

BANCO DE ALIMENTOS DE GRANADA

GRAN RECOGIDA *física* DE ALIMENTOS



MANUAL
DEL
VOLUNTARIADO



Te damos las **GRACIAS**
por haber querido participar en esta
Gran Recogida de Alimentos.

Este proyecto solidario no sería
posible sin personas como **TÚ**.

¡BIENVENIDO/A AL EQUIPO!



NOCIONES PREVIAS

- El **Banco de Alimentos de Granada (BAG)** es una fundación sin ánimo de lucro que lucha contra el despilfarro alimentario y recoge alimentos para repartirlos gratuitamente a las asociaciones benéficas de todo tipo, legalmente constituidas, que lo soliciten y pasen los controles establecidos; nunca a particulares. Las asociaciones se encargan de distribuir esos alimentos a sus beneficiarios finales.
- El BAG se fundó en 1995, tiene su sede central en Mercagranada y cuenta con delegaciones en Motril, Guadix, Loja, Baza y Alhama de Granada.
- La **Gran Recogida con modalidad física** consiste en recaudar alimentos básicos no perecederos en los supermercados de toda España que voluntariamente han querido colaborar.
- Los alimentos recogidos se transportan hasta el almacén del Banco de Alimentos en Granada o la delegación correspondiente. Todos los alimentos se distribuyen posteriormente de forma equitativa a las asociaciones.

Durante esta **Recogida**, tú no representas al Banco de Alimentos, **TÚ ERES** el Banco de Alimentos.



CÓMO ACTUAR (I)






A CONTINUACIÓN TE MOSTRAMOS UNA GUÍA DE CÓMO DEBES ACTUAR EL DÍA DE LA GRAN RECOGIDA.

- Es muy importante que todos actuemos de la misma manera, para que quien decida colaborar con nosotros perciba el mismo mensaje, independientemente de dónde lo haga.







- Para identificarnos adecuadamente, **TODAS las personas voluntarias** debemos llevar el **peto del Banco de Alimentos** todo el tiempo, que se te facilitará al inicio de tu turno, y que deberás entregar al siguiente. Por favor, no te lo lleves, cuestan dinero y no nos sobra.

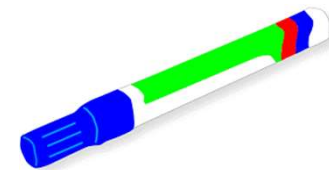
CÓMO ACTUAR (II)


-  Si lo deseas, podrás llevar un identificativo de la asociación a la que perteneces, pero no debe tapar el logo del peto. El motivo es que los establecimientos adheridos tienen un acuerdo con el BAG y no con otras entidades y hemos de respetarlo y dar imagen de homogeneidad.
-  Estarás ayudado en todo momento por un/a **Coordinador/a de Zona**. Unos días antes de la Gran Recogida se habrá puesto en contacto por teléfono contigo. Ambos debéis tener activos vuestros teléfonos para poder comunicaros.  Consúltale cualquier duda. Tu coordinador/a comunicará con el/la Responsable de la Gran Recogida para cualquier asunto.
-  Preséntate en el lugar asignado unos minutos antes de tu turno para poder hacer el traspaso adecuadamente. Si tu turno es el primero, preséntate a la persona encargada del establecimiento si tu coordinador/a no ha llegado aún  (recuerda que coordina varios supermercados).


CÓMO ACTUAR (III)


 Encontrarás allí todo el **material** que necesitas:

-  Petos reutilizables
-  Bolsas reutilizables
-  Cajas y/o palés
-  Rotuladores y precinto



 Te pedimos por favor que lleves un rotulador que escriba bien sobre cartón, pues es habitual que se extravíen y suelen faltar.

 No aceptes nunca dinero, sólo alimentos comprados en el establecimiento donde estés.

 No des alimentos a las personas que te los puedan pedir. Los alimentos no nos pertenecen, sólo nos los han encomendado.



