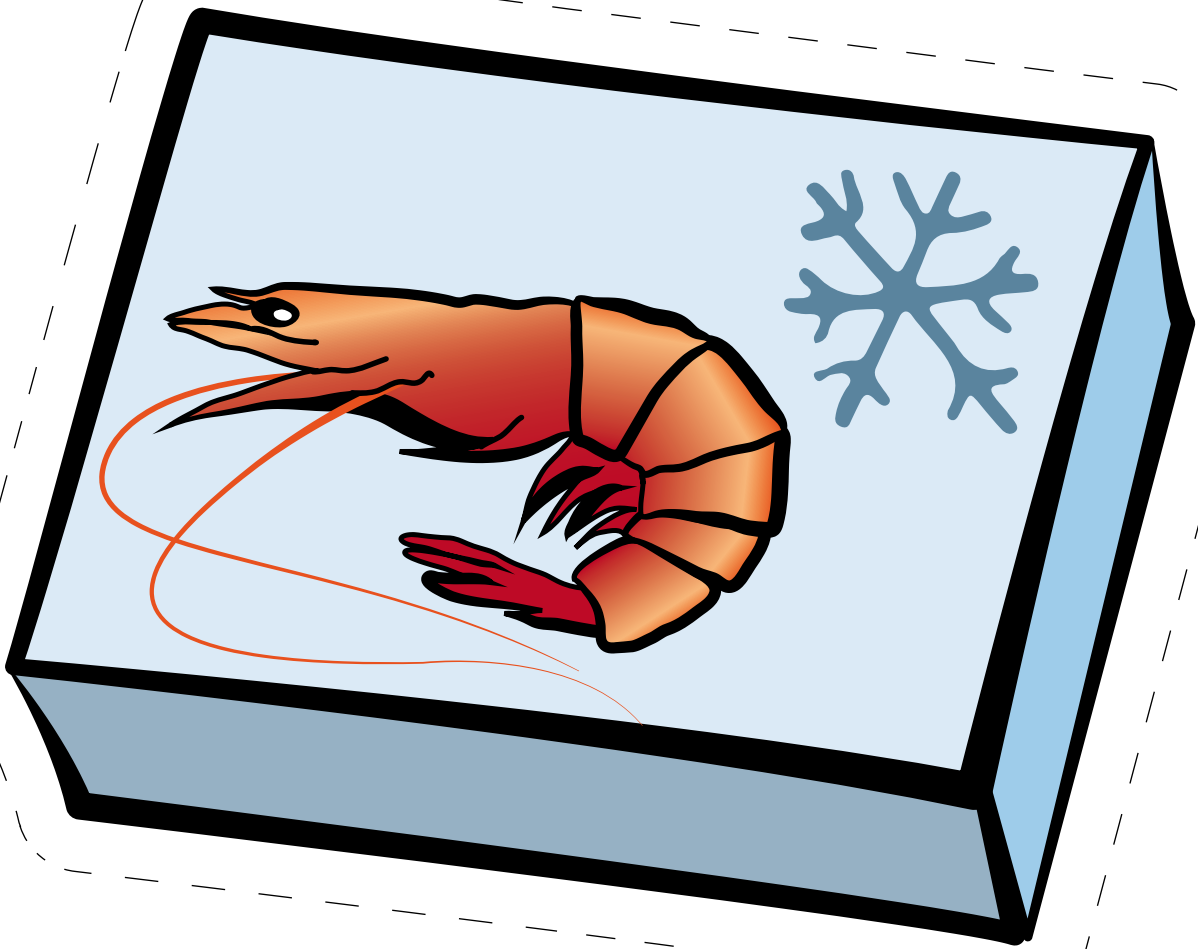
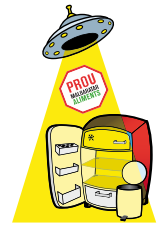


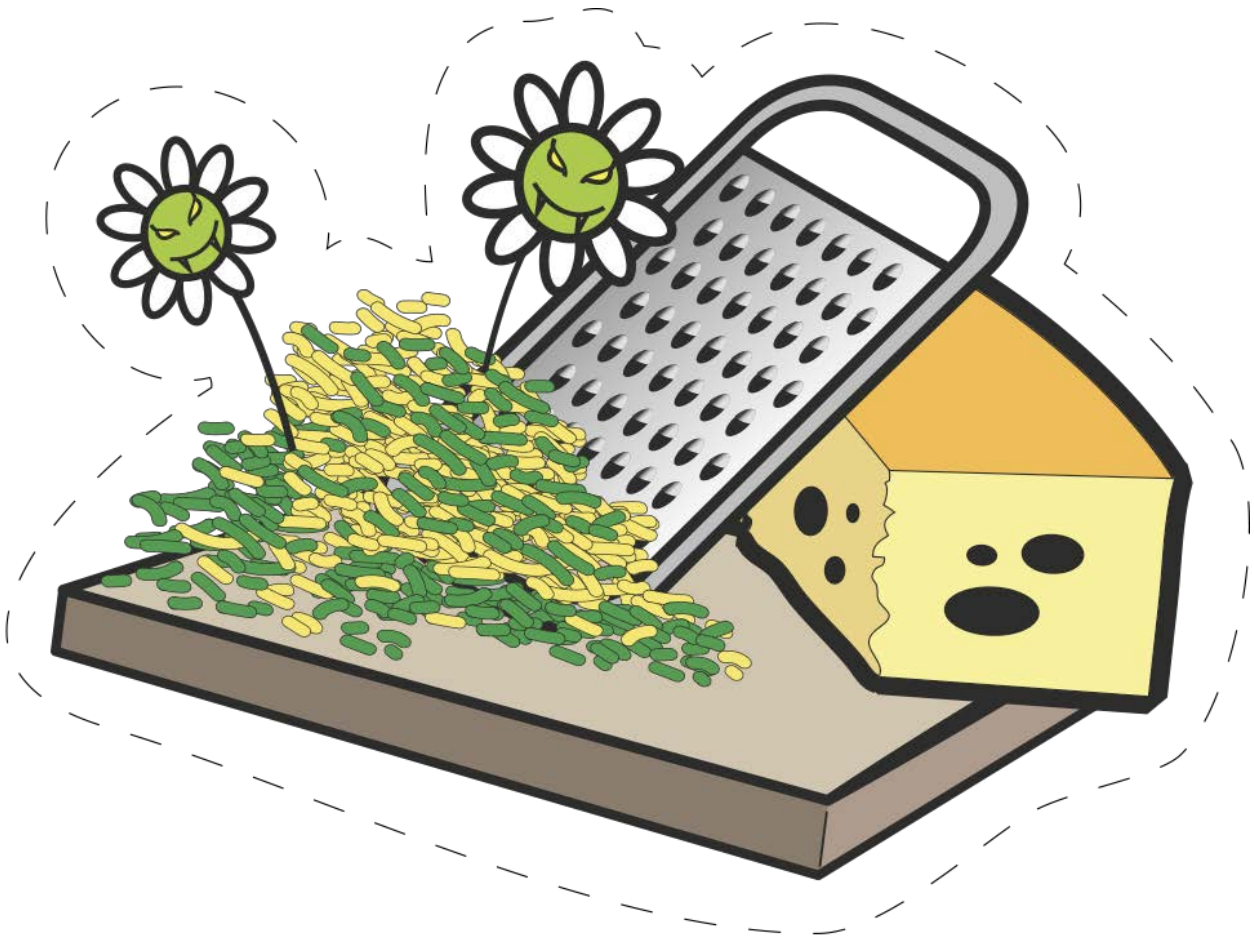
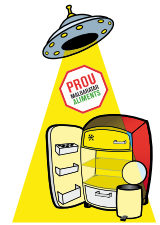
Generalitat de Catalunya
Departament de Salut
Secretaria de Salut Pública

