

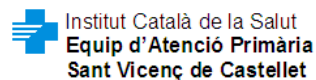


Ajuntament de
Sant Vicenç de Castellet



MARATÓ RESIDU ZERO, L'ESMORZAR SALUDABLE I SOSTENIBLE

PREMI EWWR 2018, categoria administració pública





OBJECTIU:

- Promoure l'**alimentació saludable** a les escoles
- **Reduïr** la quantitat de **residus** dels esmozars escolars

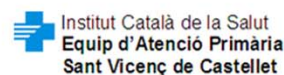
A través → d'una **acció simultània a totes les escoles**
→ i amb forta **repercussió mediàtica**
→ repartiment d'**un embolcall reutilitzable**

PÚBLIC DESTINATARI:

- **600 alumnes** de primària i les seves famílies

COL·LABORADORS:

- Les tres escoles de primària del municipi
- AMPA's de les tres escoles
- Servei de Salut comunitària del CAP (Departament de Salut)
- Productors locals (producte ecològic o de proximitat)



PLANIFICACIÓ I TIMING DE LA CAMPANYA



Calendari campanya "Marató Residu Zero"

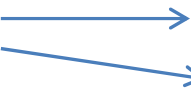
Activitat	maig- juliol	Setembre	Octubre					Novembre		
			1-5	8-12	15-19	22-26	29-31	5-9	12-16	19-23
Reunió ambulatori *	X									
Preparació documentació inici de curs *	X									
preparació manual AMPA'S prevenció de residus *	X									
Preparació bases concurs Instagram *	X									
Preparació premis concurs Instagram *	X									
Preparació activitats centres educatius *	X									
Reunions inici de curs amb les famílies		X								
Activitats amb els alumnes <i>Els residus que generem al pati</i>			X							
Activitat taller amb els alumnes: <i>Esmorzar saludable i sostenible</i>				X	X	X				
Concurs instagram									X	
Cloenda amb alumnes i famílies (premis concurs instagram). Setmana Europea de Prevenció de residus										X

* Durant aquestes fases es realitzaran comunicacions i consultes puntuals als diferents centres/ampes, segons s'escaigui

FASES



Fase preparatòria I (maig/juny 2018):

- Reunions prèvies 
 - consultoria i disseny de campanya
 - equips directius de les escoles
- Elaboració dels documents de treball:
 - *Decàleg de l'esmorzar saludable i sostenible* per a les famílies
 - *Manuals de bones pràctiques per la prevenció de residus* per a les AMPA's
 - elaboració de les *bases del concurs Instagram*, amb les AMPA's

Fase preparatòria II (setembre 2018):

- Assistència de tècnica ajuntament i la pediatria del CAP a les reunions d'inici de curs dels tutors amb cada grup-classe.
Implicació del centre, tutor i de la família.





**L'*snak'n'go* com un element més
de la motxilla escolar.**



FASES

Fase 1 – Diagnosi inicial residus generats en els esmorzars (octubre 2018)

Diagnosi als **26 grups-classe participants**, amb la dinamització del pallasso “**Basureto**”, per fer el recompte inicial. (<https://youtu.be/Yw3k30IKPIk>)











FASES



Fase 2 – Treball a l'aula i concurs instagram (octubre 2018)

Tallers a l'aula, *l'Esmorzar saludable i sostenible*.

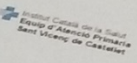
- Activitat realitzada a les 26 aules (grups-classe)
- Educadora ambiental + infermera de salut comunitària (CAP)
- Lliurament a cada nen/família:
 - embolcall reutilitzable (**snack'n'go**)
 - *Decàleg de l'esmorzar saludable i sostenible*
 - Bases del concurs instagram
- L'objectiu és que la bosseta s'incorpori al material habitual que l'alumne ha de dur a l'escola (estoig, bata, llibreta, etc), i esdevingui un element bàsic en la motxilla escolar.