CÓMO ACTUAR (IV)



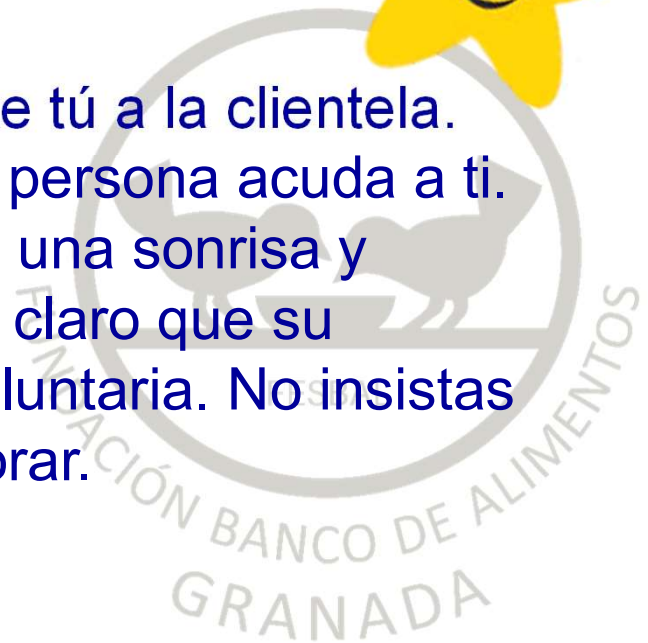
Ten siempre bolsas a mano.



Ten claro dónde y cómo tienes que ir almacenando los alimentos (ver más adelante).



Sé activo/a, dirígete tú a la clientela. No esperes que la persona acuda a ti. Actúa siempre con una sonrisa y amablemente. Ten claro que su participación es voluntaria. No insistas si no quiere colaborar.



CÓMO ACTUAR (V)


- Explica brevemente al posible donante en qué consiste la Gran Recogida. Si accede a participar, dale una bolsa e infórmale del tipo de alimentos no perecederos que necesitamos en estos momentos.

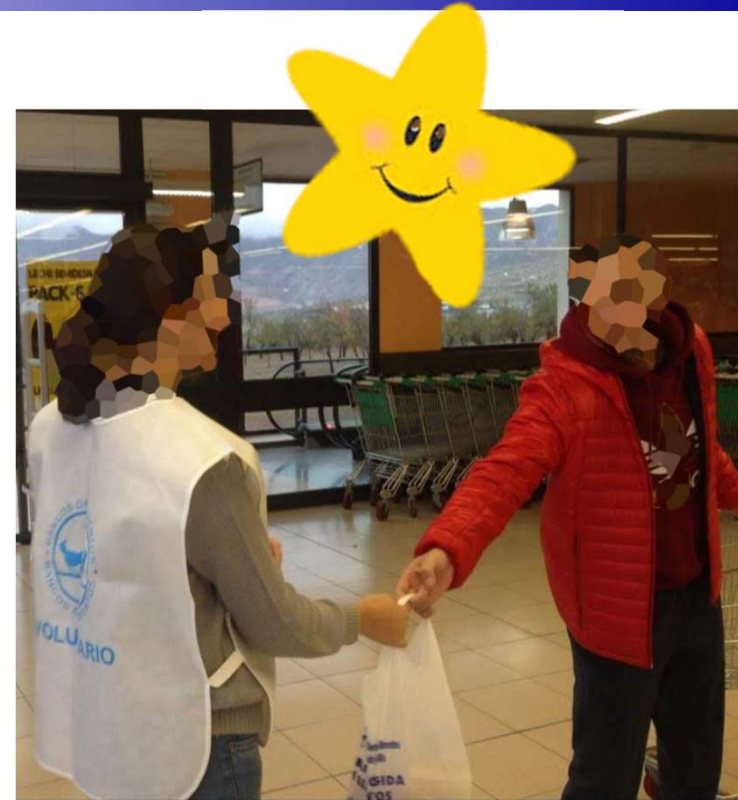



- No aceptes alimentos perecederos (patatas, cebollas o similares) ni frescos, mucho menos congelados, pues hay peligro de que se rompa la cadena del frío. Pasa un tiempo hasta que logramos clasificarlos y almacenarlos, y a menudo vence la fecha de caducidad o se estropean y hay que tirarlos. Los que no tengamos más remedio que aceptar, ponlos en caja aparte, bien destacada y rotúlala con la palabra “frescos”.

