

# Any De La Capitalitat De L'alimentació Sostenible

Al Districte De Sant Andreu



Barcelona  
Capital Mundial  
de l'Alimentació  
Sostenible 2021



Ajuntament de  
Barcelona



Pla Estratègic  
Metropolità  
de Barcelona



L'any de la Capital Mundial de l'Alimentació Sostenible arriba a Barcelona per desenvolupar més de noranta projectes i polítiques de foment de l'alimentació sostenible i una programació que s'estendrà fins al desembre.

Entre el 19 i el 21 d'octubre de 2021, la ciutat serà la seu del **7è Fòrum Global del Pacte de Política Alimentària Urbana de Milà**, el primer tractat internacional de ciutats en matèria d'alimentació que posa en relleu el paper estratègic de les ciutats en el desenvolupament de sistemes alimentaris sostenibles i impulsa l'accés a aliments saludables, actuant contra la fam i la malnutrició.

### **La Xarxa d'Horts dels equipaments del districte de Sant Andreu...**

Amb motiu d'aquest Any de la Capitalitat de l'Alimentació Sostenible hem decidit emprendre un camí comú. Als equipaments del districte trobaràs una programació trimestral d'activitats formatives sobre horticultura per posar en pràctica tant a l'hort comunitari com al balcó de casa. A través de tallers i activitats creem xarxa amb altres horts per compartir recursos i coneixements i així fer créixer l'agricultura urbana.

Els equipaments que participen en la xarxa són: SCE La Lira, Casal de Barri Can Portabella, Centre Cívic Trinitat Vella, Centre Cívic Baró de Viver, Casal de Barri Torre de la Sagrera, Biblioteca La Sagrera-Marina Clotet, Casal de Barri Congrés-Indians i l'Aula Ambiental del Districte de Sant Andreu.

Per demanar més informació o participar activament a la xarxa contacta amb [santandreuambiental@bcn.cat](mailto:santandreuambiental@bcn.cat)

# Programa D'activitats

**Divendres 15 d'octubre 11 h**

## TALLER INFORMATIU: ALIMENTACIÓ SOSTENIBLE

En aquesta activitat s'exposen les bases per a una alimentació equilibrada i saludable especialment pensada per a persones grans i les seves necessitats. Es promou l'adquisició d'hàbits saludables i s'explica com manipular aliments de forma segura. Taller a càrrec de: Servei de Teleassistència Municipal.

**Lloc** Centre Cívic Can Clariana Cultural

**Organitza** Centre cívic Can Clariana Cultural

**Divendres 15, dissabte 16 i diumenge 17 d'octubre**

## CINEMA A CASA: ELS TOMÀQUETS ESCOLTEN

Desafiant l'agricultura industrial i cultivant tomàquets orgànics amb llavors centenàries, dos cosins s'uneixen a un grup d'àvies per exportar pots de tomàquet orgànic arreu del món.

**Lloc** Visionat online. Publicació de l'enllaç directe a la web del centre i xarxes durant el 15, 16 i 17 d'octubre.

**Organitza** Centre Cívic La Sagrera 'La Barraca' en col·laboració amb DocsBarcelona.

**Dilluns 18 d'octubre 17.30 h**

## REMEIS NATURALS PER LES PLAGUES DE L'HORT

En aquest taller aprendrem tot el necessari per prevenir les plagues al nostre hort i veurem quins remeis naturals i ecològics podem utilitzar per combatre-les quan sigui necessari.

**Lloc** Centre Cívic Baró de Viver

**Organitza** Aula Ambiental del Districte de Sant Andreu, Centre Cívic Baró de Viver i Educahorts

## Dimarts 19 d'octubre 19.30 h

### CROQUETES UNIVERSALS

Posarem en pràctica aquesta recepta per a aprofitar menjar a casa i reduir el malbaratament alimentari. Aprendre a fer croquetes sense beixamel ni ou, d'una manera que ens permetrà incloure-hi qualsevol resta de menjar que tinguem a la nevera. Aptes per a persones veganes i explicarem opció sense gluten.

