

Cafè Networking Natura



LASAL DEL VARADOR
un projecte de restauració sostenible



LASAL DEL VARADOR

Un restaurant sostenible

Som un restaurant ecològic obert al mar, situat al passeig Marítim de Mataró, on es pot gaudir d'una cuina mediterrània Slow Food.

Tapes, arrossos i còctels acompanyats de bona música. Som un projecte sostenible integral: fem servir majoritàriament productes ecològics, de proximitat i de temporada.

Vàrem construir seguint els criteris d'arquitectura bioclimàtica i vam utilitzar materials ecològics en la construcció.

Tenim com a objectiu generar el mínim volum de residus possible, tenint en compte el procés de fabricació. Per tal de minimitzar-ne l'impacte ambiental, prioritzem la compra de productes a granel o amb poc embolcall, amb envàs reciclable o retornable.

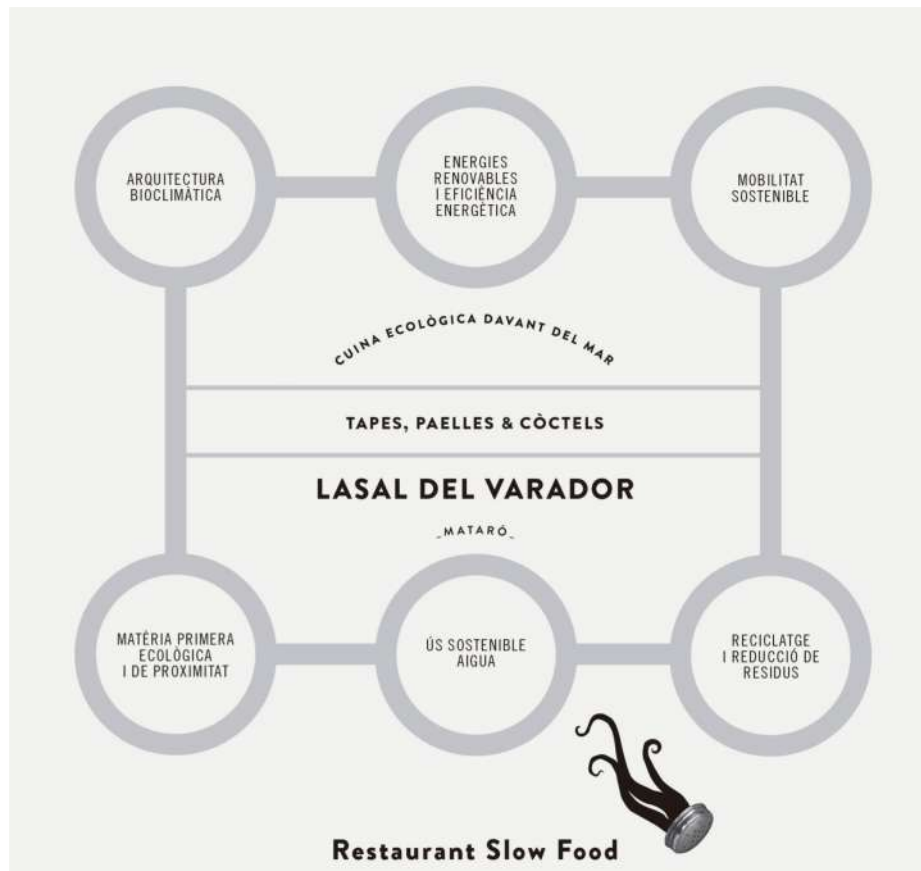
A Lasal del Varador tenim una instal·lació de 77 plaques fotovoltaïques amb una potència total de 21,1 kW que ens permeten produir-nos més del 50% de l'electricitat. El 2013 vam guanyar el premi Eurosolar i el premi Intersolar a Munic en la categoria de millor projecte fotovoltaic.



