




Memoria del  
Festival de  
Comida  
ConSciente  
2017





[www.movimientodecomidaconsciente.org.bo](http://www.movimientodecomidaconsciente.org.bo)

-  Comida Consciente
-  @conscientecomida
-  (+591) 655 55 156

## Créditos

**Sistematización y redacción:** Ángela Guerra, Nicole Szucs  
**Edición:** Ángela Guerra, Maira Peters  
**Adaptación a lenguaje inclusivo:** Ángela Guerra  
**Coordinación de diseño:** Maira Peters  
**Diseño gráfico y diagramación:** Jocelyn Kellenberger  
**Fotografías:** Archivo de La Casa de les Ningunes y de Hivos Bolivia

**Primera Edición**  
**La Paz - Bolivia, 2018**

# ÍNDICE

<b>1. Movimiento de Comida Consciente</b>	1
<b>2. Festivales de Comida Consciente</b>	2
<b>3. Festival de Comida Consciente 2017</b>	3
El Ciclo de Comida Consciente	5
Producción	6
Transformación	7
Gastronomía	8
Continuidad del Ciclo	9
Información y Educación	10
Intervenciones Artísticas	12
<b>4. Organizando el Festival</b>	14
Las Comisiones	15
Participantes	18
Las y los organizadores, colaboradores y aliadxs	19
<b>5. Comunicación</b>	20
<b>6. Canasta de Fondos</b>	24

# 1. MOVIMIENTO DE COMIDA CONSCIENTE

**E**l Movimiento de Comida Consciente (MCC) es un grupo auto-convocado de personas, colectivos y organizaciones que tiene el objetivo de activar, fortalecer y sostener una red inclusiva y colaborativa de trabajo en el marco de los Criterios de Comida Consciente.

Entre todxs aportamos a la construcción y el fortalecimiento de una comunidad tejida a base de compromiso, sueños, ética, crítica y autocrítica, solidaridad, reciprocidad y sana vitalidad, enfocada en el Consumo Consciente y Responsable.

Nuestra comunidad reconoce, promueve y defiende todos y cada uno de los Criterios de la Comida Consciente:

- Relación de respeto profundo con la Madre Tierra
- Rescate de saberes y sabores ancestrales y del mundo
- Cuidado de la salud y el medio ambiente
- Consumo responsable y crítico
- Comercio justo

- Derecho a la alimentación
- Seguridad y Soberanía Alimentaria

Y nos declaramos en resistencia activa:

- A la comida rápida y chatarra
- Al consumismo
- A la explotación animal
- Al Cambio Climático
- A la Degradación Ambiental
- A los transgénicos



## 2. FESTIVAL DE COMIDA CONSCIENTE

**E**l Festival es un encuentro abierto que busca fomentar el Consumo Responsable en la población, compartir información, interactuar, articularnos como sociedad civil, construir conocimientos y presentar alternativas alimenticias mediante el “Ciclo de la Comida Consciente”, mostrando cómo personas, organizaciones e instituciones tomamos diariamente decisiones responsables en cada una de las etapas del ciclo, es decir, del Sistema Alimentario Sostenible que estamos construyendo: Producción, Transformación, Gastronomía y la Continuidad del Ciclo (incluyendo educación e información, activismo, incidencia, gestión de residuos, arte y música).



El Festival es la ocasión donde se visibiliza la articulación del Movimiento de Comida Consciente y se constituye en la muestra del trabajo que el movimiento ha realizado durante todo el año.

Comida Consciente como proyecto y como movimiento surge después del primer Festival el año 2012. A partir de ahí, el Festival se consolida como una actividad regular organizada colectivamente. En todas sus versiones ha mantenido como principio el ser un evento abierto y accesible a todo público.



### 3. FESTIVAL DE COMIDA CONSCIENTE 2017

Como Movimiento de Comida Consciente asumimos el reto de aprender y actuar de manera conjunta y articulada, intercambiando visiones que nos permitan ser más conscientes de las implicaciones que tienen nuestros actos y decisiones diarias.



