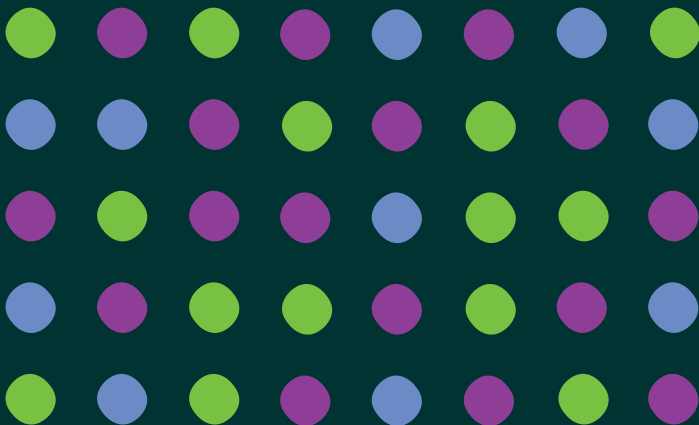


# Tens opcions, suma-t'hi



**Setmana del consum responsable**  
del 9 al 17 de març de 2019



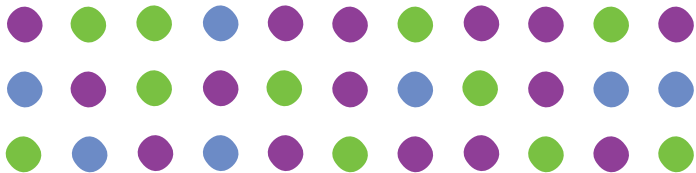
Ajuntament de  
Barcelona



## Suma't a una altra manera de construir la societat apostant pel consum responsable. Ara és més fàcil que mai!

El dia 15 de març és el Dia Mundial de les Persones Consumidores, una jornada per reivindicar els drets de la ciutadania com a consumidores. En el marc d'aquesta jornada, l'Ajuntament de Barcelona, que treballa per vetllar aquests drets i aportar una nova mirada al consum, més sostenible i responsable, celebra la primera Setmana del Consum Responsable.

Durant aquests dies, la ciutadania podrà descobrir un món de possibilitats i confirmar que a la ciutat existeixen ja múltiples possibilitats per consumir responsablement. En total, hi ha gairebé un centenar d'activitats organitzades per diverses entitats per tota la ciutat. T'hi sumes?



## Totes aquestes activitats emfatitzen un o més principis del consum responsable.

Quins són els principis del consum responsable que es promouen des de Barcelona?

### **Economia Social i Solidària:**

prioritza la satisfacció de les necessitats de les persones per sobre del lucre i actua amb valors democràtics, sostenibles, de participació i inclusió, etc.

### **Alimentació agroecològica:**

basada en una producció que respecta els drets de les persones treballadores, preserva els equilibris dels ecosistemes i posa en valor la cultura de la terra.

**Proximitat:** productes que venen de l'entorn proper i potencien el teixit econòmic local i la sostenibilitat ambiental.

**Cura de les persones:** posa les persones al centre, promou l'ocupació de qualitat i la integració de col·lectius vulnerables.