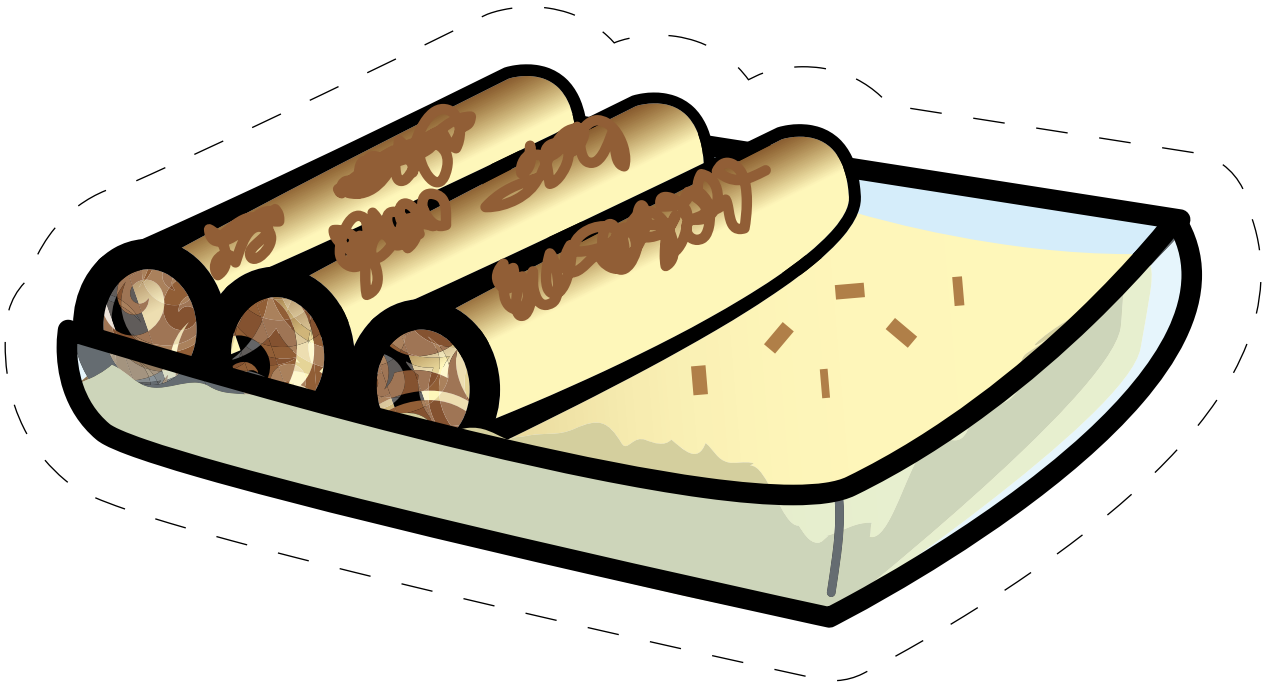
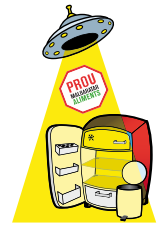
| PINSAP |
Pla interdepartamental
de salut pública

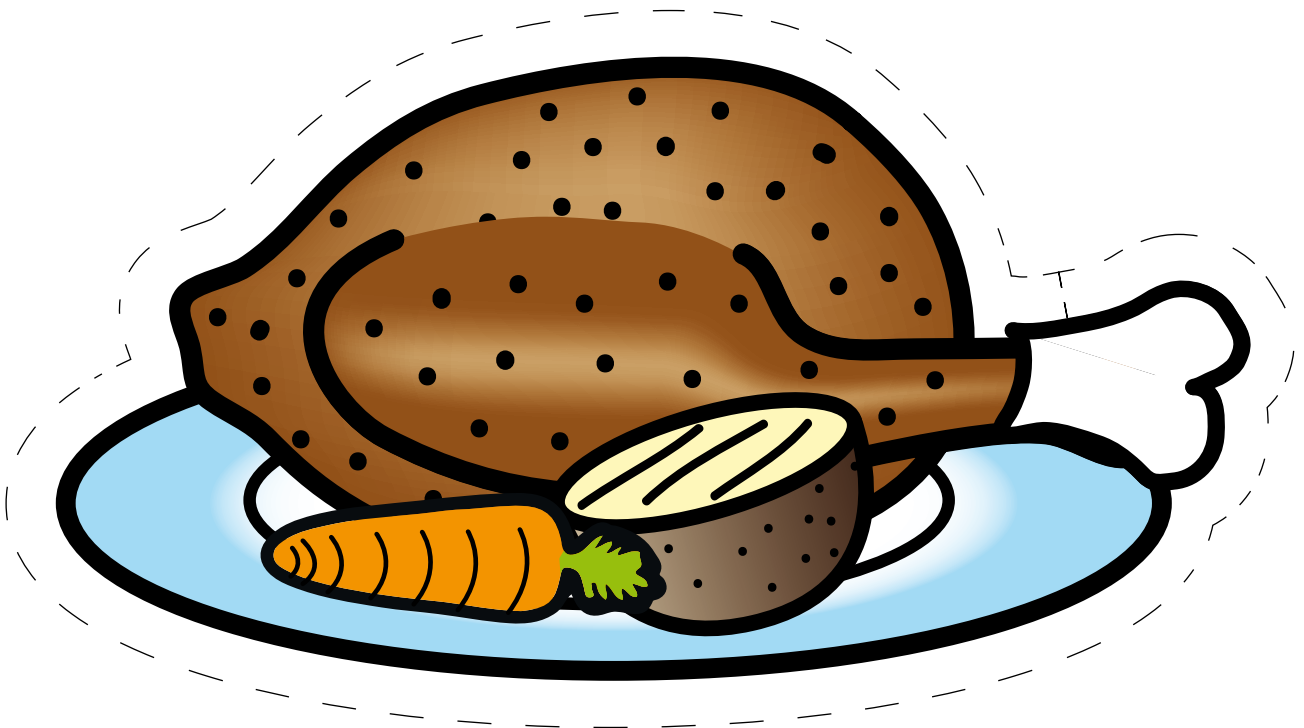
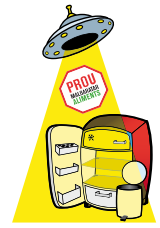


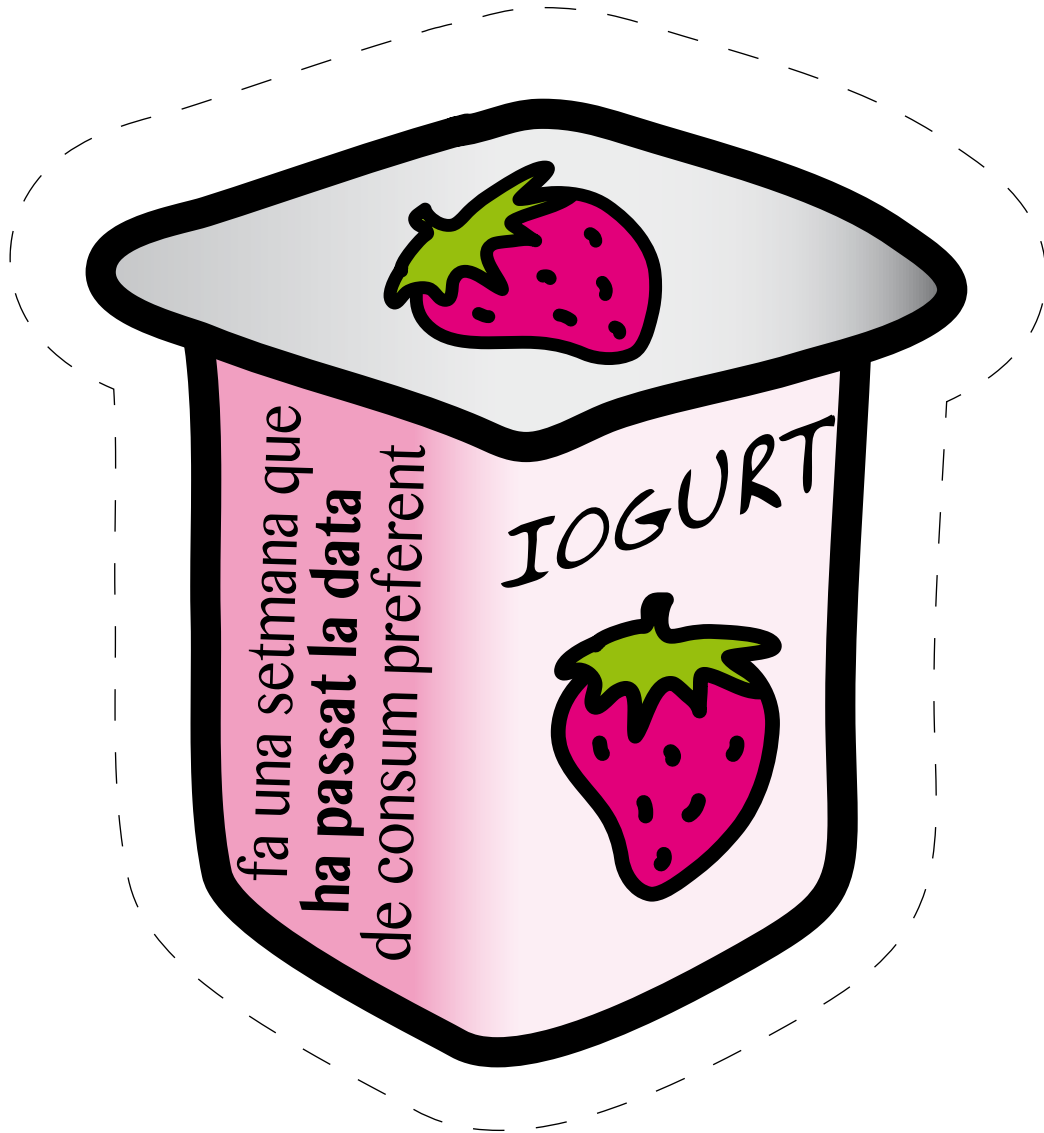
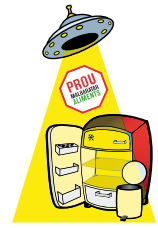