Nos unimos mujeres, hombres, jóvenes, niños y niñas buscando una articulación responsable con productoxs ecológicxs, transformadorxs que le dan un nuevo valor a productos locales, restaurantes alternativos, chefs conscientes, recicladorxs, activistas, activistas y personas que se manifiestan por un sistema alimentario más justo y sostenible. En esta oportunidad nos reencontramos para dar continuidad a nuestras acciones en la versión 2017 del FESTIVAL DE COMIDA CONSCIENTE.





El 4to Festival de Comida Consciente se realizó el sábado 18 de noviembre de 2017 en la Plaza Villarroel en la zona de Alto Miraflores de la ciudad de La Paz y fue organizado por el Movimiento de Comida Consciente con el liderazgo de La Casa de les Ningunes y Slow Food Bolivia.



**Participantes:**

95 colectivos, organizaciones y personas

**Producción:** 18

**Transformación:** 25

**Gastronomía:** 24

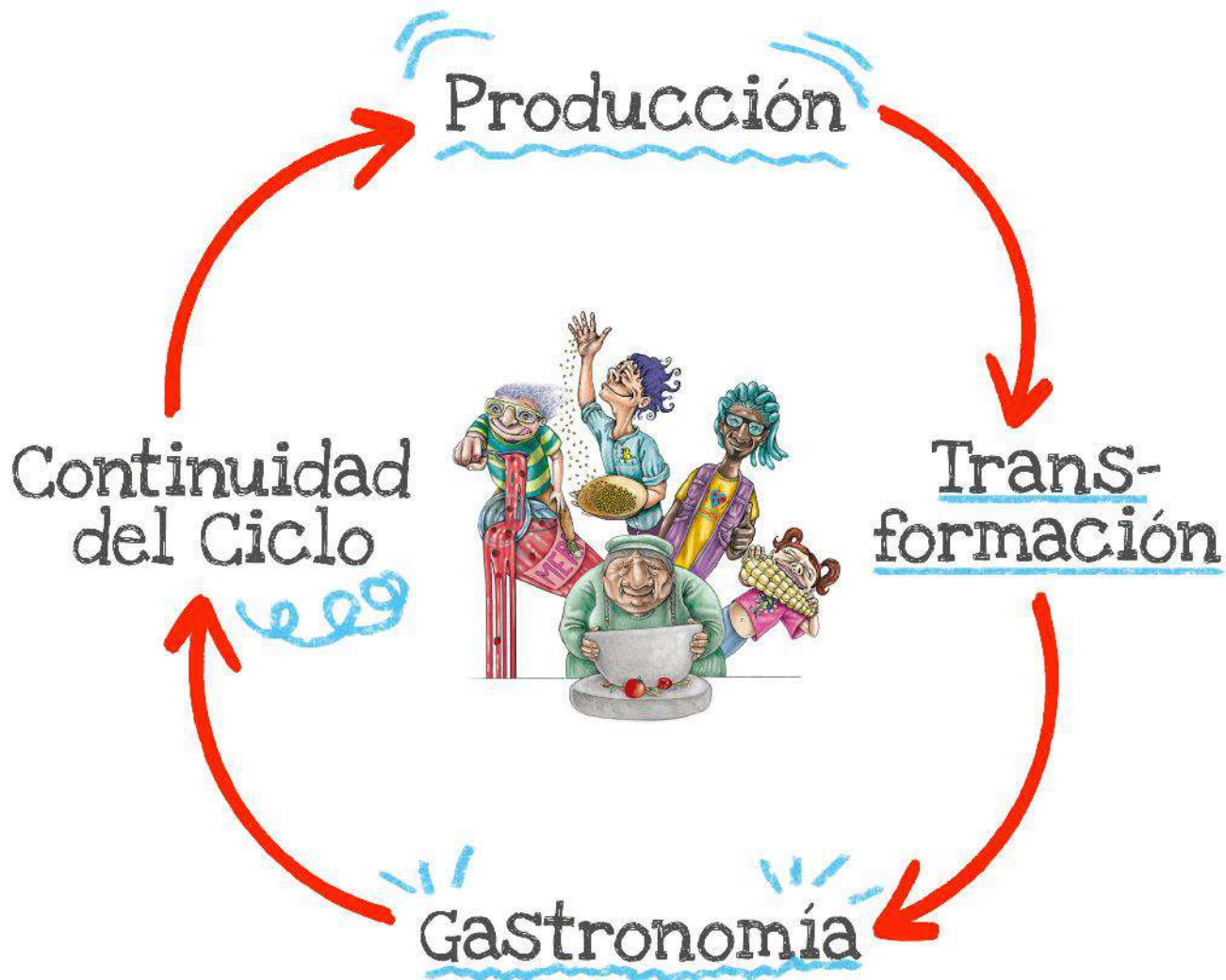
**Continuidad del Ciclo:** 21

**Intervenciones Artísticas:** 7

**Equipo organizador:** 35 personas



# EL CICLO DE COMIDA CONSCIENTE



# PRODUCCIÓN



Etapa en la que productores y productoras de la agricultura familiar, agroecología, y/o comunitarios del país ofrecen alimentos ecológicos, saludables y diversificados, producidos en armonía y reciprocidad con la Madre Tierra (frutas, verduras, hortalizas, etc.).

# TRANSFORMACIÓN



Etapa en la que productores y productoras, empresas sociales, organizaciones, emprendimientos, instituciones y cooperativas ofrecen sus productos con valor agregado social y ambientalmente amigables (café, chocolate, mermeladas, helados, etc.).

# GASTRONOMÍA



Etapa en la cual chefs, restaurantes, cocineras y cocineros ofrecen alternativas saludables y sostenibles para degustar, con menús elaborados con alimentos vivos, revalorizando nuestros ingredientes y sabores de forma responsable y justa con nuestros productores, productoras y consumidoras y consumidores.