**Bon viure:** producte o servei que fomenta la pràctica d'estils de vida sostenibles i saludables.

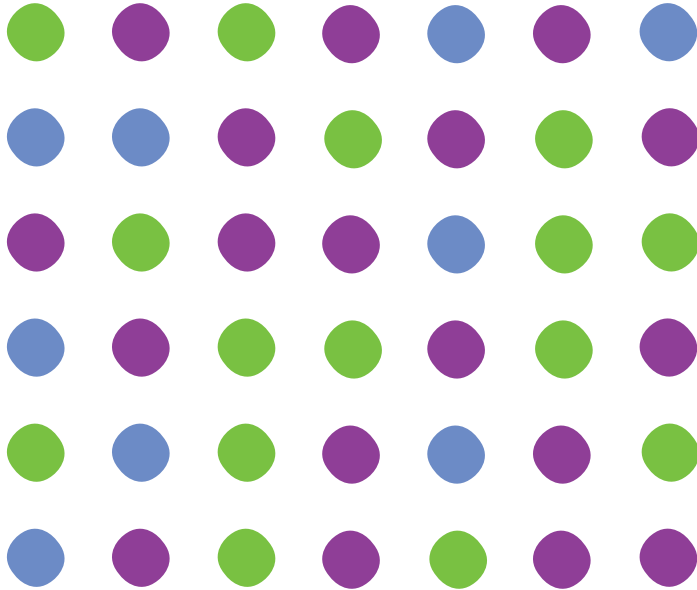
**Gestió democràtica:** promou una participació activa i igualitària de totes les persones membres de la iniciativa en la presa de decisions.

**Comerç just:** relació comercial justa, especialment entre el nord i el sud, basada en valors socials i ambientals.

**Producció sostenible:** incorpora la reducció del consum d'aigua, energia i matèries primeres i minimitza els residus.

**Prevenió de residus:** productes que eviten la generació de residus, ja que duren més, són reparables, de baix consum, amb el mínim envasat o amb l'embolcall de menys impacte.

# Activitats 2019



## 9 de març de 2019

### **07-14h. Mercat de Pagès de Sant Galdric (El Raval).**

Pl. de Sant Galdric. Trobaràs un munt de productes ecològics i de proximitat. Organitza: *Productores de proximitat*

**09:30-18h. Foodwaste Jam.** Teamlabs. C. Pallars, 73. Experiència ràpida de Design Thinking per treballar el malbaratament alimentari.

Organitza: *OpenIDEO Barcelona Chapter*

**10-21h. Segona vida als llibres.** Punts de venda Llibre Solidari:

Galileu, 11 i vestibul Metro Sagrera, Diagonal, Universitat, Catalunya, Verdguer, Sagrada Família i Hospital Clínic. Difusió sobre la segona oportunitat dels llibres i la difusió cultural a través d'aquests punts.

Organitza: *Associació Llibre Solidari*

**10-14h. Matí de mobilitat sostenible i transició energètica al districte de Sants -Montjuïc.** Lleialtat Santsenca. C. d'Olzinelles, 31.

Ruta en bicicleta i taller de reparació de bicis amb Bicilot. També, xerrada de Som Mobilitat i de Som Energia. Organitza: *Lleialtat Santsenca*

**10-14:30h. Mercat de Pagès de la Plaça Bonet i Muixi (Sants).**

Mercat de pagès amb productes de proximitat i ecològics de productores de la zona. Organitza: *Xarxa de Consum Solidari*

**10-14:30h. Mercat de Pagès de Germanetes (La Nova Esquerra de l'Eixample).** C. Consell de Cent/Viladomat. Organitza: *Xarxa de Consum Solidari*

**10-14:30h. Mercat de Pagès de la Plaça d'André Malraux (El Fort Pienc).** Mercat de pagès amb productes de proximitat i ecològics de productores locals. Organitza: *Xarxa de Consum Solidari*

**10-16h. Mercat de Pagès del Parc de les Tres Xemeneies (El Poble-sec).** Mercat de pagès amb productes eco i km0 de productores locals. Organitza: *Slow Food*

---

**11-12h. Presentació del símbol 'petits productors'.** Grup ECOS. C. Casp, 43. Nou segell de garantia de comerç just, avalat per World Fair Trade Organization. Organitza: *Som Comerç Just i la Banca Ètica*

---

**11-13h. Taller de compostatge comunitari.** Lluïsos de Gràcia. Pl. del Nord, 7. S'explicarà com reciclar restes orgàniques i com participar en el compostatge comunitari. Organitza: *Aula Ambiental Bosc Turull*  
Inscripcions a [aula@boscturull.cat](mailto:aula@boscturull.cat)