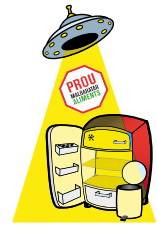


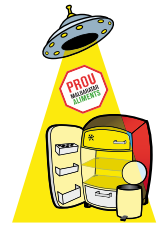


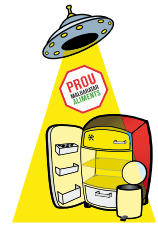


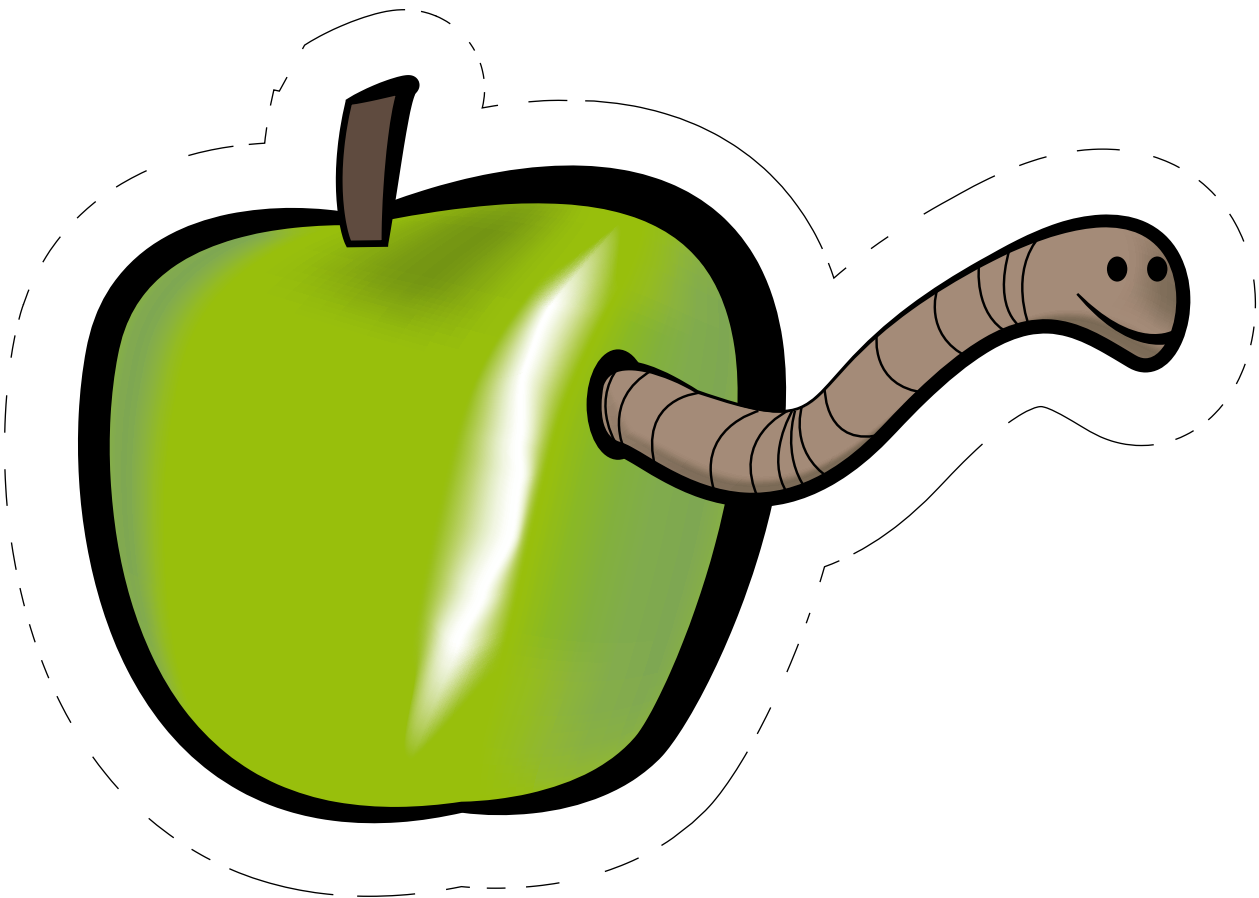
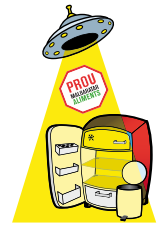


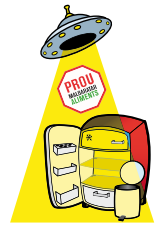


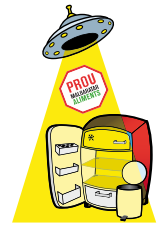


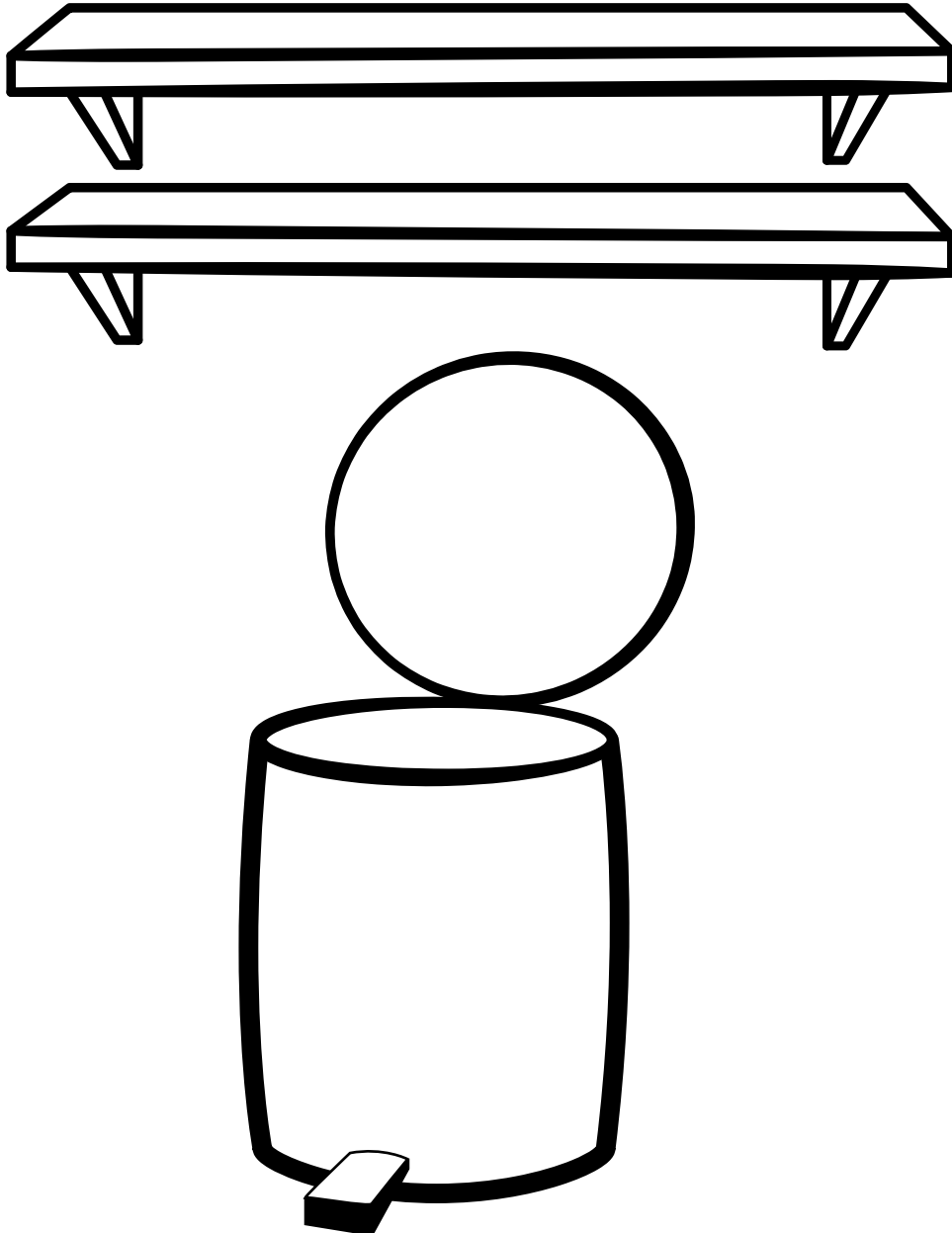
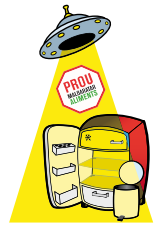