DECÀLEG PER UN ESMORZAR/BERENAR SALUDABLE I SOSTENIBLE

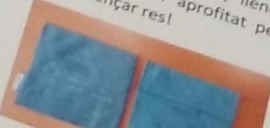
Esmorzar bé a casa abans d'anar a l'escola, esmorzar a mig matí i fer un bon berenar, contribueix a la distribució adequada de l'energia al llarg de la jornada i ajuda a assolir els requeriments nutricionals.

A l'hora de fer l'esmorzar per l'escola (o berenar), recorda:

- L'esmorzar de l'escola i el berenar han de consistir en un entrepà (de formatge i pernil, de fruita...), fruita fresca de temporada o fruita seca
- Reserva la mantega i altres greixos, així com els dolços (sucre, mel, mermelada, xocolata, cacau) i els suc de fruita envasats per a un consum ocasional i moderat
- Si entre l'esmorzar de l'escola i el dinar, o entre el berenar i el sopar, passa poca estona, aquest ha de ser lleuger. Prepara la mida justa, que no et quedis amb gana però que tampoc te'n sobri!
- Utilitza recipients i embolcalls que es puguin reutilitzar, tipus carmanyola o Snack'n'Go...
- Evita utilitzar paper d'alumini per a embolicar. És un material molt valuós, limitat al nostre planeta, i utilitzant-lo gastem energia innecessàriament, contaminem i produïm residus
- Al pati hi ha fonts, utilitza-les: l'aigua és molt sana! Recorda que la majoria de suc i preparats lactis industrials contenen edulcorants
- Si optes per una beguda envasada, evita utilitzar tetrabrics, ja que en utilitzar-los promovem la cultura de l'usar i llençar i fomentem l'augment de residus amb paquets individualitzats i de mida més petita
- Per evitar els envasos petits, compra envasos grans i utilitza una cantimplora
- Recicla tots els residus que es generin derivats del teu esmorzar. L'escola disposa de contenidors específics
- Si no t'acabes l'entrepà, no el llença a la paperera, sinó al compostador! Així el teu entrepà servirà per obtenir compost. Si la teva escola no té compostador, llença l'entrepà al contenidor de les restes de menjar, per tal que pugui ser aprofitat per obtenir compost. Recorda: si t'endús la mida justa, no hauràs de llençar res!

