

Trabajo Final de Máster

La comunicación como herramienta indispensable en la cooperación internacional y en la acción social



Autora: Patricia Presencio Mateo

Directora: Rosa Ana Perís Pichastor

Fecha de lectura: 2 de julio 2018



Máster Universitario en Cooperación al Desarrollo

RESUMEN

La ONG Nutrición Sin Fronteras es una entidad cuya misión principal es proteger el derecho universal a la alimentación. Y esto lo hace por dos vías, la cooperación internacional (en Gambia y en Latinoamérica) y la Acción Social (en la ciudad de Barcelona). La experiencia en Nutrición Sin Fronteras ha estado centrada sobre todo en el ámbito de la Acción Social, dando soporte de distintas formas en el proyecto estrella de la entidad, *Barcelona Comparteix el Menjar*. Durante la estancia en prácticas en la entidad se ha destinado a la alumna al Departamento de Comunicación y Acción Social, dedicándose a las tareas de comunicación principalmente. A pesar de que las tareas que realizaba en la entidad variaban según las necesidades del momento, hay funciones que eran básicas en la jornada de la alumna, como elaboración de contenidos propios de la ONG, estrategia de redes sociales, elaboración de notas y convocatorias de prensa, gestión de voluntariado y socios/as y comunicación con los colaboradores. Además, al tratarse de una entidad pequeña, también ha podido trabajar con el Departamento de Proyectos y de Administración. Conociendo, de esta forma, todos los aspectos que engloban el mundo de las entidades sociales. Como la búsqueda de convocatorias de subvenciones tanto privadas como públicas, justificación de ayudas y subvenciones otorgadas, elaboración de proyectos y gestión de facturas, entre otras.

Palabras clave: ONG, comunicación, Acción Social, ONG Nutrición Sin Fronteras

ÍNDICE

1. Introducción.....	5
2. Descripción de la entidad.....	6
3. Justificación de la elección de la entidad y proyectos.....	15
3.1. Programa de seguridad alimentaria para la población materno infantil de la República de Gambia.....	16
3.2. Barcelona Comparteix el Menjar.....	19
3.3. Alimenta tu futuro.....	21
4. Plan de trabajo.....	23
4.1. Actividades online (redes sociales, página web y boletín informativo)	23
4.2. Redacción de artículos.....	29
4.3. Contactos con medios de comunicación.....	33
4.4. Fundrasing, captación de fondos.....	35
4.5. Contacto con colaboradores, socios/as y voluntariado.....	36
4.6. Eventos y charlas.....	38
4.7. Las cuentas claras.....	40
5. Conclusiones.....	41
6. Valoración personal.....	43
7. Bibliografía.....	45
8. Anexos.....	48
8.1. Anexo 1 – Memoria de prácticas.....	48
8.2. Anexo 2 – Ejemplos de material gráfico realizado.....	67

ÍNDICE DE ABREVIATURAS

NSF: Nutrición Sin Fronteras

FAO: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura

CREN: Centro de Recuperación y Educación Nutricional

ODS: Objetivos del Desarrollo Sostenible

HORECA: Hostelería, Restauración y Cáterin

AECID: Agencia Española de Cooperación Internacional al Desarrollo

AROP: At Risk Of Poverty and/or Exclusion

ECVHP 2011: Encuesta de Condiciones de Vida y Hábitos de la Población de Cataluña 2011

FEDAIA: Federación de entidades de Atención y de Educación a la Infancia

MdC: Medios de Comunicación

NdP: Nota de Prensa

MICS: Encuesta sobre indicadores múltiples por conglomerados

CEDAW: Comité para la Eliminación de la Discriminación Contra la Mujer (en inglés)

OMS: Organización Mundial de la Salud

ONU: Organización de las Naciones Unidas

1. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo recoge la experiencia en la *ONG Nutrición Sin Fronteras* de la autora con motivo de la estancia en prácticas del itinerario profesional del Máster Universitario en Cooperación al desarrollo de la Universidad Jaume I.

Cabe señalar que en el año 2018 el hambre sigue siendo una de las causas de muerte más importante, y, por otra parte, la malnutrición, en cualquiera de sus formas, es un factor muy importante para la salud. En la actualidad, al problema del hambre se le ha sumado el problema de la obesidad, es decir, que el mundo se enfrente a una doble carga de malnutrición: la desnutrición y la alimentación excesiva.

Si hablamos en cifras, según datos de la ONU (FAO, FIDA y PMA, 2015), en el mundo 795 millones de personas no tienen suficientes alimentos que les permita llevar una vida saludable y activa, y, por otro lado, 1,9 billones de personas en el mundo padecen obesidad o sobrepeso. Además, la malnutrición también se cobra la vida de los/as más pequeños/as. Concretamente, anualmente alrededor de 3 millones de niños/as pierde la vida por causas relacionadas con la desnutrición y 156 millones de niñas y niños menores de 5 años sufren desnutrición crónica, limitando de esta forma irreversible su desarrollo físico e intelectual (AECID, 2018).

En este contexto nace Nutrición Sin Fronteras junto a su Programa de Seguridad Alimentaria en la población materno-infantil de la República de Gambia. La región de Gambia continúa registrando un índice de mortalidad infantil, con 92 muertes por cada 1.000 nacimientos, lo que supone casi 15 veces el promedio de los países de ingresos altos (NSF, 2016). Además, en Gambia el 40% de la población son menores de 15 años (NSF, 2016).

Las comunidades gambianas sufren periodos de hambre a lo largo de todo el año, pero sobre todo en la época de lluvias, que es cuando más bajan las reservas de alimentos a la vez que es cuando más necesidades alimentarias (en cantidad de calorías) presenta la población como causa del trabajo intensivo que se realiza en el campo.

Por otra parte, actualmente las cifras de malnutrición no es lo único escalofriante. Se calcula que aproximadamente una tercera parte de los alimentos cocinados que se encuentran en perfectas condiciones acaba en las basuras, un total de 1.300 millones de

toneladas anuales (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, 2013). Concretamente en Catalunya se tiran anualmente 260.000 toneladas de comida, de los cuales un 58% proviene de los hogares, un 12% de la restauración, un 4% de las instituciones, un 9% de comercios alimentarios, un 16% de los supermercados y un 1% de los mercados (Agencia de Residuos de Cataluña, 2012) y a la vez casi un 21% de la población vive en riesgo o en situación de exclusión social (Instituto de Estadística de Cataluña, 2015).

En este contexto, en el año 2012 Nutrición Sin Fronteras lanza el proyecto *Barcelona Comparteix el Menjar* un proyecto que lo que busca es garantizar el derecho a la alimentación en la ciudad de Barcelona a través de la reducción del despilfarro alimentario. Lo hace a través de una cadena de colaboraciones entre empresas y entidades sociales, porque en NSF se considera inaceptable que se tire comida en perfectas condiciones mientras que hay gente que muere de hambre.

2. DESCRIPCIÓN DE LA ENTIDAD nutrición sin fronteras

Nutrición Sin Fronteras (NSF) es una ONG que nació en el año 2005 de mano de un grupo multidisciplinario de profesionales y académicos del ámbito sanitario y social con la misión principal de contribuir a la disminución de las desigualdades en materia nutricional en el mundo teniendo siempre en cuenta los derechos humanos y desde la perspectiva de la cooperación, formación y la capacitación, promoviendo siempre el uso equilibrado de los recursos alimentarios y la solidaridad entre los pueblos (NSF, 2016).

Como entidad social NSF aspira a conseguir un mundo donde se garantice el derecho universal a una alimentación saludable y adecuada. Actúa para erradicar la malnutrición en el mundo a través de la acción y del compromiso ético con las personas más desfavorecidas.

Se trata de una ONG formada, por una parte, por un órgano de gobierno responsable de supervisar la eficacia de su actuación y de validar los presupuestos anualmente (responsabilidad de transparencia). Y, por otra parte, de un equipo ejecutivo altamente cualificado responsable de implementar todas las acciones y proyectos que se llevan a cabo en la entidad.

La **misión** de la ONG es contribuir a la disminución de las desigualdades en materia nutricional en el mundo, teniendo siempre en cuenta los derechos humanos y desde la perspectiva de la cooperación, formación y la capacitación. Lo hacen promoviendo un uso equilibrado de los recursos alimentarios y la solidaridad entre los pueblos, en concordancia con los Objetivos del Desarrollo Sostenible (ODS) 2030 (NSF, 2016).

En cuanto a su **visión**, aspiran a conseguir un mundo en el que la alimentación se garantice como un derecho universal. Por ello trabajan para erradicar la malnutrición (por efecto y por defecto) en el mundo a través de la acción y el compromiso ético con las personas más desfavorecidas como ejes básicos que orientan su desarrollo y crecimiento.

Los **valores** de la ONG son los siguientes:

- Compromiso con los derechos humanos y las personas: su trabajo tiene el fin de garantizar el ejercicio de los derechos de todas las personas
- Justicia global: Consideran que el mundo es un lugar donde todas las personas deben tener garantías que satisfagan sus derechos humanos.
- Independencia: Se trata de una ONG aconfesional y apartidista, que lleva a cabo su misión respetando la libertad e igualdad de todas las personas con las que trabajan.
- Transparencia: Rinde cuentas ante las personas e instituciones con y para las que trabajan, ante las que se apoyan y a la sociedad en general, buscando siempre en su modo de actuar la mayor eficacia en el uso de sus recursos
- No a la discriminación: Rechazan toda discriminación por motivos de etnia, sexo, religión, nacionalidad, opinión o clase social.
- Profesionalidad: Basan sus acciones en la profesionalidad y experiencia de los recursos humanos que conforman la entidad.
- Participación: Todas las acciones que lleva a cabo la entidad están fundamentadas en el principio del codesarrollo y la participación.

- **Sostenibilidad medioambiental:** A la hora de llevar a cabo los proyectos siempre se tienen en cuenta los criterios de sostenibilidad del medio ambiente para no comprometer los recursos naturales.

La forma de trabajar de la ONG es la siguiente: en primer lugar, se identifican las causas que provocan la malnutrición (ya sea por exceso o por defecto) para promover cambios que permitan una alimentación suficiente y equilibrada; en segundo lugar, capacita a las personas con acciones de sensibilización y de educación para alcanzar un cambio permanente y sostenible; y, finalmente, trabaja en la promoción de los sistemas alimentarios sostenibles y colabora con todos los actores implicados.

Los principales ejes de acción que orientan los esfuerzos de la ONG son los siguientes:

- **Educación nutricional:** El acceso a alimentos no es suficiente para erradicar el problema de la malnutrición, también es necesario educar y capacitar a la población en llevar una dieta sana y saludable, un factor totalmente necesario para que los cambios sean efectivos y sostenibles en el tiempo. Para alcanzar ese objetivo, la entidad realiza en la República de Gambia acciones de formación en hábitos nutricionales para madres y niños/as y formaciones en temas nutricionales para el personal sanitario. En otras palabras, trata de empoderar a las familias gambianas en temas nutricionales, para que así tengan las herramientas necesarias para llevar una alimentación saludable con los alimentos a los que tienen acceso.

Por otra parte, en Barcelona la entidad también capacita nutricionalmente, mediante talleres de dieta saludable (tanto teóricos como prácticos), a colectivos en riesgo de exclusión social que son usuarios de las entidades sociales colaboradoras. Asimismo, realizan campañas de sensibilización para promover una alimentación saludable.

- **Asistencia nutricional:** Permite tratar y prevenir la desnutrición aguda severa y dar acceso a una alimentación sana y suficiente a las personas o colectivos en situación de riesgo nutricional. Se pretende erradicar la malnutrición dando acceso a una alimentación suficiente y saludable, y, para conseguir este objetivo, la ONG trabaja en la República de Gambia en el tratamiento y la prevención de la desnutrición infantil, asistencia nutricional a poblaciones en riesgo de

exclusión o pobreza, servicio ambulatorio para detectar casos de desnutrición infantil y realización de encuestas y cribajes nutricionales.

Como en el caso anterior (educación nutricional), en Barcelona se llevan a cabo formaciones, también focalizadas, con el fin de disminuir, hasta erradicar, la malnutrición, en colectivos con alto riesgo a presentarla.

- **Soberanía alimentaria:** El derecho de los pueblos a controlar sus propias tierras, agua y producción de alimentos a través de una producción local, autónoma y culturalmente apropiada, es uno de los ejes de trabajo principales de NSF. La soberanía alimentaria permite abordar el derecho a la alimentación desde un enfoque integral. Se quiere erradicar la malnutrición teniendo en cuenta los procesos de producción y el acceso de las personas a los alimentos. Con el fin de alcanzar este objetivo se llevan a cabo acciones de evaluación del estado de la seguridad alimentaria, promoción de actividades agrícolas comunitarias, capacitación y asistencia técnica en actividades agrícolas y formación y capacitación en temas alimentarios.

Alguno de los resultados obtenidos por la ONG es que han capacitado a más de 50,000 personas para la promoción de huertos comunitarios en la República de Gambia y se han rehabilitado y puesto en marcha más de 17 huertos comunitarios para promover la soberanía alimentaria en el país africano.

- **Sostenibilidad alimentaria:** Desde NSF se quiere erradicar la malnutrición en el mundo teniendo en cuenta los criterios de sostenibilidad de los sistemas alimentarios y promoviendo un uso responsable de los alimentos y de los recursos disponibles. Para llegar a esa misión, la ONG actúa en programas para la prevención y la reducción del despilfarro alimentario, programas para la promoción del reaprovechamiento alimentario, campañas de sensibilización sobre el despilfarro de alimentos y promoción de sistemas alimentarios más sostenibles.