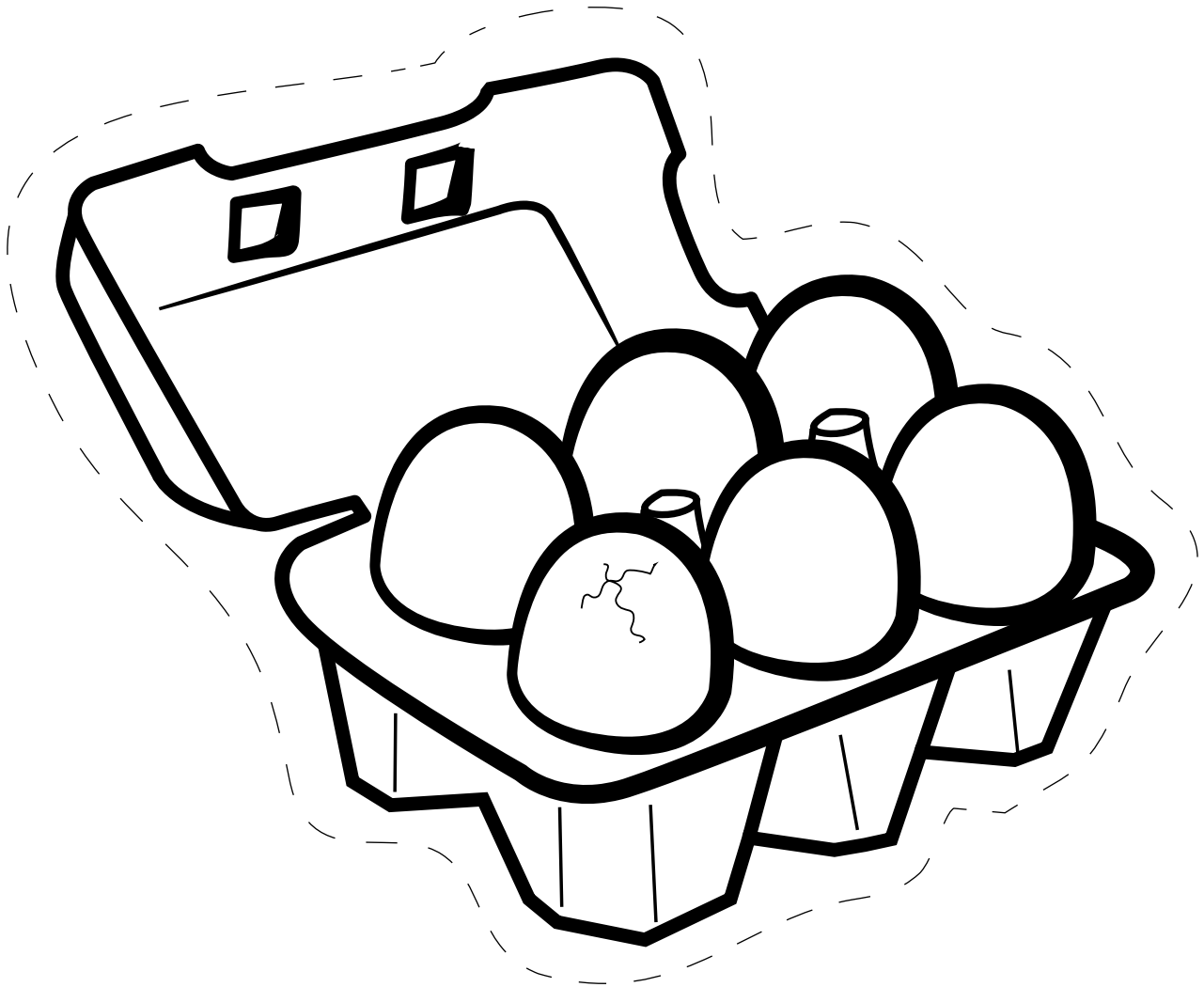
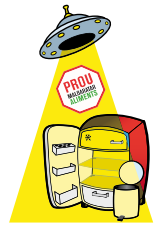


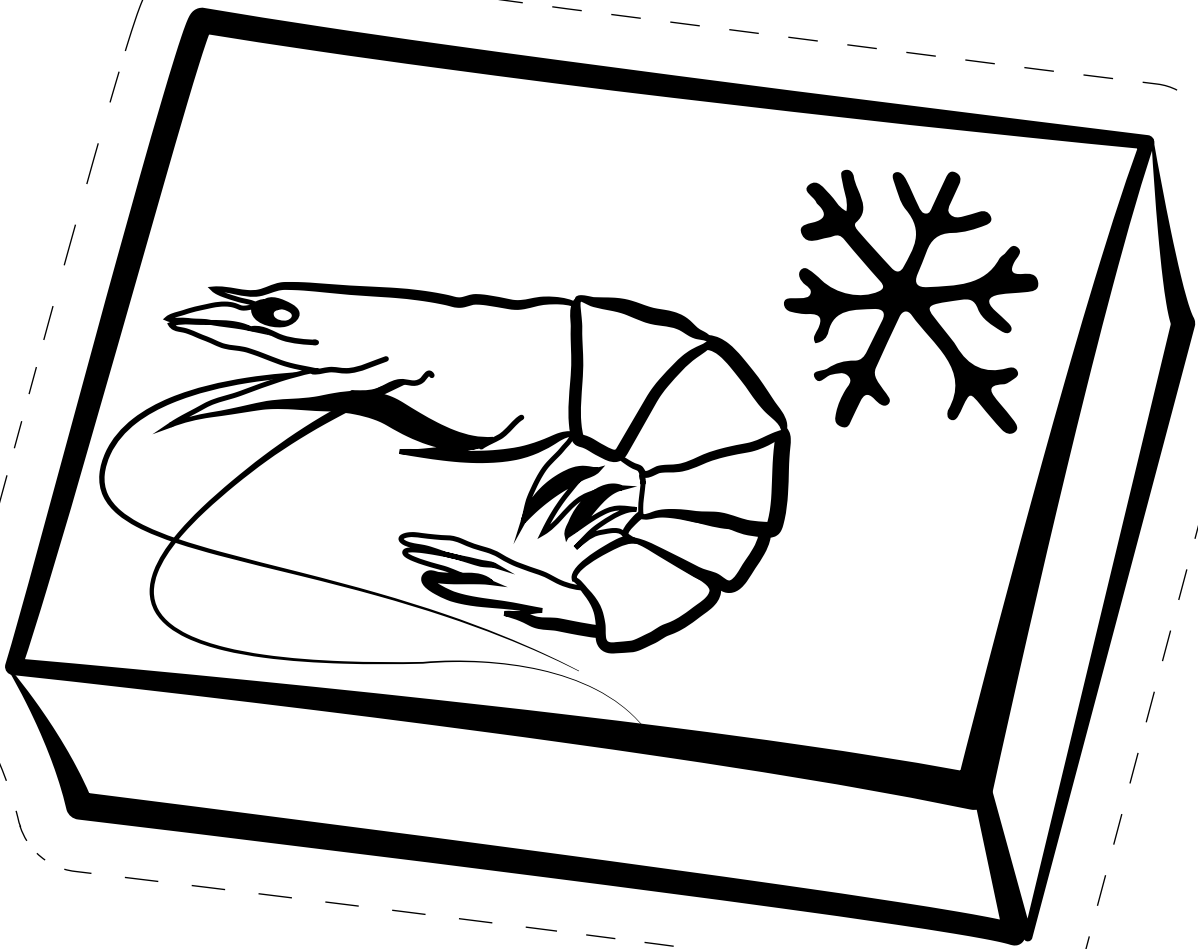
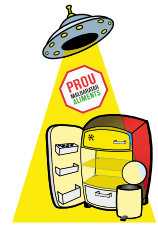