Per a més informació: <http://canalsalut.gencat.cat/ca/vida-salut>



FASES



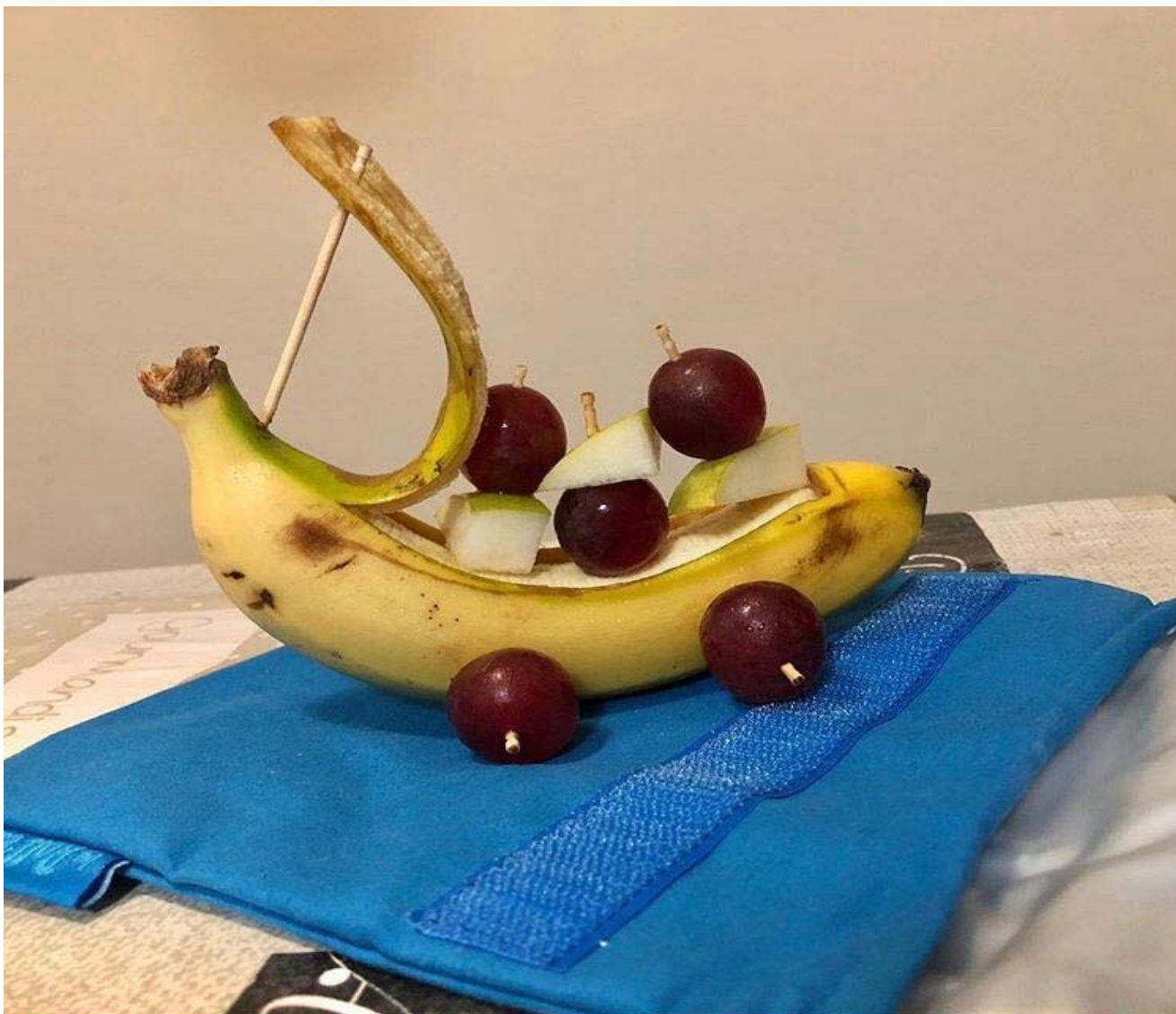
Fase 2 – Treball a l'aula i concurs instagram (octubre 2018)

Concurs Instagram #svcresiduzero:

Adreçat a les famílies dels escolars, que hi podien participar penjant les fotos dels esmorzars elaborats amb aliments sans i que no generin residus.