Algunos de los resultados obtenidos por la ONG han sido la recuperación y distribución a entidades sociales de más de 159 toneladas de comida cocinada en perfectas condiciones de seguridad alimentaria. Y gracias a esta recuperación

también se han conseguido reducir las emisiones de CO2 en más de 954 toneladas gracias a la reducción del despilfarro alimentario.

Actualmente la organización trabaja paralelamente en cinco proyectos, los cuales son los siguientes:

1. **Barcelona Comparteix el Menjar:** Se trata de un proyecto de aprovechamiento de recursos alimentarios y de trabajo en red que contribuye a prevenir el despilfarro alimentario y a reducir el impacto de la pobreza en el Área Metropolitana de Barcelona. El objetivo del proyecto es proteger el derecho a la alimentación entre la ciudadanía de Barcelona mediante la reducción del despilfarro de alimentos. La Figura 1 muestra de forma esquemática el funcionamiento del proyecto.

El proyecto cuenta con 64 colaboradores donantes (24 hoteles de 4 y 5 estrellas y 40 empresas alimentarias y escuelas) y 19 entidades sociales receptoras de alimentos (entidades con colectivos de usuarios muy diversos: familias en situación o en riesgo de exclusión social, mujeres de la calle, politoxicómanos...).



Figura 1: Circuito del proyecto Barcelona Comparteix el Menjar. Fuente: www.nutricionsinfronteras.org

NSF trabaja como intermediario entre los donantes de comida y los receptores haciendo posible el trabajo en red. El funcionamiento del proyecto es el siguiente: Se firman convenios de colaboración con las empresas donantes, y

cuando tienen excedente alimentario que no ha salido de la cocina se ponen en contacto con NSF para que estos recojan la comida con la furgoneta frigorífica y lo entreguen a la entidad social receptora.

A través de este proyecto se consiguen dos objetivos; el primero, proporcionar a personas en riesgo de exclusión social del Área Metropolitana de Barcelona una comida saludable y nutritiva; el segundo, reducir el despilfarro alimentario que se genera en el sector de la Hostelería, Restauración y Caterings (HORECA) y con ello evitar las emisiones de CO₂ que se generan al destruir este excedente alimentario.

Durante el trayecto de los alimentos, la seguridad alimentaria está totalmente garantizada ya que existe un protocolo elaborado por NSF junto con la Agencia Pública de Salud Catalana en la que a través del envasado y etiquetaje se permite seguir la trazabilidad de los alimentos, y gracias a la furgoneta frigorífica se garantiza que los alimentos llegan a la entidad receptora en óptimas condiciones sin romper la cadena de frío.

2. **Programa de seguridad alimentaria para la población materno infantil de la República de Gambia:** Uno de los objetivos que la entidad se ha marcado desde su nacimiento es el de reforzar la seguridad alimentaria materno infantil del país africano y dar soporte al desarrollo agropecuario como proyecto integral a largo término, que contemple el desarrollo comunitario de una manera perdurable y endógena. Dentro de este programa se han creado en Gambia dos Centro de Recuperación y Educación Nutricional (CREN) para los niños y niñas de entre 0 y 5 años que sufren desnutrición aguda severa.

El personal de NSF que se encuentra en los dos CREN de Basse y Soma (República de Gambia) se encarga de visitar los poblados de las dos regiones realizando **cribajes nutricionales** (toma de medidas antropométricas, como se puede ver en la Figura 2) entre los niños y niñas de 0 a 5 años. Aquellos niños o niñas que padecen desnutrición aguda se les trata en las comunidades, mientras que a aquellos que sufren desnutrición aguda severa se les deriva junto a sus madres al CREN para que sean tratados por su personal.



Figura 2: Cribaje nutricional de NSF en una de las comunidades. Fuente: www.nutricionsinfronteras.org

En el CREN los niños/as no son solo recuperados nutricionalmente, si no que sus madres también reciben **formaciones nutricionales** para darles las herramientas que harán que cuando vuelvan a sus comunidades puedan tener una alimentación saludable con sus recursos, y que, además, pueda dar a compartir sus conocimientos con el resto de la comunidad.

Por otro lado, NSF en la República de Gambia también da soporte a **huertos comunitarios**. Esto lo ha hecho a través de formaciones a las madres alojadas en los dos CREN, enseñándolas que semillas plantar en la tierra y cuáles son los alimentos más nutritivos que pueden plantar, siempre teniendo en cuenta sus recursos. Se ha empoderado a un grupo de mujeres en nociones de huertos comunitarios y se han creado más de 40 huertos que son gestionados totalmente por este grupo de mujeres. Además, las mujeres transmiten sus conocimientos a otras mujeres de sus comunidades, de forma que la red de huertos y sus trabajadoras va aumentando por sí solo.

3. **Intervención nutricional al programa “Piecitos Colorados” de la Fundación Prosegur:** El trabajo de NSF en el marco de este proyecto es elaborar y publicar una Guía Didáctica (en la Figura 3 se muestra la Guía de Formación Nutricional

elaborada para las escuelas de Colombia) dirigida a maestras de escuelas adheridas al proyecto “Piecitos Colorados” de la Fundación Prosegur en Latinoamérica para ayudarles a la hora de educar al alumnado y a sus familias en temas de higiene, nutrición equilibrada y seguridad alimentaria. Este documento también busca dar a conocer al equipo docente la metodología necesaria que les permita realizar correctamente las encuestas nutricionales y tomar las medidas de talla y peso (medidas antropométricas) al alumnado.

Guía de Formación Nutricional para Piecitos Colorados



Figura 3: Portada de la Guía Nutricional de Colombia elaborada por NSF. Fuente: Fundación Prosegur archivo propio.

Actualmente el proyecto cuenta con un total de **41 escuelas adheridas**, éstas se encuentran en zonas rurales de pocas infraestructuras y acceso limitado a servicios básicos de Argentina, Brasil, Chile, Colombia, Paraguay, Perú y Uruguay.

4. **Remenja'mmm:** Esta campaña tiene por objetivo sensibilizar tanto a los consumidores como a la industria de la restauración y hostelería en la prevención del despilfarro alimentario ofreciendo propuestas y acciones alternativas para reducirlo. La campaña se centra en ofrecer una solución práctica (una llamada *doggy bag*, un envase especialmente diseñado y atractivo

que se puede ver en la Figura 4) para recuperar el excedente alimentario generado por los comensales en las mesas de los restaurantes.



Figura 4:: Doggy bag que se entrega a los clientes. Fuente: www.remenjammm.cat

Lo que se busca a través de Remenja'mmm es normalizar entre los clientes y comensales de los restaurantes el hábito de llevarse la comida y la bebida que no se ha terminado. Los restaurantes adheridos a la campaña son actores clave para la promoción de este cambio mental hacia el reaprovechamiento alimentario y la reducción del despilfarro alimentario.

Se trata de una campaña resultado del trabajo en red ya que es el fruto de la colaboración entre NFS, Fundació Banc de Recursos y Rezero Fundació Prevenió Residus i Consum. Además, cuenta ya con más de 97 restaurantes y bares colaboradores distribuidos por todo el territorio autonómico catalán.

5. **Alimenta tu futuro:** El objetivo del proyecto es contribuir a garantizar la calidad de salud de las personas en situación de pobreza o vulnerabilidad social, beneficiarias de centros sociales distribuidores de alimentos de la ciudad de Barcelona. Lo hace mediante la promoción de hábitos alimentarios y dietéticos saludables para la prevención de enfermedades crónicas relacionadas con la

dietética y la nutrición y el fomento de tareas que contribuyen al empoderamiento de los beneficiarios en este ámbito.



Figura 5: Taller de cocina de NSF en una entidad social de Barcelona. Fuente:

www.nutricionsinfronteras.org

En otras palabras, se trata de capacitar y formar en alimentación saludable, higiene y planificación alimentaria a los colectivos usuarios de las entidades sociales. Se hace a través de sesiones formativas teóricas y talleres prácticos de cocina desde un enfoque participativo e inclusivo que promueve la creatividad, todo ello lo hace con el soporte del Departamento de Salud del Ayuntamiento de Barcelona. En la Figura 5 se puede ver un ejemplo de taller de cocina en una entidad social.

3. JUSTIFICACIÓN DE LA ELECCIÓN DE LA ENTIDAD Y PROYECTOS

La estancia en prácticas se ha llevado a cabo en el Departamento de Comunicación y Acción Social lo que ha hecho posible la participación en todos los proyectos que desarrolla la entidad. Durante los seis meses de estancia en la entidad, se ha participado sobre todo en tres proyectos:

- El *Programa de Seguridad Alimentaria para la población materno infantil de la República de Gambia*.
- *Barcelona Comparteix el Menjar*
- *Alimenta tu futuro*

A continuación, se pasará a justificar la elección de participación en estos tres proyectos uno a uno.

3.1. PROGRAMA DE SEGURIDAD ALIMENTARIA PARA LA POBLACIÓN MATERNO INFANTIL DE LA REPÚBLICA DE GAMBIA

Con una población de aproximadamente 2 millones de personas, Gambia es uno de los países más pobres del África Subsahariana, ocupando el lugar 173 de un total de 188 en el Índice de Desarrollo Humano de Naciones Unidas (IDH, 2016). **La pobreza de ingresos se concentra en las zonas rurales**, sobre todo en los lugares emplazados por agricultores de subsistencia y los trabajadores no cualificados (79,3% y 65,4%, respectivamente).

De estos pobres rurales, **las mujeres representan más del 50% de la fuerza de trabajo agrícola y representan el 70% de trabajadores no cualificados**. De hecho, las desigualdades de género y la vulneración de derechos de las mujeres en las comunidades rurales de Gambia han estado puesta en manifiesto en el informe de la CEDAW (2005) y por el propio Gobierno de Gambia (Ministerio de Asuntos de la Mujer, 2010) en el Programa Nacional de Género 2010-2020. El rol de la mujer es clave como actor principal para la mejora de la economía, la salud, la educación, la estabilidad pública y la paz de la población de Gambia.

La **crisis de seguridad alimentaria y nutrición** sigue siendo la principal preocupación para los agentes locales e internacionales del país. Desde la crisis de Sahel (2011-2012) declarada por la sequía que afectó a la zona, la situación alimentaria y nutritiva del país se ha visto agravada, afectando sobre todo a las poblaciones más vulnerables. El año

2013, el Gobierno declaró Gambia en estado de emergencia humanitaria por la inseguridad alimentaria debida a la sequía que afectaba el país.

El 2014, Gambia quedaba incluida dentro de los países afectados por la crisis del Sahel por los cuales se lanzó un llamamiento internacional de apoyo económico. Desde el año 2016, se estima que **un tercio de la población se encuentra en situación de riesgo de inseguridad alimentaria** y 181.858 personas (9% de la población) necesita asistencia humanitaria inmediata (HRP, 2016).

El incremento del precio de las materias primas, la importación de casi el 50% de sus necesidades alimentarias, las prácticas de alimentación infantil inadecuadas, el conocimiento limitado de aspectos nutricionales y de higiene básica de los agentes de salud y la comunidad, el acceso inadecuado a servicios sociales básicos de salud y saneamiento básico, junto con la crisis del ébola en la África Occidental que ha causado consecuencias dramáticas en las actividades sociales y económica del país, agravan la situación de inseguridad alimentaria y la vulneración de los derechos humanos. La situación nutricional, así como la precaria formación del personal sanitario se ha puesto en manifiesto tanto por el propio Ministerio de Salud del país en su plan estratégico 2012-2020, como por UNICEF en la Encuesta sobre indicadores múltiples 2010 (MICS). De acuerdo con el MICS 2005 y 2010, **1 de cada 5 menores de 5 años (17,4%) de Gambia tiene un peso inferior para su edad y la desnutrición aguda ha aumentado del 6,5% al 9,5% en el año 2010.**

La desnutrición de la población infantil menor de 5 años se relaciona en nivel temático con:

- Los **Objetivos de Desarrollo Sostenible 2030 (ODS)**
 - **ODS 2:** erradicación del hambre, seguridad alimentaria, mejora de la nutrición y promoción de la agricultura sostenibles.
 - **El ODS 5:** igualdad de género.
 - **El ODS 12:** consumo y producción responsable (correcta gestión de los residuos y prevención del despilfarro alimentario en la producción agrícola).

- El derecho a una alimentación adecuada y suficiente está reconocido en la **Declaración Universal de los Derechos Humanos** (ONU, 1948) y en el **Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales** (ONU, 1976).
- El Código Internacional de Conducta sobre el Derecho Humano a una Alimentación Adecuada (1999), adopta la Declaración de Roma sobre Seguridad Alimentaria Mundial, reafirmando el derecho de toda persona a tener acceso a una alimentación segura y nutritiva, compatible con el derecho a una alimentación adecuada y con el derecho fundamental de toda persona a no padecer hambre.
- La AECID cita en su **Plan Director 2018-2021** (p. 14) “el **empoderamiento de la mujer** en el medio rural es imprescindible para generar riqueza y contribuir a evitar migraciones a las zonas urbanas o a otros países”. La entidad realiza esta labor a través de la asistencia a huertos comunitarios ya que como se explica en la descripción del proyecto, son las mujeres de las comunidades las que gestionan estos huertos comunitarios.
- La AECID también destaca en su **Plan Director 2018-2021** (p. 54) que se puede generar un claro valor añadido en el ámbito de la “agricultura, seguridad alimentaria y nutricional, incidiendo en la mejora de la productividad, competitividad y sostenibilidad de las producciones agrícolas familiares” .
- El proyecto también está alineado con el **Plan Director de la Cooperación Catalana** (2015, p. 32): “Contribuir a la defensa, la garantía y el ejercicio de los derechos humanos de las mujeres que permitan la transformación de las estructuras que perpetúan las desigualdades entre hombres y mujeres”.
- El proyecto también sigue los objetivos del **Plan Director del Ayuntamiento de Barcelona 2013-2016 (2013)**:
 - Objetivo estratégico específico 2.1: Fortalecer los sistemas públicos de provisión de bienes públicos en el ámbito local, con énfasis especial en los colectivos más vulnerables como los niños y niñas.