---

**12-13h. Xerrada 'Les finances ètiques i els petits productors de comerç just'.** Grup ECOS. C. Casp, 43. Com donar suport amb els teus estalvis i el teu consum a projectes ètics i sostenibles.  
Organitza: *Oikocredit Catalunya* Inscripcions a [catalunya@oikocredit.org](mailto:catalunya@oikocredit.org)

---

**12-13h. Taller 'Fons d'inversió i altres productes d'estalvi'.** C. Creu dels Molers, 13. Revisió i anàlisi dels productes que ofereixen les entitats financeres a la gent gran d'alt risc. Organitza: *Associació d'usuaris de bancs, caixes i assegurances de Catalunya*  
Inscripcions a [aicec@adicae.net](mailto:aicec@adicae.net)

---

## 11 de març de 2019

---

**10:30-12:30h. Taller 'Tot apunt: servei d'autoreparació tèxtil'.** Casal dels Infants. C. Reina Amàlia, 22. Servei d'autoreparació tèxtil dirigit a tota la comunitat. Cal portar roba a reparar.  
Organitza: *Casal dels Infants*

---

**16-17h. Xerrada 'Taxa rosa'.** Espai Consum Responsable. Rda. Sant Pau, 43-45, baixos. Un espai per prendre consciència de la discriminació de gènere en l'àmbit del consum. Organitza: *FACUA Catalunya*

---

**18-20h. Xerrada 'El consum responsable en l'àmbit tèxtil'.** Lleialtat Santsenca. C. d'Olzinelles, 31. Es presentarà la campanya Roba Neta, l'estudi sobre el tèxtil i ESS a BCN, opcions de consum responsable en l'àmbit tèxtil i l'experiència de SAÜC i comerç de roba orgànica.  
Organitza: *Lleialtat Santsenca*

---

**19-20:30h. Taller de cosmètica natural.** Espai Jove La Fontana. Gran de Gràcia, 190. Es prepararan diverses receptes, com exfoliant de llavis o xampú en pols. Organitza: *Consell de la Joventut de Barcelona, Centre de Recursos per a les Associacions Juvenils, Espai Jove La Fontana i El Punt d'Informació Juvenil de Gràcia.* Inscripcions a [lafontana.org](http://lafontana.org)

---

**19-21h. Debat 'Assegurances de la llar: sentit, necessitat o obligatorietat'.** Espai Consum Responsable. Rda. Sant Pau, 43-45, baixos. Tens dubtes sobre les cobertures i la necessitat de contractar una assegurança per la llar? Organitza: *Associació d'usuaris de bancs, caixes i assegurances de Catalunya* Inscripcions a [aicec@adicae.net](mailto:aicec@adicae.net)

---

**19:30-21h. Debat 'Què entenem per consum responsable?'.** Casal d'entitats Mas Guinardó. Pl. Salvador Riera, 2. Debat al voltant del consum responsable.  
Organitza: *Cooperativa cultural Rocaguinarda*

---

## 12 de març de 2019

---

**18-19:30h. Taller 'Nasti de plàstic'.** Centre Obert Muntanyès. C. de Robert Robert, 8. Sensibilització a usuaris, famílies i veïnes del centre obert sobre consum i generació de residus. Organitza: *Fundació Pare Manel*

---

**18-20h. Xerrada 'Vols consumir serveis a domicili de forma responsable?'** CooperaSec. C. Blai, 34. S'explicarà com consumir serveis a domicili de forma responsable! Organitza: *Associació Més que Cures*. Inscripcions a [mesquecures@gmail.com](mailto:mesquecures@gmail.com)

---

**18:30-19:30h. Taller 'Coneixes l'aigua que beus?'** C. Alí Bei, 94. Es parlarà de l'aigua potable de Barcelona des del punt de vista de la salut i ambiental. Organitza: *Aula Ambiental de la Sagrada Família*. Inscripcions a [aulambiental.org](http://aulambiental.org)