## CONTINUIDAD DEL CICLO



Etapa fundamental para que nuestra relación con la comida sea circular y no lineal. Son las maneras en las que impulsamos que el ciclo continúe: acciones, personas, instituciones que ayudan a que el ciclo no termine, sino vuelva a comenzar (reciclaje de desechos orgánicos e inorgánicos, rescate de semillas, educación nutritiva/alimentaria, investigación y práctica de la permacultura, agroecología, turismo consciente, etc.).

# INFORMACIÓN Y EDUCACIÓN



Área donde proporcionamos información y datos actuales, compartimos alternativas y experiencias que fomentan el consumo consciente, y denunciamos el riesgo al que nos somete el agronegocio (transgénicos, pesticidas, conservantes y biocombustibles).

# CRONOGRAMA DE CHARLAS

(Gratis)



- 11:30** Narraciones con sabor a Tierra: Aptaphi de cuentos Andinos (**Vicenta Mamani, Teóloga Aymara**)
- 12:00** Soberanía Alimentaria en riesgo frente al Extractivismo Minero (**Desde Oruro - Colectivo Wasi Pacha**)
- 12:30** Sistema de Integración Rural - Urbano: Por una Alimentación Digna (**Plataforma de Agrobolsas Surtidas**)
- 13:00** Plantas Ancestrales de Copacabana (**Maritza Cornejo, Bióloga**)
- 13:30** Proyección de Cortos y Videos (**Colectivo de Consumidores Consientes**)
- 14:00** Ecoaseo: Aprende a hacer tus productos de Limpieza Naturales (**Vivigreen, Chile**)
- 14:40** La ch'uspa de la Abuela Zorra (**La Layoa**)
- 15:00** Narraciones con sabor a Tierra: Aptaphi de Cuentos Andinos (**Vicenta Mamani, Teóloga Aymara**)
- 15:30** Títeres (**Colectivo Infinitum**)
- 16:00** Movimiento de Comida Consciente: Alimentos y transición. (**Ariel De la Rocha, Movimiento de Comida Consciente**)
- 16:30** Economía del Cuidado (**Elizabeth Paredo, Tejiendo Ilusiones**)

# INTERVENCIONES ARTÍSTICAS



Área de Arte en Acción, en la que podemos disfrutar de diferentes expresiones artísticas que apoyan nuestro accionar por alcanzar una sociedad más saludable, consciente, justa y humana (incluyendo música, teatro, poesía, danza).



