

Oferta de recursos per a actuacions d'ens locals



www.ewwr.eu

SETMANA EUROPEA
DE LA PREVENCIÓ DE RESIDUS





Procediment

Donar-se d'alta com a participant a la Setmana Europea de la Prevenció de Residus (www.arc.cat)



Veure l'**Oferta de recursos**

Fer les **peticions de suport i recursos per separat** a cada entitat ofertant en concret i en l'àmbit competencial corresponent a cada municipi.



Municipis de l'àmbit AMB



*Municipis província Barcelona
– excepte àmbit AMB*

Característiques de l'oferta

1. Els recursos i suport són **complementaris** a activitats que el propi ens local organitzi i promogui.
2. Les peticions es poden fer arribar fins el **23 d'octubre a través del [Formulari on-line](#)**
3. Els recursos s'assignaran per ordre de petició i en funció de la disponibilitat.



Recursos ofertats per



1. Tallers de **cuina d'aprofitament** (2 opcions)

(Amb el suport de Servei de Salut Pública de la Diputació de Barcelona)



2. Tallers ambulants de **reparació** (Roba, mobles, electrodomèstics, o altres)

2b. Tallers de **reparadors** amb agents locals



3. Xerrada sobre **Desmaterialització**

4. Adaptació i impressió de **cartells**

Recursos ofertats per

Tallers de **cuina d'aprofitament**: (2 opcions)

1a. Tallers de **cuina d'aprofitament**

1b. El **Repte Atrapa-tapa**





Tallers de cuina d'aprofitament

Amb l'objectiu de donar a conèixer la problemàtica del **malbaratament d'aliments** s'ofereix aquest taller des del Servei de Salut Pública.

Conscienciar a la població sobre la importància de tenir una alimentació saludable, equilibrada, variada i també sostenible.

Educar la població en l'aprofitament dels aliments per evitar situacions tan freqüents com: fruita que es fa malbé abans d'arribar a la taula, productes de consum diari que no s'arriben a menjar o productes que caduquen al rebost i a la nevera de la pròpia llar.



Tallers de cuina d'aprofitament

Objectius

- Sensibilitzar sobre el malbaratament alimentari a nivell global i local
- Conscienciar a la ciutadania sobre la necessitat de consumir productes de temporada i proximitat
- Facilitar eines per millorar l'aprofitament d'aliments en l'àmbit domèstic
- Promoure la política de prevenció de residus

Durada

La durada aproximada del taller és de 2 hores 30 minuts.

Lloc

Espais determinats per l'ajuntament que l'hagi sol·licitat.

Nombre d'assistents

El nombre d'assistents recomanat és d'unes 20 a 30 persones.





Tallers de cuina d'aprofitament

Descripció dels taller

A la primera part es donen eines i recursos per evitar llençar aliments durant tot el procés de consum domèstic: la planificació, la compra en les botigues o mercats, el transport, l'emmagatzematge en el frigorífic o rebost, la neteja, el procés d'elaboració, els mètodes de cocció, les sobres dels àpats, etc.

A la segona part del taller s'ensenyen diferents receptes per aprofitar aliments que sovint es llencen però que es podrien utilitzar o per aprofitar les sobres dels àpats.

En el taller es fa una demostració pràctica i s'elabora una recepta aprofitant aliments amb la participació activa dels assistents.

L'empresa adjudicatària és la responsable de portar tots els estris de cuina i els aliments necessaris per al correcte desenvolupament del taller.



El Repte atrapa-tapa

Objectius:

- Posar en pràctica de forma participativa i vivencial receptes **d'aprofitament alimentari**.
- Exposar de forma pràctica el problema del malbaratament alimentari.
- Fomentar el reconeixement del **valor dels aliments**.
- Generar un espai per promoure i compartir hàbits i bones pràctiques domèstiques de prevenció, en el marc d'un consum d'aliments crític inconscient.

Destinataris:

- Públic en general en grups reduïts.





El Repte atrapa-tapa

Característiques de l'activitat

- **Durada:** Dues hores, aproximadament.
- **Espai:** En espais interiors aptes per cuinar (tipus centre cívic).
- **Participants:** Fins a 12 persones.
- **Requeriments:** Ordinador i projector, microones, pica i aigua corrent. Espai suficient i taules per treballar en grups.
- **Horaris:** Dies laborables, tarda. Dissabte i diumenge, matí i tarda.