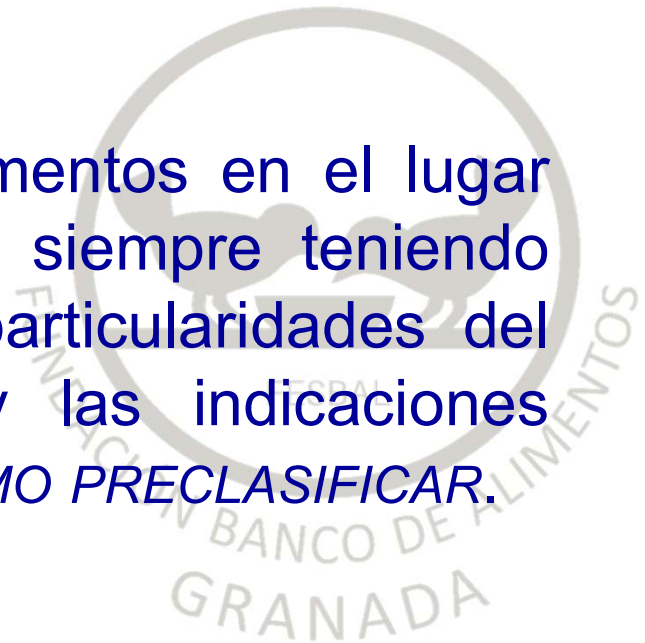


CÓMO ACTUAR (VI)



-  Cuando el/la donante regrese, recoge la bolsa y agradécele su colaboración con una sonrisa. Reutiliza la bolsa para las siguientes personas hasta que se rompa y quede inservible.

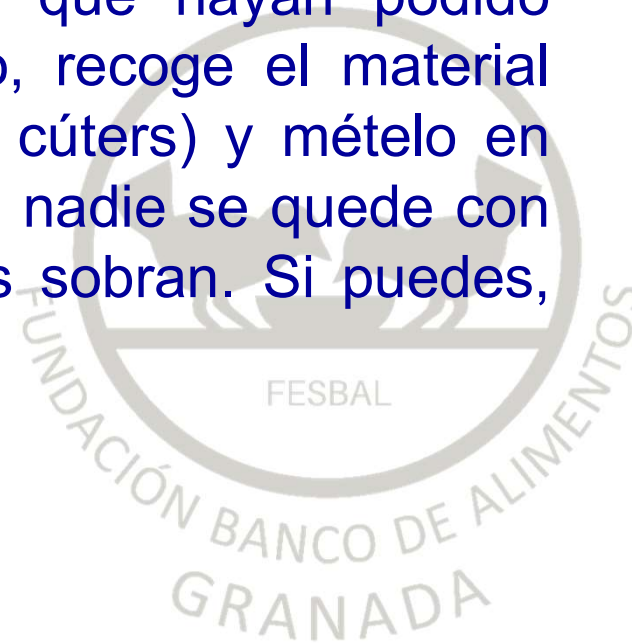


-  Deposita los alimentos en el lugar correspondiente, siempre teniendo en cuenta las particularidades del supermercado y las indicaciones del apartado *CÓMO PRECLASIFICAR*.



