



Unitat Didàctica destinada a la

Formació Professional Serveis Socioculturals i a la Comunitat





Aquest llibre es distribueix amb una llicència "Reconeixement-NoComercial", que es pot consultar a www.creativecommons.org

Es permet la reproducció dels continguts sempre que se n'esmenti la procedència i es faci sense fins comercials.

Justícia Alimentària
C. Floridablanca, 66-72
08015 Barcelona

Justícia Alimentària
Delegació de les Illes Balears
Camí des Castell, 53
07702 Maó. Menorca

Novembre 2021

Autoria: Justícia Alimentària

A càrrec de: Jaume Canals Bestard

Enfocament de gènere: Gema Domínguez Rodríguez, Sra. Domínguez

Continguts avaluació per competències: Ana M. González Torrado

Il·lustracions i disseny: Moiré


Aquesta publicació compta amb la col·laboració de la Direcció General de Cooperació del Govern de les Illes Balears. El seu contingut és responsabilitat exclusiva de Justícia Alimentària i no reflecteix, necessàriament, la posició de la Direcció General de Cooperació.

NIF G-58429077 - Justícia Alimentària, declarada d'utilitat pública pel Ministeri de l'Interior el 8 de març de 2000.





G CONSELLERIA
O AFERS SOCIALS
I I ESPORTS
B DIRECCIÓ GENERAL
/ COOPERACIÓ

Som una associació formada per persones que creiem en la necessitat de canviar el sistema agroalimentari actual, que oprimeix i expulsa les comunitats rurals, i destrueix el medi ambient. Aquest canvi passa per la consecució d'un model de desenvolupament rural just en favor de la sobirania alimentària, com a proposta que dignifiqui la vida pagesa i garanteixi la sostenibilitat ambiental, social i cultural del dret a l'alimentació per a tota la població mundial.

 justiciaalimentaria.org

 [JusticiaAliment](https://www.facebook.com/JusticiaAliment)

 [@JusticiaAliment](https://twitter.com/JusticiaAliment)

 [justiciaalimentaria](https://www.instagram.com/justiciaalimentaria)

Sobirania alimentària Formació Professional Serveis Socioculturals i a la Comunitat



Estructura de la unitat didàctica

1 Introducció	6
2 Justificació	8
3 Objectius	10
4 Metodologia	10
5 Temporalització	11
6 Programació i continguts	11
• Eix temàtic 1: Agroecologia vs. agroindústria: com alimentam? Activitat 1: El sucre, un dolç molt amarg	12
• Eix temàtic 2: Descobrint el sistema alimentari de les Illes Balears: fluxos i autoabastiment Activitat 2: Fluxos alimentaris	18
• Eix temàtic 3: Alimentació, cultura i salut Activitat 3: Autoanàlisi de la dieta Activitat 4: El plat saludable	26
• Eix temàtic 4: Malbaratament alimentari i producte de proximitat Activitat 5: El nostre consum i els aliments quilomètrics Activitat 6: Reduïm el malbaratament	32
• Eix temàtic 5: Qui s'encarrega de les cures? Activitat 7: "Les cures des del bressol"	38
• Eix temàtic 6: Economies transformadores i participació ciutadana Activitat 8: "Si no participes, no existeixes"	44
7 Exemplificació de l'eix temàtic 3 en avaluació per competències	48
8 Rúbriques d'avaluació	51
• Rúbrica d'avaluació del treball grupal	51
• Rúbrica d'observació de gènere	53
• L'alumnat avalua	55

Unitat didàctica

Destinada a la Formació Professional de Serveis Socioculturals i a la Comunitat

1 Introducció

Aquesta guia que us proposem a continuació havia de ser molt diferent a la que presentam. De fet, quan es va concebre dins el programa «Alimentació», no es pensava que realitzar una GUIA DIDÀCTICA PER A LA FORMACIÓ PROFESSIONAL DE SERVEIS SOCIOCULTURALS I A LA COMUNITAT fos tan estratègic. Però una pandèmia bé ens havia de fer canviar alguna cosa. I és que mai la sobirania alimentària, l'alimentació saludable i les cures havien estat tan presents com aquests anys passats, que amb el temps podrem relativitzar, però mai oblidar.