- Objetivo estratégico específico 2.2: Ampliar las capacidades de gestión de las instituciones públicas y de las comunidades locales para garantizar el acceso a los servicios de salud, de agua potable y el saneamiento de la población, el tratamiento de residuos, la sostenibilidad ambiental y promover la soberanía alimentaria, entendida como el derecho de los pueblos a determinar sus políticas alimentarias de producción y distribución, y el acceso a la tierra y a los recursos naturales.
- Objetivo específico 6.2: Contribuir a incrementar la resiliencia de una manera equitativa de las poblaciones que han sufrido o que pueden sufrir desastres, mediante la adopción de estrategias de prevención, preparación y mitigación.

3.2. BARCELONA COMPARTEIX EL MENJAR

Este proyecto se inicia en un contexto socioeconómico donde la coyuntura económica muestra un incremento de situaciones de vulnerabilidad que, incide de manera muy intensa en las condiciones de vida de la población. Según la **tasa AROPE 2015 (At Risk Of Poverty and/or Exclusion) de riesgo de pobreza y/o exclusión social, 1,9 millones de personas, o en 23,5% de la población catalana está en riesgo de pobreza o exclusión social.**

Además, la **Encuesta de Condiciones de Vida y Hábitos de la Población de Cataluña, 2011 (ECVHP 2011)**, la población en riesgo de pobreza o de exclusión social representa el 29,5%, cifra que en términos absolutos representa 2.200.000 personas, es decir, 8 puntos sobre la tasa de pobreza media europea. Concretamente en la ciudad de Barcelona, este porcentaje se sitúa en el 28,1%. **En Barcelona casi 2 de cada 10 personas viven al límite del riesgo de pobreza.**

Además, es importante el hecho de que, debido al incremento de paro entre la población de 35 a 50 años, aparece una **nueva pobreza**, proveniente de las clases media-baja, que, además, pone en manifiesto una nueva realidad: la pobreza de las personas menores de 16 años; es decir, los niños, niñas y adolescentes desplazan a las personas mayores como principales afectados por la pobreza.

Un informe sobre pobreza infantil en Cataluña realizado por **FEDAIA** (2012) destaca que una de las formas más comunes de manifestación de la pobreza entre niños y niñas es la malnutrición y desnutrición (consumen habitualmente dietas poco equilibradas o escasas). **Las familias no se pueden permitir alimentos frescos** como frutas, verduras, carne y pescado con la periodicidad que sería necesaria y tienen que recurrir a alimentos de primera necesidad que no aportan todos los nutrientes necesarios.

Según el **Dictamen del Consejo de la Ciudad del Ayuntamiento de Barcelona** sobre el tejido asociativo y abordaje de la crisis del 2013, es especialmente preocupante el dato que revela que **el 4,3% de la población de la ciudad no se puede permitir comer carne o pescado al menos cada dos días**. Este porcentaje equivale, en términos absolutos, a 242.940 personas.

Paradójicamente, en el sector de la restauración, se produce un gran despilfarro de alimentos. Según la **Guía de prácticas de higiene por el aprovechamiento del sector de la restauración y comercio minorista (Generalitat de Catalunya, 2014)**, en Cataluña **260.000 toneladas de alimentos se desperdician**. Esta cifra equivale a las necesidades alimentarias de 500,000 personas durante todo un año. En Cataluña se estima que un 32% de los residuos municipales que se tiran son restos alimentarios. A partir de este proyecto se busca hacer frente a la generación de residuos alimentarios y dar soluciones al problema de cómo gestionarlos, mediante su aprovechamiento.

El **V Plan Director de la AECID** cita la necesidad de “proteger el planeta contra la degradación, mediante la producción y el **consumo sostenibles**, la gestión de los recursos naturales y a través de medidas urgentes para hacer frente al cambio climático” (AECID, p. 22).

Todos los proyectos de la entidad están alineados con los **ODS 2030**, y en el caso de *Barcelona Comparteix el Menjar* ocurre lo mismo. A continuación, se mencionará en qué ODS se enmarca el proyecto y se especificará la meta concreta al que aporta valor:

- **ODS 12: Consumo y Producción Sostenibles.** Es el objetivo que más relacionado está con el proyecto. La **meta 12.3** (ONU, 2016) menciona lo siguiente: “reducir a la mitad el **desperdicio de alimentos** per cápita mundial en la venta al por menor y a nivel de los consumidores y reducir las pérdidas de

alimentos en las cadenas de producción y suministro, incluidas las pérdidas posteriores a la cosecha”. La meta 12.5 también habla de “reducir considerablemente la generación de desechos” (ONU, 2016).

- **ODS 2: Hambre cero.** La meta 2.2 manifiesta la necesidad de “poner fin a todas las formas de malnutrición” (ONU, 2016). En cuanto a la meta 2.4 tiene como objetivo “asegurar la sostenibilidad de los sistemas de producción de alimentos” (ONU, 2016).
- **ODS 8: Crecimiento económico.** La meta 8.4 manifiesta la necesidad de mejorar la producción y el consumo eficiente de los recursos mundiales, y apuesta por una modalidad de consumo y producción sostenibles (ONU, 2017).
- **ODS 17: Creación de alianzas.** NSF es pionera en un proyecto de reaprovechamiento de excedente alimentario a través del **trabajo en red**, esto quiere decir que está aliado con empresas privadas (del sector HORECA, donadores de alimentos) y con entidades sociales (receptores de alimentos). La meta 17.17 (ONU, 2016) dice lo siguiente: “fomentar y promover la constitución de alianza eficaces en las esferas pública, pública-privada y de la sociedad civil, aprovechando la experiencia y las estrategias de obtención de recursos de las alianzas”.

3.3. ALIMENTA TU FUTURO

Gracias a la experiencia del proyecto *Barcelona Comparteix el Menjar* con las diferentes entidades sociales que colaboran, la entidad ha podido identificar y recoger las necesidades de los centros sociales distribuidores de alimentos. En el transcurso de más de 5 años de actividad del proyecto, se ha observado una creciente demanda por parte de las entidades sociales en recibir **formación específica en alimentación de calidad, equilibrada, saludable y a bajo coste, y pautas básicas de higiene alimentaria para los y las usuarias de los centros sociales** para complementar la ayuda alimentaria que reciben, aportando herramientas para que ellos mismos sean activos responsables de su salud y la de su familia.

En el Informe de **Salud de Barcelona del 2015 elaborado por la Agencia de Salud Pública**, se indica que los trastornos crónicos más prevalentes son la tensión arterial alta (25,2% en hombres y 21,8% en mujeres) y el colesterol en sangre elevado (20,7% en hombres y 19,1% en mujeres).

Por otra parte, está el problema de las **enfermedades crónicas** íntimamente relacionadas con hábitos alimentarios y dietéticos. Las personas en situación de pobreza o vulnerabilidad social que reciben ayuda alimentaria tienden a realizar una dieta basada en alimentos enlatados (alto contenido en sodio) o secos, poca presencia de alimentos frescos (fruta y verdura) y consumo elevado de alimentos procesados (alto contenido en grasa y azúcares).

Debido a su situación socioeconómica es complicado mantener una dieta variada, completa y saludable pudiendo causar así alteraciones de salud como enfermedades crónicas tales como la obesidad. Es por esto que **el proyecto está dirigido a dar soporte a personas en situación de pobreza o vulnerabilidad social** que reciben ayuda de alimentaria de entidades sociales para la promoción de hábitos alimentarios, dietéticos saludables adaptados a su situación socioeconómica

El proyecto se centra en las áreas socialmente más desfavorecidas de Barcelona y que presentan más habitantes con dependencia. . Por otra parte, debido al incremento de las desigualdades de género, sobre todo en las zonas más desfavorecidas, y debido al rol que tienen las mujeres en la alimentación de sus familias, **las personas beneficiarias del proyecto son en gran mayoría mujeres con menores a su cargo.**

La entidad considera que la alimentación es un aspecto clave para la calidad de la salud de las personas. Una alimentación saludable: completa, variada, equilibrada y nutritiva contribuye a la prevención de futuras enfermedades crónicas, tal y como lo indica el informe de la **OMS: Dieta, nutrición y enfermedades crónicas (2003).**

Con este proyecto se empodera a personas, mayoritariamente mujeres con menores a cargo y responsables de la alimentación familiar, en el ámbito de la promoción de hábitos de alimentación saludable para la prevención de enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación.

Por último, este proyecto está alineado con el **Código Internacional de Conducta sobre el Derecho Humano a una Alimentación Adecuada (1996)**, ya que una formación en hábitos alimentarios saludables y nociones básicas sobre Seguridad Alimentaria es necesario para poder adquirir una alimentación adecuada.

4. PLAN DE TRABAJO

Durante los seis meses que duró la estancia en prácticas se han realizado todo tipo de tareas, como se puede ver en la **Memoria de Prácticas** (Anexo 1). Dada la transversalidad del Departamento de Comunicación y Acción Social, se han realizado actividades de lo más diversas y en diferentes marcos de actuación, por ello se ha procedido a segmentarlas en siete grupos dependiendo de su naturaleza.

A continuación, se pasará a presentar las actividades haciendo hincapié en su tipología y en los problemas que se han encontrado a la hora de llevarlas a cabo.

4.1. ACTIVIDADES ONLINE (REDES SOCIALES, PÁGINA WEB Y BOLETÍN INFORMATIVO)

Actualmente la entidad cuenta con una página web propia y, en cuanto, a las redes sociales utiliza las siguientes plataformas: **Instagram, Facebook, Twitter, Google+ y Youtube**, principalmente.

4.1.1. REDES SOCIALES

Antes de la estancia en prácticas no había ninguna persona que se encargase de la comunicación online de la ONG, entendiéndola como las redes sociales y la página web, por ello su gestión supuso todo un reto, sobre todo al principio, ya que estaban completamente **desactualizadas**. En cada una de las redes sociales que utilizaba la entidad, había dos perfiles, uno de Nutrición Sin Fronteras, y otro, concretamente, para el proyecto *Barcelona Comparteix el Menjar*. Esta diversificación de perfiles ocasionaba trabajo doble a la hora de gestionar las redes sociales, algo innecesario teniendo en cuenta la pequeña capacidad que tiene la ONG por su reducida plantilla. Ello hizo que lo primero que se tuviese que hacer fuese una reestructuración al completo de estas plataformas y de esta forma **se unificaron los dos perfiles** en uno solo con el nombre de Nutrición Sin Fronteras.

La **unificación de estos perfiles**, sobre todo en Facebook, fue bastante problemática, ya que el propio sistema de la plataforma ponía trabas a la hora de unificar las dos páginas.

Pero, finalmente se consiguió crear una página a partir de las dos, aglutinando de esta forma a todos los seguidores y añadiendo un valor de eficiencia a la comunicación online.

Una de las tareas que se ha hecho con continuidad ha sido la **gestión de las redes sociales**, ello incluye **la búsqueda y elaboración de contenidos** que tengan que ver con la labor y misión de la ONG. **Semanalmente se programaban todas las redes sociales** para la siguiente semana a través de dos aplicaciones: Hootsuite (para Twitter y Google+) y Planoly (para Instagram). En cuanto a Facebook, al ser una página de uso comercial, se puede programar directamente desde la misma aplicación. Este método de programación de redes sociales fue desconocido hasta el momento, pero la verdad es que su utilización resultó muy sencilla desde el primer momento.

Por otra parte, para facilitar la programación de las redes sociales, también se creó un **calendario con fechas especiales** (por ejemplo, el Día Mundial de la Alimentación o el Día de la Justicia Social). Gracias a esta calendarización, se podían redactar contenidos más extensos y preparados para su posterior publicación en redes sociales.

Las tareas de programación de redes sociales, búsqueda y redacción de contenidos para su gestión y creación de materiales gráficos para su posterior publicación, han sido tareas que se han realizado de forma continua semanalmente durante la estancia en prácticas en la entidad. Se calcula que aproximadamente se dedicaban entre cinco y seis horas semanales a la gestión de las redes sociales, aunque, es cierto, que al principio se dedicaban más horas que al final, por su aprendizaje y hábito al uso.

Todos los **materiales gráficos** (Anexo 2), como pueden ser **infografías**, que se publicaban en redes sociales eran de elaboración propia a través de la aplicación Canva. De forma puntual se contactaba con la **diseñadora gráfica** para que elaborase materiales visuales más complicados como fue el caso de la felicitación de Navidad (Figura 6). Aun así, la estructura de la felicitación y su texto surgían por iniciativa propia.



