



FUNDACIÓN
PLATOS SIN FRONTERAS

INFORME DE GESTIÓN

2022*

Índice

●	INTRODUCCIÓN	3
●	¿QUIÉNES SOMOS?	4
●	EQUIPO	6
●	DESAFÍOS	7
	Sociales		
●	NUESTRO PÚBLICO	9
	y logros		
●	NUESTRO MODELO	11
	de Cambio		
●	GESTIÓN POR PROGRAMAS		
	Nodos de educación nutricional	12
	Productos y servicios		
	Programa de impacto colectivo		

INTRODUCCIÓN

Estamos felices de poder presentar a través de este reporte nuestros resultados e indicadores alcanzados en la ejecución de los proyectos realizados por nuestro equipo en **EL AÑO 2022**. Exponemos los resultados, actividades, **logros y dificultades** a partir de las percepciones y reflexiones de coordinadores, equipo de trabajo y participantes.

Agradecemos a cada persona aliada que nos acompañó durante este año y nos permitió seguir empleando la **educación nutricional y gastronomía social como herramienta para el cambio**.



¿Quiénes somos?



La Fundación Platos Sin Fronteras (PSF) nace para fomentar la **EDUCACIÓN NUTRICIONAL Y ALIMENTARIA** por medio de la **gastronomía social en Colombia.**

Presentes en Medellín, Bogotá, Apartadó y Cucutá con la esperanza de expandir a **más ciudades y comunidades de COLOMBIA** en alianza con otras fundaciones del país.

Nuestro trabajo se desarrolla con **mujeres líderes, madres comunitarias** y **madres cabeza de familia, niñez y jóvenes.** El objetivo es que las mujeres se conviertan en **agentes de cambio** para las familias y las **comunidades** mientras inspiran a otros.

Para reducir estas estadísticas, aplicamos formas creativas de fortalecer y crear oportunidades para mujeres y familias a través de la educación nutricional, consejos sobre alimentación consciente, clases de cocina y capacitación empresarial a comunidades vulnerables y de bajos ingresos.

6,1 millones de toneladas

de frutas y verduras se desperdician al año.

(DNP, 2016)

1 de cada 3

Hogares en Colombia vive en inseguridad alimentaria.

(WFP Colombia, 2022)



COLOMBIA



Casi 30%

De la población no tiene suficientes ingresos para comer tres veces al día.

(DANE, 2021)

EQUIPO & modelo

PLATOS SIN FRONTERAS

Nuestro equipo se basa en un modelo de holocracia, distribuyendo el poder de toma de decisiones entre grupos autoorganizados. La base son los **“Nodos de Educación Nutricional y alimentaria”**, que codiseñan talleres y programas para nuestro público beneficiario, y las **“Experiencias de Gastronomía Social”**, que permiten poner en práctica los conocimientos adquiridos para su empoderamiento económico.



PLATOS SIN FRONTERAS
COMUNIDAD COLOMBIA

DESAFÍOS sociales

Las comunidades de bajos ingresos NO TIENEN ACCESO al conocimiento ni a la educación nutricional que necesitan y se están enfermando cada día más. Estamos viviendo una pandemia silenciosa de ENFERMEDADES CRÓNICAS IMPULSADAS POR NUESTRO SISTEMA ALIMENTARIO.

ENTRE ELLAS FIGURAN
GRAN CANTIDAD DE
ENFERMEDADES



ENFERMEDADES
CARDIOVASCULARES

CÁNCER

GASTRITIS

OBESIDAD

DIABETES DE TIPO 2

MALNUTRICIÓN

OTRAS CARENCIAS

EN PLATOS SIN FRONTERAS CREEMOS QUE:

La nutrición es un derecho humano fundamental.

Estamos convencidas de la necesidad y de la urgencia de **EDUCAR** a tantas personas como sea posible en una **ALIMENTACIÓN ADECUADA** para poder romper gradualmente los ciclos de **POBREZA Y ESCASEZ** con el fin de **CREAR MÁS OPORTUNIDADES** de crecimiento personal y laboral.



NUESTRO **PÚBLICO OBJETIVO**

MUJERES & NIÑEZ

El proyecto se ha desarrollado con **mujeres lideresas, madres comunitarias y/o responsables del hogar.**

Ellas se vuelven replicadoras de la **educación nutricional** en sus hogares con el proceso de formación en educación nutricional y las actividades de incidencia social que se realizan en el territorio.



A su vez, empezamos durante el año 2022, a ejecutar **actividades con niñez desde los 8 a 12 años en instituciones educativas y barrios de Medellín**, como oportunidad de abarcar la educación nutricional desde el ciclo vital.



