

# Hornikuntza eta elikadura kontzienteki jasangarrirantz Asparrenako Eguneko Arretarako Landa Zentroko eta Etxebizitza Komunitarioko jantokian



Gizarte eta osasun  
zerbitzuak

---

## Hornikuntza eta elikadura kontzienteki jasangarrirantz Asparrenako Eguneko Arretarako Landa Zentroko eta Etxebizitza Komunitarioko jantokian

---

Eskualdeko titulartasun publikoko jantoki komunitarioetan tokiko produktuak eta/edo ekologikoak gero eta gehiago erabiltzeko helburua dago jasota Arabako Lautadako Landa Garapenerako Elkartearen (Lautada LGEaren) 2020ko Jarduketa Planean. Eskualdeko instituzioetako eta gizarteko zenbait eragilek egindako azterketa eta hausnarketa prozesua izan da horretarako abiapuntua, eta hiru jarduketa eremu hartu dira kontuan: garapen jasangarria, gizarte kohesioa eta bizi kalitatea.

Hasteko, kontuan hartu da erosketak publikorako jasangarritasun irizpideak sortzea, nekazaritzako ekoizpen jasangarria areagotzea eta hurbileko elikadura zikloak antolatzea lotuta daudela garapen ekonomikoa handitzearekin eta pertsonen bizi kalitatea eta ongizatea hobetzearekin.

Proiektua eskualde mailan aurkeztu ondoren, Eguneko Arretarako Landa Zentroak eta Etxebizitza Komunitarioak partekatzen duten jantokiko zerbitzuan elikadura politika egokia bideratzea proposatu zuten Asparrenako Udaletik. Adinekoentzako arreta zerbitzu horiek Udalak berak kudeatzen ditu, eta Gizarte Ongizaterako Foru Erakundeak finantzatu. Jantokia sukaldari profesional batek kudeatzen du, esleipen publikoaren bidez, eta egunean 20-26 lagunentzako janaria zentroan bertan prestatzen du.

Etxebizitza Komunitarioko pertsonak eraikinaren bigarren solairuan bizi dira, eta haientzako bazkariak eta afariak sukaldean prestatzen dira, astelehenetik igandera. Eguneko Zentroaren erabiltzaileek, berriz, astelehenetik ostiralera bakarrik bazkaltzen dute bertan. Jose Manuel Manzano, *Txiki*, sukaldaria arduratzen da sukaldeko lan guztiak egiteaz. 2005etik ari da sukalde horretan lanean, jarraian, 3 urtez izan ezik. Asparrenako Udalaren udal kontratuaren esleipenduna da gaur egun.

Aldi berean, eskualdeko titulartasun publikoko jantoki kolektiboren batean tokiko produktuen eta produktu ekologikoen erabilera areagotzeko lan egitea proposatu zen Lautada LGEn 2020rako jarduketa planean. Hala, ekimena Asparrenako adinekoentzako jantoki kolektiboan gauzatzea erabaki zen, zerbitzuaren ezaugarri bereziak eta inplikaturako eragileen (Udalaren eta sukaldariaren) aldeko jarrera ikusita.

2020ko otsailean bilera egin zen sukaldearen berri jasotzeko. Bertan bildu ziren alkatea eta Udaleko gizarte zerbitzuetako zinegotzia, Lautada LGE elkarteko lehendakaria eta teknikaria, eta jantokiko zerbitzuaz arduratzen zen sukaldaria. Zerbitzuaren erabiltzaileekin ere hitz egin zen. Daniel Nina Carasso Fundazioaren laguntza deialdian parte hartzea proposatu zen bileran, eta laguntza ekonomikoa jasota, proiektua gauzatzeari ekin zitzaion. Horretarako, koordinatzailea kontratatu zen 2020ko abendutik 2021eko uztaile bitartera. Hurbilekoak eta/edo ekologikoak diren produktuekin elikatzeak eragina du jasangarritasunean eta nekazaritzako enpleguen sorreran, eta aukera ematen du eskualdeko nekazaritzako produktuen gama handitzeko, bai eta tokiko merkataritzari laguntzeko ere. Hori aintzat hartuta, proiektuak kontzientzia politikoa eta soziala sustatu nahi ditu, elikadura modu horrek herrian izan dezakeen eragina ikusarazi. Horrez gain, proiektuak harreman eta elkarlanerako aukera berriak sortuko ditu, erosketa publikorako elikadura jasangarritasuneko plegua sortzen lagunduko du, eta elikaduraren erdigunean kokatuko ditu adinekoak eta Lautadako elikagaien ekoizleak.