Figura 6: Felicitación Navidad 201. Fuente: elaboración propia

A lo largo de los meses, se ha podido observar a través de la gestión de redes, que el público de la ONG (nutricionistas, principalmente), buscan **marketing de contenidos**. Esto quiere decir, que están interesados en contenidos que genera la entidad que tiene que ver con temas alimentarios, más que en contenidos en los que la ONG es la protagonista. Por ello, el enfoque de los contenidos de las redes sociales de la página web ha sido modificado, y se suelen difundir contenidos sobre cómo evitar el despilfarro de alimentos, recetas de aprovechamiento, consejos de salud... Contenidos que inviten al público a participar y que sean, sobre todo, útiles.

Como motivo de la Navidad, además de la felicitación, también se hizo una campaña a través de las redes sociales llamada **#StopPlatosVacíos** (Figura 7), que lo que busca es **sensibilizar contra el despilfarro alimentario** sobre todo durante las navidades, ya que es una época en la que aumenta la comida que se tira a la basura. Para ello se redactaron artículos que se explicarán más adelante, y se creó material gráfico para su posterior difusión en redes sociales bajo el *hashtag* #StopPlatosVacíos.



Figura 7: Imagen creada para la campaña #StopPlatosVacíos. Fuente: elaboración propia.

Por último, otra cuestión destacable que se trató desde las redes sociales fue la **creación de eventos en Facebook**. Durante la estancia en prácticas se participó en una feria llamada **Torna Canviada**, un evento destinado a ONGs que realizan estancias de voluntariado y de turismo sostenible, para que la gente acudiese al stand de Nutrición Sin Fronteras en la feria, se procedió a crear un evento. Por otra parte, en abril se celebró una **charla informativa sobre las Estancias Solidarias** que la ONG organiza en Gambia, para esta presentación también se creó un evento en Facebook que tuvo muy buen resultado, ya que en las encuestas realizadas posteriormente a la charla, más de la mitad de los participantes dijeron que habían acudido por información recibida a través de la red social.

Uno de los principales problemas a la hora de generar contenido para las redes sociales, era la **falta de material** -principalmente fotográfico- del proyecto de la República de Gambia. A pesar de tener datos, no se podía publicar mucho acerca del proyecto ya que no se disponía de recursos para ilustrarlo, y, aunque, se ha intentado dar la misma importancia a todos los proyectos, a veces este esfuerzo se ha visto mermado por la falta de fotografías actualizadas.

4.1.2. PÁGINA WEB

Al no haber una persona dedicada a la comunicación online de la ONG, los datos de la página web no estaban actualizados, aunque se podía ver la definición y las actividades que se llevan a cabo dentro del marco de cada proyecto, los datos mostrados eran del 2015. Por ello, una de las primera acciones que se llevó a cabo desde el primer momento, fue la **actualización de los resultados de los proyectos**, partiendo de la memoria técnica del 2016, y posteriormente (cuando ya se tuvieron los datos del 2017, en febrero del 2018) se procedieron a actualizar los resultados del último ejercicio.

Se considera que la **actualización de los resultados es algo vital** en la actividad de una ONG, ya no solo por la política de transparencia, si no por el compromiso adquirido con los socios y socias que quieren conocer a dónde va destinada su donación.

El público de la ONG se podría decir que es internacional, ya que, aunque gran parte proceda del Estado español (sobre todo de Cataluña, por la ubicación de la sede), otra parte del *target* proviene de la República de Gambia. Por ello, se decidió **traducir la página web al inglés y al catalán**, para que todos los tipos de públicos de la entidad pueda leer, sin necesidad de un traductor, la página web.

Buscar una empresa traductora fue lo más difícil de toda la actividad, ya que teniendo en cuenta el bajo presupuesto con el que cuenta la ONG, fue complicado encontrar un traductor cuyo presupuesto que se pudiese asumir. Finalmente se acabó contando con otra entidad sin ánimo de lucro para la traducción al catalán, la Plataforma por la Lengua Catalana y con una empresa especializada en traducciones de páginas web para la traducción al inglés. Una vez la traducción estuvo realizada se procedió a **crear las dos versiones en la página web**, por lo que actualmente se puede visitar en catalán, inglés y castellano.

Por último, también se han ido subiendo a la página web, dentro del **apartado de noticias**, cada uno de los artículos que se han realizado y que se explicarán más adelante.

4.1.3. BOLETÍN INFORMATIVO MENSUAL Y CAMPAÑAS DE MAILING

Un **boletín informativo mensual** o *newsletter* es aquella circular que se envía vía correo electrónico a todos los suscriptores que una empresa u organización tiene para **dar a conocer las actividades** que se han llevado a cabo desde la entidad durante el mes en cuestión, o para informar sobre temas que la entidad cree importante para su labor y que puede ser de interés para su público.

El boletín informativo de la ONG no se lanzaba desde enero de 2016 ya que por la escasa plantilla con la que cuenta la entidad, no se consideraba un tema **prioritario**. Por ello, su elaboración al principio fue complicada ya que se tuvo que crear una plantilla de *newsletter* nueva y actualizada.

La plantilla, el diseño de cada *newsletter* mensual, así como el envío por programación, se ha hecho siempre a través de la aplicación *Mailchimp*, un programa desconocido hasta el momento, pero al que uno se habitúa de forma rápida dada su sencillez.

Mensualmente se diseñaba el boletín informativo que se lanzaba **el primer lunes de cada mes** con las principales acciones que la entidad había realizado el mes anterior, así como con contenidos interesantes contra el despilfarro alimentario o sobre el derecho universal a la alimentación.

Otro de los problemas surgió a la hora de encontrar contenidos que se pudiesen publicar en el boletín informativo ya que existían pocos asuntos internos que estuviesen ya elaborados. De esta forma, la creación de la *newsletter* suponía una doble carga de trabajo: su diseño, y la **creación de sus contenidos** (artículos informativos que fueron publicados también en la página web y de los que se hablará en otro apartado).

El boletín mensual se elaboraba una vez al mes, su diseño en sí no llevaba más de dos horas, pero, como se ha mencionado en el párrafo anterior, la redacción de las noticias y artículos que aparecían en la *newsletter*, era en lo que más horas se invertían.

Por otra parte, de forma puntual se hacían **campañas de mailing** con diferentes objetivos, a veces se creaban a través de *mailchimp* por lo que se enviaban de forma automática a los suscriptores, y otras veces se han hecho de forma manual a través de *Outlook*. Este fue el caso de la invitación de navidad que se envió a través de correo electrónico a todos los contactos de la entidad.

4.2. REDACCIÓN DE ARTÍCULOS

Al inicio de la estancia en prácticas, la página web de la entidad solo contaba con tres artículos en la sección de noticias. Una vez actualizado las redes sociales y la página web, el siguiente paso fue ir dando vida a ésta última subiendo artículos casi semanalmente (Tabla 1).

Tabla 1. Listado de artículos publicados en la página web de NSF. Fuente: Elaboración propia.

FECHA	TÍTULO	LINK
13/10/2017	Invirtiendo en seguridad alimentaria y desarrollo rural	http://www.nutricionsinfronteras.org/invirtiendo-en-seguridad-alimentaria-y-desarrollo-rural/
26/10/2017	Los hoteles de Barcelona en solidaridad con el derecho a la alimentación	http://www.nutricionsinfronteras.org/los-hoteles-de-barcelona-en-solidaridad-con-el-derecho-a-la-alimentacion/
13/11/2017	Educación, herramienta indispensable en la prevención de la diabetes	http://www.nutricionsinfronteras.org/educacion-herramienta-indispensable-para-la-prevencion-de-la-diabetes/
10/12/2017	La alimentación, un derecho humano primordial	http://www.nutricionsinfronteras.org/la-alimentacion-un-derecho-humano-primordial/
14/12/2017	Cómo evitar el despilfarro alimentario en Navidades	http://www.nutricionsinfronteras.org/como-evitar-el-despilfarro-alimentario-en-navidades/
19/12/2017	¡Gambia no pasa	http://www.nutricionsinfronteras.org/gambia-no-

	nada!	pasa-nada/
10/01/2018	Sopa Solidaria Navidades 2017, juntos protegemos el derecho universal a la alimentación	http://www.nutricionsinfronteras.org/sopa-solidaria-navidades-2017-juntos-protegemos-el-derecho-universal-a-la-alimentacion/
25/01/2018	Más de 160 toneladas de comida cocinada recuperada y distribuida a entidades sociales	http://www.nutricionsinfronteras.org/mas-de-160-toneladas-de-comida-cocinada-recuperada-y-distribuida-a-entidades-sociales/
16/02/2018	La alimentación, punto de partida para la justicia social	http://www.nutricionsinfronteras.org/la-alimentacion-punto-de-partida-para-la-justicia-social/
03/03/2018	3 de marzo, día internacional de la naturaleza y la vida silvestre	http://www.nutricionsinfronteras.org/3-de-marzo-dia-internacional-de-la-naturaleza-y-la-vida-silvestre/

A continuación, se hará una breve explicación de los artículos que se han publicado durante los seis meses y su justificación:

- **Invirtiendo en seguridad alimentaria y desarrollo rural:** El Día Mundial de la Alimentación se trató de redactar un artículo que enfatizase la importancia de ser educados en seguridad alimentaria y en desarrollo rural en todos los países, pero, sobre todo, en los países en vías de desarrollo. En el artículo se pueden conocer las diferentes formas de las que se aborda estos dos temas desde la ONG Nutrición Sin Fronteras.
- **Los hoteles de Barcelona en solidaridad con el derecho a la alimentación:** En octubre se celebraron en la ciudad los *Inter Hotel Games*, unas mini olimpiadas entre los y las trabajadoras de los hoteles cuyos beneficios fueron destinados a la

ONG. A través de este artículo se intentó dar nombre a aquellos hoteles que donaron un cheque solidario que ascendió a los 19,878€.

- **Educación, herramienta indispensable en la prevención de la diabetes:** Con motivo del Día Mundial de la Diabetes se creó un artículo que sitúa la educación alimentaria como protagonista para prevenir la enfermedad. Asimismo, se trató de enlazar el tema con las formaciones de alimentación saludable en el marco del proyecto Alimenta tu futuro.
- **La alimentación: un derecho humano fundamental:** El 10 de diciembre, Día Mundial de los Derecho Humanos, se publicó un artículo que daba a conocer la posición de la entidad ante la defensa de los Derechos Humanos, sobre todo posicionándose a favor del derecho universal a la alimentación.
- **Cómo evitar el despilfarro alimentario en Navidades:** Con motivo de los festejos navideños, se redactó una Guía para reducir en los hogares los alimentos que se tiran a la basura. Este artículo fue acompañado de elementos visuales y fue un elemento que formó parte de la campaña #StopPlatosVacíos.
- **Un viaje inolvidable a la mayoría de edad y ¡Gambia no pasa nada!:** Aunque no fueron artículos de elaboración propia, se contactó con voluntarias que habían participado en ediciones anteriores de las Estancias Solidarias para que redactaran un artículo contando su experiencia. La verdad es que hubo buena respuesta por parte de los participantes de las estancias y se pudieron publicar más de cuatro artículos en un mes.
- **Sopa Solidaria navidades 2017, juntos protegemos el derecho universal a la alimentación:** Durante las Navidades se organizó y celebró una sopa solidaria en el barrio de El Raval, en el centro de Barcelona. Este evento consistía en lo siguiente: el Hotel Barceló Raval (colaboradores del proyecto *Barcelona Comparteix el Menjar*), cocinó una sopa que luego se distribuyó a la entidad social Àmbit Dona. El papel de la entidad en este evento fue fundamental, ya que ejerció como nexo entre el comedor social y el hotel. Se creó una noticia de este evento para darlo a conocer, sobre todo, a los socios y socias de la ONG.
- **Más de 160 toneladas de comida cocinada recuperada y distribuida a entidades sociales:** En enero, tras haber hecho el recuento de la comida cocina que se pudo

reaprovechar, se redactó una noticia resumiendo los resultados más importantes del año 2017, y de la vida de la entidad social en general.

- **La alimentación, punto de partida para la Justicia Social:** Con motivo del Día Internacional de la Justicia Social, se redactó un artículo que hacía un recorrido por los distintos proyectos de la ONG haciendo hincapié en su aportación a la Justicia Social a través de la asistencia, soberanía y educación nutricional.
- **3 de marzo, Día Internacional de la naturaleza y la vida silvestre:** Con motivo de tal día se creó un artículo relacionando las actividades que la entidad realiza, con la naturaleza. Se hizo hincapié en la reducción de emisiones de CO2 que se consigue a través del proyecto *Barcelona Comparteix el Menjar* y en los casi 20 huertos comunitarios que la entidad asiste y promueve en las comunidades de la República de Gambia.

Como hemos mencionado en el anterior apartado, la redacción de reportajes, noticias y artículos no solo era importante para darle vida y dinamismo a la página web, sino también para poder hacer publicaciones propias y elaboradas profundamente en las redes sociales y en los boletines mensuales o *newsletters* de la ONG.

La redacción de estos reportajes, noticias y artículos siempre llevaban un trabajo de fondo de investigación en profundidad y de contextualización del tema, es por ello que no se puede valorar el tiempo empleado en esta actividad.

4.3. CONTACTOS CON MEDIOS DE COMUNICACIÓN

En cualquier entidad, ya sea sin ánimo de lucro o con, **tener buenos contactos con los medios de comunicación (MdC) es importante**, ya que pueden abrir vías de financiamiento dando a conocer los proyectos y actividades que se realizan desde las entidades. Por ello, se les dio mucha importancia a estas actividades durante la estancia en prácticas.