Parlant de *sobirania alimentària* com a concepte, aquest va néixer amb força i amb un plantejament de desafiament a la lògica del neoliberalisme imperant que s'havia consolidat amb més força després de la Segona Guerra Mundial. La Vía Campesina, l'organització internacional pagesa de referència (de la qual Justícia Alimentària forma part), va definir la sobirania alimentària el 1996, i el 2007 la reformula a la Cimera de Nyéléni com «el dret dels pobles als aliments nutritius i culturalment adequats, accessibles, produïts de forma sostenible i ecològica, i el seu dret a decidir el propi sistema alimentari i productiu». La definició té un abast més gran i complet, emmarcat en una nova situació: els darrers anys el sistema econòmic

depredador que representa el capitalisme global ha agafat una nova dimensió, en una situació que alguns ja anomenen *turbocapitalisme*¹. En aquest escenari tan analitzat, la crisi de la COVID-19 ha exercit metafòricament el paper de l'infant que crida les evidències en el conte de l'emperador nu (que simbolitzaria, segons la nostra interpretació, el sistema econòmic). En primer lloc, per moltes conxorxes i conspiracions que s'hagin volgut cercar, ens trobam amb l'evidència que fins i tot l'ONU ha assenyalat i que A. PULEO (2021) cita en el seu article:

Les epidèmies zoonòtiques sorgeixen i, el que és pitjor, se seguiran produint atès el creixent desequilibri ecosistèmic i altres fenòmens que hi estan associats [...]. Els salts dels nous virus a l'ésser humà es produeixen per una sèrie de causes relacionades entre si: la destrucció de la biodiversitat, la desforestació, les condicions insalubres i el despietat tracte als animals tant a la ramaderia industrial a Occident com a la caça, el tràfic il·legal i els mercats asiàtics d'animals vius a Orient [...]. També les indústries extractives i explotacions agrícoles i ramaderes intenses, el canvi climàtic, el mal ús dels combustibles fòssils, la hipermobilitat i una globalització neoliberal que només atén el benefici econòmic a curt termini.

Per tot això, la sobirania alimentària també se sustenta en un model agroecològic en què es reivindica el paper de les dones, vital per aconseguir l'assoliment d'un model alimentari més democràtic, a l'abast de tota la població i amb la salut com a ingredient crucial. Aquest model s'enfronta a una lògica productiva industrial, i suposa una forma de produir molt lligada al territori, pensada per proveir els mercats locals i que conforma el paisatge, la cultura i la societat de cada lloc concret. Això permet una enorme diversitat de formes de producció, races i varietats de plantes, gastronomia, etc. La lògica industrial, en canvi, està basada en el benefici i en la consecució de la màxima productivitat, moltes vegades a costa dels recursos i amb impactes sobre el medi. El mateix succeeix en l'àmbit de la mar i la pesca. Cal tenir present que la FAO defineix els sistemes alimentaris sostenibles com aquells que contribueixen a la seguretat alimentària i nutricional, així com a la vida sana de les generacions presents i futures. Els sistemes alimentaris sostenibles contribueixen a protegir i respectar la biodiversitat i els ecosistemes, són culturalment acceptables, econòmicament equitatius i accessibles, assequibles, nutricionalment segurs i sans, i permeten optimitzar els recursos naturals i humans.

Però, com dèiem, hi ha un aprenentatge molt gran que ens ha deixat la COVID-19, que no únicament ha estat aquesta revisió sistèmica del model econòmic imperant. I és que ha fet molt més evident, quan tot ha fallat, quan tot ha quedat paralytitzat, que qui ens ha proveït de menjar han estat les persones productores locals, qui ens ha facilitat material han estat els petits comerços. I molt més evident ha estat el valor de les cures i la importància dels serveis públics, com apunta Dina Pacheco: «Els serveis públics haurien de sortir reforçats com a preparació per a les conseqüències de la crisi ambiental i climàtica que haurem d'afrontar d'una vegada per totes». En el cas de les cures, ja veníem d'un moment en què les reivindicacions del 8-M de 2018 proposaven una vaga general global de les dones que plantejava: «sense nosaltres s'atura el món». Aquí comencen a ressonar més que mai paraules com «ètica o economia de les cures», i la COVID-19 posa a sobre la taula la importància que aquestes tenen, quan l'escola s'evidencia que té un paper més de facilitar la conciliació que educatiu, quan s'aturen els menjadors i els infants més desfavorits es veuen abocats a alimentar-se a base de pizzes i entrepans, o com quan un dels sectors laborals menys valorats són clau per mantenir amb vida les persones més vulnerables i que

més estimam (els avis i les àvies). Per tot això, com dèiem, era urgent una guia per als professionals tècnics d'atenció a persones en situació de dependència i als tècnics d'Educació Infantil.

Per treballar amb els dos graus de formació professional (Educació Infantil i de Tècnics Auxiliars de Persones en Situació de Dependència) desenvoluparem la unitat didàctica d'aquestes dues famílies de la formació professional de Serveis Socioculturals i a la Comunitat, i seguirem 6 eixos temàtics per vertebrar aquesta recerca i per potenciar la sobirania alimentària, que sempre ha estat ecofeminista. Aquests eixos són els següents: 1. Agroecologia vs. agroindústria: com produïm?; 2. Descobrint el sistema alimentari de les Illes Balears: fluxos alimentaris i autoabastiment; 3. Alimentació, cultura, i salut i alimentació infantil; 4. Malbaratament alimentari i producte de proximitat. Per acabar, treballarem de manera comuna dos eixos transversals comuns per a les famílies de formació professional: 5. Qui s'encarrega de les cures?; i 6. Moviments socials i economies transformadores.