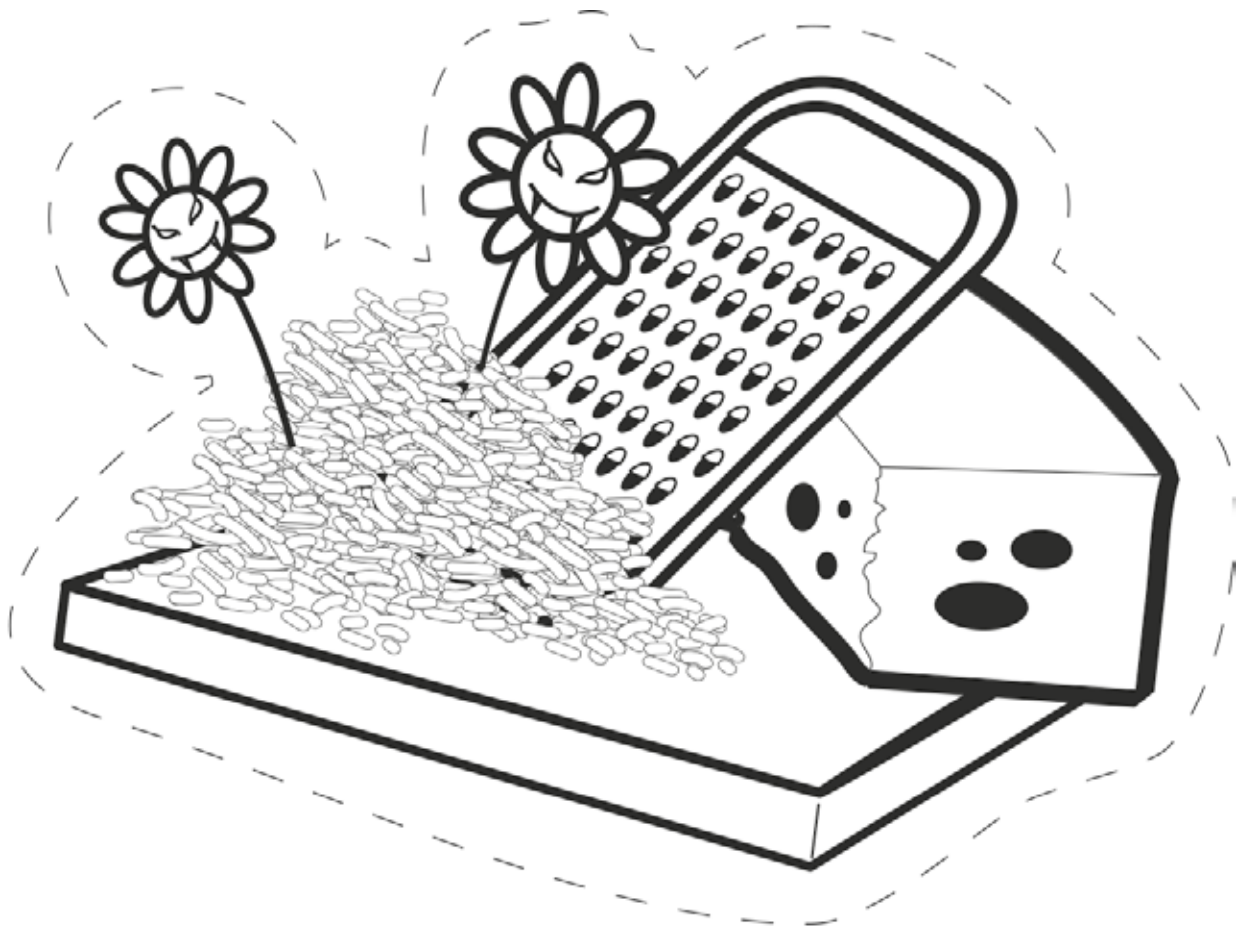
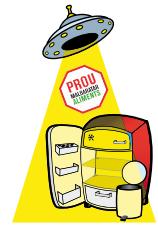


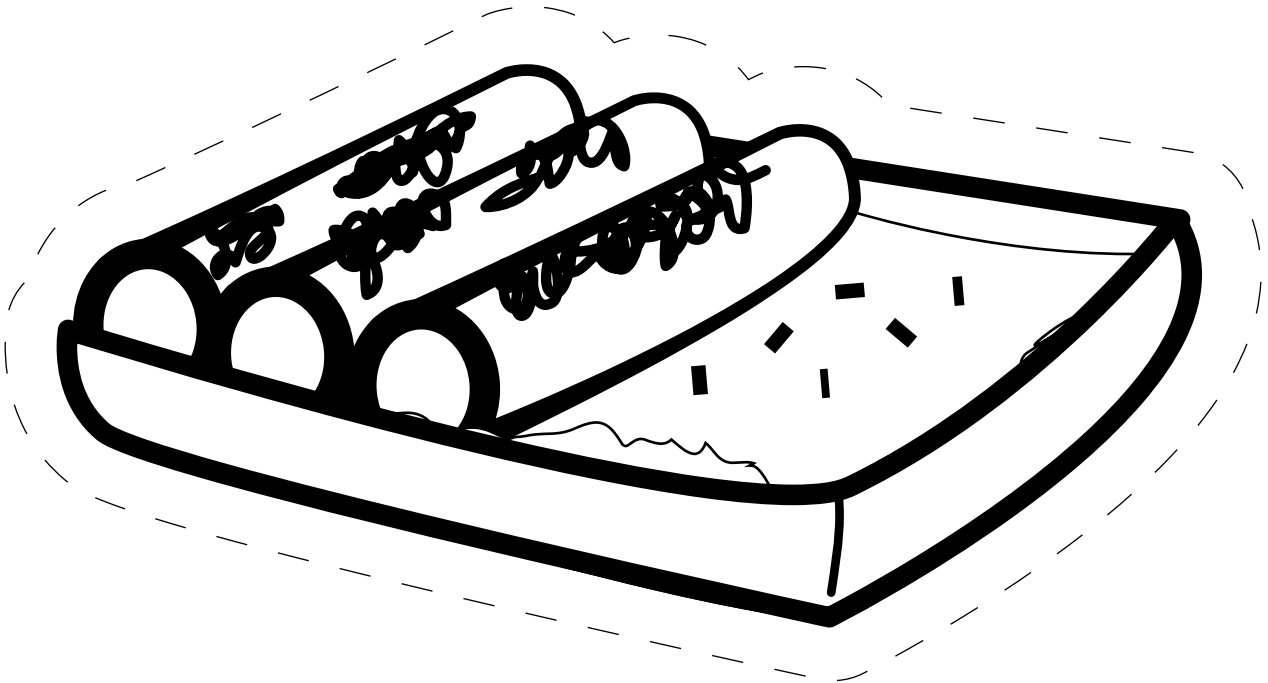
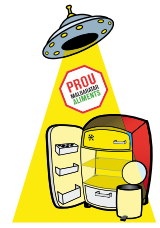


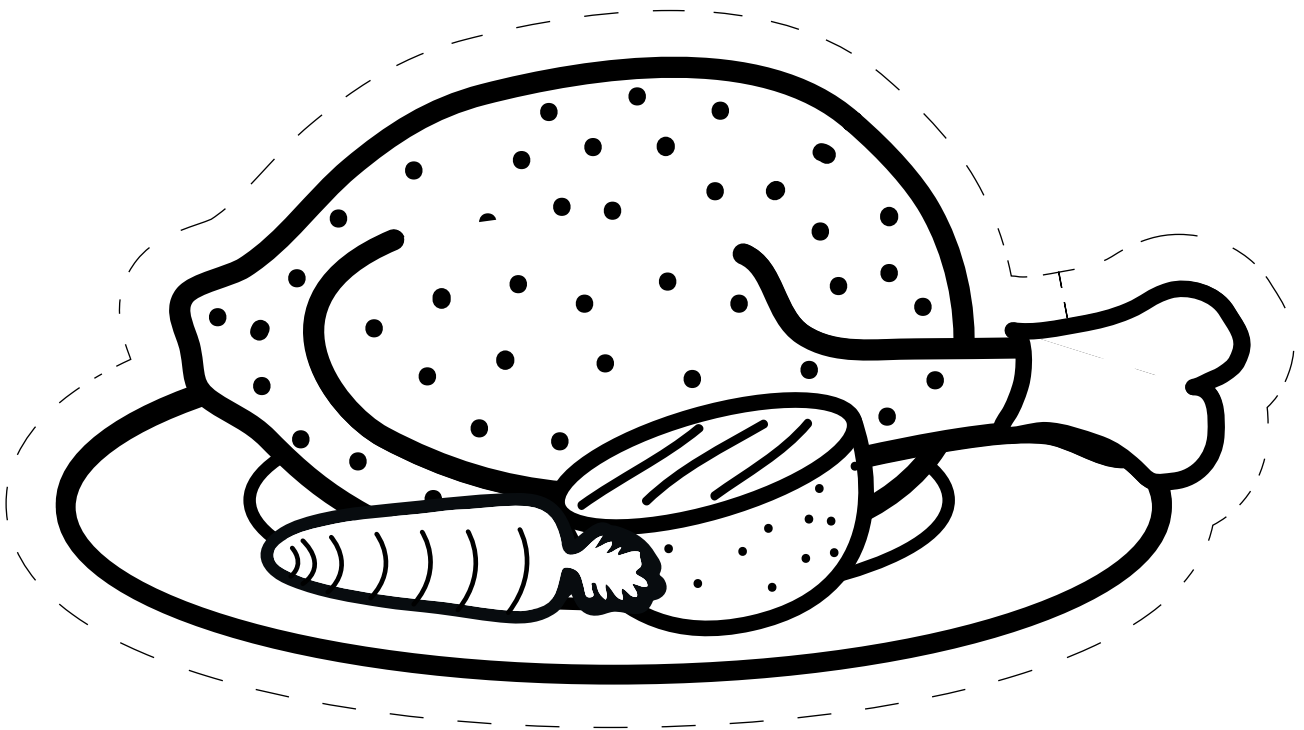
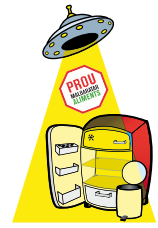