## PROGRAMA CULTURAL

- 11.00 - 12.30 Acto inaugural seguido de presentación de danza y poesía (Comedor Wisllita)
- 12.30 - 12.45 Vadik Barrón
- 12.45 - 13.30 Guanaco
- 13.30 - 14.00 Selektor B.
- 14.00 - 14.30 Yumi Roca y Rodrigo Bagu (Comedia Stand Up)
- 14.30 - 15.00 Te Kary (Reggae, New Soul, Hip Hop)
- 15.00 - 15.40 Batucada con Pez Lobo Percusiones
- 15.40 - 16.00 Selektor B.
- 16.00 - 16.30 Siku Mamani, música y danza (Nina Wara), cósmico ancestral
- 16.30 - 17.00 Malick Ensemble
- 17:00 - 17:15 Arka Ira



## 4. ORGANIZANDO EL FESTIVAL

**E**l Festival de Comida Consciente 2017 fue organizado con la idea de ampliar el Movimiento de Comida Consciente, utilizando el Festival como un instrumento, más que un fin, para encontrarnos entre actores del sistema alimentario, escucharlos y colaborar.

La organización fue centralizada por un grupo núcleo, el cual se encargó de convocar a personas participantes y voluntarixs que apoyen en la organización. Nos dividimos en comisiones y cada comisión tenía una persona a cargo y una de apoyo.



Dentro de las comisiones, la principal tarea fue la de construir con todxs lxs participantes del Festival los acuerdos con los cuales trabajamos, desde cómo organizarnos, el precio de los platos, el uso de plásticos desechables, las horas de llegada, colaboraciones entre otros, etc. Cada comisión puso sus acuerdos en concordancia a los objetivos del Festival y a los valores del Movimiento de Comida Consciente.



# LAS COMISIONES

**Producción:** Juntó a todxs lxs productorxs para acordar criterios de producción y asegurarse de tener una oferta variada y de acuerdo a los Criterios de Comida Consciente.

**Transformación y Comercialización:** Juntó a pequeños emprendimientos de transformación, que rescatan y dan valor agregado a productos locales, de alto valor nutritivo. También construyeron criterios conjuntos.

**Gastronomía:** Fue una de las áreas con más participantes. Para la organización se pusieron de acuerdo para: no repetir platos, no usar vajilla ni cubiertos desechables, tener un rango de precios establecido para que todo sea accesible, entre varios otros acuerdos.

**Continuidad del Ciclo:** Aglomeró a organizaciones que dan información sobre cómo seguir mejorando nuestro sistema alimentario. Se trabajó en la coordinación de las y los panelistas, la distribución de espacios y la cooperación entre participantes.

**Economía:** Se encargó de organizar el pre, durante y post de todos los gastos, la canasta de fondos, la rendición de cuentas, así como de conseguir fondos adicionales para la mejora de la experiencia del Festival.

**Logística:** El equipo se encargó de organizar las diferentes comisiones, el espacio, permisos, lugares, número de participantes, etc.

**Intervenciones artísticas:** Encargadxs de organizar la participación de todos los grupos artísticos: comedia, música, poesía, baile, batucada, etc., y de que sus contenidos estén en concordancia con los valores del MCC.

**Voluntarias y voluntarios:** Comisión encargada de la organización de las personas voluntarias para el trabajo de apoyo durante el Festival.

**Comunicación:** Comisión encargada de la difusión del evento y de la información que le acompaña a través de redes sociales y medios tradicionales.

## LAS COMISIONES

Para trabajar en respeto con el medio ambiente, se acordó no usar vajilla, cubiertos, ni bolsas desechables, por lo que tanto las personas de producción como de transformación y gastronomía, tuvieron que emplear alternativas más ecológicas para poder brindar su servicio a lxs consumidorxs. En este marco se creó un banco de platos, una estación de lavado y se instaló un punto de venta de tupperes para reducir la generación de basura.