PLATOS SIN FRONTERAS
COMUNIDAD COLOMBIA

NUESTROS
LOGROS

HASTA
2022

25.700

**PERSONAS
BENEFICIARIAS**

A TRAVÉS DE NUESTRO PROGRAMA
DE SOLIDARIDAD ALIMENTARIA E
IMPACTO COLECTIVO.

629 MUJERES

CAPACITADAS Y CERTIFICADAS

INCLUYENDO LAS MUJERES CERTIFICADAS EN
MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS Y TÉCNICAS
CULINARIAS EN ALIANZA CON EL SENA.

+ 60

**ORGANIZACIONES
ALIADAS**

RED A NIVEL LOCAL E
INTERNACIONAL A TRAVÉS DE
PROYECTOS, ALIANZAS, Y ACCIONES
COLECTIVAS

10 COMUNIDADES

ALCANZADAS

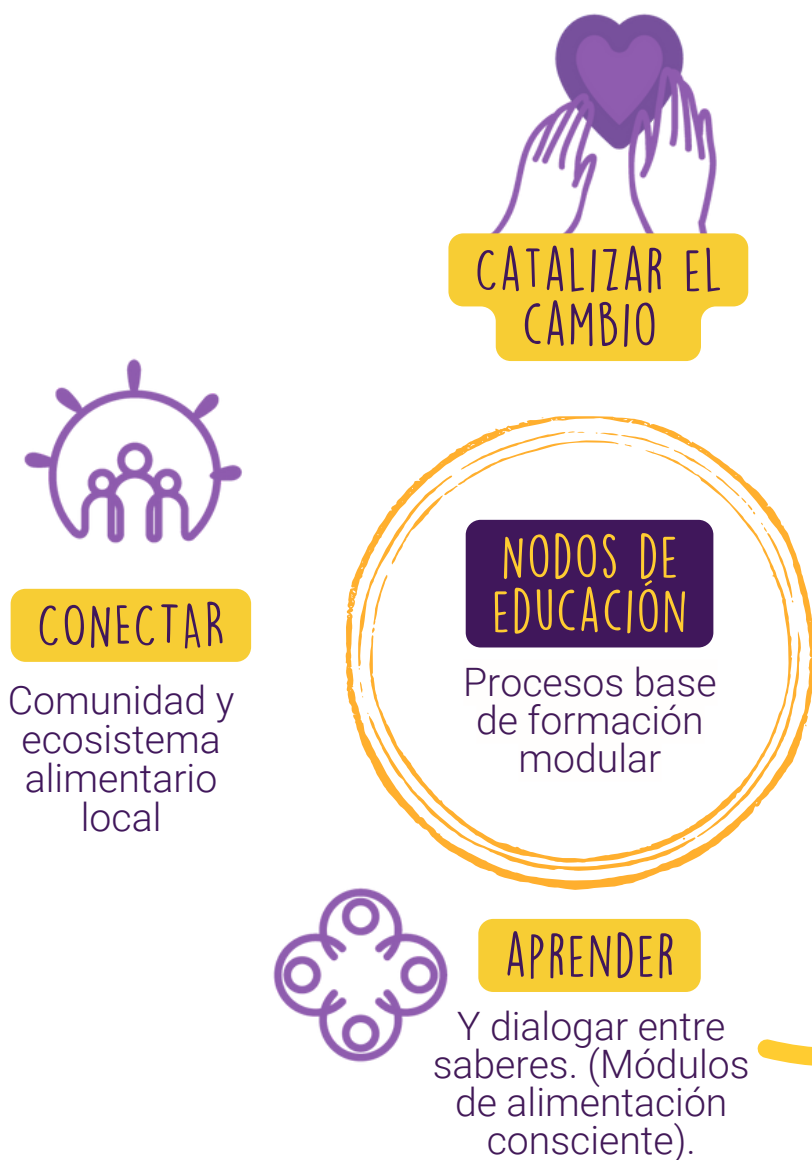
CUATRO NODOS DE EDUCACIÓN
NUTRICIONAL EN COLOMBIA

221 niños y niñas

Sensibilizados

EN NUEVOS HÁBITOS ALIMENTICIOS
CON PREPARACIONES FÁCILES, RICAS Y
NUTRITIVAS

NUESTRO MODELO DE CAMBIO



SOCIAL GASTRONOMY MOVEMENT

PROGRAMA DE IMPACTO
COLECTIVO (CIP):

Creamos redes y alianzas para intercambiar conocimientos y construir nuevos saberes y lineamientos políticos en torno a la inseguridad alimentaria.

Los Nodos de Educación Nutricional y alimentaria surgen como una propuesta pedagógica y vivencial que vincula los intercambios de **SABERES** y **EXPERIENCIAS** en torno a la alimentación **CONSCIENTE Y SALUDABLE**. No solamente apoyamos en el desarrollo de nuevos saberes en cocina consciente, rica y saludable, también en el desarrollo del ser.