**Lloc** Virtual amb presencialitat si es permet

**Organitza** Centre Cívic Navas amb Zero Waste Barcelona

## Dimecres 20 d'octubre 10:30 h

### ESMORZARS I BERENARS SALUDABLES

Es tracta d'un taller molt complet en el qual oferim diverses eines i recursos per a cuinar de manera senzilla, conèixer la nutrició i que els infants i famílies es vinculin amb l'alimentació saludable de forma plaent.

Activitat vinculada al programa: El primer pas, espai de criança i primera infància de 0 a 3 anys del Centre Cívic Baró de Viver. Públic familiar.

**Lloc** Centre Cívic Baró de Viver

**Organitza** Centre Cívic Baró de Viver

## Dimecres 20 d'octubre al dimecres 17 de novembre

### PODCAST COMUNITARI: PROJECTES D'ALIMENTACIÓ DEL BON PASTOR

Podcasts temàtics sobre Alimentació Sostenible, en els quals hi participaran persones referents dels projectes vigents al barri (Rebost d'aliments, Mercat de Bon Pastor, grup motor d'alimentació...) i que es faran públics a través de la graella de programes de D9Ràdio (ràdio local del barri de Bon Pastor) durant el proper octubre i novembre (1 emissió setmanal durant 5 setmanes).

Aquesta emissió es complementarà amb tres tallers/classes magistrals de cuina d'aprofitament de la mà de l'Associació La Cuchara (dimecres 27 d'octubre i 3/10 de novembre).

**Lloc** Centre Cívic Bon Pastor

**Organitza** Centre Cívic Bon Pastor-Grup Motor Alimentació Saludable de Bon Pastor, Institut de Cultura de Barcelona i D9Ràdio

## Dijous 21 d'octubre 18.30 h

### TALLER DE PLANTES CULINÀRIES I MEDICINALS AMB RECEPTES VEGANES

Activitat de nova creació que consisteix en conèixer algunes de les plantes silvestres comestibles i medicinals del nostre entorn, aprendre com reconèixer-les al camp i com les podem utilitzar medicinal i culinàriament, complementant l'activitat amb un dossier de receptes veganes.

**Lloc** SCE La Lira

**Organitza** Jardí Medicinal Amalur

**Preu del taller** 16 €

## Divendres 22 d'octubre 17.30 h

### SOS! QUIN BANQUET!

Què és l'alimentació saludable? Quins beneficis ens aporta aquest tipus d'alimentació? Com són els aliments que més ens beneficien? Descubrim aquestes respostes i més a través dels personatges protagonistes del conte que ens aproparà la Cia. Routart. Contes amb la Cia. Routart.

**Lloc** Centre Cívic Baró de Viver

**Organitza** Centre Cívic Baró de Viver

## Divendres 22 i divendres 29 d'octubre 17 h

### INICIEM L'HORT DEL CENTRE CÍVIC DE TRINITAT VELLA

**Divendres 22 d'octubre de 17 a 19:30h**

#### TALLER: PLANIFIQUEM I DISSENYEM EL NOSTRE HORT

Què cal tenir en compte a l'hora de començar un hort? La planificació i el disseny és una part fonamental per tal que el nostre hort sigui un èxit. En aquest taller aprendrem quins elements hem de tenir en compte a través de l'estudi d'un cas concret, el futur hort del Centre Cívic.

**Divendres 29 d'octubre de 17 a 19:30h**

#### JORNADA DE TREBALL: MANS A LA TERRA!

En aquesta segona part del taller pasarem a l'acció! Vine preparada per treballar i entre totes prepararem l'espai i sembrarem la terra segons el disseny i la planificació que vam decidir.