LASAL DEL VARADOR

Un restaurant sostenible

ELS 6 MONS DE LASAL DEL VARADOR





LASAL DEL VARADOR

Un restaurant sostenible

PROJECTE SOSTENIBLE

Lasal del Varador s'ha concebut com un projecte sostenible integral. Se sustenta sobre sis pilars: arquitectura bioclimàtica; energies renovables i eficiència energètica; mobilitat sostenible; cuina ecològica i de proximitat; reciclatge i reducció de residus, i ús sostenible de l'aigua.

Creiem que, amb un ús més eficient dels recursos, s'aconsegueix una activitat més respectuosa amb el medi ambient i un estalvi important en els costos.



LASAL DEL VARADOR

Un restaurant sostenible

MATÈRIA PRIMERA ECOLÒGICA I DE PROXIMITAT

A Lasal del Varador apostem pels productes ecològics i de proximitat per configurar una proposta gastronòmica de qualitat. El nostre repte és aconseguir una cuina compromesa i sostenible fent servir allò que ens ofereix la comarca i el territori: Peix de la llotja d'Arenys de Mar, productes ecològics d'horta local, oli i arrossos de Ponent, vedella ecològica de i vins i caves de la comarca i d'altres territoris catalans.

PRODUCTES DE TEMPORADA

La carta i, en especial, el menú diari tenen en compte els productes propis de temporada per poder gaudir de tota la riquesa alimentària que la natura ens ofereix en cada moment i poder degustar les estacions en cada plat.

CUINA MEDITERRÀNIA

Cuinem seguint els criteris de la cuina saludable amb la quantitat justa d'oli i salses, sense additius ni concentrats. Tots els plats es cuinen al moment per garantir la màxima concentració de gust i nutrients.



Arquitectura bioclimàtica

LASAL DEL VARADOR

Un restaurant sostenible

7 principis d'arquitectura bioclimàtica aplicats al projecte:

1- Ventilació creuada

La construcció disposa de ventilació natural creuada en les dues façanes per permetre que l'aire circuli de manera eficient. A l'estiu permet gaudir millor de la brisa marina i a l'hivern ens permet ventilar millor amb petites obertures per evitar la creació d'humitat a la terrassa interior.

2- Ubicació

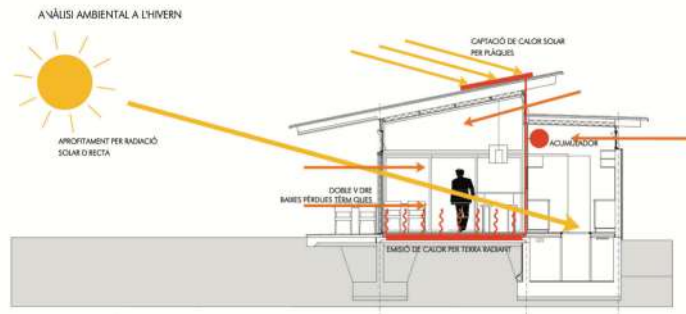
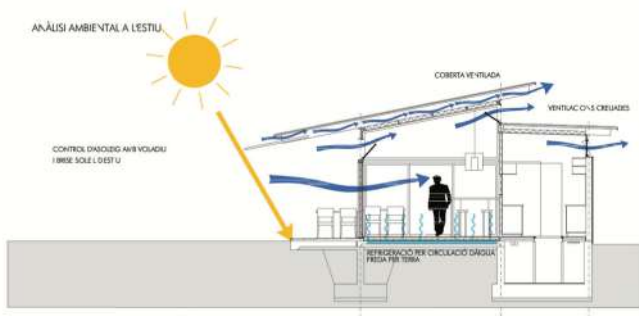
La ubicació de Lasal del Varador és molt bona, encarada a sud-est i sense cap edifici ni element que li faci ombra. L'adequació i la distribució dels espais són canviants, en funció de l'època de l'any:

- **Estiu:** un únic espai obert al públic amb un doble sostre ventilat que ens permet no haver d'instal·lar aparells d'aire condicionat.
- **Hivern:** 2 terrasses (una coberta i tancada, i una altra també coberta però a l'aire lliure i encarada al sud que permet l'entrada directa del sol.