En conjunt, podem destacar la importància de posar en valor el paper de l'agricultura familiar pagesa i dels mercats alimentaris locals com a peces clau per dur una bona alimentació saludable per a les persones i sostenible per al conjunt del planeta, des de la perspectiva tant ambiental, com social i econòmica. És fonamental que posem per davant els actors i les accions de les persones que ens proporcionen els aliments i ens allunyem de l'individualisme i la falta d'identitat a la qual ens llança el món globalitzat, que reactivem els comerços de barri, els mercats municipals; en definitiva, que humanitzem les nostres opcions i decisions de consum.

2 Justificació



La situació actual i el context global condiciona totalment el model alimentari i aquest té un abast que toca amb profunditat dos dels principals temes que estan esdevenint cabdals en aquestes alçades de segle XXI. Per una banda, la crisi ecològica segueix on era, després d'anys de denunciar l'extinció massiva d'espècies i la degradació dels hàbitats. El canvi climàtic és l'aspecte més urgent a resoldre, al qual és impossible enfrontar-se mentre més d'un 45 % de les emissions de CO2 provenen del sistema alimentari industrial. Però la cosa no acaba aquí, sinó que s'agreuja, perquè s'està avançant en la desertització del planeta, s'augmenten les superfícies de sòls fèrtils per a agricultura i ramaderies extensives, i s'incrementa la tendència al monocultiu, que provoca l'extinció de més del 75 % de les varietats mundials i genera una pèrdua de biodiversitat mai vista.

L'altre cop de realitat que també afecta el sistema alimentari es basa en com el neoliberalisme ha construït el seu model en una invisibilització de les tasques i les cures, i com sempre les que surten més perjudicades són les dones. A més, el sistema s'ha basat en un consum de recursos i energies per sobre de la capacitat del planeta per renovar-los o reintroduir-los, i s'han llençat a les escombraries els principis d'una economia circular més respectuosa amb els cicles naturals.

Tot això té una traducció clara en el territori i en els cossos. La indústria decideix on se sembra i com (amb un únic objectiu: el rendiment econòmic), s'expulsen les comunitats locals amb diferents estratègies tant al Nord com al Sud globals i es destrueixen territoris (desforestació per al cultiu d'oli de palma, per exemple). Mentre els impactes sobre la salut van creixent, torna a ser la indústria la que amb el seu model alimentari ens emmalalteix en un context esquizofrènic, en què convi-

uen l'obesitat i la desnutrició. Segons dades de la FAO, el 2020 hi havia 768 milions de persones que passaven fam al món, i 2.370 milions patien inseguretats alimentària, la qual cosa contribueix al sobrepès i a l'obesitat, els quals alhora coexisteixen amb altes taxes de malnutrició (FAO, 2021).

Podríem pensar que en unes illes que viuen del seu encant paisatgístic i de l'activitat de l'hostal·leria i la restauració, l'activitat agrària tindria un fort arrelament. Però, tot al contrari, a ca nostra ens trobem amb un sistema alimentari molt dependent de l'exterior. En els darrers 10 anys, la quota d'autoabastiment s'ha reduït a la meitat al territori insular, i se situa en un mínim històric d'un 12%. Les estratègies econòmiques s'han anat teixint entorn a l'activitat turística i a l'impacte que aquesta genera indirectament en altres activitats com la construcció. Per tant, ha seguit la tendència dels països del nord, amb una creixent terciarització de l'economia, que en aquest cas es troba majoritàriament controlada per aquesta activitat turística, també anomenada indústria del turisme. Aquesta podria estructurar-se per estimular el desenvolupament local en tots els sectors, i l'alimentació, des de la producció fins al consum, en seria una peça clau.

Què passa a les Illes Balears?