Las personas participantes se conectan no solamente con otras personas en su comunidad, sino también con su cuerpo y mente, entendiendo que el alimento es fuerza vital, es experimentación, creatividad y apertura a nuevas oportunidades.

Creamos **3 pilares** de cambio para poder formar catalizadoras de cambio para el sistema alimentario colombiano.

Réplica de los nodos con organizaciones sociales en toda Colombia.

NUESTRA Gestión por pilares de cambio

NUESTRO MODELO EDUCATIVO

NODOS DE EDUCACIÓN NUTRICIONAL Y ALIMENTARIA



1. Activamos y conectamos

Creamos un modelo circular en el que activamos y **conectamos con la comunidad alrededor del alimento**. Tenemos una **red de alianzas** estratégicas y se cuenta con **voluntarios** en diversos perfiles.

+60
Instituciones
aliadas.
Red de Chef
mentores



2. Aprender e intercambio de saberes

A través de la creación de los nodos de educación fomentamos el **Intercambio** con personas expertas, **cocineros y cocineras** con talleres de formación sobre nutrición, **experiencias de alimentación** consciente, **mentorías** externas, incentivando aprendizaje y conciencia sobre la **importancia de una alimentación consciente**.

4 Nodos de
Educación
Nutricional y
alimentaria en
el país.

3. Experimentar, diseñar e innovar



Estamos desarrollando módulos que permiten que las mujeres y la fundación puedan a través de procesos de diseño, experimentación e innovación, compartir con las comunidades y diversos públicos lo que han aprendido en los procesos educativos.

Proponemos al público experiencias de **gastronomía social**, talleres de cocina, snacks saludables y económicos para que las comunidades puedan generar sus propios ingresos. Gracias a primer pilotos exitosos decidimos a crear para el 2023 un nuevo equipo para comercializar con aliados en el sector turístico nuestros **PRODUCTOS Y SERVICIOS con las mujeres aprendices.**

Experiencias de Gastronomía social y Social Snacks

Se ejecutó un taller a una delegación de innovación de Peru conectandolos con la cocina local y consciente además de conocer el proceso social y comunitario de Platos sin Fronteras.



5

LIDERESAS PARTICIPANTES

45

CLIENTES

3 Recetarios estandarizados

Producto de los **talleres y ejercicios de sensibilización con las mujeres** de la comunidad, diseñamos recetarios con las recetas de nuestras mujeres y nuestros cocineros mentores.

Nuestros
Resultados
por cada
Nodo

CIUDADES DE COLOMBIA
COMUNIDADES

(ENTRE BARRIOS Y VEREDAS)

Apartadó, Cúcuta, Bogotá y
Medellín

A continuación
presentaremos
los *resultados de*
cada *ciudad y*
Nodo.



NODO: BOGOTÁ

138

PERSONAS BENEFICIARIAS

3

COMUNIDADES BENEFICIADAS

8

SESIONES REALIZADAS

5

RECETAS ESTANDARIZADAS

Módulos:

Vinagretas, Encurtidos, fermentados y ensaladas. Refrigerios saludables.

Aliado: Fundación SOYDOY

102 mujeres

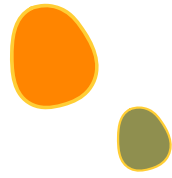
63 niños y niñas del Instituto Escolar Eugenio Díaz Castro.

→ La Aurora, Soacha y Santa Elena

→ Se abordaron **técnicas culinarias**, fotografía gastronómica, emplatados y loncheras saludables.

→ Para réplica en los hogares y en otros espacios de intercambio de saberes culinarios.

MEDELLÍN



NODO MORAVIA, COMUNA 4

Módulos: Proteínas vegetales y postres saludables

Aliados: Savvy, El Mezzón de la 55, Junta de Acción Comunal Barrio El Oasis, Centro de Desarrollo Cultural de Moravia.

81

PERSONAS BENEFICIARIAS

35 mujeres

46 niños y niñas entre los 5 y 12 años.

2

COMUNIDADES BENEFICIADAS

→ Barrio Moravia y El Oasis

20

MUJERES

→ Se certifican en el módulo de proteínas vegetales.

6

TALLERES DE COCINA

MEDELLÍN

**NODO SANTO DOMINGO SAVIO
COMUNA 1 de MEDELLÍN**

92

PERSONAS BENEFICIARIAS

10

ESTANDARIZACIÓN RECETAS

20

TAMIZAJE NUTRICIONAL

Módulos: Elaboración de salsas caseras

Aliado: Griffith Foods, Junta de Acción Comunal y Fundación Caminos.

32 mujeres

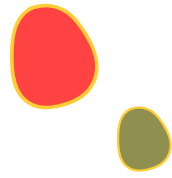
60 niños y niñas entre los 7 y 11 años del Colegio Antonio Derka.