### Capacitaciones

Para que todxs tengamos una visión compartida de los valores e ideales del Movimiento de Comida Consciente, tuvimos dos capacitaciones, tanto para miembros antiguos como para nuevos integrantes. En las capacitaciones nos enfocamos en la reconexión con la naturaleza, la profundización de los criterios del MCC, ideas y acciones. Con estos encuentros, apoyamos al desarrollo de capacidades y a la construcción de una visión conjunta de un sistema alimentario más sostenible: respetuoso con el medio ambiente y con nuestros cuerpos.

# LAS COMISIONES

## Voluntarixs

También tuvimos sesiones de capacitación con voluntarixs independientes; estudiantes de gastronomía y comunicación y voluntarixs de La Paz Maravillosa, a quienes transmitimos información sobre el Festival, en especial sobre la estación de lavado, el manejo de los residuos sólidos, y los espacios de concientización en el sector de Continuidad del Ciclo. Este fue un espacio importante para compartir conocimientos y el trabajo con jóvenes interesadxs en el ámbito de la alimentación consciente.

La organización del Festival se realizó en colaboración con Mi Teleférico, quienes nos brindaron el espacio de la estación de la Línea Blanca de la Plaza Villarroel, con los debidos permisos y en coordinación con el Gobierno Autónomo Municipal de La Paz.



## Carpas, sillas y más

En el Festival de este año empleamos 90 carpas, 120 mesas y 260 sillas, repartidas entre todas las partes del ciclo, el patio de comidas y el escenario de intervenciones artísticas.