---

**18:30-20h. Trobada 'Tramem plegades'.** Espai Consum Responsable. Rda. Sant Pau, 43-45, baixos. Presentació de l'estudi de l'estat del sector tèxtil i ESS a BCN i es faran propostes d'organització per enfortir el sector. Organitza: *Setem - Perifèrica9b*. Inscripcions a [periferica9b@paremanel.org](mailto:periferica9b@paremanel.org)

---

**18:30-21h. Taller 'A la cuina de casa #jonollencó'.** Lluïsos de Gràcia. Pl. del Nord, 7. Recettes senzilles i pràctiques per aprofitar les restes i trucs per cuinar amb menys energia. Organitza: *Espigoladors*

---

**18:00-20h. Cine-fòrum "Omplir panxes o alimentar persones'.** Zumzeig Cinema. C. Béjar 53. Projectió del documental El plat o la vida (2012) i debat posterior. Una mirada transformadora entorn els menjadors escolars, el sector de les col·lectivitats i els nous reptes en clau de regió metropolitana. Organitza: *PEMB*

---

## 13 de març de 2019

---

**12:30-13h. Tastet reWine.** Restaurant La Rubia. C. de Ferlandina, 29. Et presentem els vins servits amb envàs reutilitzable i t'expliquem com ho fem. Vine i tasta'!! Organitza: *ReZero*. Inscripcions a [rezero@rewine.cat](mailto:rezero@rewine.cat)

---

**17:30-18:30h. Taller 'Treu-te el plàstic del cap'.** C. Roger de Llúria, 44 3r 3a. Consells i trucs per a un canvi d'hàbits per reduir el consum de plàstic. Organitza: *Aula Ambiental de la Sagrada Família*. Inscripcions a [aulambiental.org](http://aulambiental.org)

---

**17:30-18:30h. Conta-contes Consum Conscient.** Centre Cívic Navas. Ptege. del Dr. Toront, 1. El pallaso Pau ens conduirà al planeta COCO, COntum amb COnciència. Organitza: *Vols voluntariat solidari*

---

**18-19:30h. Xerrada 'Reduïm els consums a casa nostra i vivim millor'.** Espai Consum Responsable. Rda. Sant Pau, 43-45, baixos. Estratègies per reduir el consum d'aigua, aliments, energia i materials millorant el medi ambient. Organitza: *Associació SomlaClau*. Inscripcions a [somlaclau21@gmail.com](mailto:somlaclau21@gmail.com)

---

**18:30-19:30h. Inauguració Exposició "Dame veneno. El sucre ocult als aliments'.** Menjador Ca la rosa. C. de Mossèn Juliana, 23 baixos. Un recorregut per les infografies que posen en evidència el sucre ocult als aliments. Organitza: *Menjador Ca la Rosa*

---

**18:30-20h. Taller 'Treu-ne l'aigua clara'.** La Fàbrica del Sol. Pg. de Salvat Papasseit, 1. Què és l'aigua virtual? I la petjada hídrica? Taller sobre consum, ús i distribució de l'aigua. Organitza: *La Fàbrica del Sol*

---

**19-20h. Xerrada 'Com i quan incorporar el mòbil als més joves'.** Espai Consum Responsable. Rda. Sant Pau, 43-45, baixos. Propostes concretes i reflexions útils d'aquest moment vital, des del coneixement del sector. Organitza: *Som Connexió*

---

## 14 de març de 2019

---

### **16-18h. Taller 'Deixa la teva empremta'.** C. Tàpies, 6.

Taller de coproducció tèxtil responsable on recuperarem peces tèxtils pròpies en desús. Organitza: *Impulsem S.C.C.L.*

---

### **17-19h. Xerrada 'Afrontant els nous reptes del consum col·laboratiu'.** Espai Consum Responsable. Rda. Sant Pau, 43-45, baixos.