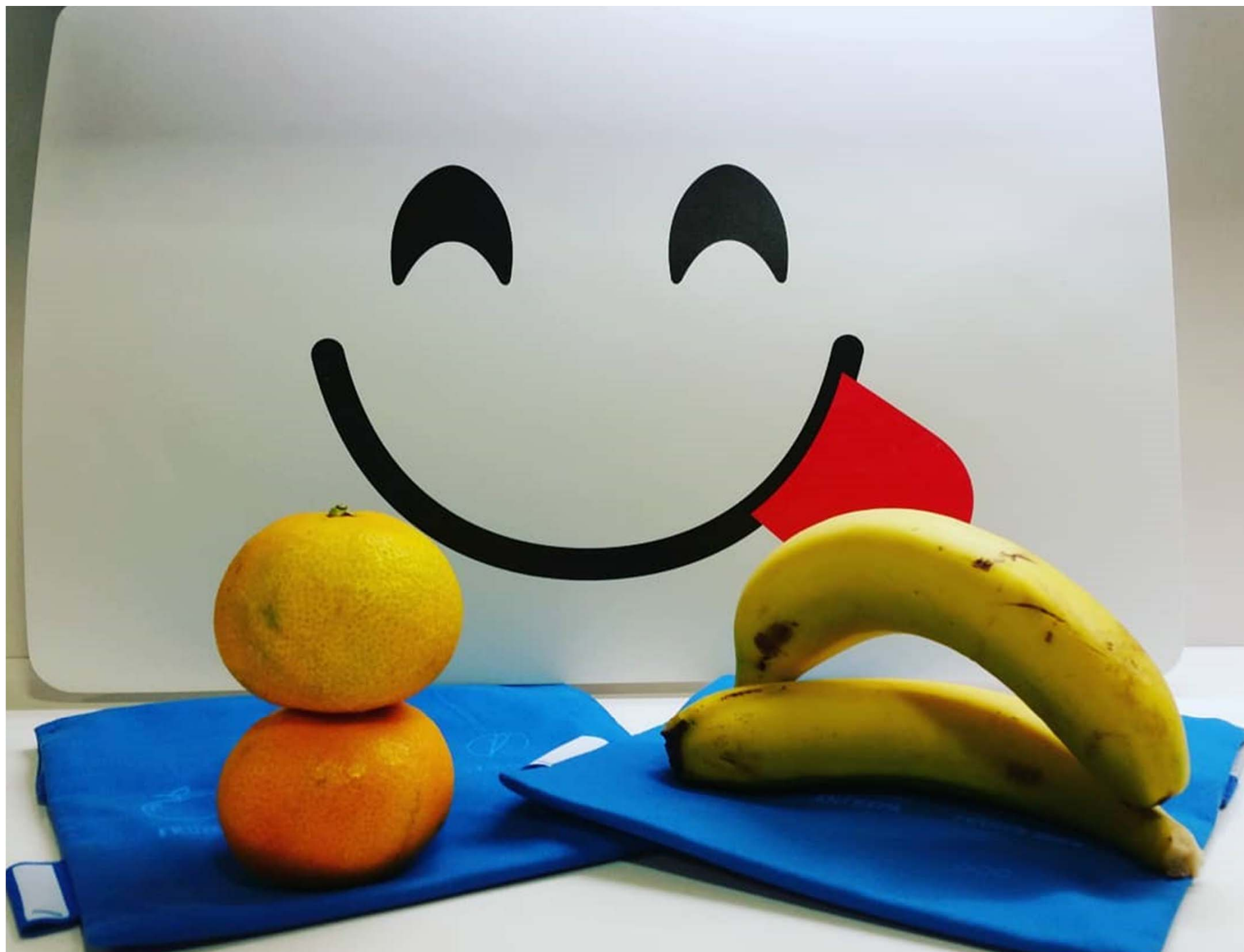
Criteris valoració:

- Que hi sortís l'embolcall reutilitzable (bosseta snak'n'go)
- Coherència amb els esmorzars que l'alumne du a l'escola (mestres)
- Originalitat
- Aliments sans i sense envasos



18 Me gusta

abi_anram Últim dia de concurs i quant em après! 🙌
🙌🙌 Gràcies @svcastellet per aquesta iniciativa!







FASES

**3a fase - Recompte final i cloenda amb les famílies (novembre 2018),
durant la Setmana Europea de Prevenció de Residus 2018**

- Emmagatzematge dels residus dels esmorzars durant una setmana

Festa final cloenda a cada centre oberta a les famílies:

- Comunicació dels resultats de reducció obtinguts
- Lliurament dels premis del concurs instagram (bicicleta i lot de productes ecològics i de productors locals)









RESULTATS I INDICADORS:

Estalvi ambiental (4 setmanes)
33% de residus d'envasos
107,39 kg de CO2

Pressupost: 8.462,79€

(cobert amb partida sensibilització ambiental del contracte de RSU i neteja viària)

Altres dades:

- Implicació del **20% dels habitants del municipi** (2.000 persones)
- **100% dels alumnes de primària del municipi** i les seves famílies, com a receptors directes del projecte.
- **100% de les escoles de primària del municipi:** Escola Sant Vicenç, Escola Puigsoler, FEDAC Sant Vicenç
- **112 fotos** de 23 participants del concurs instagram
- **5 productors locals** (col·laboradors concurs Instagram)

REPERCUSSIÓ EN PREMSA I MITJANS

- Programa *Connecticat* de la Xarxa de Televisions Locals (3'15'')
(https://www.youtube.com/watch?v=-eS_Qblgs-A)
- Notícia al Canal Taronja (1,35'') (<https://youtu.be/wnK2du3th0k>)
- Reportatge al diari **Regió 7**
- Premsa digital comarcal
- Bloc de l'alcalde
- Butlletí municipal digital