# PARTICIPANTES

**Aguacate - Comida Vegana**

**Ajayo**

**AOPEB**

**BD - Broederlijk Denle**

**Be Happy**

**BIDA Comida Vegetariana**

**Bio XXI**

**Brownie**

**Café El Despertador**

**CODAN**

**Colectivo Infitum**

**Colores & Sabores**

**Comedor Wislita**

**Consumidores Conscientes**

**Cosmética Natural**

**Costal sin gluten**

**Delicias de Carmelita**

**Ecotambo**

**Flor de Leche**

**Fuente de Vida**

**Giraluna**

**Go Green**

**GTCCJ**

**Inkuña**

**Irupana**

**Kutik Innovation**

**La Candela**

**La Ventanita**

**Lácteos Capital**

**Laksmi**

**Lupito - Cocina Vegana**

**Magick - Café Cultural**

**Manjari Express**

**Manq'a**

**MIGA**

**Mi Teleférico**

**MISKI / Miel de abeja**

**Modex**

**Moraï - Reposteria Artesanal**

**Nación Kallawaya**

**Nutrición Lúdica**

**Paladar Mundial**

**Pinatz Truck**

**Plataforma Agrobolsas Surtidas**

**Plataforma Nacional de Suelos Bolivia**

**PNUAM**

**Q' GUSTO**

**Rayo Verde**

**Reacción Climática**

**Restaurante Vegetariano Armonia**

**Revive**

**Rincón Madera**

**Sabores y especias**

**Savaa**

**Semillas - Alimentos Veganos**

**Slow Food Bolivia**

**Sol Verde**

**Surcos de la Tierra**

**Terrena**

**TIPNIS**

**Tradiciones Populares**

**Tukukinuas**

**Unas tucus?**

**Wasi Pacha**

**Wellness Food**

**YAPU - Sabores Sin Carnes**

**Zumo5**

## ORGANIZADORES



## COLABORADORES



## ALIADAS Y ALIADOS



GOBIERNO AUTÓNOMO  
DEPARTAMENTAL DE **LA PAZ**  
SECRETARÍA DEPARTAMENTAL DE  
DESARROLLO SOCIAL Y COMUNITARIO

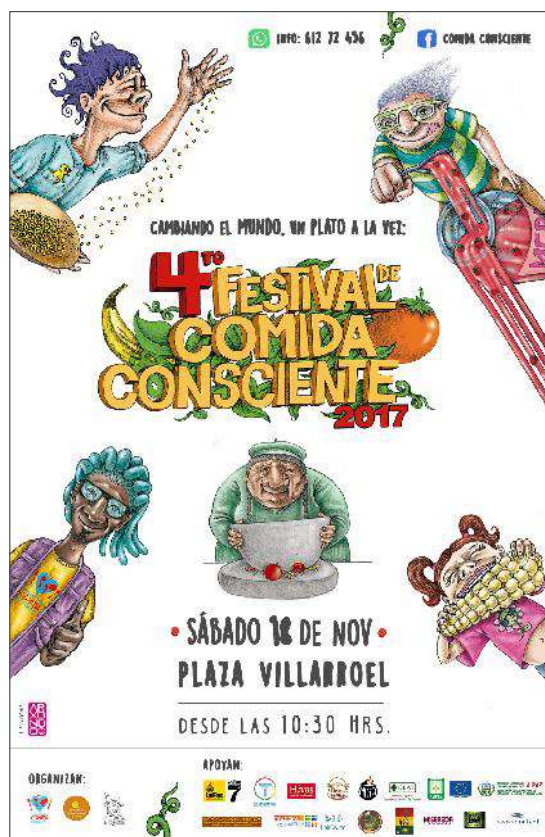


## 5. COMUNICACIÓN

El presupuesto comunicacional limitado nos condujo a enfocarnos principalmente en redes sociales por su alto alcance en la gran mayoría de la población en combinación con un bajo costo.

Hicimos uso de herramientas clásicas de difusión, como afiches, y de medios tradicionales y masivos (televisión, radio y prensa escrita).

El primer paso fue la creación de una "identidad" para el Festival. Esa se construyó a partir del slogan "Cambiando el mundo, un plato a la vez" y una línea gráfica que incluye ilustraciones para el logo, personajes que representan a cada etapa del Ciclo de Comida Consciente, y otros elementos.





## Canales y herramientas digitales

**Facebook:** Difundimos los contenidos desde la página oficial de Comida Consciente y desde el evento que se creó para el 4to Festival. Empezamos aproximadamente 3 semanas antes del evento con la difusión, aumentando la frecuencia de las publicaciones de a poco hasta llegar a 3 a 4 publicaciones por día en toda la semana antes del evento. Hicimos uso del alcance orgánico de la página, apoyando con promociones pagadas, que nos ayudaron a llegar con fuerza a un gran público nuevo.

### Whats App:

Hicimos uso de varios grupos de Whats App de aliadxs que nos ayudaron con la difusión.

### Mailing Redesma:

Una semana antes del evento enviamos un mailing a través de la base de datos de Redesma (Red de desarrollo sostenible y medio ambiente) que une una gran cantidad de contactos de multiplicadorxs y tomadorxs de decisión en la tematica de medio ambiente en Bolivia.

## Canales y herramientas analógicas

### Afiche:

Difundimos 200 afiches en los espacios de las organizaciones participantes y en puntos estratégicos del espacio público (Sopocachi, Centro, Miraflores) especialmente en cafés, restaurantes, tiendas y mercados, universidades, etc.

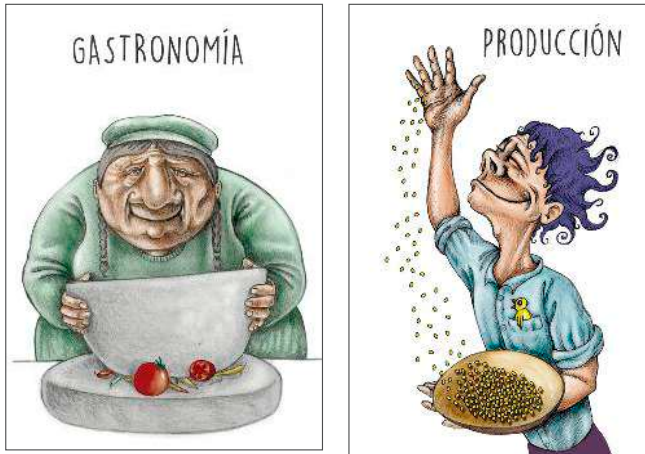


### Señalética:

Generamos dos banners grandes que marcaron la entrada al Festival, uno con todas las organizaciones que participaron y ayudaron a realizarlo y otro explicando el Ciclo de Comida Consciente.