LASAL DEL VARADOR

Un restaurant sostenible





LASAL DEL VARADOR

Un restaurant sostenible

7. Materials ecològics

En el moment de l'obre vam buscar la millor relació entre ecologia, cost i durabilitat.

A partir de la combinació d'aquestes variables, vam triar els materials per a la construcció. No tots els materials són ecològics, però l'elecció va ser la més sostenible, ja que hem optat per allargar el màxim possible la vida dels materials, atès que estan exposats a una alta salinitat en l'ambient.

Materials ecològics utilitzats:

- Canonades de polipropilè (evitant l'ús del PVC)
- Pintures naturals minerals
- vernissos ecològics
- Bigues sostre de fusta amb el segell de gestió sostenible FSC
- Suro com a aïllant tèrmic i acústic
- Maons de termoargila
- Cablejat lliure d'halògens
- Panells de pladur ecològic de la marca Fermacell



LASAL DEL VARADOR

Un restaurant sostenible

CREIXEMENT ECONÒMIC, INCLUSIU I SOSTENIBLE

MATÈRIA PRIMERA ECOLÒGICA Y DE PROXIMITAT

La clau de la nostra proposta gastronòmica és la combinació de productes de cultiu ecològic i de qualitat. Apostem pels productes de temporada i de proximitat per tal garantir la màxima concentració en gust i nutrients.

Cuinem seguint els criteris de la cuina saludable amb la quantitat justa d'oli i salses, sense additius ni concentrats. Aquesta cuina ens proporciona una digestió lleugera i saludable, afavorint el benestar al llarg del dia.

Els productes ecològics que utilitzem són:

La farina, la farina integral, el pa, la coca de pa, els ous, l'oli d'oliva, la llet de vaca, la "llet" de soja, la "llet" de civada, els sucs, els ous, el pollastre, la carn de vedella Bruneta, els macarrons, els espaguetis, el sèsam, tots els vins, el cava, el cafè, els iogurts, el sucre moreno (només tenim sucre moreno), les infusions Yogi Tea, les melmelades i els gelats Bodevici.

Mesures dutes a terme per a un ús eficient de l'energia:

1. Dispositius de encesa automàtics.
2. Llums led
3. Plaques solars tèrmiques que escalfen l'aigua
4. Instal·lació d'un monitor de control del consum elèctric
5. Instal·lació de 77 plaques fotovoltaïques amb una potencia total de 21,1 kw
6. Apertures de ventilació
7. Electricitat d'origen renovable
8. Compra de maquinaria eficient

La coberta FV ens permet produir el 60% de la nostra electricitat. L'estalvi en la factura es de més del 50%.

¿Qué hem fet a Lasal del Varador per estalviar tant?

LASAL DEL VARADOR Un restaurant sostenible

FASE 1 - TOTAL ESTALVI = 1.634€ / any

- Il·luminació led estalvi: 119 kWh = **125€**
- Tancar la cafetera cada tarda 281 W per cada hora tancada. **En total tanquem 2.720 hores = 98€**
- Desconnectar la màquina de cervesa durant la nit de 18:30 a 6:30. **En total tanquem 2.520 hores = 88€**
- Desconnectar la màquina de gel de diumenge 17:30 a divendres 9:30. **En total tanquem 2.520 hores= 68€**
- Estalvi projecte Fotovoltaic 8,6 kW = **1.225€ any**

FASE 2- TOTAL ESTALVI = 3.179€ / any

- Il·luminació led estalvi: 119 kWh = **125€**
- ancar la cafetera cada tarda 281 W per cada hora tancada. **En total tanquem 2.720 hores = 98€**
- Desconnectar la màquina de cervesa durant la nit de 18:30 a 6:30. **En total tanquem 2.520 hores = 88€**
- Desconnectar la màquina de gel de diumenge 17:30 a divendres 9:30. **En total tanquem 2.520 hores= 68€**
- Estalvi projecte Fotovoltaic 21,1 kW = **2.400€ any**
- Venda a la red projecte Fotovoltaic II = **400€**

ALTRES MESURES D'ESTALVI: MOLT important: Reduir potencia!! Fer que els motors de les màquines respiren be. Posar motors fora. Escalfar l'aigua i calefacció amb energia solar tèrmica.