Lo primero que se procedió a hacer fue una **reconstrucción y actualización de la base de datos de contactos con medios de comunicación**, ya que muchos de los correos electrónicos que se tenían ya no existían. Esta actualización de contactos se hizo a

través de llamadas a los medios de comunicación y preguntando directamente por los responsables de la sección de sociedad.

Una vez actualizada la base de contactos de MdC, desde la entidad ya se podía crear un contacto directo con periodistas. Por ello, con esta base de contactos, se empezaron a generar **notas de prensa para aumentar la visibilidad** de la entidad social en los MdC. Entre las notas de prensa (NdP) que se enviaron destacan las de la siguiente temática:

- **Inter Hotel Games:** Los hoteles que participaron en estas mini olimpiadas entregaron un cheque solidario con un importe de casi 20,000€ a la ONG. Con esa excusa se envió una NdP dando visibilidad a los hoteles donantes y a la vez explicando el proyecto al que iría destinado este dinero. De esta forma se alcanzan dos objetivos a través de la NdP: agradecer la colaboración de los hoteles donadores dándoles visibilidad y dar conocer los proyectos de la ONG.
- **Smart City Expo:** Se trata de un evento que organiza la Fira de Barcelona y del que la ONG recupera el excedente alimentario. Se elaboró una NdP con la cantidad total de alimentos recuperados de ser despilfarrados. Los objetivos de la NdP son los mismos que en el anterior caso, **dar visibilidad a colaboradores** y dar a conocer la labor de la entidad.
- **Premio Remenja'mmm:** Dentro de la campaña Remenja'mmm se celebró la primera edición del Premio Remenja'mmm a la mejor iniciativa de la restauración para evitar el despilfarro alimentario. La NdP se envió meses antes de la celebración del premio, esto fue así porque el objetivo que se seguía no era captar restaurantes participantes, si no conseguir sponsors para el evento.
- **Resultados 2017:** En enero se envió una NdP a todos los MdC con los resultados de los proyectos durante el año 2017. La verdad es que la nota no tuvo mucha repercusión, y pocos medios le dieron difusión.
- **Mobile World Congress:** Igual que el *Smart City Expo*, este evento es organizado por la Fira de Barcelona, por lo que NSF se encarga de la recuperación y redistribución a entidades sociales del excedente alimentario. En el caso de este evento, los alimentos recuperados ascendieron a casi 3 toneladas de comida cocinada en óptimas condiciones. El haber recuperado una cantidad de comida tan elevado junto al hecho de que el evento por sí mismo tiene mucho impacto

mediático, originó que muchos medios hicieran eco de la colaboración de NSF en la recuperación del excedente. De hecho, el periódico La Vanguardia, no solo publicó una noticia, si no que también cerró una entrevista con la directora de la ONG para generar un artículo más elaborado sobre la actuación de la ONG en el *Mobile World Congress*.

Por último, todo envío de NdP y visibilidad en MdC carecen de valor si no se lleva un recuento. Por ello, se creó un **clipping de prensa** en el que se documentaba a partir de un Excel, todas las apariciones de la ONG o de sus proyectos en los medios, específicamente el medio, el periodista que lo publicaba, la fecha y el link si es que la noticia se podía ver en Internet. Llama la atención que antes de la estancia en prácticas se había salido muy poco en los MdC, pero durante la estancia, al haber una persona especializada en comunicación, las apariciones en los medios fueron en aumento.

El *clipping* es de vital importancia a la hora de realizar justificaciones económicas y técnicas, además, no solo sirve para dar visibilidad a la labor de la entidad, a través de la aparición en MdC también se sensibiliza a la sociedad en determinados temas. El *clipping*, no es solo importante para las justificaciones de las subvenciones otorgadas, también es importante a la hora de ir a visitar a nuevos colaboradores o financiadores, ya que **aparecer en MdC siempre da a una entidad un valor añadido**.

4.4. FUNDRAISING, CAPTACIÓN DE FONDOS

Aunque no fue una de las actividades principales durante la estancia en prácticas, también se dio soporte en captación de fondos de diferentes formas.

En el mes de octubre salió la **convocatoria de ayudas de DKV seguros**, una convocatoria que se tuvo que cumplimentar, aunque con cierta dificultad, ya que no se tenía experiencia en esta temática y la documentación fue muy difícil de conseguir. Por desgracia, al de tres meses cuando se publicó la resolución de la convocatoria, la entidad no fue una de las beneficiarias ya que según transmitieron desde DKV seguros, el proyecto presentado no se adaptaba a las bases de la convocatoria.

En noviembre se publicó la convocatoria para participar en el **Premio Magma Inspira, al mejor proyecto social relacionado con el sector hotelero**. En esta convocatoria se

presentó el proyecto *Barcelona Comparteix el Menjar* ya que trata directamente con el sector HORECA. Actualmente aún no se han proclamado los ganadores del premio, pero sí que han informado de que la entidad NSF es una de las cinco finalistas.

A finales de junio tuvo lugar el Premio **Remenja'mmm al restaurante con la mejor iniciativa contra el despilfarro alimentario**, un evento que organiza NSF junto a otras dos entidades sociales (Rezero y Fundación Banco de Recursos – Pont Alimentari). Para la celebración de este evento se necesitaban empresas que hiciesen aportaciones económicas, por ello se tuvo que crear una presentación que mostrase el valor añadido que ganaban los **sponsors** al colaborar en el evento.

Esta última fue una tarea complicada, ya que no se contaba con nociones sobre el valor añadido para una empresa de hacer una donación destinada a un evento de carácter social. Para ello se hizo una investigación en Internet viendo ejemplos de sponsors de eventos, y se decidió dividir los patrocinadores en tres grupos (oro, plata y bronce) y dar diferentes beneficios según la cantidad donada.

Uno de los problemas de la entidad, es que no se tiene un control exhaustivo de las **donaciones puntuales** y de las altas y bajas de los **socios y socias**. Por ello, a partir de la información que otorga la página web, se ha intentado hacer un seguimiento de estas personas creando una base de datos con todos sus datos, no solo bancarios, también de contacto.

Además de las subvenciones y donaciones, la ONG tiene otras vías de financiamiento a través de campañas que llaman a donaciones puntuales y una época clave para lanzar estas campañas es en Navidad. Por ello, durante el mes de diciembre en el marco de la campaña de **#StopPlatosVacíos** se hizo un llamamiento al público del que se dispone en Facebook para captar fondos.

Por otra parte, la ONG también forma parte de la plataforma , una página web a la que están adheridas varias tiendas de todo tipo de productos (ropa, de mascotas, muebles, etc.), las personas que compran en estas tiendas a partir de la página web pueden donar un porcentaje del importe que pagan por su compra a la entidad social que ellos elijan. Este importe se descuenta del beneficio de la tienda, es decir, para la o el usuario no supone un gasto adherido. Sabiendo que durante los festejos navideños el consumo y las compras aumentan, se decidió hacer una difusión masiva de la participación de la ONG

en la plataforma Helpfreely, para intentar que los seguidores de la entidad comprasen a la vez que hacían una donación. Esta campaña se realizó a través de redes sociales y redactando y publicando un artículo en la página web.

4.5. CONTACTO CON COLABORADORES, SOCIOS/AS Y VOLUNTARIADO

Así como el contacto con los colaboradores del proyecto Barcelona Comparteix el Menjar y los financiadores de la ONG, en general, están bien cuidados, no ocurre lo mismo con las personas que quieren participar de forma desinteresada en la entidad.

Hasta el momento, no hubo una persona que pudiese contestar a todas las personas que se ponían en contacto con la entidad vía web para pasar a formar parte del equipo de voluntariado de la entidad. Por ello, se creó un **protocolo de actuación** para responder a los intereses de este grupo de personas.

Primero, se creó una **plantilla de correo electrónico** agradeciendo su interés e informando sobre la posibilidad de participar en las estancias solidarias. Además, en este primer contacto también se les pedía datos (lugar de residencia y profesión) para poder encontrar la actividad o proyecto que mejor se adaptase al perfil del o de la interesada. Segundo, se creó una **base de datos de voluntariado** en el que se crearon diferentes grupos clasificando a los y las interesadas según intereses, lugar de residencia y profesión, para poder encontrar de forma rápida y sencilla el perfil de voluntario que se busca. Por último, cuando surgían necesidades en la ONG se intentaba contactar con los perfiles que más encajasen con la demanda, se establecía contacto con estos o estas voluntarias y se procedía a firmar el **contrato de voluntariado**.

El segundo grupo de interés que se podría decir que está más abandonado por la entidad, son los socios y socias. Se cree que este colectivo es vital para el funcionamiento de la entidad, porque, aunque sean pocos (no superan los 80 socios/as), son la base en la que se sustenta la actividad de la ONG. Con esta visión se procedió a crear un **plan de comunicación con los socios y socias** que disponía de los siguientes puntos:

- Mail de bienvenida a los/as nuevos/as socios/as.

- Suscripción de los/as nuevos/as socios/as al boletín informativo mensual para que sepan a qué actividades se destina su dinero.
- Invitación a los eventos que organice la entidad y, sobre todo, a la Asamblea General que se celebra anualmente en la sede de la ONG en Barcelona.
- Mail de agradecimiento a final de año con infografía mostrando los resultados del año anterior.
- Mail de despedida para los/as socios/as que deciden dejar de colaborar con la entidad.

Por último, también se estableció contacto con las empresas colaboradoras del proyecto *Barcelona Comparteix el Menjar*. Por ejemplo, cada vez que se realizaba una publicación mostrando alimentos recuperados se tuvo que comunicar con anterioridad a la empresa donadora, ya que igual no estaban interesados en que se publicase esa información en redes sociales.

Como elemento de comunicación, se creó en enero un **diploma anual** (Figura 8) (que se intentará replicar el próximo año) para cada una de las empresas colaboradoras, en el que se especificaban los alimentos que habían donado, las personas en riesgo de exclusión social a las que habían beneficiado con esta comida y los kilos de emisiones de Co2 que se han evitado gracias a la recuperación del excedente alimentario.



Figura 8: Diploma de donaciones anuales entregado al Hotel Art. Fuente: elaboración propia

Por otra parte, el proyecto de *Barcelona Comparteix el Menjar* también cuenta con entidades sociales colaboradoras que son las receptoras de los alimentos recuperados. Dentro del marco del proyecto *Alimenta tu Futuro*, se intentó hacer un **llamamiento a través de correo electrónico** estas entidades sociales para que contratasen las **formaciones alimentarias** para sus usuarios/as. La verdad, es que no hubo una respuesta muy favorable por parte de las entidades colaboradoras, ya que al igual que la ONG cuentan con un presupuesto muy reducido que no pueden destinar a formaciones.

4.6. EVENTOS Y CHARLAS

Durante los seis meses que ha durado la estancia en prácticas se ha participado de una forma u otra en diferentes **eventos y charlas que ha organizado la ONG**. A continuación, se pasará a explicar cada uno de los actos, así como el papel desarrollado.

4.6.1. INTER HOTEL GAMES

Los *Inter Hotel Games*, fueron unas mini olimpiadas entre los hoteles de 4 y 5 estrellas de Barcelona, **cuyo beneficio era donado a la ONG**. Como beneficiarios del cheque solidario, tuvimos que acudir a la yincana para dar soporte a los organizadores del evento.

Además, se realizó el discurso que la directora de la ONG presentó al recoger el cheque solidario.

4.6.2. CHARLA SURCA – MUJERES RURALES EN ÁFRICA

En noviembre se celebró en el municipio de Moya, en Canarias, una charla llamada SURCA cuyas protagonistas eran **mujeres del mundo rural africano**. A tales charlas acudió la directora de la entidad para presentar el proyecto de mujeres empoderadas en huertos comunitarios en la República de Gambia. En tal evento, también participó la mujer gambiana que dirige toda la red de huertos comunitarios, una mujer que es madre de uno de los niños que estuvo ingresado en el CREN y que fue allí donde se formó en los huertos comunitarios.

Se tuvo que realizar la **presentación de Power Point** para que la directora presentase en proyecto en Moya. La creación de esta presentación fue complicada ya que no se cuenta con fotos actualizadas del proyecto de Gambia, y las pocas que se tienen del último año son de muy mala calidad ya que están hechas con los teléfonos móviles del personal gambiano.

4.6.3. SEMANA EUROPEA EN LA PREVENCIÓN DE RESIDUOS

La **escuela Lola Anglada** ubicada en el municipio de Badalona, es uno de los colegios que donan alimentos en el marco del proyecto *Barcelona Comparteix el Menjar*. Con motivo de la **semana europea en la prevención de residuos**, el AMPA del colegio pidió a la entidad que se realizase una charla explicando a los alumnos el proyecto y dándoles consejos para evitar el despilfarro alimentario en su hogar.

El objetivo principal de esta charla era **sensibilizar a los niños y niñas de entre 10 y 12 años contra el despilfarro alimentario**, una ardua tarea ya que es complicado explicar en estas edades la importancia de ser conscientes de las consecuencias que tiene el tirar alimentos en buen estado a la basura.

4.6.4. SOPA SOLIDARIA NAVIDEÑA

Todos los años en la semana anterior a Nochebuena la ONG organiza una sopa solidaria, para ello cuenta con la colaboración del Hotel Barceló Raval que cocina cazos grandes con sopa y la ONG se encarga de transportarlo hasta el comedor social de Àmbit Dona, una entidad de trabajadoras sexuales. Este día el comedor de la entidad acaba con el aforo completo ya que son muchas las usuarias que quieren disfrutar de una sopa caliente en esta época tan fría del año.