CÓMO ACTUAR (y VII)

-  Cuando un palé esté próximo a llenarse o ya se hayan llenado muchas cajas, sigue las instrucciones que te haya dado tu coordinador/a para tu establecimiento. Todas las tiendas deben almacenar lo recogido y bien lo llevan al BAG días después o bien lo recoge una furgoneta del BAG a lo largo de la semana siguiente. Pregunta a tu coordinador/a de zona ante cualquier duda.
-  Cuando finalice tu turno, entrega tu peto al siguiente compañero/a y coméntale las incidencias que hayan podido surgir. Si tu turno es el último del sábado, recoge el material sobrante (bolsas, petos, cinta, rotuladores, cúters) y mételo en una caja todo junto. Es muy importante que nadie se quede con el peto, ni siquiera como recuerdo. No nos sobran. Si puedes, espera a tu coordinador/a.



CÓMO PRECLASIFICAR (I)

LA PRECLASIFICACIÓN EN LA TIENDA ES FUNDAMENTAL PARA QUE LAS LABORES DE CLASIFICACIÓN EN EL BANCO SEAN MENORES. SUELE HABER MUY POCO VOLUNTARIADO PARA CLASIFICAR MILES DE KILOS.

Aunque lo importante de la Gran Recogida es dar testimonio de la necesidad que sigue existiendo en nuestra sociedad más cercana, no es menos importante hacerlo bien y de la forma más eficiente posible. Para ello, hemos creado un vídeo explicativo de sólo 90 segundos de duración, que explica concisamente pero con detalle cómo hacerlo. Por favor, tómate unos segundos, pincha en el vídeo y míralo con atención:



Si tienes dificultades para visualizar el vídeo, puedes copiar la siguiente dirección en la barra de tu navegador: <https://youtu.be/OMC58ley4wo>

CÓMO PRECLASIFICAR (II)

Como ves en el vídeo, se trata de meter en cada caja un solo tipo de alimento y etiquetarla con su nombre. Por ejemplo, cuando en el Banco se reciba una caja que pone “arroz”, se entenderá que contiene arroz y sólo arroz, y durante la clasificación no se abrirá, sino que se colocará en un palé que estará formado sólo por cajas de arroz. Sólo se abrirán las cajas etiquetadas con la palabra “varios”, “frescos”, o cualquier otra indicación dudosa.

Los alimentos que vamos a preclasificar en las tiendas durante la Gran Recogida serán:

- 🍷 Conservas (de todo tipo, incluyendo tomate en cristal)
- 🍷 Zumos y batidos (todo tipo, incluyendo infantiles)
- 🍷 Galletas y cereales
- 🍷 Navidad
- 🍷 Arroz
- 🍷 Pasta
- 🍷 Legumbres secas
- 🍷 Legumbres en tarro
- 🍷 Azúcar
- 🍷 Cacao
- 🍷 Alimentos infantiles



CÓMO PRECLASIFICAR (III)



- La leche va en palé aparte, incluyendo la leche infantil en brick.

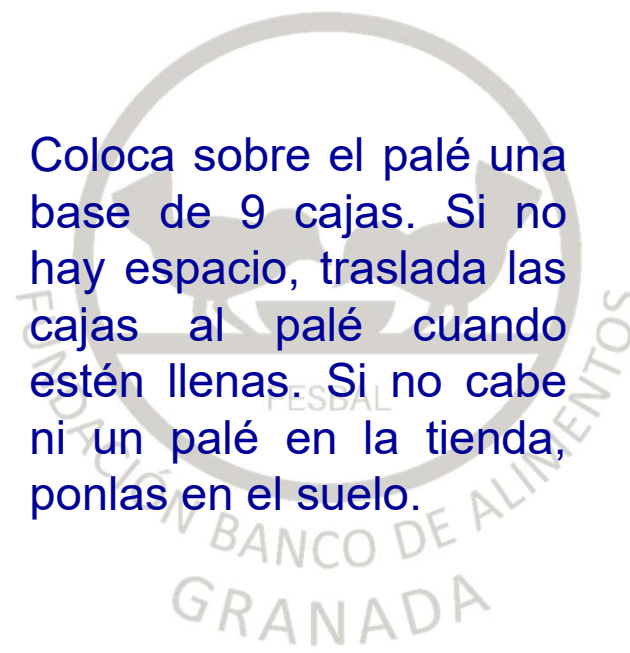
RECUERDA:



- Monta varias cajas precintando la base con una cruz de cinta adhesiva.