LASAL DEL VARADOR

Un restaurant sostenible

Minimització i gestió eficient dels residus

Tenim com a objectiu generar el mínim volum de residus possible, tenint en compte el procés de fabricació. Per tal de minimitzar-ne l'impacte ambiental, prioritzem la compra de productes a granel o amb poc embolcall, amb envàs reciclable o retornable.

Hem treballat amb diversos dels nostres proveïdors per aconseguir aquests objectius:

- Comprar productes a granel o amb poc embolcall.
- Comprar productes locals, especialment les verdures i el peix.
- Produir-nos nosaltres el producte per estalviar-nos-en el transport.



Des del 2017 oferim als nostres clients de manera gratuïta aigua mineral en envasos retornables com alternativa a l'aigua embotellada. Elimina l'ús d'envasos i redueix significativament el seu impacte.

Tenim un equip instal·lat amb un sistema de filtració que purifica l'aigua a través de tres sistemes d'alta tecnologia que refreda i carbona a l'hora.

El procés de filtratge ens permet oferir una aigua pura, al mateix temps que reduïm significativament la generació de CO2 i de residus.

LASAL DEL VARADOR

Un restaurant sostenible

L'aigua embotellada genera 600 vegades més CO2 que l'aigua de la xarxa. És una aigua que no cal transportar ni envasar.

L'oferim amb ampolles de vidre reutilitzables, de manera que minimitzem la generació d'envasos i de residus.



www.naturawater.es



LASAL DEL VARADOR

Un restaurant sostenible

A Lasal del Varador reciclem els següents residus:

- Orgànica
- Ampolles de vidre
- Cartó
- Llaunes, envasos i plàstics
- El marro del cafè (Li donem al proveïdor dels ous que el fa servir per cultivar bolets)
- Taps de suro (Li donem a un celler proveïdor que els recicla)
- Taps de Pet

El iogurt, actualment l'estem elaborant nosaltres mateixos amb llet ecològica, amb la qual cosa reduïm centenars d'envasos al cap de l'any i la contaminació associada al transport.

Per tal de reduir els desplaçaments, comprem a proveïdors locals o el més propers possible.



LASAL DEL VARADOR

Un restaurant sostenible

8 RAONS PER APOSTAR PER LA SOSTENIBILITAT

1. ¡ESTALVIAR! Més de 150.000€ estalviats en 5 anys
2. Reduir la dependència energètica
3. Reduir les emissions de CO2
4. Contaminar menys
5. Donar treball a proveïdors locals
6. Un cop amortitzada l'inversió, ser més competitiu
7. Millorar l'imatge corporativa
8. Evitar que surtin diners fora del país per comprar gas o petroli

Inclusió social i ocupació

LASAL DEL VARADOR

Un restaurant sostenible

A Lasal, la responsabilitat social és important, creiem que la diversitat és riquesa, i respectar-la forma part de la sostenibilitat, defensem la importància del treball en equip per fomentar la convivència i reduir les desigualtats, ara més que mai.

- Quan obrim la possibilitat d'un lloc de treball a Lasal del Varador, valorem les candidatures de persones locals. D'aquesta manera no suposa el desplaçament de la persona, evitant emissions contaminants derivades pel transport.
- Volem millorar la formació interna per les noves persones treballadores sobre el projecte ecològic integral de Lasal del Varador.
- Tenim un acord amb la **Fundació Maresme** (Integració de persones amb discapacitats) en la neteja de draps i roba
- Donem suport a les xarxes de treball sense moneda. Fem intercanvis amb alguns proveïdors que així ho prefereixen. El jardiner, la fotògrafa, el ferrer.

DADES DE CONTACTE:

Ferran Barreiro

LASAL DEL VARADOR

Passeig Marítim, 190

08301 Mataró

T. [931 14 05 80](tel:931140580)