Este año la organización de la Sopa Solidaria fue más catastrófica y lenta que años anteriores ya que hubo muchos problemas a la hora de concretar un día porque la cocina del hotel tenía la agenda llena.

La verdad es que, a pesar de las bajas expectativas, la Sopa Solidaria tuvo un buen resultado, y tanto las responsables de la entidad como sus usuarias acabaron muy contentas con la organización.

4.7. LAS CUENTAS CLARAS

Como en cualquier organización o entidad sin ánimo de lucro, en Nutrición Sin Fronteras es vital la transparencia. Por ello, se dio soporte de forma puntual en algunas tareas, y en otras (como en la redacción de la memoria anual) la iniciativa surgió por sí misma del Departamento de Comunicación.

Se comenzó a elaborar la **memoria anual de los resultados de 2017**, como se desconocían aún los resultados, se procedió a crear unas tablas muy sencillas para cada uno de los proyectos y se entregaron a los técnicos responsables de los mismos. De esta forma, con cumplimentar una tabla básica ya se podría disponer de los datos necesarios para adelantar la memoria.

Hubo buen *feedback* por parte de los técnicos de proyectos, el mayor problema surgió a la hora de **contabilizar los resultados del proyecto de Gambia**, ya que aún no se disponía de tales datos. Por esta causa resultó imposible terminar la redacción de la memoria anual antes de que acabase la estancia en prácticas.

Otra vía de transparencia de las ONGs, y vital para su correcto funcionamiento y financiamiento, es elaborar las **justificaciones**, tanto técnicas como económicas, de las subvenciones otorgadas destinadas a cada proyecto. En la ONG, en aquel momento, no existía una persona encargada de la administración, por esta razón, se tuvo que dar soporte, o más bien, hacer el **seguimiento económico** del proyecto de *Barcelona Comparteix el Menjar*, para presentar al Ayuntamiento de Barcelona.

Por otra parte, también se cumplimentó todo el apartado de comunicación y sensibilización de **la justificación técnica del proyecto**, adhirieron anexos con los materiales gráficos y campañas que se han generado dentro del marco del proyecto.

Fue una labor tediosa por la falta de formación, aunque finalmente se pudo entregar la justificación a tiempo por lo que se otorgó el dinero a la entidad. Además, se pudieron adquirir **los conocimientos y competencias** necesarias para poder desarrollar en otro momento una justificación tanto técnica como económica.

5. CONCLUSIONES

La estancia en prácticas ha sido muy fructífera, y se ha podido conocer al detalle el funcionamiento interno de las ONGs.

Durante los seis meses han surgido problemas, por ejemplo, en ocasiones resultaba difícil encontrar documentos oficiales, ya que la nube en la que se guardan todos los archivos de la entidad estaba desordenada, o no había fotografías suficientes para crear contenidos. **A todas las dificultades se les ha encontrado soluciones**, bien de forma autónoma, o bien con la ayuda de algún compañero de la entidad, pero prácticamente predominó la primera opción.

En cuanto al Departamento de Comunicación, cabe destacar dos conclusiones fundamentales. La primera es que existió desde el primer momento una **doble carga de trabajo**, ocasionado por el abandono que existía anteriormente de la gestión de canales de comunicación propios debido a la ausencia de personal especializado.

Por otra parte, **la comunicación estaba en un segundo plano en el funcionamiento y organización de la entidad**. Es decir, otros asuntos siempre eran más prioritarios que los relativos a la comunicación. Esta es una realidad de la mayoría de entidades sociales,

principalmente de las pequeñas, que al contar con reducida plantilla tienen que dejar la comunicación en un segundo plano.

Una consecuencia de esta postergación de la comunicación de la ONG es el abandono de la página web, concretamente los resultados de los proyectos no estaban actualizados. Esto puede ser considerado como una falta de respeto hacia los socios y socias y colaboradores de la entidad. Por ello, por aspectos como éste, hay que remarcar que, aunque haya temas más prioritarios que la comunicación, ésta última nunca puede quedar en un último plano, ya que es **la forma de mostrar transparencia hacia aquellos que forman parte de la entidad** a través de aportaciones económicas.

Por último, como se ha mencionado al comienzo del apartado, en ocasiones surgen dificultades y desde la entidad -por falta de tiempo y recursos humanos o por desconocimiento- no se aportan las herramientas suficientes que garanticen su solución. Por ello, se han tenido que buscar soluciones que siempre han sido bienvenidas por parte del equipo de la entidad.

Cabe destacar, sobre todo, los aspectos tanto positivos como negativos de realizar la estancia en prácticas en una entidad pequeña. Con respecto a lo positivo, es que se conoce realmente el funcionamiento interno de éstas, **se adquiere un conocimiento más profundo** y se puede trabajar conjuntamente en más de un departamento. En cuanto a los aspectos negativos, es que a veces **los roles no están muy bien definidos**, por lo que “todos hacen de todo”, es decir, falta de especialización y profesionalización en los distintos departamentos.

En una entidad de tal tamaño, cualquier estudiante en prácticas que aporte un grano de arena, por pequeño que sea, es de agradecer. Esto es así, porque con el frenético ritmo de trabajo que se lleva en estas ONGs, cualquier ayuda es buena y sin pequeñas aportaciones de estudiantes en prácticas las entidades no podrían seguir funcionando con normalidad por falta de personal.

Como propuesta de mejora, cabría la posibilidad de crear un **protocolo para recibir a los alumnos en prácticas de acuerdo con el perfil de éstos**. En otras palabras, se podría elaborar un documento en el que se especificasen las tareas básicas que pueden realizar en cada departamento, siempre de acuerdo con su formación específica. Esto serviría para que los estudiantes adquiriesen las competencias que deben según su formación. Además, intentaría ordenar la nube de documentos, ya que, si es complicado

su uso para el personal en plantilla, más lo es para los estudiantes que nunca han trabajado en ella.

El trabajo realizado durante estos seis meses que ha durado la estancia en prácticas no ha sido en vano ¿la razón? Además de los conocimientos y experiencia adquirida durante los seis meses, al finalizar las horas correspondientes **se ofreció un contrato** de dos meses **como Responsable de Comunicación y Marketing**, un contrato que tras finalizar se ha vuelto a renovar hasta marzo del 2019.

6. VALORACIÓN PERSONAL

Todo comenzó hace poco más de un año, cuando tenía que elegir, entre una **amplia lista de ofertas**, la plaza a la que me gustaría optar para realizar las prácticas del Máster de Cooperación Internacional al Desarrollo en la Universitat Jaume I. Sinceramente, tal elección fue complicada, ya que había muchas ofertas suculentas y llamativas, pero tras valorarlo con la tutora, Rosana Perís, acabé eligiendo una plaza como técnica en el Departamento de Comunicación de Médicos Sin Fronteras en Valencia.

Al de menos de una semana, la tutora Rosana Perís, me comunicó que habían surgido ciertos **problemas con la plaza de Médicos Sin Fronteras** y que ya no estaba disponible. Pero después de esta desilusión, me ofreció otra plaza que también encajaba a la perfección con mi perfil, técnica en el Departamento de Comunicación e Impulso social de la ONG Nutrición Sin Fronteras, en Barcelona.

En esos momentos **valoré de forma muy positiva la actitud de la tutora**, ya que a pesar de tener que darme malas noticias, ella, por iniciativa propia, se encargó de buscar una alternativa a mi estancia en prácticas que me complaciese y que fuese similar a la que yo había elegido. Un gesto por parte de Rosana que aprecio mucho.

A partir de ese momento todo transcurrió a la perfección. Ella se puso en contacto con el que más tarde sería mi tutor de prácticas en la entidad, Jesús Martín (Responsable del Departamento de Comunicación e Impulso Social de Nutrición Sin Fronteras), y él hizo lo mismo conmigo. De esta forma, **antes de comenzar las prácticas Jesús ya conocía mi perfil y pudo focalizar las tareas que me iba a encomendar y crear un plan de trabajo** de acuerdo con mis habilidades, conocimientos y necesidades formativas.

Una semana antes de comenzar las prácticas, en septiembre de 2017, tuve una reunión con Jesús Martín, en el que me dio toda la información que requería antes de incorporarme al equipo, y **perfiló mi puesto en la entidad según mis intereses y sus necesidades**.

La verdad, es que, en la entidad, en general, estuve muy cómoda, aunque siempre hay puntos mejorables. Como entidad pequeña tiene sus aspectos positivos, pero también negativos. Por desgracia, al echar ahora la mirada atrás y al ser tutora de otros estudiantes en prácticas, te das cuenta de que **al ser una entidad pequeña no puedes ofrecer a los estudiantes todo aquello que en otro contexto sí que se podría** y a veces hay que encomendarles tareas que no tienen relación con sus competencias formativas.

Como puntos negativos, y reiterando lo mencionado en el anterior párrafo, destacaría el hecho de encomendar a alumnos y alumnas en prácticas tareas que no les corresponden. En más de una ocasión yo me sentí sumamente incómoda porque tenía un puesto de “*chica de los recados*”, por ejemplo, tuve que gestionar durante mes y medio un problema con la compañía telefónica, lo que suponía dos horas diarias al teléfono con los agentes de la empresa. Esto frustra a cualquier trabajador, pero creo que sobre todo a alguien que está en prácticas. En mi caso personal, durante ese mes sentí que no aprendía nada y que no era realmente útil.

Además, al ser una entidad pequeña **falta eficiencia**, los puestos de trabajo no están bien definidos y todos hacen un poco de todo. Ello hace que encontrar un puesto claro para la persona en prácticas sea complicado, ya que van surgiendo tareas de todos los departamentos, lo que imposibilita la especialización de los estudiantes. Sin embargo, esto también podría ser un punto positivo, ya que el alumnado conoce la realidad de la mayoría de entidades sociales del Estado, es decir, organizaciones pequeñas con departamentos poco diferenciados.

Personalmente, **surgieron problemas con la dirección**, ya que no conocía las tareas que realizaba y no valoraba las acciones de comunicación (principalmente las de redes sociales). Ante esta situación, la dirección exigía la realización de ciertas tareas que poco tenían que ver con mi formación y experiencia (como he mencionado antes, llamadas a compañías de teléfono, búsqueda de presupuestos de lampistas...).

La parte más positiva de la estancia en prácticas, como he mencionado con anterioridad, es que **se conoce muy de cerca la realidad de las entidades sociales pequeñas y con poco financiamiento**. Se comprende su día a día, sus prisas a todas horas y su escasez de recursos. Esto hace que los estudiantes podamos tomar la elección de forma más consciente de si queremos, o no, dedicarnos al mundo de la cooperación internacional al desarrollo, y del mismo modo, decidir de qué forma nos queremos dedicar.

Además, como es una entidad pequeña hay un **trato muy familiar y cercano** y te hacen sentir como un trabajador más. Yo, por mi parte, al de poco de entrar como estudiante en prácticas, ya se me invitaba a las reuniones de equipo, un detalle muy reconfortante para alguien que no forma parte de la plantilla, y que además me permitió conocer de cerca el funcionamiento real de la ONG.

¿Que si recomiendo la plaza en prácticas? Todo depende. En general, yo me he encontrado muy cómoda, principalmente porque he estado sobre todo en el Departamento de Comunicación, que es mi especialidad. No obstante, si la persona en prácticas es, por ejemplo, biólogo, pocas tareas especializadas en su ámbito tendría que realizar porque, concretamente de cooperación internacional al desarrollo, poco se hace (ya que todo está derivado a Gambia o a la sede de Canarias). Con esto quiero decir que siempre **se lo recomendaría a estudiantes que tengan un perfil transversal**, ya que como en la mayoría de las entidades se trabaja con y en todos los departamentos y proyectos, pero nunca en terreno.

Por último, como autovaloración final no puedo decir más que **he acabado la estancia en prácticas de la mejor forma que podía hacerlo, con un contrato en la entidad** como Responsable de Comunicación y Marketing. De esta forma, soy consciente de que estos seis meses y las tareas realizadas han sido tenidas en cuenta -aunque en ocasiones parecía lo contrario-. Por esta razón me gustaría agradecer esta oportunidad al Máster de Cooperación Internacional al Desarrollo de la Universitat Jaume I y, sobre todo, a su directora y mi tutora en prácticas, Rosana Perís, esta oportunidad que me han otorgado.

7. BIBLIOGRAFÍA

AECID (2018). *V Plan Director de la Cooperación Española 2018-2021*. Recuperado de:

www.exteriores.gob.es/Portal/es/SalaDePrensa/ElMinisterioInforma/Documents/V

[%20Plan%20Director%20de%20la%20Cooperacio%CC%81n%20Espan%CC%83ola.pdf](#)

Agencia Catalana de Cooperación al Desarrollo (2015). *Plan Director de Cooperación al Desarrollo 2015-2018. Por un país comprometido con la igualdad de género y los derechos humanos*. Recuperado de:

http://cooperaciocatalana.gencat.cat/web/.content/continguts/02dgcd/PlaDirector/PlaDirector_2015-2018.pdf

Agència de Residus de Catalunya y UAB, (11/2012). *Un consumo responsable de los alimentos*. Recuperado de:

http://residus.gencat.cat/web/.content/home/lagencia/publicacions/centre_catala_d_el_reciclatge__ccr/guia_consum_responsable_es.pdf

Agencia de Salud Pública de Barcelona (2015). *Informe de Salud de Barcelona*.