También producimos letreros que distinguen las cuatro áreas del Ciclo de Comida Consciente y letreros para cada stand con un icono, que señala a qué área pertenece (por ejemplo gastronomía) y dónde el emprendimiento pudo anotar su nombre. Se trata de material reutilizable.



## Productos y merchandising

**Pines:** Los pines llevan el logo del MCC y los personajes del Ciclo de CC. Se repartieron entre todos los participantes del Festival y se vendieron al público.

**Recetarios:** Sorteamos y vendimos recetarios al público.

**EcoGuías:** Resumimos los datos más importantes de todas las iniciativas participantes del FCC 2017 en la primera versión de la EcoGuía de La Paz, para que la articulación se siga visibilizando después del Festival. Se pudo adquirir la EcoGuía por un costo de 5 Bs.



## Alcance cuantitativo en redes:

### Evento de Facebook:

**Alcance:** a 290.000 personas se les mostró el evento

**Visualizaciones:** 12.432 personas entraron a la página del evento

**Respuestas:** 7.408 personas colocaron "me interesa" o "asistiré" al evento

### Página de Comida Consciente:

**Alcance en la semana del FCC (13. - 19.11.17):** 79.113 (+ 152%)

Tuvimos un aumento significativo de "Me gustas".

## Comentarios y reposts de parte de participantes y público:



## 6. CANASTA DE FONDOS

Con la intención de profundizar el trabajo colaborativo el Movimiento de Comida Consciente ha impulsado un instrumento de colaboración denominado "Canasta de Fondos". Varias organizaciones y colectivos han aportado un monto económico que va a un fondo común, desde el cual se gestionaron todos los gastos necesarios para el desarrollo del evento.



Son 15 organizaciones que apoyaron económicamente de acuerdo a sus posibilidades, demostrando su confianza y apoyo al Movimiento y a las actividades que realiza. También se contó con el aporte de las y los participantes, tanto en efectivo como en productos y servicios, bordeando un presupuesto de alrededor de 50.000 Bs. en total.

Sin embargo, debemos mencionar todos los aportes que han permitido que el Fes-

tival sea un éxito.

Nos sentimos muy felices de haber contado con el tiempo, el compromiso y los insumos materiales de más de 10 instituciones y colectivos que han sido parte de la organización y la ejecución del Festival en su cuarta edición, logrando que las necesidades económicas se reduzcan y demostrando que hay alternativas de colaboración y trabajo más allá de las necesidades económicas.

Área	Ítem	Costo Total
Organización	Reuniones	1700
	Capacitaciones	400
	Hospedaje	320
	Cálculo de la huella ecológica del Festival	0
	Comunicación con las y los participantes	280
	Material de escritorio	263,20
	Limpieza	0
	Celebración	300
	Imprevistos	579,50
Comunicación	Diseño de la línea gráfica del Festival y piezas de difusión	7000
	Impresión de materiales para la difusión	5220
	Pago de publicidad impresa y redes sociales	1396,70
	Señalética	3175
	Distintivos para el equipo y voluntarixs	300
	Material para vender y recaudar fondos para el MCC	1341,60
	Cobertura mediática	2000
	Certificados de participación	120
	Memoria del Festival	1900
Transporte	Para difusión previa	2800
	Apoyo transporte artistas	1780
	Para trasladar a personas del interior del país parte del MCC	1560
Espacio	Alquiler Plaza	0
	Electricidad	1030
	Agua	1665
	Carpas	3130
	Mesas	1084
	Sillas	390
	Escenario	2700
Alimentación	Para las reuniones generales de organización	1260
	Para las reuniones por comisión	1120
	Para la capacitación	840
	Para el día del Festival	580
	Para la celebración	1200
<b>TOTAL:</b>		<b>47435</b>



**¡SIGAMOS CAMBIANDO EL MUNDO,  
UN PLATO A LA VEZ!**