Egitasmoaren bidez, halaber, lehen sektorean dauden dinamika batzuk eraldatzea sustatu nahi da: hauskortasun ekonomikoa, arazoei aurre egiteko lankidetzan jarduteko zailtasuna, eta eraldatutako produktuen zein tokiko nekazaritzako elikagaien sistemaren falta. Eskualdeko erakundeetako eta gizarteko eragileen partaidetza zabalarekin egindako hausnarketa prozesuaren ondoren landutako 2015-2020 aldirako Eskualdeko Nekazaritza Garapeneko Planean jaso dira beharrak. Jarduteko hiru eremu aurreikusi dira plan horretan: eskualde mailako kohesioa, garapen jasangarria eta jarduera ekonomikoaren garapena.

Proiektua abian jartze aldera, talde eragilea sortu zen, honako kide hauekin: Asparrenako Udaleko alkatea eta Gizarte Zerbitzuetako zinegotzia, Lautada LGE elkarteko teknikaria, Eguneko Arretarako Landa Zentroko eta Etxebizitza Komunitarioko jantokiko zerbitzuko sukaldaria, eta arreta zerbitzuko adineko erabiltzaileak.

Proiektuaren oinarria adinekoen elikadura hobetzea da, eta, horretarako, gizarte kontzientzia sortzea eguneroko kontsumoan tokiko produktuak sartzeko beharraren inguruan, jasangarritasuna, hurbiltasuneko produktua eta nekazaritza ekoizpena sustatzea, eta ekoizleen artean sinergiak eta lankidetzak sortzea, produktu natural eta ekologiko jasangarriak ekoizteko.

## 1. Erakunde sustatzaileak

Lautada Landa Garapenerako Elkartea  
Asparrenako Udala  
Eskualdeko nekazaritzako elikagaien ekoizleak  
Eguneko Arretarako Landa Zentroko eta Etxebizitza Komunitarioko jantokiko sukalde arduraduna  
Eguneko Arretarako Zentroaren eta Etxebizitza Komunitarioaren erabiltzaileak  
Gizarte Zerbitzuak

## 2. Erakunde mota

Publikoa

### 3. Xede taldea

Asparrenako Eguneko Arretarako Landa Zentroaren eta Etxebizitza Komunitarioaren erabiltzaileak

### 4. Lurralde eremua

Asparrena (Araba)

### 5. Egoera

Abian jarrita

### 6. Etiketak

Arreta eta zaintza, gizarte zerbitzuak, Araba

### 7. Helburuak

Asparrenako udalerrian, adinekoei arreta eskaintzen dien jantokian, nekazaritzako elikagaien inguruko jarduera ekologikoa eta jasagarria ezartzeko trantsizio aldia sustatzea da ekimenaren helburua.

Honako hauek dira helburu espezifikoak:

- Eskualdeko ekoizleekin harremanetan jartzea eta gida liburua prestatzea.
- Erosketei, menuei eta hondakinen kudeaketari dagokienez, sukaldeko datuak biltzeko ikerketa prozesua martxan jartzea.
- Sukaldariari laguntzea hurbilekoak eta/edo ekologikoak diren elikagaiak bilatzen eta horiek sukaldean sartzen.
- Adinekoentzako menu berrien proposamenak egiten laguntzea.
- Proiektua sozializatzea zentroko erabiltzaileen eta langileen artean, biztanleria orokorraren artean, eta eskualdeko eragile instituzionalen artean.
- Adinekoen arretarako zerbitzuetan elikadurako eta garbiketako politika aldatzearen alde jendea sentsibilizatzea, politika hori ingurumenarekiko jasagarria izan dadin.