**Lloc** Centre Cívic Trinitat Vella

**Organitza** Centre Cívic Trinitat Vella i Aula Ambiental del Districte de Sant Andreu, amb Cooperativa l'Aresta

## Del 25 al 31 d'octubre

Exposició itinerant per la Capital Mundial de l'Alimentació Sostenible

L'objectiu d'aquesta exposició lligada a l'entorn dels mercats municipals, que a la tardor recorrerà els 10 Districtes de la ciutat de Barcelona, és donar a conèixer de manera pedagògica, interactiva i propera els beneficis de l'alimentació sostenible.

**Lloc:** Plaça de Can Fabra

## Divendres 5 de novembre 18.30 h

### XERRADA: COM MENJAR CUIDANT DEL PLANETA

Per viure en un planeta més sa, existeix un nou menú que tots i totes hauríem de conèixer. L'alimentació sostenible té molt dels ingredients que necessitem.

En aquesta xerrada, et facilitarem pas a pas tots els grans i petits canvis que pots aplicar en la teva alimentació per cuidar del nostre entorn i del planeta. Ho farem sense extrems afegits, per tal que sigui realista per a cadascú i sempre amb el plaer de menjar bé en boca.

Repassarem també com és la situació a Catalunya perquè puguis entendre millor que tenim molt més poder del que creiem com a consumidors.

**Lloc** Centre Cívic Sant Andreu

**Organitza** Centre Cívic Sant Andreu

## Dimecres 10 de novembre 18 h

### PRESENTACIÓ DELS LLIBRES CUENTOS DEL PROGRESO I HUERTOS DE LIBERTAD, DE GUSTAVO DUCH.

L'autor és coordinador de la revista *Soberanía Alimentaria, Biodiversidad y Culturas*. Autor de llibres com *Lo que hay que tragar*, *Alimentos bajo sospecha*, *Sin lavarse las manos* i *Mucha gente pequeña*.

Editorial Pol·len és una editorial independent i cooperativa. Especialitzada en l'ecoedició de llibres, una manera de gestionar les publicacions segons principis de sostenibilitat i de protecció del medi. Publiquen sota estrictes criteris de protecció del medi ambient que permeten minimitzar l'impacte ambiental del llibre i aconseguir estalvis a partir de l'aplicació d'una sèrie de bones pràctiques.

**Lloc** Biblioteca La Sagrera–Marina Clotet

**Organitza** Biblioteca La Sagrera–Marina Clotet i Editorial Pol·len (Ecoedició)

**\* Activitat amb aforament limitat**

## Dimecres 10 de novembre 17.30 h

### LA BOTIGUETA: TEATRE I TITELLES PER TOTA LA FAMÍLIA

A la botigueta de l'Amàlia es ven de tot: verdures, llegums a granel, pots de conserva, begudes, roba, electrodomèstics i allò que mai t'imaginaries que pots comprar en un mateix establiment. Tot de clients estrafolaris necessitaran l'ajuda de tot el públic per descobrir allò que s'amaga rere de cada producte. Podrà la botigueta seguir oberta gaire temps? Aguantarà la competència de les grans companyies i multinacionals? Suportarà l'Amàlia les extravagàncies dels seus clients? Un espectacle molt divertit sobre consum responsable!

**Lloc** Centre Cívic Baró de Viver

**Organitza** Aula Ambiental del Districte de Sant Andreu i Centre Cívic Baró de Viver, amb Tanaka Teatre.

## Dimecres 10 de novembre 18.30 h

### L'HORT AL TEU BALCÓ TALLER D'INICIACIÓ A L'HORTICULTURA URBANA AMB ESTER CASANOVAS.

**Lloc** Biblioteca Ignasi Iglésias-Can Fabra

**Organitza** Biblioteca Ignasi Iglésias-Can Fabra

**\* Cal inscripció prèvia**

## Dilluns 22 de novembre 18 h

### TROBADA HORTÍCOLA: COMPOSTADORS A CASA

El compostatge i el vermicompostatge són dues tècniques molt útils per reduir el nostre residu orgànic a casa a l'hora que generem un producte de molt alta qualitat per les nostres plantes. En aquest taller aprendrem les possibilitats d'aquestes dues tècniques per tal d'aprofitar-les a la nostre llar.