Aquest Taller només s'adjudicarà si es compleixen les condicions adients per desenvolupar-lo d'espai, inscripció i col·laboració amb una entitat i suport en l'organització prèvia i d'obtenció d'aliments d'aprofitament.



El Repte atrapa-tapa

Descripció dels taller

L'activitat es desenvolupa com una primera part teòrica amb una segona part pràctica que inclou l'elaboració de dues tapes d'aprofitament per part dels assistents, en grups que competeixen per elaborar la millor recepta.

A. Primera part: introducció

Exposició de continguts teòrics amb dinàmiques participatives que permeten compartir coneixements i experiències. S'ofereix informació i eines per canviar aquells hàbits de compra i cuina relacionats amb el malbaratament.

Els continguts de la sessió es centraran, entre altres, en:

- Causes del malbaratament global i local d'aliments.
- Diferents estratègies de planificació de compres.
- Conservació correcta dels aliments.
- Correcte ús de la nevera i el congelador. Aprofitament i seguretat alimentària.

El Repte atrapa-tapa

Descripció dels taller

B. Segona part: repte Aprofita-Tapa

Mitjançant una dinàmica inspirada en els programes “talent show” de cuina els participants, dividits en dos grups, s’hauran d’enfrontar per elaborar una recepta amb ingredients d’aprofitament, que no descobriran fins al moment de començar la dinàmica.

Amb una equipació bàsica de cuina (batedora, fogó, microones, torradora, ratllador, etc.) i ingredients bàsics (sucre, farina, oli, salsa de soja, ou, xocolata) hauran d’elaborar un plat a partir d’ingredients d’aprofitament

Per acabar elaborant alguna recepta tipus *arancini* (*mandonguila*), *tempura* (salat) o *orangette* (dolç), o altres receptes que puguin idear i elaborar els participants amb aquests ingredients.



Recursos ofertats per



1. Tallers de **cuina d'aprofitament** (2 opcions)

*(Amb el suport de Servei de Salut Pública de la
Diputació de Barcelona)*



2. Tallers ambulants de **reparació** (Roba, mobles, electrodomèstics, o altres)

2b. Tallers de **reparadors** amb agents locals



3. Adaptació i impressió de **cartells**



Recursos ofertats per

2. Tallers de **reparació** (diverses opcions)

- Allarguem la vida de la roba
- Bricolatge a la llar
- Restauració de mobles
- Petits electrodomèstics
- Bicicletes

2b. Tallers de **reparadors** amb agents locals



Allarguem la vida de la roba: taller de costura de supervivència

Objectius

- Fomentar la reparació com a pràctica per a la prevenció de residus.
- Promoure el consum i ús conscient de roba per allargar-ne la seva vida útil.

Destinataris: Públic en general en grups reduïts. No calen coneixements previs de costura.

Continguts:

Durant el taller s'ensenyaran tècniques bàsiques de costura a través de la transformació d'una peça de roba en desús en una bossa de mà, una bossa per la compra o una funda per allò que vulguem, 100% feta a mà i personalitzada.

Es combinarà la confecció d'aquesta peça amb l'explicació de bones pràctiques, experiències i iniciatives de consum i ús conscient de roba que ens permeten allargar la vida de les nostres peces de roba, reduir residus tant a casa com en les fases de producció i comercialització.



Allarguem la vida de la roba: taller de costura de supervivència

Característiques de l'activitat

- **Destinataris:** Adults en general. Especialment persones sense gaires coneixements de costura.
- **Durada:** Dues hores i mitja
- **Espai:** En espais interiors.
- **Participants:** Fins a 15 persones.
- **Requeriments:** Espai suficient i taules per treballar en grups, projector i ordinador.



Bricolatge a la llar

Continguts:

Es farà un repàs de les eines i materials necessaris per tal de fer petites accions de bricolatge a la llar, així com els tipus de coles i l'aplicació més habitual.