Ajuntament de
Sant Vicenç de Castellet



Tret de sortida a la campanya 'Marató Residu Zero' a Sant Vicenç de Castellet

Aquest mes de setembre comencem una nova iniciativa per promoure uns esmorzars més saludables i sostenibles a les tres escoles del municipi. La campanya, adreçada a 500 nens i nenes, continuarà fins al proper mes de novembre. Hi haurà tallers i es comptabilitzaran els residus generats a l'hora del pati.



SOCIETAT • BAGES

Les escoles de Sant Vicenç potencien els esmorzars saludables i amb pocs residus

► Prop de 600 alumnes de primària del municipi i les seves famílies han après a fer una dieta més sana i a generar menys deixalles als centres

REPORTATGE

Queralta Casals

SANT VICENÇ DE CASTELLET



Menys brics, paper d'alumini i brioixeria, i més fruita i entrepans. Aquests són alguns hàbits que ja apliquen els prop de 600 alumnes de primària de Sant Vicenç de Castellet per fer un esmorzar saludable i sostenible. Coincidint amb la Setmana del Medi Ambient, les escoles de Sant Vicenç, Puigsoler i FEDAC han clos aquests dies la campanya Marató Residu Zero, que ha tingut lloc als centres educatius en els darrers mesos per reduir el volum de residus als centres d'ensenyament i fomentar una dieta més sana. I els resultats han estat molt positius.

La campanya era una iniciativa de les regidories de Medi Ambient i Salut de l'Ajuntament de Sant Vicenç, que ha tingut la col·laboració del Centre d'Atenció Primària i que ha implicat, també, les famílies. La consultora GAIA - Serveis Ambientals s'ha encarregat de desenvolupar-la. Eulàlia Sardà, regidora de Medi Ambient i Salut, considera que «la campanya ha tingut molt èxit i s'ha interioritzat molt». I els resultats ho corroboren.

Els eixos principals del projecte han estat la millora de la salut, a través de fomentar uns esmorzars

més saludables (amb menys brioixeria i més fruita i entrepans) i la cura pel medi ambient reduint els residus (envasos, plàstic i paper d'alumini), que sovint s'associen a productes alimentaris poc saludables.

La Marató Residu Zero va començar el mes d'octubre quan es van comprovar i comptabilitzar els residus que es generen a l'hora del pati en el moment d'esmorzar durant tota una setmana. Tot seguit, es van fer tallers específics per edats a cada classe en què es van treballar les pautes per esmorzar de manera saludable i sostenible. Ara, unes setmanes més tard s'ha fet un segon recompte dels residus generats als patis per avaluar si els alumnes han començat a canviar els hàbits. I en molts casos ho han fet.

A l'escola Puigsoler s'ha reduït el 30% els residus d'envasos i el 20% de matèria orgànica, i en tots els casos ha millorat la qualitat, «atès que dins la matèria orgànica ja no hi han trobat cap tros d'entrepà ni fruita sencera (malbaratament alimentari), sinó que principalment eren restes de peles de fruita», explica la tècnica de Medi Ambient de l'Ajuntament de Sant Vicenç, Verònica Huguet.

Els resultats encara han estat més positius a l'escola FEDAC, amb una reducció del 65% d'envasos generats i amb l'increment del 80% de la matèria orgànica ge-



Les escoles de Sant Vicenç han comprovat els residus generats en els esmorzars durant una setmana



Els tallers van incidir en aliments saludables i amb pocs residus

nerada, que principalment es tracta de restes de peles de fruita, un fet que mostra «el canvi cap a l'esmorzar més saludable. Ara toca mantenir-ho i millorar-ho», afegeix Huguet.