### 8. Metodologia

Lan horretan ikuspegi agroekologikoa hartu da kontuan, eta gizarte eta harremanen esparruari, ingurumenari eta alderdi ekonomikoari erreparatu zaie, hein berean. Sukaldeko datuak biltzeko (osagaien jatorria eta ezaugarriak, menuen osaera eta hondakinen kudeaketa) fitxak egin ziren, eta datu kuantitatiboak eta kualitatiboak argazki finkoetan jaso. Era berean, eguneroko lanetan lagundu zitzaion sukaldariari (elikagaiak erosten, menuak egiten, hondakinak kudeatzen), informazio objektibo eta subjektibo garrantzitsu guztia erregistratzeko eta zuzeneko harremana izateko Eguneko Zentroko zein Etxebizitza Komunitarioko erabiltzaileekin eta langileekin.

Ekoizleei buruzko datuak biltzeko, LGEak emandako zerrenda erabili zen. Horri esker, sustatzaileak telefono bidez jarri ziren haiekin harremanetan eta, zenbait kasutan, haien baserrietara joan ziren, prozesuan izango zuten parte hartzea errazteko. Beharrezkoa izan den guztietan elkarrizketa sakonak egin dira, solasaldi informalak, eta foku taldeak osatu dira datuak bildu eta prozesua bideratzeko. Aldi hori dokumentatze aldera, argazkiak atera dira eta bideoak grabatu. SSM metodologia (Peter Checklanden *Soft Systems Methodology*) erabili da lan horretan, aukera ematen baitu ikerketa eta garapeneko prozesua egokitzeko, bidean azaltzen diren gorabeheren arabera. Azkenik, aipagarria da datuak biltzen eta aztertzen jarraitu beharra dagoela lehenengo urtea bukatu artean.

Aldi horretan hiru etapa nagusi egon dira.

- Lehenengoan, sukaldeko egoeraren berri jaso zen, materialak bildu ziren eta Urduñan (Bizkaia) garatutako proiektura bisita egin zen.
- Bigarrenean, datuak bildu eta aztertu ziren eta oinarrizko dokumentua landu zen.
- Hirugarrenean, lehenengo aldaketak egin dira (zuzenean erositako olioak erabiltzen hasi, izoztutako arrainaren ordezkioak bilatu), eta proiektua eskualdeko beste eragile batzuen artean eta gizartean, orokorrean, sozializatu da. Gainera, epe horretan, sukaldariari lagundu zaio, ekoizleekiko harremanak gauzatu dira eta talde eragilearekin lan egin da zenbait talderekin eta eragilerekin bilerak eginez.

Bileretan egindako ekarpenez gain, partaide bakoitzak erabateko ahalegina egin du proiektuak fruituak eman ditzan. Nabarmentzekoak dira kide bakoitzak hartutako konpromisoa eta erakutsitako ardura, proiektuaren fase honetan iradokitako proposamen guztiei erantzun baitiete, ekarpenak egin eta lagundu. Talde eragileaz gain, beste hiru lagun hauek laguntza garrantzitsua eskaini dute prozesuan:

- Eneko Viñuelak, Justicia Alimentaria-VSF GKEko kideak; Araiako jardunaldietarako kontaktuak eman ditu, besteak beste.
- Marijo Imaz Ekoizpen Urduña zerbitzuko teknikariak; udalerriko egoitzan eta ikastolan lurraldeko elikagaiak lehenesteko proiektua garatu dute.
- Baldintza agirietan aditua den Santiago Lesmesek; parte hartuko duten ekoizleei deialdia egiteko kontuan hartu beharrekoak azpimarratu ditu.