- Coloca sobre el palé una base de 9 cajas. Si no hay espacio, traslada las cajas al palé cuando estén llenas. Si no cabe ni un palé en la tienda, ponlas en el suelo.



CÓMO PRECLASIFICAR (y IV)

- ☉ Cuando la caja esté llena, ciérrala, rotúlala sólo en la solapa superior (así las podremos reciclar mejor) con el alimento que contiene y precíntala. Es preferible que no esté llena del todo a que no esté plana.
- ☉ Sobre esa base de cajas, forma otra, preferiblemente trabada. Así hasta 4 filas.



- ☉ Si en el palé hay alguna caja de “frescos”, ponla en la fila superior y destácala bien.
- ☉ Los pañales, como son paquetes grandes y pesan poco, pueden ir encima de un palé cualquiera.
- ☉ Cuando ya estén todas las cajas apiladas en el palé, solicita al encargado que las precinte bien para formar un bloque y pídele que lo retire.

⚠ SI LA TIENDA EN LA QUE ESTÁS ES PEQUEÑA Y NO CABE UN PALÉ, PRECLASIFICA LO QUE PUEDAS EN CAJAS APOYADAS EN EL SUELO.

CERTIFICADO UGR

Si eres estudiante de la UGR, recuerda que todas las horas que dediques a esta Gran Recogida de Alimentos se certificarán, para que tengas en tu currículum actuaciones solidarias de voluntariado. Además, estas horas cuentan para alcanzar los requerimientos que exige la Universidad para obtener créditos ECTs.

GRAN RECOGIDA DE ALIMENTOS 2018
JUSTIFICANTE DE PRESTACION DE VOLUNTARIADO

Todas las horas que dediques a esta Gran Recogida de Alimentos se certificarán, para que tengas en tu currículum actuaciones solidarias de voluntariado y puedas convalidar las horas de voluntariado realizadas por créditos ECT. Rellena correctamente y con las horas de voluntariado de este documento y preséntalo a tu coordinador en tu turno o turnos de participación, para que lo firme y tú lo entregues en la oficina de UGR Solidaria (C/ Cuesta del Hospicio, frente al Hospital Real), antes del 21 de diciembre de 2018. Más adelante, se expedirán los certificados y os avisaremos para que podáis pasar a retirarlos.

- Nombre: _____
- Apellidos: _____
- D.N.I.: _____
- Correo electrónico (mayúsculas): _____
- Fecha de prestación del voluntariado: _____
- Supermercado donde se presta el voluntariado:
 - Nombre: _____
 - Dirección: _____
 - Localidad: _____
- Horas de voluntariado realizadas: _____
- Nombre y apellidos del coordinador: _____

Firma del coordinador

Esto es posible gracias a la estrecha y permanente colaboración entre Banco de Alimentos de Granada y la UGR.

Consulta las condiciones en el Vicerrectorado de Igualdad, Inclusión y Compromiso Social de la UGR:

<https://viics.ugr.es/areas/accion-solidaria/voluntariado-local-universitario/estructura-y-reconocimiento-ects>



SALUD - AYUDA CON SEGURIDAD (I)