Descoberta de dues guies que faciliten un consum col·laboratiu i segur i debat sobre mobilitat. Organitza: *Ajuntament de Barcelona, Barcelona Activa, Grup de recerca en dret privat, consum i noves tecnologies (UB-URV), UGT, Grup de recerca Dimmons (UOC)*

---

### **17-20h. Punt d'informació sobre economia cooperativa social i solidària i consum responsable.** Casal Mas Guinardó. Pl. Salvador

Riera, 2. Servei orientat a veïnes on s'ofereix informació sobre recursos socialment responsables. Organitza: *APASSOS*

---

### **17:30-19:30h. Taller 'Juguem amb caixes de cartró'.**

Local social MamaG. Ptege. Garrofers, 1. Heu pensat mai per a què pot servir una caixa de cartró? Els més petits en saben un munt!  
Organitza: *MamaG*

---

### **18-20:30h. Taller de compreses de tela.** La Raposa. C. Tapioles 47.

Aprén a fer, netejar i cuidar compreses perquè et durin molt de temps.  
Organitza: *La Raposa del Poble Sec i Telas Miau*  
Inscripcions a [telasmiau@gmail.com](mailto:telasmiau@gmail.com)

---

## 15 de març de 2019

---

### **9-22h. Compra online productes de consum responsable i estalvia't l'enviament!** [www.elmercatsocial.cat](http://www.elmercatsocial.cat)

Productes solidaris, bons, reciclats, ecològics i de consum responsable. Transport gratuït! Organitza: *El Mercat Social, Federació Catalana de Voluntariat Social.*

---

## Una alimentació sana, justa i sostenible a Barcelona

---

### **12-14.30h. 1a Trobada de l'Espai participatiu Agròpolis cap a la sobirania alimentària.** InnoBA Centre per a la Innovació

Socioeconòmica de Barcelona. C. del Perú, 52. Un espai públic-comunitari per treballar projectes estratègics i transformadors cap a un model alimentari més sa, just i sostenible. Organitza: *Ajuntament de Barcelona.* Inscripcions a [politicalimentaria@bcn.cat](mailto:politicalimentaria@bcn.cat)

---

### **16-17h. Com avançar cap a la sobirania alimentària a la ciutat?**

C. del Perú, 52. Repensant el model agroalimentari de Barcelona per garantir una alimentació sana, justa i sostenible per a totes. Organitza: *Ajuntament de Barcelona.* Inscripcions a [politicalimentaria@bcn.cat](mailto:politicalimentaria@bcn.cat)

---

### **17-18:30h. Menja bé, gaudeix i canvia el sistema: 6 experiències inspiradores per transformar l'alimentació a Barcelona.** InnoBA

Centre per a la Innovació Socioeconòmica de Barcelona. C. del Perú, 52. Sis taules per conèixer quines opcions hi ha a la ciutat per menjar sa, sostenible i just. Organitza: *Cercle de consum cooperatiu de Coòpolis*

---

### **19-22h. Un supermercat cooperatiu a Barcelona? Fem-lo**

**realitat!** *Ateneu del Clot.* C. de la Muntanya, 16. Convidem a projectes de supermercats amics per intercanviar experiències i inspirar-nos.  
Organitza: *Food Coop BCN*

---

### **18-19:30h. Taller 'Consum conscient a casa: pla personal de millora'.**

*Espai Consum Responsable. Rda. Sant Pau, 43-45, baixos.*

T'ajudem a crear el teu pla de millora en reducció de residus, banca ètica i consum conscient. *Organitza: Opcions*

Inscripcions a [opcions@opcions.coop](mailto:opcions@opcions.coop)

### **18-20h. Taller 'Repara el teu moble'.**

*Reparat Millor Que Nou.*

*C. Sepúlveda, 45-47. Detecta els principals problemes a l'hora de*

*restaurar un moble i utilitza productes adequats. Organitza: Millor que nou!*

Inscripcions [millorquenou.cat](mailto:millorquenou.cat)

### **18-20h. Taller de mecànica bàsica de la bicicleta. BiciHub**

**Barcelona.** *C. Pere IV, 58. Inicia't en la mecànica, en el manteniment i la*

*bona neteja de les bicicletes. Organitza: Biciclot*

Inscripcions a [www.biciclot.coop](http://www.biciclot.coop)