Proiektuak ekintza hauek hartzen ditu barne:

#### 1. Aldaketak sukaldean

Aldaketak aipatzen direnean, horiek poliki egingo direla hartzen da kontuan, sukaldearen eta erabiltzaileen erritmoa errespetatuko direla. Aldaketa egin aurretik, finkatutako helburuak lortzeko bidean aurrera egiten lagunduko duten aukerak aztertu dira.

Hilabeteotan honako aurrerapauso hauek eman dira sukaldean:

- Sasoiko menuak nutrizionista baten laguntzarekin egin dira.
- Esnekietan, arrainetan eta elikagai ekologikoetan aldaketak egitea aztertu da.

- Tokikoak eta/edo ekologikoak diren elikagaiak sartu dira eta zenbait produktu baztertu dira.

## 2. Menuak egitea

Aipatu denez, menuak egiteko Urko Gabiña Araiako nutrizionista eta sukaldariaren laguntza izan du proiektuak. Zenbait lan bilera egin ondoren, bi menu proposamen diseinatu ziren, bata udako sasoirako eta bestea negurako. Menuak osatzeko orduan erabiltzaileen nutrizio beharrak hartu ziren kontuan, eta malguak izateko diseinatu ziren, eskualdeko ekoizleek eskain ditzaketan sasoiko produktuetara egokitu zitezten.

## 3. Tokiko elikagai ekologikoak sartzea eta zenbait produktu bazterzea

Diagnostikoa egin eta egoera aztertu ondoren, erabiltzaileen iritzia kontuan hartuta eta haien lankidetzarekin, epe laburrean aldaketak egiteko arloak proposatu ziren. Era berean, erabiltzaileen iritziei eta gustuei jarraikiz, beste arlo batzuetan aldaketarik ez egitea proposatu zen.

## 4. Sukaldean parte hartzeko prest dauden ekoizleak

Egitasmoaren berri eman zaie eskualdeko ekoizleei, eta elkarlanerako eta sareak sortzeko faseari ekin zaio. 142 lagunekin hitz egin ondoren, 28k Asparrenako sukaldeko proiektuan parte hartzeko interesa azaldu dute. Hiru kasutan mugakide diren lurraldeetako beste ekoizle batzuekin jarri dira harremanetan proiektuaren bultzatzaileak. Gehienek interes handia erakutsi dute eta parte hartzeko prest agertu dira.

## 5. Proiektua erabiltzaileei aurkeztea, jardunaldiak eta nutrizio ikastaroa

Proiektua zentroko erabiltzaileen artean sozializatzea prozesuaren funtsezko oinarrietako bat da, zalantzarik gabe. Zentroko sukaldean bisitak jasotzen ziren bakoitzean egindako aurkezpen informalez gain, hurbileko aurkezpen ekitaldi bat egitea zen asmoa.

Horretarako, egokitzat jo zen sukaldariarekin eta nutrizionistarekin batera osasun zentroko medikuak eta erreferentziazko erizainak ere parte hartzea aurkezpenean. Arretako baliabideen erabiltzaileen artean parte hartzea sustatzeko eta proiektua hobeto ulertarazteko, bi talde osatu ziren: batetik, Eguneko Arretarako Landa Zentroaren erabiltzaileen taldea, eta bestetik, Etxebizitza Komunitarioaren erabiltzaileen taldea. Bileretan askotariko dinamikak egin ziren adinekoek elikaduran izan dituzten aldaketak azal zituzten eta eguneroko elikaduran egin nahiko lituzketen aldaketak jakinaraz zituzten.