→ Preparación de salsas y aderezos caseros: salsa bechamel, dip de aguacate y maracuyá, aderezo de yogurt griego, tomate con variación a bolognesa, chimichurri, salsa pesto, ají de tomate de árbol y velouté

→ →74% de las mujeres tienen riesgo de sobrepeso y el 57% exceso de grasa corporal.

El 60% de las mujeres correspondiente a 20 mujeres replica el aprendizaje en casa, sustituyendo las salsas comerciales y potenciando las salsas caseras.

URABÁ



APARTADÓ, URABÁ ANTIOQUEÑO

107

PERSONAS BENEFICIARIAS

32

NIÑAS Y NIÑOS

12

RECETAS ESTANDARIZADAS

7

SESIONES

Módulos: Cocina de la región

Aliado: Caja de Compensación Familiar COMFAMA, Fruver Max, Dulce Capricho.

Personas beneficiadas entre mujeres, jóvenes y niñez del proyecto zonas azules- Curazaos quienes aprendieron a cocinar de manera diferente alimentos característicos de la región como es el plátano, el tamarindo y el aguacate.

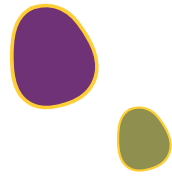
→ En la jornada “cocineritos”.

→ Pensadas bajo el concepto de incluir en el plato el 90% de proteína vegetal.

El 65% de las personas reconocieron en las actividades una posibilidad para el fortalecimiento de lazos y sentido de comunidad.

El 55% de las mujeres participantes continuaron encontrándose para cocinar en conjunto.

CÚCUTA



CÚCUTA, NORTE DE SANTANDER

45

PERSONAS BENEFICIARIAS

2

COMUNIDADES BENEFICIADAS

4

RECETAS ESTANDARIZADAS

Talleres de Gastronomía social con comunidad migrante/refugiada de Venezuela

Aliado: Fundación CPUV- COLOMBIA

Mujeres y niñez entre los 6 y 12 años

→ La Fortaleza (Centro Misionero Nueva Vida) y La Frontera (Instituto Villa del Rosario)

Comunidad colaboradora y receptiva. Tienen lazos de hermandad que se fortalecen con los encuentros gastronómicos.

Nuestros **PROGRAMA DE IMPACTO COLECTIVO**

ESPACIO DE PLENARIA Y ACCIONES COLECTIVAS
*Encuentro de organizaciones en torno a la Inseguridad
alimentaria y hambre en Medellín*

Aliados: Movimiento de Gastronomía Social- SGM, Griffith Foods, UDEA, SENA Medellín, Secretaría de Inclusión Social, Familia y Derechos Humanos (Equipo de Seguridad Alimentaria y Nutricional ESAN), Universidad EIA

10

ORGANIZACIONES

Corporación Ambiental y Cultural Simbionte, Colectivo Sumak Kawsay, Griffith Foods, Semillero BioAli - Universidad de Antioquia, Subsecretaría de seguridad alimentaria, Alcaldía de Medellín, Arbol Red, Adela Cocina, Corporación Colibrí, FAO - Agencia de las Naciones Unidas para la Alimentación, Banco de alimentos Siciar



4.500
PLATOS
DE COMIDA



UNIVERSAL PLATE

Es una campaña global que integra comunidades en el mundo entero entregando platos de comida.

Nuestras **COMUNICACIONES**

Nuestras principales redes durante el 2022 fue instagram y Facebook.

 **platosinfronteras**

 **PlatosSinFronteras.Colombia**

→ Finalizando el año contó la organización con un total de 3183 seguidores en Instagram y 504 en Facebook.

26

VIDEOS Y EN VIVOS

En vivos, testimonios de los chef mentores; de las mujeres que participaron en las actividades de educación nutricional y otros de difusión de las actividades programadas.

→ Registro fotográfico de varios eventos, entre estos de Plato Universal que se hizo registro antes, durante y después del evento.

→ Participación en medios locales como Telemedellín y redes sociales de la Alcaldía de Medellín

+100

PUBLICACIONES EN REDES



ALIANZAS PSF



#COMPARTEPORUNAVIDA
COLOMBIA



Fundación
Banco Arquidiocesano
de Alimentos de Medellín



comfama



UNIVERSIDAD CATÓLICA
LUISAMIGO

Griffith
FOODS

Soydooy
Fundación



**SOCIAL
GASTRONOMY
MOVEMENT**



Savvy®



Fundación
saciar
Banco de Alimentos



Centro de Desarrollo
Cultural de Moravia
La Casa de Todos



15
años

Convenio

Comfenalco
Antioquia

Alcaldía de Medellín
Distrito de
Ciencia, Tecnología e Innovación