També es donaran consells per fer petits arranjaments a mobiliari defectuós, algunes aplicacions del trepant (taladro), i altres indicacions per fer més fàcils les reparacions a la nostra llar i familiaritzar-nos en aspectes bàsics d'electricitat i fontaneria.

Cadascun dels assistents podrà portar un objecte, o una fotografia, per tal de resoldre dubtes sobre el seu arranjament o restauració.





Bricolatge a la llar

Característiques de l'activitat

- **Destinatari:** Adults en general.
- **Durada:** Dues hores i mitja
- **Participants:** Entre 15 i 20 persones.
- **Requeriments:** L'equip que imparteix el taller es fa càrrec de portar les eines i els materials pedagògics. Si s'escau, també s'aportaran materials per poder practicar, com ara petites peces de roba, plafons per penjar quadres, instal·lacions preparades, suports per a baixants d'aigua, etc. També facilitarà els equips de protecció i vestuari, si cal.
- **Espai:** Cal garantir un espai adequat de treball que ha de reunir les següents característiques: 30 m² com a mínim amb taules i cadires per treballar, punts de llum i aigua i WC propers. Amb motiu d'actes festius o activitats lúdiques i de comunicació, es podran fer tallers a l'exterior amb la protecció d'una carpa, si cal, a càrrec de l'Ajuntament, en principi.

Restauració de mobles

Continguts:

Es pretén que els assistents al taller aprenguin els procediments més comuns per restaurar qualsevol moble (decapat, polit, encolat, aplicació de producte contra la carcoma...), així com el funcionament de les eines bàsiques en restauració i les principals tècniques per dur a terme diferents acabats.

Cadascun dels assistents podrà portar un objecte, o una fotografia, per tal de resoldre dubtes sobre el seu arranament o restauració.



Restauració de mobles

Característiques de l'activitat

- **Destinatari:** Adults en general.
- **Durada:** Dues hores i mitja
- **Participants:** Entre 15 i 20 persones.
- **Requeriments:** L'equip que imparteix el taller es fa càrrec de portar les eines i els materials pedagògics. Si s'escau, també s'aportaran materials per poder practicar, com ara petites peces de roba, plafons per penjar quadres, instal·lacions preparades, suports per a baixants d'aigua, etc. També facilitarà els equips de protecció i vestuari, si cal.
- **Espai:** Cal garantir un espai adequat de treball que ha de reunir les següents característiques: 30 m² com a mínim amb taules i cadires per treballar, punts de llum i aigua i WC propers. Amb motiu d'actes festius o activitats lúdiques i de comunicació, es podran fer tallers a l'exterior amb la protecció d'una carpa, si cal, a càrrec de l'Ajuntament, en principi.





Petits electrodomèstics: manteniment i reparacions bàsiques

Continguts:

Es donaran les nocions bàsiques per descobrir els problemes més habituals dels nostres petits electrodomèstics. S'estudiarà la mecànica elemental dels aparells i els assistents aprendran a canviar o substituir petits components o peces de desgast: ganivetes de batedores, corretges d'engranatge, corretja de transmissió...

Cadascun dels assistents podrà portar algun electrodomèstic tipus assecador de cabell, torradora, calefactor, per exemple, per practicar i resoldre dubtes sobre la seva reparació.



Petits electrodomèstics: manteniment i reparacions bàsiques

Característiques de l'activitat

- **Destinatari:** Adults en general.
- **Durada:** Dues hores i mitja
- **Participants:** Entre 15 i 20 persones.
- **Requeriments:** L'equip que imparteix el taller es fa càrrec de portar les eines i els materials pedagògics. Si s'escau, també s'aportaran materials per poder practicar, com ara petites peces de roba, plafons per penjar quadres, instal·lacions preparades, suports per a baixants d'aigua, etc. També facilitarà els equips de protecció i vestuari, si cal.
- **Espai:** Cal garantir un espai adequat de treball que ha de reunir les següents característiques (ídem que en l'anterior).