### **18-20h. Taller 'Aprenem a reutilitzar la roba amb creativitat!'.**

*Solidança/Roba Amiga de Sants. C. Galileu, 117. Taller de costura*

*creativa on aprenem a crear complements de tota mena reutilitzant roba.*

*Organitza: Solidança*

### **19-20:30h. Taller de Food Wraps, alternativa al film de plàstic.**

*Espai Associatiu Lola Anglada. C. Rocafort, 236. S'elaboraran embolcalls*

*reutilitzables. Organitza: Casal de Joves Queix. Inscripcions a [queix.org](http://queix.org)*

## 16 de març de 2019

### **9-12h. Curs de reutilització d'una bici abandonada. BiciHub**

*Barcelona. C. Pere IV, 58. Organitza: Biciclot. Inscripcions a [biciclot.coop](http://biciclot.coop)*

### **10-14h. Fem Mercat de Vallcarca. Av. de Vallcarca, 100.**

*Productes de temporada, ecològics i de proximitat, i espais d'alternatives*

*de consum. Organitza: Fem Mercat Vallcarca*

### **10-14:30h. Mercat de Pagès de la Plaça Maragall (Guinardó).**

*Un munt de productes ecològics i de proximitat: fruites i verdures, formatges*

*artesans, vins, etc. Organitza: APASSOS*

### **10-14:30h. Mercat de Pagès de la Plaça André Malraux (El Fort Pienc).**

*Un munt de productes ecològics i de proximitat per practicar el bon*

*viure i l'agroecologia. Organitza: Xarxa de Consum Solidari*

### **10-16h. Mercat de Pagès del Parc de les Tres Xemeneies**

**(El Poble-sec).** *Consum just i de proximitat en un mercat ofert per les*

*pròpies productores locals. Organitza: Slow Food BCN*

### **10-16h. Mercat de Pagès de la Plaça Bacardí (Horta).**

*Productes ecològics i de proximitat de la mà de petits productors i productores locals.*

*Organitza: Slow Food BCN*

### **12-13:30h. Taller "Fem xucrut, residu zero". Av. Vallcarca, 100.**

*Principis senzills per poder fer aquesta elaboració a casa, aprofitant-ho*

*tot. Organitza: Cuchara*

### **12-14h. Taller "Reciclatge creatiu: reutilitza les teves samarretes velles!".**

*Av. Vallcarca, 100. Reutilitzarem samarretes per teixir polseres i*

*clauers amb la tècnica kumihimo, trenat senzill. Organitza: Aula Ambiental*

*Bosc Turull. Inscripcions a [aula@boscturull.cat](mailto:aula@boscturull.cat)*

**12-15h. Inauguració del café cooperatiu de La Lleialtat Santsenca.** C. d'Olzinelles, 31. Gestionat per dones treballadores amb consciència social. Organitza: *La Lleialtat Santsenca*

---

**18-20h. Taller "Fes la teva pròpia pasta de dents casolana".** La Raposa. Tapioles, 47. La pasta es realitzarà només amb ingredients naturals. S'explicaran els seus beneficis. Organitza: *La Raposa*

---

## Festa del Consum Responsable

*Mercat de Pagès al Parc de les Tres Xemeneies*

---

### ESPAI REPARACIÓ

---

**11-14h. Restart Party.** Taller de reparació col·laborativa de petits aparells elèctrics i electrònics. Porta el teu aparell!  
A càrrec de: *Restarters Barcelona*. Inscripcions a [restartersbcn.info](http://restartersbcn.info)

---

**11-13h. Taller de restauració de joguines.** Restaurarem joguines, vestirem nines i crearem nosaltres mateixos les sabates. Porta la teva joguina. A càrrec de: *Il·lusions solidàries*

---

**11-13:30h. Taller de manteniment de bicicletes.** T'ensenyarem a posar a punt la teva bicicleta i allargar així la seva vida útil. Porta la bici! A càrrec de: *Millor que nou!*