Recuperado de: <https://www.aspb.cat/wp-content/uploads/2016/11/Informe-Salut-2015.pdf>

Ayuntamiento de Barcelona (2013). *Plan Director de Cooperación al Desarrollo, Solidaridad y Paz 2013-2016*. Recuperado de:

http://www.cooperacionespanola.es/sites/default/files/plan_director_2013-2016_barcelona_cooperacion_espanola.pdf

CEDAW (2005). *Observaciones finales del Comité*. Recuperado de:

http://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2007/5411.pdf?file=fileadmin/Documentos/BDL/2007/5411_

Consejo de la Ciudad del Ayuntamiento de Barcelona (2013). *Dictamen sobre el tejido asociativo y cómo afrontar la crisis. Acción Comunitaria y alimentación*.

Recuperado de: <http://www.conselldeciutat.cat/site/files/68/dictamen-tejido-asociativo-abordaje-crisis.pdf>

FAO, FIDA Y PMA (2015). Informe del estado de la inseguridad alimentaria en el mundo 2015. Recuperado de: <http://www.fao.org/3/a-i4646s.pdf>

FEDAIA (2012). *Informe sobre Pobreza Infantil en Cataluña*. Recuperado de:

http://xarxanet.org/sites/default/files/fedaia_pobresainfantil_informe.pdf

- Generalitat de Catalunya (2014). *Guía de prácticas de higiene por el aprovechamiento del sector de la restauración y comercio minorista*. Recuperado de:
http://agricultura.gencat.cat/web/.content/de_departament/de10_publicacions_dar/de10_a02_02_guies_de_practiques_correctes/documents/fitxers_estatics/gpch_malbaratament.pdf
- Instituto de Estadística de Cataluña (2015). *Anuario estadístico de Cataluña*.
Recuperado de: <https://www.idescat.cat/pub/?id=aec&lang=es>
- Ministerio de Asuntos de la Mujer, Gobierno de Gambia (2010). *Política Nacional de Género y Adelanto de la Mujer 2010-2020*. Recuperado de:
<http://www.refworld.org/cgi-bin/txis/vtx/rwmain/opendocpdf.pdf?reldoc=y&docid=55b7446e4>
- Ministerio de Salud de Gambia (2012). *Plan Estratégico 2012-2020*. Recuperado de:
https://www.uhc2030.org/fileadmin/uploads/ihp/Documents/Country_Pages/Gambia/Gambia%20National%20Health%20Policy_2012-2020%20MoHSW%5B1%5D.pdf
- Nutrición Sin Fronteras (2016). Recuperado de: <http://www.nutricionsinfronteras.org/>
- OMS (2003). *Dieta, nutrición y enfermedades crónicas*. Recuperado de:
<http://www.fao.org/3/a-ac911s.pdf>
- OMS (2016). The Gambia Humanitarian Response Plan. Recuperado de: <https://www.humanitarianresponse.info/es/operations/gambia/document/gambia-humanitarian-response-plan-2016>
- ONU (2016). *Agenda 2030 y los Objetivos del Desarrollo Sostenible*. Recuperado de:
<http://www.sela.org/media/2262361/agenda-2030-y-los-objetivos-de-desarrollo-sostenible.pdf>
- ONU (1999). *Código Internacional de Conducta sobre el Derecho Humano a una Alimentación Adecuada*. Recuperado de:
<http://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2001/1450.pdf?file=fileadmin/Documentos/BDL/2001/1450>
- ONU (1958). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*. Recuperado de:
<http://www.corteidh.or.cr/tablas/3769.pdf>

ONU (2016). *Informe sobre Desarrollo Humano 2016*. Recuperado de: _

http://hdr.undp.org/sites/default/files/HDR2016_SP_Overview_Web.pdf

ONU (1976) *Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales*.

Recuperado de:

<https://www.ohchr.org/SP/ProfessionalInterest/Pages/CESCR.aspx>

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2013).

Food wastage footprint. Impacts on natural resources. Recuperado de:

<http://www.fao.org/docrep/018/i3347e/i3347e.pdf>

UNICEF (2010) *Encuesta sobre indicadores múltiples por conglomerados*. Recuperado

de: <http://www.gbos.gov.gm/uploads/survey/UNICEFGambiaMICSIV.pdf>

8. ANEXOS

8.1. ANEXO 1 – Memoria de prácticas

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
1 ^a QUINCENA Horas invertidas hasta la fecha: 32 horas	Objetivos: -Recuperación de las Redes Sociales (RRSS) -Fusión de páginas Facebook (FB) -Adecuar la web	Es necesario una completa actualización de los resultados de los proyectos en la página Web.	Buena relación con Jesús me orienta, enseña y da soluciones ante mis dificultades. Me ha mandado la Memoria de

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
	<p>Tareas:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Actualización de las redes sociales. -Calendarización de Redes Sociales. -Escribir artículo para el Día Mundial de la Alimentación en el blog. -Creación de calendario con fechas especiales. <p>Aprendizajes:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Utilización de la plataforma hootsuite. -Programación de publicaciones. -Cómo calendarizar las RRSS 	<p>Dificultades a la hora de fusionar las dos páginas de FB (NSF y BCN comparteix el menjar) por el propio sistema.</p> <p>Búsqueda de contenidos interesantes que se puedan relacionar con los proyectos de la ONG</p> <p>Aprender a usar el hootsuite</p>	<p>resultados de 2016 para poder actualizar datos.</p> <p>Buena relación con el resto de equipo que me manda información sobre los proyectos para que pueda hacer difusión por RRSS.</p> <p>Se cumplen las expectativas ya que realizo tareas comunicativas a la vez que colaboro con la ONG y estoy al tanto de las novedades de los proyectos tanto de Gambia, Barcelona como Latinoamérica.</p>
2ª QUINCENA Horas invertidas hasta la fecha: 80 horas	<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Comunicación interna -Aparecer en los medios de comunicación gracias a los inter-hotel games -Comunicación positiva de los colaboradores -Dar continuidad a la presencia en redes sociales 	<ul style="list-style-type: none"> -Existían pocos contenidos internos para poder publicar en la Newsletter por lo que he tenido que redactar artículos. -Para publicar datos sobre las ayudas de nuestros colaboradores es 	<p>Dada las circunstancias en Catalunya, dábamos por hecho que los MdC no publicarían nada acerca de tras mandar la nota de prensa. La sorpresa ha venido cuando me he dado cuenta de que sí</p>

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
	<p>Tareas:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Redacción Newsletter octubre -Redacción nota de prensa de los inter-hotel games (fuimos los beneficiarios del cheque solidario) -Redacción de artículo de los inter-hotel games -Actualizar lista de medios de comunicación -Contacto con colaboradores para pedir permiso sobre publicaciones -Calendarización de contenidos de RRSS -Búsqueda y solicitud de convocatoria de ayudas de DKV seguros <hr/> <p>Aprendizajes:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Utilización MailChimp para crear Newsletter -Mandar notas de prensa a los medios de comunicación -Creación de base de datos de MdC -Rellenar solicitud de ayuda 	<p>necesario pasar por su visto bueno por lo que hay que estar en contacto con ellos.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Lista de MdC desactualizada, muchos de los periodistas ya no trabajan en los medios. -Dificultad a la hora de cumplimentar la solicitud de ayuda a DKV, no disponía de mucha de la documentación necesaria. Pero ahora ya sí que dispongo de ella. 	<p>que nos habían publicado en La Vanguardia y en laxarxa.net</p> <ul style="list-style-type: none"> -Revisión de Jesús de la Newsletter, le parece que la he hecho muy bien y próximamente me enseñará cómo mandarla automáticamente a la lista de suscriptores y así haremos el primer lunes de cada mes. -De momento se cumplen las expectativas. Me he puesto en contacto con la diseñadora gráfica, ella crea para que yo publique en redes sociales todos los gráficos que le pido, como pueden ser sobre los resultados de los proyectos de Gambia, Latinoamérica y Barcelona. -En contacto con el responsable del proyecto BCN Comparteix el Menjar, que me manda fotos para que publique en RRSS.

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
3 ^a QUINCENA Horas invertidas hasta la fecha: 120 horas	Objetivos: -Adecuación página web. -Lograr una buena comunicación con el voluntariado. -Organizar contactos con la prensa. -Difusión resultados de la colaboración con Vueling. -Aparecer en los medios de comunicación.	-Problema a la hora de buscar un presupuesto para la traducción al inglés y al catalán dado el bajo presupuesto de la ONG. -No hay feedback por parte del voluntariado. -Problemas a la hora de mandar notas de prensa a los medios,	-Traducción al catalán conseguida sin problema, la de inglés la concretaremos esta semana. -Publicación de la nota de prensa sobre la recogida de los excedentes alimentarios en la Smart City Expo en la Fira de Barcelona en La Vanguardia.

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
	<p>Tareas:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Pedir presupuestos para traducir la web al catalán y al inglés. -Redacción del discurso de la directora gerente en la recogida de un cheque solidario y de un Power Point para una charla sobre mujeres rurales en Gambia. -Gestión y creación de la base de datos de los voluntarios. -Mailing de agradecimiento a los voluntarios por su interés. -Crear y mandar nota de prensa a los medios de comunicación. -Contactar con vueling para hacer publicación de los resultados y creación de dicha publicación. -Actualizar el clipping de prensa. -Escribir artículo para el Día Mundial de la Diabetes. <hr/> <p>Aprendizajes:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Creación de bases de datos con el excel. -Cómo crear un clipping de prensa. 	<p>muchos e-mails ya no existen.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Falta de fotos actualizadas de buena calidad del proyecto en Gambia, ya que lo hace el personal de allí y no disponen de móvil con buena calidad en la cámara. -Si se compara este año con los anteriores, hemos salido muy poco en prensa. 	<ul style="list-style-type: none"> -Buenos contactos con empres/hoteles con colaboradores, comparten las publicaciones que tienen que ver con ellos. -Buena relación al trabajar con la directora gerente. -Planteamiento de objetivo personal nuevo: Conseguir salir más en los medios de comunicación. -Va a comenzar otro chico de prácticas de marketing que va a estar en mi departamento, y Jesús me ha dicho que hagamos un documento conjunto sobre las tareas que tiene que realizar.

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
4 ^a QUINCENA Horas invertidas hasta la fecha: 168 horas	Objetivos: -Presentar en el tercer encuentro de Refresh el proyecto de Remenja'mmm. -Sensibilizar a niños/as de una escuela sobre el despilfarro alimentario. -Conseguir e-mails para mandar convocatorias y notas de prensa a medios. -Conseguir comunicación con los/as voluntarios/as. -Aparecer en los medios de comunicación. -Conseguir subvención para el proyecto <i>BCN Comparte la Comida</i> . -Conseguir patrocinadores para el premio entre restaurantes de <i>Remenja'mmm</i> .	-Falta de información sobre el proyecto Remenja'mmm ya que es un proyecto que está comenzando. -Problemas al encontrar la forma de concienciar a niños/as en el despilfarro alimentario. -Hasta ahora nunca había elaborado un dossier de sponsors, por lo que no sabía cuáles eran los beneficios para las empresas que decidiesen patrocinar el evento (premio Remenja'mmm). AL	-Buena relación con todo el equipo. Hablamos de crear proyectos nuevos, y abrir nuevos caminos de comunicación con los colaboradores actuales y cuentan conmigo. -El equipo confía en mi ya que me permiten realizar las convocatorias de ayudas. -Sin incidentes, hay más personas de prácticas que me ayudan con las labores a las que no alcanzo semanalmente.

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
	<p>Tareas:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Hacer presentación para evento de Remenja'mmm -Hacer presentación para evento sobre el proyecto de Gambia. -Hacer presentación sobre el despilfarro alimentario. -Dar charla en una escuela acerca del despilfarro alimentario -Unificar y completar base de datos de medios de comunicación. -Mandar mailing a interesados por las Estancias Solidarias. -Crear felicitación de Navidad. -Mandar nota de prensa a medios de comunicación -Realización de convocatoria "Magma Inspira". -Hacer presentación para conseguir patrocinadores. 	<p>final buscando por Internet aprendí.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Problema a la hora de encontrar fotos actualizadas sobre los proyectos. 	

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
	Aprendizajes: -Utilización de programas de diseño gráfico. -Buscar los beneficios de los patrocinadores. -Cómo llamar la atención de los sponsors. -Cómo dirigirte a niños/as de 11/12 años para sensibilizarles sobre el despilfarro alimentario.		
5 ^a QUINCENA Horas invertidas hasta la fecha: 204 horas	Objetivos: -Proporcionar una sopa, elaborada por un hotel colaborador, a una entidad social. -Dar a conocer nuestra posición ante la defensa de los Derechos Humanos -sobre todo en el derecho universal a una alimentación- el Día Internacional de los Derechos Humanos. -Conseguir patrocinadores para el premio Remenja' mmm -Dar a conocer la página web Helpfreely.org a la que la ONG está adherida.	-Problemas a la hora de concretar un día para la realización de la Sopa Solidaria, ya que la cocina del Hotel Barceló Raval tiene casi todos los días el restaurante lleno. Al final encontramos un día y concretamos con la entidad social Ambit Prevenió la hora de la comida. -Dificultad a la hora de conseguir contactos con empresas.	-Contacto con el cheff del hotel y con la directora de Ambit Dona y Ambit Prevenió. Buena comunicación con todos ellos. -Nos hemos cambiado de oficina y durante los tres días de traslado (sin internet) y el puente de por medio el trabajo de todos se ha visto atrasado.