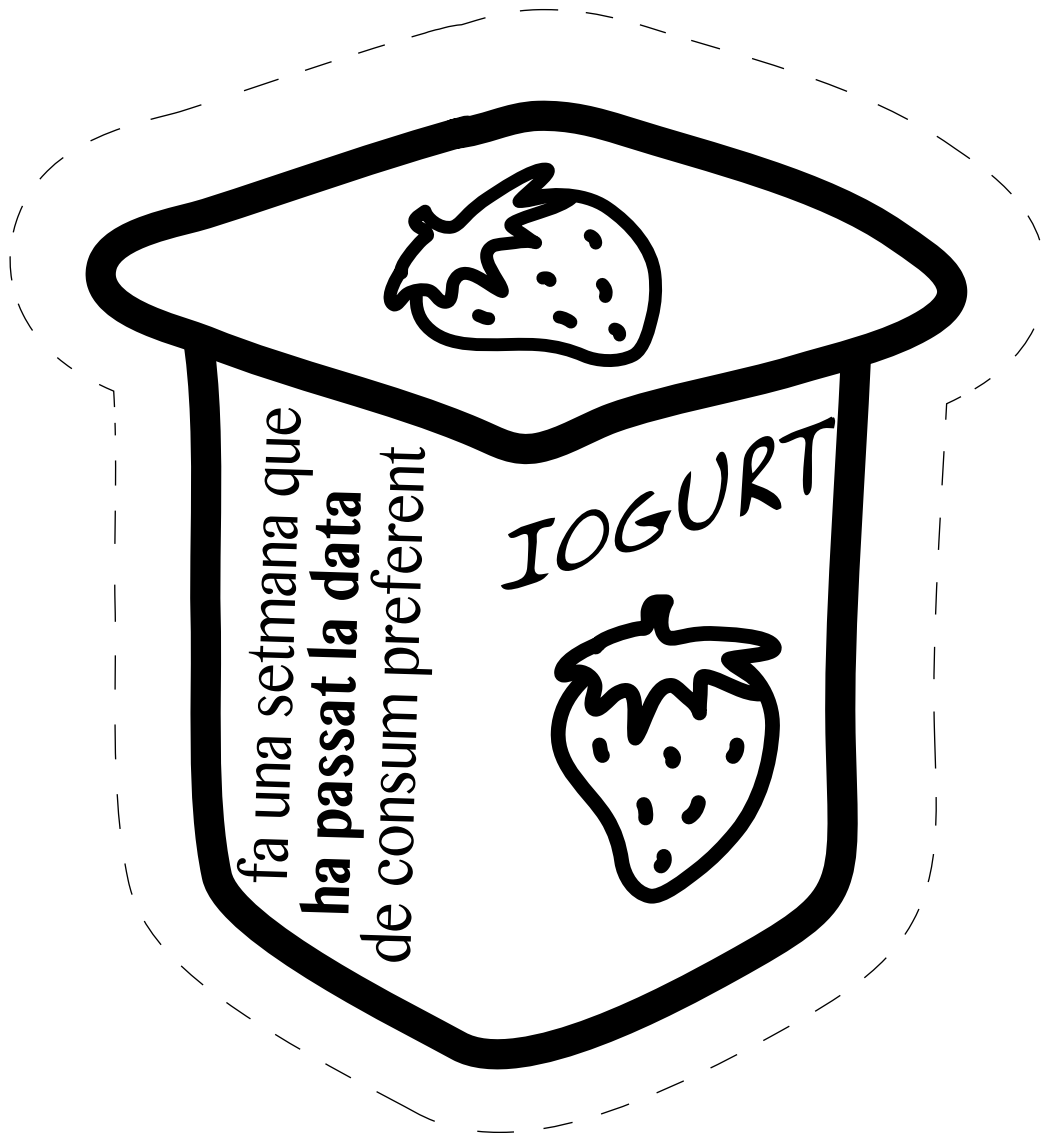
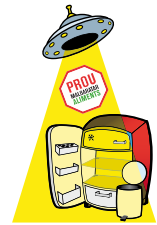


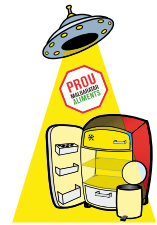


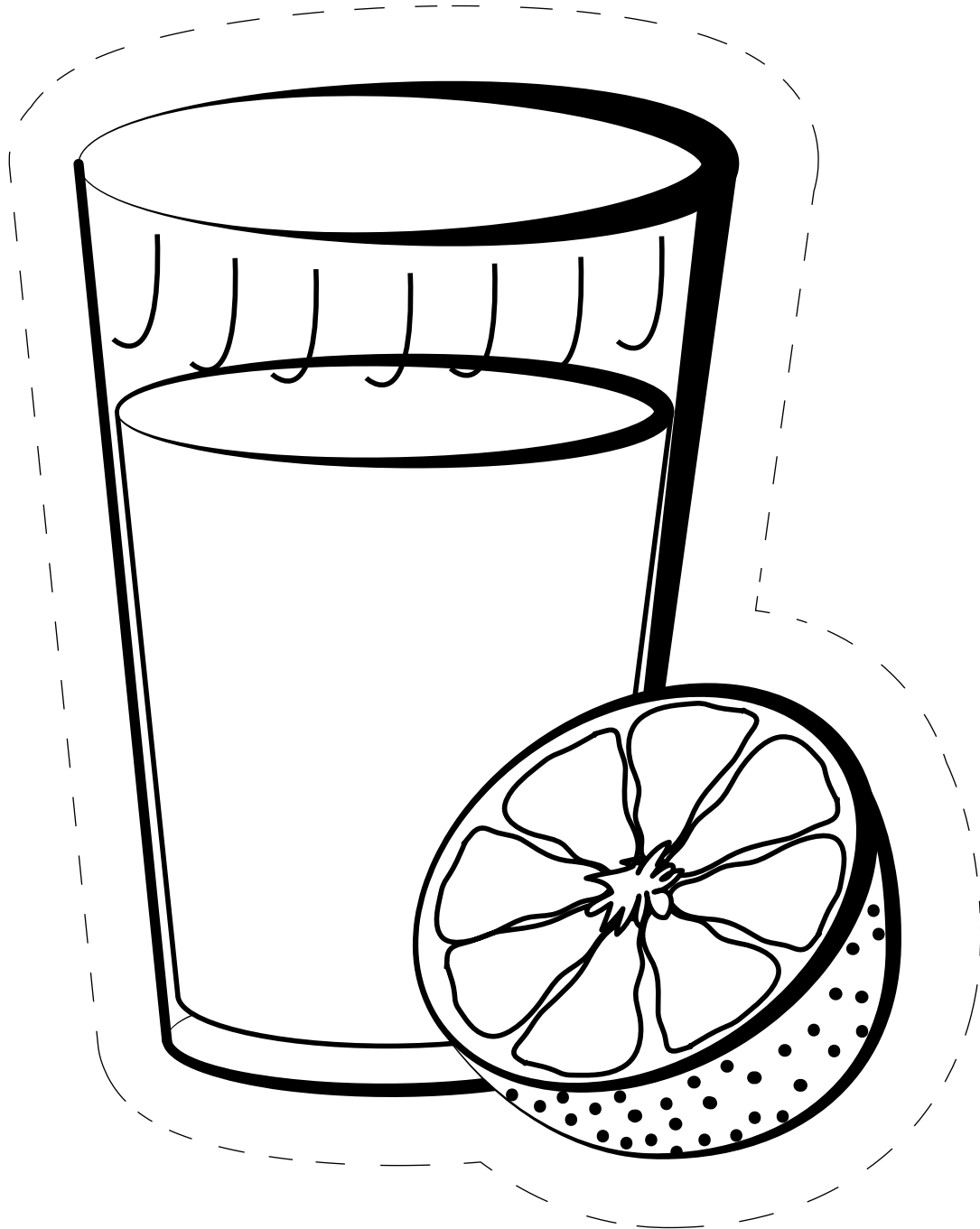
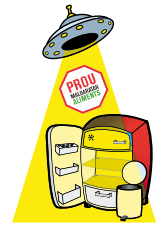