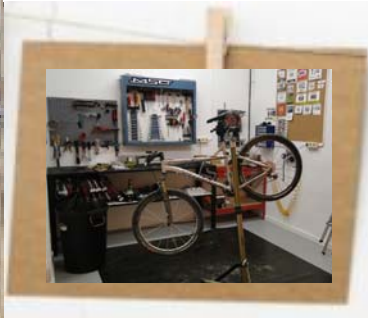


Bicicletes: manteniment i reparacions bàsiques

Continguts:

Durant el taller es farà un repàs de la mecànica bàsica de la bicicleta, per aprendre quins són els seus punts principals i les tècniques de manteniment i ajust més adients per conservar-la i reparar-la : frens, canvis, transmissió, reparació de punxades...

Els assistents que vulguin poden portar les seves bicicletes per posar en pràctica cadascun dels temes que es desenvolupin al taller.



Bicicletes: manteniment i reparacions bàsiques

Característiques de l'activitat

- **Destinatari:** Adults en general.
 - **Durada:** Dues hores i mitja
 - **Participants:** Entre 15 i 20 persones.
 - **Requeriments:** L'equip que imparteix el taller es fa càrrec de portar les eines i els materials pedagògics.
 - **Espai:** Cal garantir un espai adequat de treball que ha de reunir les següents característiques: Per al taller de bicis, seria millor comptar amb més de 30 m² si els assistents poden portar la seva bicicleta . Mínim amb taules i cadires per po treballar, punts de llum i aigua i WC propers.
- Amb motiu d'actes festius o activitats lúdiques i de comunicació, es podran fer tallers a l'exterior amb la protecció d'una carpa, si cal, a càrrec de l'Ajuntament, en principi.





Recursos ofertats per Diputació Barcelona

2b. Tallers de **reparadors** amb agents locals

2 h de taller efectiu a càrrec de la Diputació de Barcelona.

Tallers que fan professionals del municipi durant un número concret d'hores . Preu màxim 50 euros/hora, IVA inclòs. Hauran d'acreditar que estan al corrent de la Seguretat Social i que no tenen deutes amb Hisenda. La gestió la coordinarà una empresa contractada per la Diputació.



Recursos ofertats per



3. Xerrades sobre **Desmaterialització**

Les xerrades tindran una durada de 1,5 hores i seran portades a terme per 1 conferenciant. Tractaran de divulgar i acostar els conceptes de desmaterialització i economia col·laborativa, així com els seus avantatges ambientals i socials: costos, exemples, pràctiques, iniciatives...



3. Xerrades sobre **Desmaterialització**

Els continguts aproximats seran (a triar opció)

- **Transport i energia:** compartir el cotxe privat, lloguer de cotxes i furgonetes, la bicicleta en front el cotxe privat, bugaderies públiques, serveis de rentat i rentadores compartides, rehabilitació d'edificis, adaptació de parcs i jardins al clima mediterrani.
- **Materials i residus:** regals immaterials, promoció de biblioteques públiques, biblioteques de joguines, *bookcrossing*, bancs del temps, webs d'intercanvi d'objectes, *garden sharing*, horts públics i col·lectius, *meal sharing*, lloguer de maquinària i eines de bricolatge, promoció del lloguer de vaixelles i mobiliari municipals



Condicions

- Tallers oferts conjuntament pel Servei de Salut Pública i l'Oficina tècnica d'Educació i Promoció Ambiental de la Diputació de Barcelona.
- Acció de suport **NOMÉS** per a municipis de la província de Barcelona (fora àmbit AMB).
- Peticions de recursos a través de la Secretaria tècnica de la Xarxa de Ciutats i Pobles cap a la Sostenibilitat ([formulari on-line](#)).
- Tallers a celebrar entre el 14 de novembre al 4 de desembre de 2015, ambdós inclosos
- Es prioritzaran en cas de limitació de recursos els tallers a celebrar del 21 al 29 de novembre.
- S'atorgarà un taller per municipi.



Diputació
Barcelona



Xarxa
de Ciutats i Països cap a la
Sostenibilitat



SEMANA EUROPEA
DE LA PREVENCIÓ
DE RESIDUS

**DES
MATERIA
LITZACIÓ**
FER MES AMB MENYS.

TALLERS DE REPARACIÓ

MOLTES GRÀCIES

• *Cuina d'aprofitament* •

DESMATERIALITZACIÓ

CONTACTE: collge@diba.cat