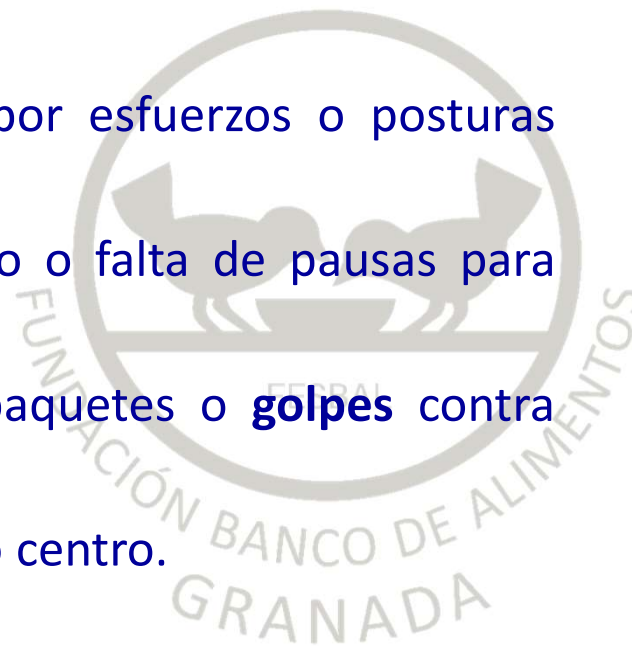
La **recogida de alimentos** es el objetivo principal de esta campaña, pero queremos que lo hagas de una forma segura para que no afecte a tu salud, lee atentamente estos consejos antes de empezar a colaborar. **Tu salud nos interesa tanto como tu solidaridad.**

Todas las personas que participen en la Gran Recogida, no importa en qué modalidad, estarán cubiertas por un seguro innominado de accidentes y responsabilidad civil, que abarca toda la duración de la campaña. En caso de tener algún accidente, se puede comunicar al coordinador/a correspondiente o al contacto indicado al final de este manual.

PRINCIPALES RIESGOS DURANTE LA RECOGIDA

Las operaciones de levantamiento y transporte de cargas pueden ocasionar algunos riesgos para tu salud, como:

- 🇪🇸 **Lesiones de espalda**, u otras zonas del cuerpo, por esfuerzos o posturas inadecuadas.
- 🇪🇸 **Fatiga física** causada por trabajo de pie, cansancio o falta de pausas para descansar.
- 🇪🇸 Riesgo de **heridas y contusiones** por caídas de paquetes o **golpes** contra objetos.
- 🇪🇸 Situaciones de **emergencias** provocadas en el propio centro.



NORMAS GENERALES DE SEGURIDAD

El espacio de trabajo debe ser suficiente para permitir moverse sin problemas y acercarse a la carga sin necesidad de realizar posturas forzadas.

- ☉ Mantén el orden y la limpieza en la zona de trabajo. Retira los objetos que puedan obstaculizar y mantén el suelo limpio de manchas de grasa, líquidos, etc.
- ☉ Evita manejar cargas subiendo pendientes, escalones o escaleras.
- ☉ En caso de emergencia o evacuación, sigue las instrucciones de las personas responsables del centro.

TRANSPORTE DE CARGAS

- ☉ Lleva la carga frontalmente y cerca del cuerpo, repartiendo el peso entre ambos brazos.
- ☉ Agarra correctamente la carga y con firmeza.
- ☉ Sujeta la carga con los brazos en ángulo recto y pegados al cuerpo.



LEVANTAMIENTO DE CARGAS

Manipula las cargas cerca del cuerpo y a una altura comprendida entre el nivel de los codos y el de los nudillos (aproximadamente a la altura de las caderas).

Al levantar cargas desde el suelo se seguirán los siguientes pasos:



- ⦿ Aproxímate a la carga, separa ligeramente los pies y flexiona las rodillas



- ⦿ Inclina ligeramente la espalda hacia delante manteniendo la columna alineada.



- ⦿ Recoge la carga lo más cerca posible del cuerpo y vuelve a la posición erguida, estirando las piernas y manteniendo la columna recta.

Fuentes:



MUCHAS GRACIAS
POR SER
EL BANCO DE ALIMENTOS
DE GRANADA



  638 20 49 29

 granrecogida@bancoalimentosgranada.fesbal.org

 www.bancoalimentosgranada.org



*Piensa si es necesario imprimir este manual.
Protejamos entre todos nuestro planeta.*