La campanya també va incidir en el fet que l'esmorzar principal s'ha de fer a casa i no es pot anar a l'escola amb l'estómac buit. La idea és que tot el que s'ha après «es transporti també al berenar, i se segueixi la tendència de reduir residus i treballar la salut», apunta Sardà. El resultat ha estat tan po-

sitiu que ja es plantegen traslladar el projecte a la secundària, «amb una major implicació de l'alumnat per fer-lo més efectiu».

Concurs d'Instagram

El projecte ha inclòs un concurs d'Instagram, organitzat juntament amb les AMPA, en què es proposava als alumnes i a les famílies compartir imatges dels esmorzars saludables i sostenibles a través de l'etiqueta #SVCresidu-zero. En total, s'hi han presentat 112 fotos.

Un decàleg i una bosseta reutilitzable per a cada alumne

► La campanya Marató Residu Zero, que s'ha dut a terme a les escoles, ha inclòs un decàleg amb recomanacions per fer un esmorzar i un berenar sostenible i saludable, on destaca la importància que aquest àpat consti d'un entrepà, fruita fresca de temporada o fruita seca i que es reservi la mantega, els greixos, els dolços i els sucres de fruita envasats per a un consum ocasional i moderat. El document s'ha lliurat a cada família juntament amb una bosseta reutilitzable (Snack'n'Go). Es tracta d'un embolcall per poder portar l'esmorzar cada dia a l'escola, embolcall que els alumnes han pogut personalitzar posant-hi el seu nom.

Sant Vicenç fa tallers per aconseguir generar zero residus a les escoles

REDACCIÓ SANT VICENÇ

■ Sant Vicenç està treballant des de les escoles per intentar generar el mínim residu possible amb la campanya Marató Residu Zero. La iniciativa, que promou uns esmorzars més saludables i ajudar a eliminar residus als centres d'ensenyament del municipi, ha estrenat els tallers d'aprenentatge a les aules en què els alumnes co-

neixen les claus per assolir els objectius d'aquesta marató. Les sessions són pràctiques i tenen la participació d'una educadora ambiental i la infermera de salut comunitària del CAP. En el marc dels tallers, els alumnes reben un embolcall reutilitzable per fer servir a partir d'ara cada dia a l'escola a l'esmorzar, acompanyat d'un fullet per als pares i mares amb les

indicacions de com fer un àpat sense residus i bo per a la salut dels seus fills. Les accions tindran continuïtat amb un recompte de residus que esgeneren a l'hora del pati a cadascuna de les escoles. La campanya tindrà una festa de cloenda a cada centre en què es donaran a conèixer els premis del concurs fotogràfic d'Instagram #SVCresiduzero.



Un dels tallers que ja s'han fet a l'escola Sant Vicenç



D. Who are the stars of the EWWR 2018 Awards?

► Administration/Public authority category

Winner: Zero-waste marathon. Sustainable school meals

Municipality of Sant Vicenç de Castellet (Catalonia, Spain)



In line with its policy to reduce waste and mitigate its environmental impact, the municipality of Sant Vicenç de Castellet organised a series of activities (a "marathon") for EWWR 2018. The main component comprised of a campaign to promote healthy and sustainable school meals in the three public schools in the municipality. Involving 600 students and their families, this initiative was carried out in several steps (benchmarking, workshops, Instagram photo competition, evaluation) and accomplished the reduction of the waste resulting from school meals by 33%.

With the help of clown 'Basureto', the children learned practical tips to reduce waste and to eat more healthily. The project sought to instill good and long-lasting behavioural changes in participants by employing a fun and interactive, but also pragmatic approach to teaching. Find out more about this



EWWR 2018 Awards Certificate

Tenth edition of the European Week for Waste Reduction Awards
15 May 2019 - Brussels

From 17 to 25 November 2018

14,347 actions implemented
81 Nominees - 16 Finalists



Congratulations to **Sant Vicenç de Castellet**

for the outstanding action **Zero-waste marathon. Sustainable school meals**
that was selected as a **Winner** in the **Public administration/organisation category**.

Iain Gulland

*President of ACR+, acting as the EWWR Secretariat
On behalf of the EWWR Steering Committee*