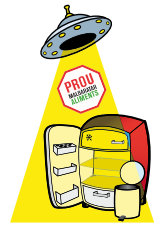


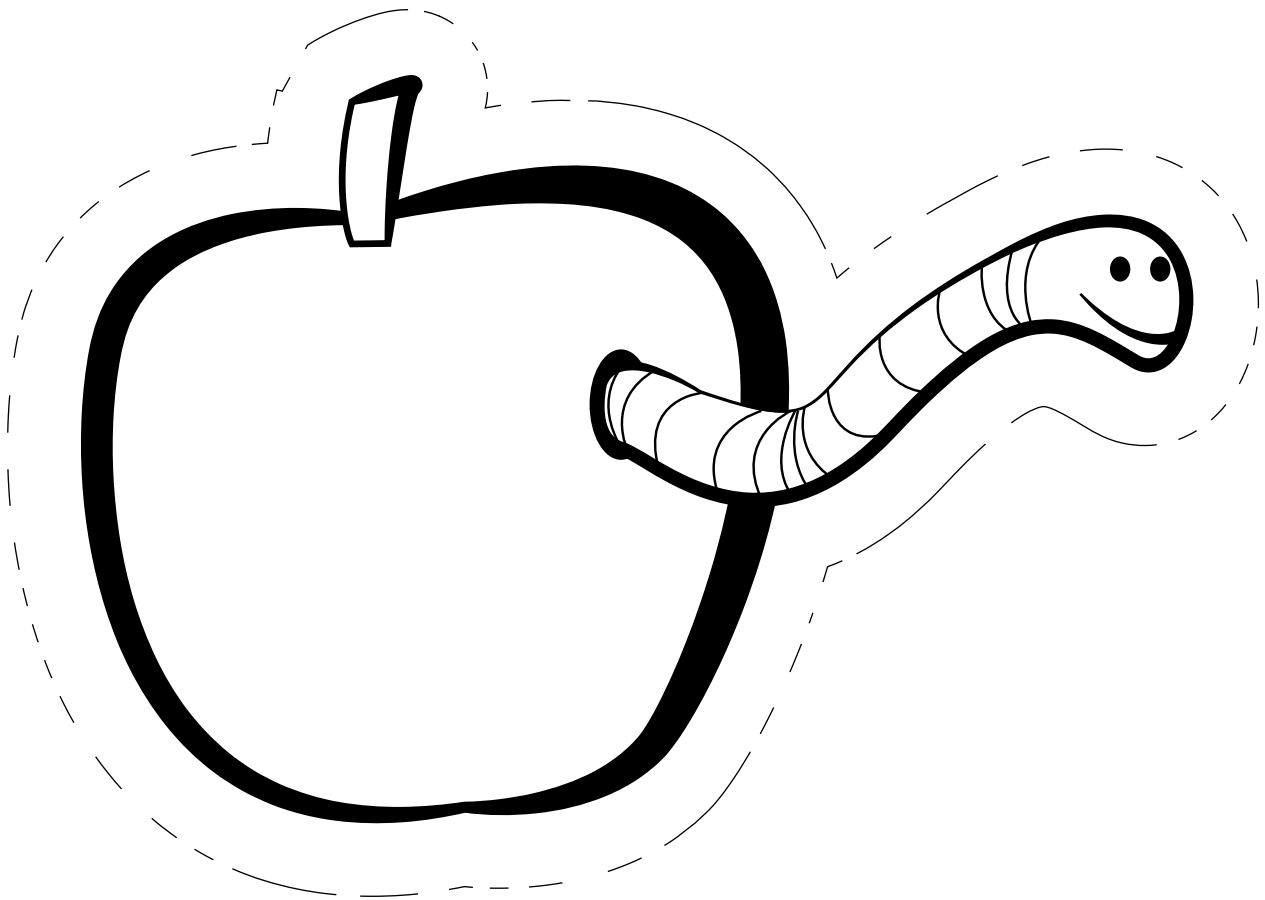
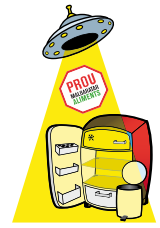


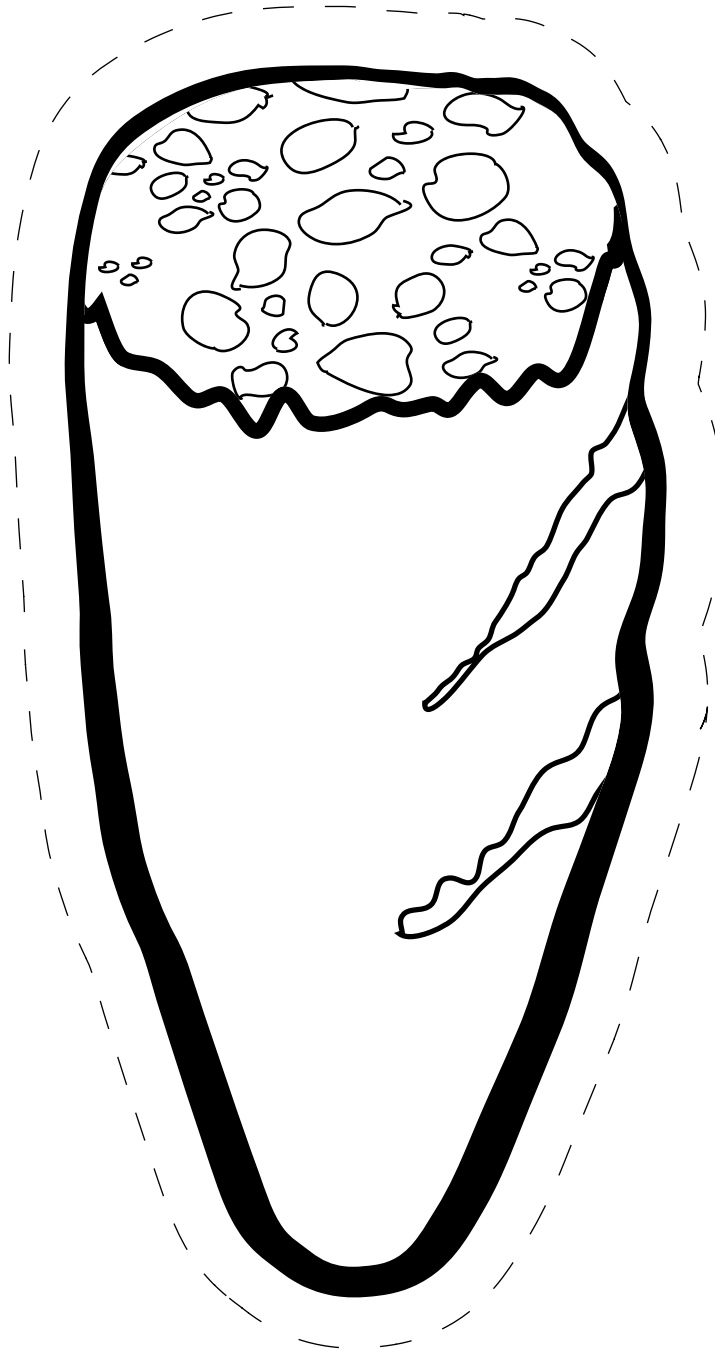
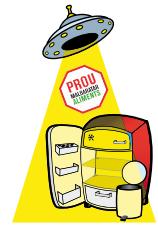


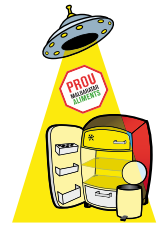












ANNEX III ENQUESTA DE SATISFACCIÓ.

Ens les podeu fer arribar al contacte de l' ASPCAT: psalatr@gencat.cat

Nom de l'escola/Municipi	
Persona responsable/càrrec	
Curs i aula on s' ha fet l'activitat	
Nombre d'alumnes a l'aula	
Data	

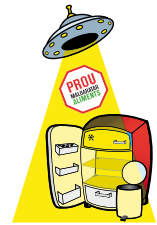
Si us plau, ens agradarà molt tenir la vostra valoració un cop finalitzat el taller. 1:Gens 2:Poc 3:Correcte 4:Bé 5:Molt/molt bé

	1	2	3	4	5
L'activitat proposada és adequada a l'edat dels alumnes					
El temps de durada del taller és adequat					
El material adreçat a l'alumne és adequat					
Valoreu el grau d'acceptació dels alumnes					
Valoreu els continguts de cada apartat del taller:					
- Presentació i introducció al malbaratament alimentari					
- Joc dels aliments malbaratats:raonem i decidim					
- Els cubells d'escombraries:compartim l'experiència en grup					
- La meva acció, el meu compromís					
- El misteri de la capseta/missatge final					
L'organització dels tallers ha estat adequada					
El taller ha complert les vostres expectatives (valoració global)					

Si la vostra valoració en alguns dels apartats anteriors ha estat 1,2 o 3, ens agradarà saber quines són les propostes de millora.