**Lloc** Ateneu l'Harmonia

**Organitza** Aula Ambiental del Districte de Sant Andreu i Ateneu l'Harmonia.



# Dijous 25 de novembre 18 h

## ITINERARI DEL CONSUM RESPONSABLE A SANT ANDREU DE PALOMAR

Visitarem, de la mà de Rezero, els comerços i cooperatives de consum sostenible que podem trobar al barri de Sant Andreu de Palomar amb l'ajuda del Mapa Barcelona+Sostenible. Farem una primera dinàmica a la Biblioteca per aprendre a fer anar aquesta eina i després sortirem totes juntes a realitzar l'itinerari.

**Lloc** Biblioteca de Can Fabra

**Organitza** Aula Ambiental del Districte de Sant Andreu, Biblioteca de Can Fabra, Mapa Barcelona+Sostenible, Rezero

Nom	Direcció	Contacte
SCE La Lira (en construcció)	Carrer Coroleu, 15 <i>Sant Andreu</i>	<b>infolalira@gmail.com</b> 93 667 62 17 693 00 47 36
Casal de barri Can Portabella	Carrer Virgili, 18 <i>Sant Andreu</i>	<b>informacio@canportabella.cat</b> 935 970 194
Centre Cívic Trinitat Vella (en construcció)	Carrer Foradada, 36 <i>Trinitat Vella</i>	93 345 70 16
Centre Cívic Baró de Viver	Carrer Quito, 8-10 <i>Baró de Viver</i>	932 565 097 <b>info@cbarodeviver.cat</b>
Casal de barri Torre de la Sagrera	Carrer Berenguer de Palou, 64-66 <i>La Sagrera</i>	<b>dinamitzacio@torrelasagrera.cat</b> 931538381
Biblioteca La Sagrera-Marina Clotet. Centre d'Interès Bibliogràfic sobre Horts Urbans.	Carrer Camp del Ferro, 1-3 Hort "la Ferroviària" <i>La Sagrera</i>	933 40 86 75
Casal de barri Congrés-Indians	Carrer de la Manigua, 25-35 <i>Congrés-Indians</i>	933513953 <b>congresindians@bcn.cat</b>
Aula Ambiental del districte de Sant Andreu (Punt d'informació)	Carrer Mare de Déu de la Lorda, 2-10 <i>Trinitat Vella</i>	650 97 61 71 <b>santandreuambiental@bcn.cat</b>

# Comerç verd

“Comerç Verd” és **una de les principals iniciatives del programa de** Barcelona Capital Mundial de l’Alimentació Sostenible 2021 i suposarà un salt qualitatiu tant en el volum d’aliments locals, ecològics, de petits productors, de pagès o de llotja que es consumeixen a Barcelona com en el fet que la ciutadania tingui molt més fàcil l’accés a aquests productes.

“Comerç Verd” és un projecte fet conjuntament entre l’Institut Municipal de Mercats de Barcelona (IMMB), el Comissionat d’Economia Social i Solidària i Política Alimentària de l’Ajuntament de Barcelona i la Federació de Mercats Municipals de Barcelona (FEMM) que agrupa a les entitats de comerciants dels mercats municipals de la ciutat. És un projecte que es va començar a treballar en 2019 i que ara inicia la seva fase operativa, en el qual tant la FEMM com els gremis minoristes d’alimentació han col·laborat en la definició, desplegament, difusió i seguiment del projecte.

Barcelona Capitalitat Mundial de l’Alimentació Sostenible ha de servir per fer un gran pas endavant en la **millora de l’alimentació dels barcelonins i barcelonines**. Per complir aquest objectiu, és bàsic que la ciutadania pugui accedir a aquests productes amb facilitat i que la seva distribució arribi a tots els districtes i barris. Per això el **paper dels mercats municipals és fonamental**, com a promotors d’alimentació saludable i com a locomotora de canvi per a la resta de comerç dels barris on estan ubicats.