Proiektua sozializatzeko jardueren artean «Bazkaltzera gonbidatzen zaituztegu» ekintza egin zen. Elikadura osasungarrian eta jasangarrian oinarrituta, elkartrukea egin zen Asparrenako adinekoen eta Alegria-Dulantziko Eguneko Arretarako Landa Zentroko erabiltzaileen artean. Elkartruke horretan, erabiltzaileek menuetarako proposamenak egin dituzte, baratzeko produktuen bilketan parte hartu dute, barazkiak zuritu eta moztu dituzte, eta bukatzeko, produktu ekologikoekin egindako bazkaria izan dute. Bestalde, helburu berarekin, bigarren elkartruke bat egin da, merienda bat, hain zuzen. Horretan, fruta freskoarekin eta txokolatearekin egindako

broxetak, sagar erreak eta etxeko betiko errezeten arabera prestatutako txokolatea eta erroskillak jan dituzte.

#### 6. Erosketa publiko jasangarriari buruzko jardunaldi teknikoak eta politikak

Administrazio publikoek beren zerbitzuetarako produktu jasangarriak erostearen aldeko apustua egin beharri buruzko kontzientziazio prozesua sortzea da xedea.

#### 7. «Jaki osasungarriak gure lurretatik» jardunaldia, biztanleria orokorrarentzat

Elikadura jasangarritasunaren inguruan Euskadin abiatu dituzten ekimenak eta eskoletako jantokietan elikadura hobetzeko aukerak ezagutzera ematea izan da helburua. Azpeitiko Elikagune kooperatibak eta Trapagako Gaztetxeak hartu dute parte jardunaldian, eta bukaeran, Gasteizen abian jarritako haur eskoletako menuak aldatzeko prozesuen inguruko aurkezpena egin zen. Jardunaldian, «Gaixotzen gaituen elikaduraren jatorria bidaia» erakusketa egon da ikusgai.

#### 8. Adineko pertsonen elikadura: nutrizioari eta elikadura jasangarriari buruzko ikastaroa

Adineko pertsonen elikaduran kontuan hartzeko jarraibideak (mantenugaiak, behar espezifikoak eta abar) ezagutzera emateko eta osasuna eta elikagai ekologiko eta jasangarriak bateratzeko prestakuntza ikastaroa.

#### 9. Sukaldaritza eta garbiketa jasangarriei buruzko jardunaldia

Abendurako aurreikusitako jardunaldian, hondakinen kudeaketa egokia eta sukaldeko zein jantokiko guneak osasunari kalterik eragin gabe garbitzeko moduak aztertuko dituzte, guneak kutsatzea saihesteko.

### 9. Alderdi berritzaileak

Proiektua berritzailea da, parte hartzean oinarritutako programa delako. Izan ere, administrazio publikoa, ekoizleak, profesionalak eta adineko pertsonak bilduko dituen sare koordinatua sortzea da asmoa. Hala, adineko pertsonen bizi kalitatea hobetzea oinarritzat hartuta, elikadura eta hondakin bilketa jasangarriak lortzeko eraldaketa prozesuak jarri nahi dira martxan.

Jantoki kolektiboetan elikadura osasungarria, orekatua, jasangarria eta ekologikoa sartu eta abian jarri da.

### 10. Ebaluazioa eta emaitzak

Ebaluazioa egiteko jasangarritasun adierazleak erabili dira lan tresna moduan.

Martxoan, jarraipena egiteko konplexuegia zen jasangarritasun adierazleen proposamena egin zen. Uztailean, foku taldea eta talde eragilea bildu ziren, ekimenaren jarraipena erraz eta argi islatuko duten adierazleak adosteko.

Helburu kuantitatiboetarako honako adierazle hauek proposatu dira:

- Freskoak: elikagai freskoen kantitatea
- Ekologikoak: zigiludun elikagai ekologikoak eta zigilu gabe modu ekologikoan ekoiztutako produktuen erabilera (parte hartzean oinarritutako berme sistemak garatu ez direnez, ezagutzan eta konfiantzan oinarrituko gara)
- Hurbiltasuna: eskualdeko ekoizleei erositako elikagaiak
- Zuzeneko kanala: merkaturatzeko modua, zuzenean erositako elikagaiak