Moltes gràcies per la vostra col·laboració.





ANNEX IV

TRÍPTIC: “Prou malbaratar aliments. Què pots fer tu per aprofitar el menjar?”

http://www.gencat.cat/salut/acsa/html/ca/dir3612/triptic_malbaratament.pdf

ANNEX V

MATERIAL DE SUPORT PEL CONCEPTE “MALBARATAMENT”: la magnitud de la tragèdia.

260.000 T d'aliments malbaratats = necessitats de
500.000 pers./any



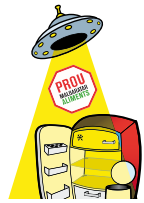
>50.000



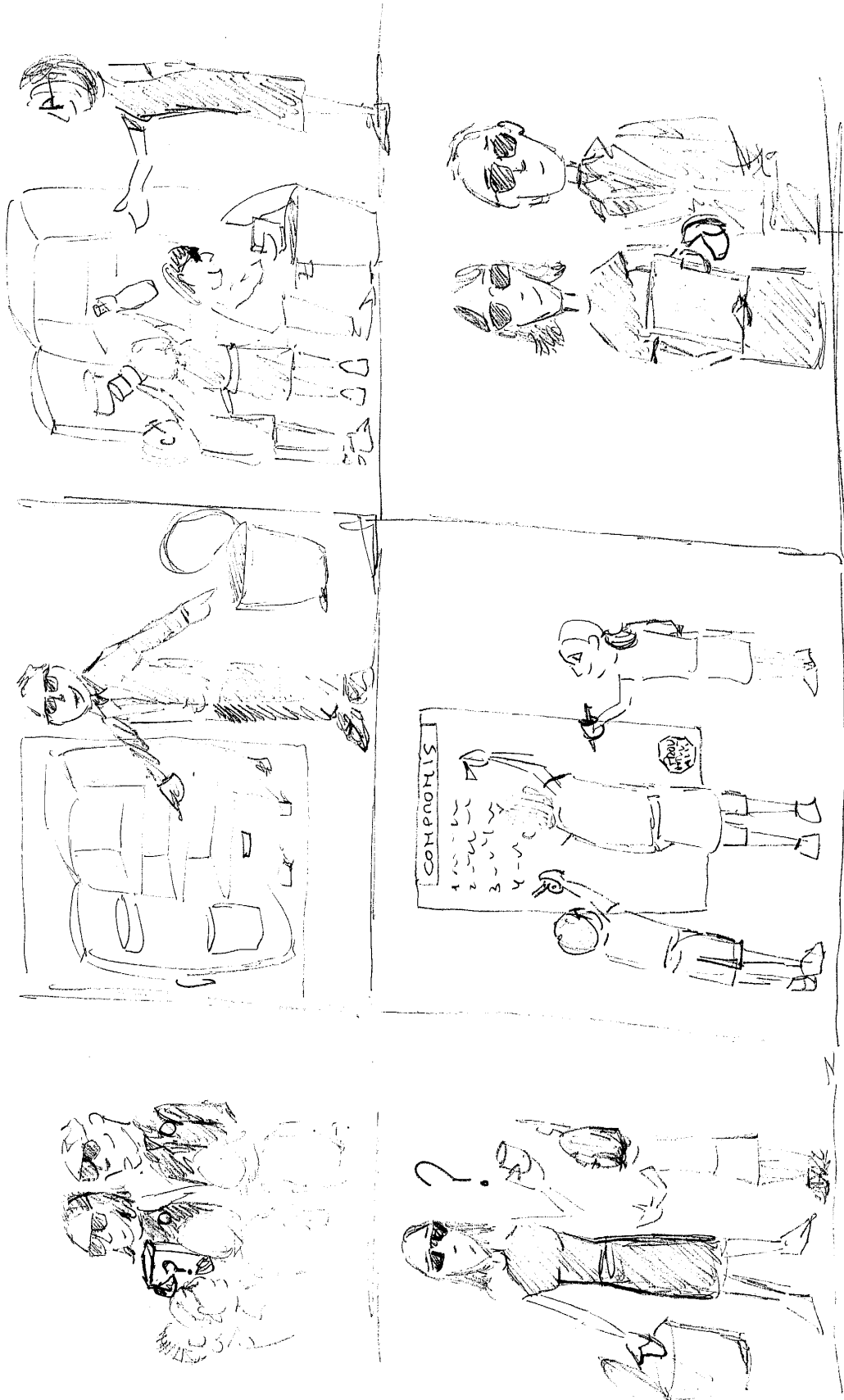
A Catalunya un 32% dels residus municipals són
restes alimentàries

**El 64% del malbaratament
passa als domicilis
particulars**



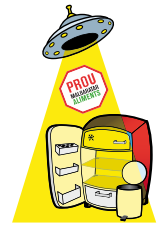


ANNEX VI
STORYBOARD





AGAM Com arribar a ser **AGent AntiMalbaratament** alimentari
TALLER TEATRALITZAT SOBRE MALBARATAMENT ALIMENTARI A LES ESCOLES.
DOSSIER EDUCATIU PER A PROFESSORS I DINAMITZADORS

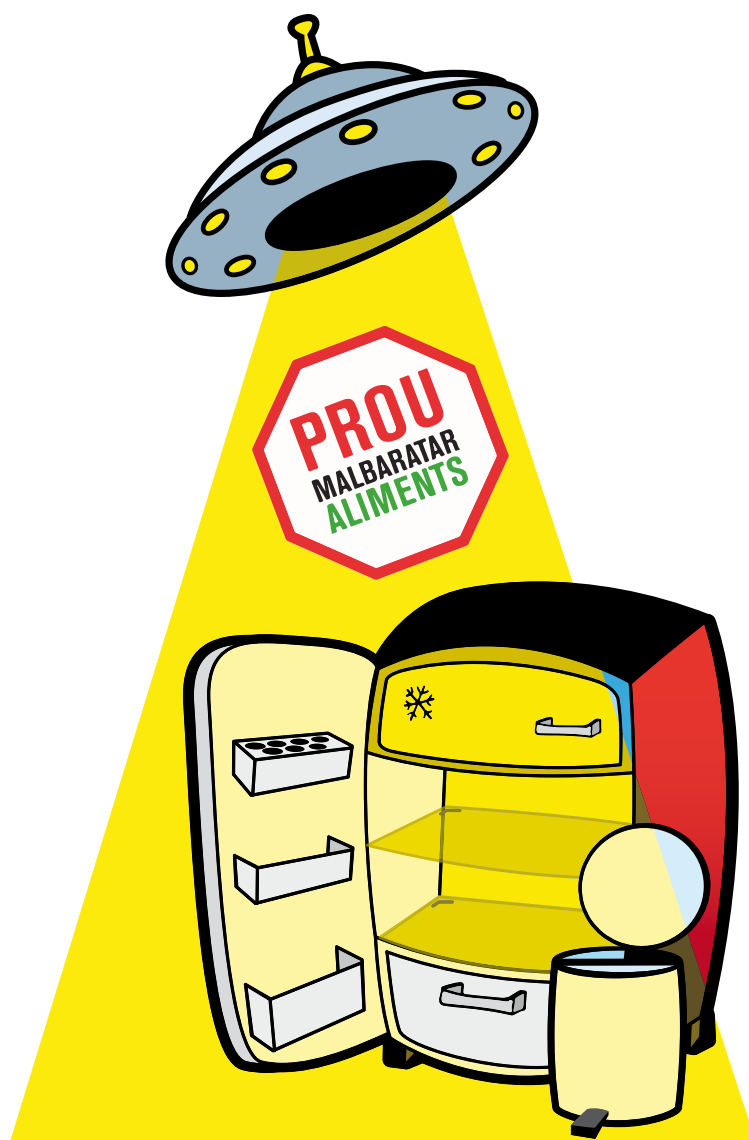


ANNEX VII
PLACA IDENTIFICATIVA.



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut
Secretaria de Salut Pública

| PINSAP |
Pla interdepartamental
de salut pública



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut
Secretaria de Salut Pública

| PINSAP |

Pla interdepartamental
de salut pública