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
	<p>Tareas:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Organizar la Sopa Solidaria de Navidad. -Escribir artículo día de los Derechos Humanos. -Elaboración de la Newsletter de diciembre. -Crear base de datos de posibles patrocinadores. -Difundir campaña #StopPlatosVacíos en Navidades -Crear artículo sobre Helpfreely.org -Estrategia redes sociales -Corrección traducciones de la página web <p>Aprendizajes:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Búsqueda de contactos a través de bases de datos. -Organización de eventos (Sopa Solidaria) 	<p>-Necesidad interna de la ONG de tener una única base de datos de patrocinadores.</p>	

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
6 ^a QUINCENA Horas invertidas hasta la fecha: 276	Objetivos: -Sensibilizar contra el despilfarro alimentario en las Navidades. -Acercarnos a nuestros , suscriptores/as y colaboradores/as en la época de Navidad. -Conseguir que personas en riesgo de exclusión puedan disfrutar de una comida saludable y gratis en Navidades. -Dar Feedback y conseguir cercanía con las empresas/hoteles colaboradores. -Controlar las donaciones que se van generando hacia la ONG.	-Se ve una necesidad en el público de conocer consejos sobre cómo evitar el desperdicio de alimentos, una necesidad sobre todo de recetas de aprovechamiento, ya que cuando se publican este tipo de consejos aumentan los ‘me gustan’ y se comparte más de lo normal el contenido. -Necesidad de una base de datos que segmente los voluntarios, socios, trabajadores,	-Cuando nos hemos cambiado de oficina hemos tenido problemas con la red de teléfono. La directora/gerente de la ONG ha dicho que yo me tengo que encargar de este tema, por lo que muchas veces mi trabajo se ve ralentizado e incluso parado porque tengo que hablar con la compañía telefónica durante más de una hora. Considero que esto no es responsabilidad mía, lo que hace que no

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
	<p>Tareas:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Organizar la base de datos de las donaciones puntuales y de los socios. -Preparación del contenido de navidad y su posterior difusión -Mailing para mandar la felicitación de Navidad -Celebración de la sopa solidaria en una entidad social -Estrategia y programación de redes sociales. -Difusión de Newsletter diciembre. -Creación de diplomas para las empresas/hoteles colaboradores con los kg rescatos durante el 2017. <p>Aprendizajes:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Como tratar una base de datos con donaciones -Cómo diseñar una felicitación de navidad institucional -Calcular las personas beneficiadas de nuestros proyectos y los kilos de CO2 que hemos evitado que se produzcan. 	<p>donantes puntuales, suscriptores, etc.</p> <p>-Problema a la hora de generar la base de datos de las donaciones ya que estas las lleva un contable que aparece una vez semanalmente. Al final hemos conseguido unificar las dos bases de datos.</p> <p>-Este año ha disminuído la cantidad de comida donada por los hoteles. Esto es por dos opciones, porque en la cocina se ajustas más a las necesidades de los comensales; o porque por la situación catalana ha disminuído el afluencia de clientes por los hoteles de Barcelona (según los caterings y hoteles esta es la verdadera razón).</p>	<p>esté a gusto con esta tarea.</p> <p>-Cuando fuimos a la sopa solidaria fui con mi jefe y con una voluntaria. La voluntaria quería sacar fotos durante la sopa para difundir en redes (en la propia entidad social nos habían preparado los documentos de permisos para firmar). Al final hubo tensión con algunos de los beneficiarios de la sopa por lo que no pudimos sacar fotos durante la comida en si.</p>

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
7º QUINCENA horas invertidas hasta la fecha: 324	Objetivos: -Que nuestro público conozca los resultados del año 2017 -Dar feedback a nuestras empresas/hoteles colaboradores para que puedan difundir la cantidad de alimentos que donan -Dar a conocer las labores de la ONG durante el mes de enero. -Captar voluntarios para evento -Captar personas que quieran participar en las Estancias Solidarias en Gambia para Semana Santa. -Conseguir financiación para un nuevo proyecto de la ONG.	-Uno de los problemas que surge en la ONG durante el ao 2017 y que se prolongará durante el 2018, es que han disminuído la afluencia de turistas en Barcelona, lo que se ve reflejado en las donaciones de comida de los hoteles, empresas de catering y restaurantes. -Dificultad a la hora de encontrar voluntarios que puedan acudir un sábado a la mañana al evento, a pesar de que la base de datos de voluntariado es muy amplia. -Se ha cumplido el objetivo de captar	A pesar de las dificultades y necesitadas detectadas durante la realización de las tareas todas ellas han sido resueltas y solucionadas gracias al resto del equipo que siempre están abiertos a ayudarme y resolverme dudas. El proyecto de BCN Comparte la Comida no es sostenible por si solo, por ello hemos comenzado un nuevo proyecto de Acción Social en el Área Metropolitana de BCN con el fin de conseguir sostenibilidad para el proyecto.

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
	<p>Tareas:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Hacer artículo sobre los resultados del 2017 del proyecto BCN Comparte la Comida -Hacer la solicitud de ayuda para la convocatoria ZerosestBCN -Hacer presupuesto de asesoría para implantar el proyecto en Bilbao. -Envío de los diplomas de donaciones del 2017 a los hoteles/empresas colaboradoras -Hacer estrategia y programación de redes sociales -Crear la Newsletter de enero. -Crear certificado de donaciones para personas particulares y empresas. -Llamada a voluntariado a través de mailing para acudir a una feria de turismo sostenible y cooperación internacional -Creación y organización de la base de datos de personas interesadas en las Estancias Solidarias de Gambia. -Crear informe para la plataforma REFRESH 	<p>personas para que participes en las Estancias Solidarias d Semana Santa. Ya se ha cerrado el grupo que viajará a Gambia de voluntariados.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Dificultades a la hora de solicitar la ayuda Zerosest BCN, ya que se trata de un proyecto nuevo y complejo. -Dificultad a la hora de rellenar el informe para la plataforma REFRESH, ya que es muy difícil contabilizar los alimentos recuperados en forma de dinero. -Dificultad a la hora de establecer el presupuesto de asesoría para Bilbao, ya que no se ha hecho el proyecto nunca en otro territorio y se necesita contar con un dinero extra que aún no está contabilizado. 	

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
	Aprendizajes: -Cómo solicitar una convocatoria de ayuda para Acción Social en Barcelona. -Cómo crear certificados de donaciones que más adelante los socios/as o colaboradores/as puedan presentar a Hacienda. -Cómo elaborar un presupuesto de asesoría en otro territorio.		

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
8º QUINCENA horas invertidas hasta la fecha: 364	<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Dar a conocer a socios y colaboradores nuestro trabajo durante el mes de enero. -Premiar a los restaurantes que tengan planes para evitar el despilfarro alimentario y conseguir que participen más restaurantes. -Conseguir clientes para los talleres de cocina. -Dar a conocer los resultados de BCN Comparteix el Menjar. -Conseguir participantes para las Estancias Solidarias. -Conseguir subvenciones y ayudas, y justificar las subvenciones que ya se han otorgado a la ONG. -Dar a conocer el trabajo que la ONG hace a favor de la Justicia Social a través de la defensa del derecho mundial a una alimentación saludable 	<ul style="list-style-type: none"> -Necesidad de crear una base de datos con las entidades sociales de Barcelona para poder ofrecerles las sesiones formativas y los talleres de cocina. -Necesidad de aglutinar todas nuestras apariciones en medios de comunicación. -Problemas a la hora de redactar la memoria de 2017 ya que aún no tenemos resultados del proyecto de Gambia, ni las cuentas ni la auditoría. -Necesidad de crear una base de datos conjunta de cada uno de los proyectos para poder elaborar de forma más sencilla y rápida las justificaciones. Esto es así, porque el problema radica en que las facturas están guardadas de 	<ul style="list-style-type: none"> -Continua la buena relación con el equipo de la ONG. -Contenta con los resultados de las notas de prensa ya que han publicado en bastantes medios los resultados del proyecto de BCM y nos han llamado de cadenas de radio para poder realizar entrevistas. -Contenta al aprender cómo se realiza la justificación de ayudas ya que es una tarea que me servirá más adelante en cualquier otro trabajo. Considero que es una tarea indispensable en el mundo de las ONGs y entidades sociales -Todos los martes a la mañana realizan una reunión interna de equipo a la cual estoy invitada y en la que me piden que hable y

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
	Tareas: -Envío de boletín mensual -Envío y redacción de nota de prensa del Premio Remenjammm -Mailing a entidades sociales para que contraten las formaciones y talleres de cocina -Creación de Clipping de Remenjammm, de Barcelona Comparteix el Menjar y de la ONG en general. -Redacción de la memoria 2017 -Envío y redacción de nota de prensa sobre los resultados del proyecto de BCN Comparteix el Menjar en 2017 -Creación de evento en FB sobre la sesión informativa de las Estancias Solidarias -Redactar una carta que acompaña a una justificación del Gobierno de Canarias -Redacción de artículo para el Día Mundial de la Justicia Social. -Redacción de los Anexos de la justificación del Ayuntamiento de BCN. -Estrategia RRSS	forma demasiado dispersa y sin orden en la nube.	cuento mis tareas como una más.

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
	Aprendizajes: -Cómo realizar justificaciones de ayudas del Ayuntamiento de Barcelona y del Gobierno de Canarias. -Cómo realizar anexos correctamente. -Cómo conseguir los resultados correspondientes al ejercicio 2017 de cada uno de los proyectos de la entidad.		

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
9º QUINCENA horas invertidas hasta la fecha: 420	Objetivos: -Dar a conocer el proyecto Remenja' mmm que nació en el año 2017 a través de la memoria anual. -Conseguir que nos sigan otorgando las subvenciones. -Conseguir fidelizar a los socios/as de la entidad y que siempre estén informados sobre las acciones que se llevan a cabo. -Dar a conocer la cantidad de alimentos recuperados en el Mobile World Congress y aparecer en los medios de comunicación. -Relacionar las labores de la entidad con la naturaleza. -Conseguir sinergias con otro proyecto similar que se quiere comenzar en Gipuzkoa.	-Hay problemas a la hora de realizar las justificaciones. No hay nadie que lleve la administración de la entidad, por lo que en vez de ir adjuntando facturas a subvencionadores poco a poco, hemos tenido que hacer todo a última hora y corriendo. Prácticamente hemos estado dos semanas dedicadas a las justificaciones por completo. -Hay un problema con los socios/as, ya que aparte de a través de redes sociales, boletín mensual y memoria anual, no existe otra forma de comunicarse con ellos.	-Como siempre buena relación con el resto del equipo. Me han ofrecido venir a trabajar a las tardes de forma remunerada para poder ayudar en temas administrativos, como por ejemplo ir realizando el seguimiento económico de las subvenciones para el año que viene no tener que hacerlas a última hora. Además, tras acabar las prácticas me han comunicado que lo más seguro es que a partir de mayo cuenten conmigo para formar parte de la plantilla de la entidad.

QUINCENA	OBJETIVOS PLANTEADOS, TAREAS REALIZADAS, APRENDIZAJES ADQUIRIDOS, ETC.	PROBLEMAS, DIFICULTADES, NECESIDADES DETECTADAS, ETC.	COMENTARIOS: Relación con el supervisor/la supervisora. Adecuación de las tareas. Cumplimiento de expectativas. Incidentes. Etc.
	<p>Tareas:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Redacción del apartado de Remenja'mmm para la memoria 2017. -Realización de las justificaciones para las subvenciones que nos han sido otorgadas en el año 2017. -Creación de una base de datos para los socios y de un plan de comunicación. -Modificación del PDF de las Estancias Solidarias 2018. -Redacción y envío de nota de prensa de los alimentos recuperados del Mobile World Congress. -Estrategia RRSS. -Redacción de artículo para el Día Mundial de la Naturaleza. -Redacción de una presentación del proyecto de Barcelona Comparte la Comida para un colaborador de Gipuzkoa. <p>Aprendizajes:</p> <ul style="list-style-type: none"> -He aprendido como elaborar justificaciones. Sobre todo, a hacer el seguimiento económico a través de las facturas. 	<p>Llamó una socia muy enfadada porque hay un Centro cerrado en Gambia y no se le había informado y quería saber a dónde va ahora destinado su trabajo. Ante este problema hemos decidido crear una estrategia de comunicación (dar la bienvenida, informar sobre cambios en el funcionamiento, mandar resultados inmediatos, dar la despedida...).</p> <p>-Buenos resultados tras mandar la nota de prensa relacionada con el Mobile World Congress, ya que los medios le dan mucha importancia. Además, nos realizaron un reportaje en la versión escrita de La Vanguardia gracias a la nota de prensa.</p>	

8.2. ANEXO 2 – Ejemplos de material gráfico realizado



SESSIONS FORMATIVES

Explicatives, Divulgatives
i de Conscienciació



TALLERS DE CUINA

Pràctics, Dinàmics
i Participatius

NUTRICIÓ SENSE FRONTERES

Anexo 2. 1. Imagen creada para realizar talleres de cocina o sesiones formativas. Fuente: elaboración propia



Anexo 2. 2. Imagen creada para redes sociales. Fuente: elaboración propia.



Anexo 2. 3. Imagen creada para la cabecera de redes sociales. Fuente: elaboración propia.



Anexo 2. 4. Imagen creada para llamamiento a acudir a las Estancias Solidarias. Fuente: elaboración propia