---

### ESPAI INFORMACIÓ

---

**10-14h. Punt d'informació en Consum Responsable.** Punt d'informació i assessorament especialitzat en consum responsable.  
A càrrec de: *Espai Consum Responsable*

---

**11.30-12.30h Itinerari de descoberta de les iniciatives de consum responsable del Barri de El Poble-sec.** Inici al Punt d'Informació en Consum Responsable. A càrrec de: *La Fàbrica del Sol*  
Inscripcions a [barcelona.cat/lafabricadelsol](http://barcelona.cat/lafabricadelsol)

---

### ESPAI ESCENARI

---

**10-13h. L'hora del conte.** Conta contes sobre consum conscient.  
A càrrec de: *Buc de Llibres*

---

**12-13h. Ràdio "Són 4 dies".** Parlem sobre consum responsable amb Pilar Sampietro. A càrrec de: *Ràdio 4*

---

**13-14h. Taller-tast de cerveses conscients.** A càrrec de: *Ninkasi, Mescladís i Cerveseria Poblenou*

---

**13:30-15h. Música pel consum responsable.** Un recorregut pels principis del consum responsable a toc de vinil! A càrrec de: *Pol·len Musical*

---

### ESPAI JOCS

---

**11-14h. Jocs per al Comerç Just.** Vine a jugar amb la sopa de lletres, l'oca i les set diferències del comerç just. A càrrec de: *Setem Catalunya*

---

**11-14h. Juguem a (des)vestir aliments.** I coneixerem aspectes ètics sobre la traçabilitat dels aliments. A càrrec de: *(des)vestint aliments*

---

**14-14h. Trivial en colors.** Un bon grapat de preguntes, respostes i premis sobre consum responsable. A càrrec de: *Associació d'usuaris de bancs, caixes i assegurances de Catalunya*

---



---

## ESPAI FES-HO TU MATEIX

---

### 11-12h. Taller de descoberta de productes reutilitzats. I

conexerem "Guanyem-hi Tots!". A càrrec de: *El Mercat Social*

---

### 12-13h. Taller d'idees per a l'estalvi, l'autoproducció i el

reaprofitament a casa. A càrrec de: *Som La Clau, CooperaSec*

---

### 13-14h. Taller de transformació de moqueta firal en un

complement sostenible. A càrrec de: *Hache Upcycling*

---

## 17 de març de 2019

---

### 13-15h. Taller "Pilla la bici! I vine a reparar-la amb nosaltres".

*La Raposa. C. Tapioles, 47.*

A partir d'una bicicleta desbastellada, adquirirem els coneixements  
suficients per restaurar-la. Organitza: *La Raposa, Les Cícliques*

---

### 10-18h. Flea Market "La trobadora" Edició Especial Setmana del Consum Responsable. Ronda Sant Antoni. A càrrec de: *Flea*

*Market Barcelona* (activitat pendent de confirmar. Més informació a  
[contacto@fleamarketbcn.com](mailto:contacto@fleamarketbcn.com)).

---

*L'Espai Consum Responsable no es fa responsable de possibles canvis  
d'última hora en la programació de les activitats.*

## Sabies que...

L'Espai Consum Responsable ofereix durant tot l'any activitats, espais i altres recursos per fer més fàcil el consum responsable i l'Oficina Municipal d'Informació a les Persones Consumidores (OMIC) ofereix informació i suport en els tràmits relatius a temes de consum.

**On?** Al Palau Foronda. Ronda Sant Pau 43-45.

**[barcelona.cat/consumresponsable](http://barcelona.cat/consumresponsable)**

[ajuntament.barcelona.cat/omic](http://ajuntament.barcelona.cat/omic)

# SETMANA DEL CONSUM RESPONSABLE

del 9 al 17 de març de 2019



[barcelona.cat/setmana-consum-responsable](http://barcelona.cat/setmana-consum-responsable)