El sector alimentari a les Illes Balears, seguint la lògica estatal i europea, viu d'una manera també basada en el rendiment econòmic, mentre la principal economia del territori, el turisme, es basa en crear llocs de pernoctació, bars i restaurants, i un dels principals atractius és el paisatge. Aquesta economia dona l'esquena al sector alimentari, com així indiquen les xifres. I és que en els darrers 10 anys la quota d'autoabastiment s'ha reduït a la meitat al territori insular, i se situa en uns mínims històrics del 12%. Es tracta d'una economia que polaritza molt les desigualtats i que es basa en feines molt feminitzades (cambreres de pisos, cambre-

res, personal de cuina...). Amb tot això, l'escenari COVID-19 ha fet trontollar el sistema econòmic de les Illes, i n'ha posat en escac el principal motor. La translació a efectes econòmics no s'ha fet esperar, i les Illes encapçalen els indicadors de persones en risc d'exclusió i pobresa (Informe sobre l'estat de la pobresa a les Illes Balears, **EAPN Balears, 2021**). Mentrestant, la destrucció del territori i l'especulació no s'atura, s'evita afrontar la situació ambiental i una nova ampliació de les infraestructures de transport (l'aeroport i el port) amenaça a fer arribar més i més gent (més de 30 milions de persones l'any), i a convertir el sòl rústic en una infraestructura més al servei de l'activitat turística.

Ens trobam, per tant, davant un escenari en el qual la necessitat de canviar el nostre model alimentari i realitzar una transició cap a un altre model cada cop més sostenible, just i saludable ja no és únicament una qüestió de tòpics sobre països pobres de l'altra punta del món: és una realitat que està tocant a la porta de manera insistent. No és una qüestió de tenir por, sinó de posar la vida al centre de tot i repensar el nostre sistema alimentari i econòmic dins un funcionament de la lògica de la natura i la vida.

Igual que ha passat amb la COP26, existeix una bretxa enorme entre les demandes ciutadanes i científiques i el que finalment fan els governs, que segueixen molt sovint els interessos dels grans lobbys. Aquesta COP ha estat centrada en les prioritats del món ric quan ja se sap que l'era del carbó s'està acabant i que és necessari prendre mesures per aconseguir l'objectiu de baixar 1,5 °C. És important tenir present un esperit crític perquè no ens empassem tot el discurs de la negació del canvi climàtic: aquí parlem de l'ecoblanqueig (conegut també com a *greenwashing* en anglès), que està calant en la població. La següent trobada de la COP27 tindrà lloc a Egipte. Queda tot un any per fer visible la lluita envers el canvi climàtic, que ha de ser prioritat en les polítiques.

3 Objectius



L'objectiu general de «promoure un sistema alimentari saludable, just i sostenible, des de la producció al consum» s'assoleix a través de la unitat didàctica, que cobreix els següents objectius específics:

- Promoure la capacitat d'anàlisi respecte al nostre sistema alimentari i a les seves implicacions en la salut del planeta i de les persones (act. 1).
- Sensibilitzar sobre els diferents impactes ambientals i socials que generen els diferents fluxos de l'actual sistema alimentari (act. 2).
- Prendre consciència de la nostra dieta i prendre mesures perquè sigui més saludable, justa i sostenible (act.3).
- Prendre consciència de la idoneïtat de la nostra dieta i reconèixer com millorar-la (act.4).
- Ser conscients de la procedència dels aliments que consumim i de les repercussions que això té (act.5).
- Observar i sensibilitzar sobre el desaprofitement alimentari i els aliments llençats als fems en diferents àmbits (act. 6).
- Reflexionar sobre el paper de les cures en un marc integral de l'alimentació, per prendre accions cap a l'equitat social (act. 7).
- Conèixer els actuals moviments socials i les economies transformadores, i la seva relació amb l'alimentació i tot el que l'envolta (act. 8).

4 Metodologia



Les metodologies que s'utilitzen per desenvolupar les activitats són metodologies actives de caràcter integral, en què l'eix central de l'acció se centra en el procés d'aprenentatge:

- Impliquen la participació activa de l'alumnat en el procés d'ensenyament-aprenentatge. L'alumnat ha de realitzar activitats i tasques molt diverses que estimulen l'adquisició de nous coneixements, actituds, valors, destreses i capacitats, a través de l'aprenentatge cooperatiu, la ludificació i el pensament visual.
- El procés és integral, atès el desenvolupament cognitiu, emocional i perceptiu. Es tracta de múltiples dimensions que els éssers humans despleguen per conèixer i comprendre el món, i la complexitat de les seves tasques i impactes.
- Es construeix el coneixement propi a partir de les interpretacions, percepcions i experiències directes, amb la cocreació de les conclusions grupals. El treball individual pren sentit en la mesura que aporta al conjunt, en el marc del treball en equip i en la posada en comú.

La metodologia d'aquesta guia s'enfoca des d'una perspectiva ecofeminista i posa la importància de la vida i l'equilibri amb el medi natural com a punt de partida per construir les economies i el funcionament social, respectuós amb el territori, les persones, les comunitats i els animals. Aquesta mirada és necessària per sentir-nos part d'una comunitat global –amb manifestacions pròpies per a cada realitat local– que ens ajuda a entendre el funcionament de la realitat actual del món, tan complex i multidimensional que ens demana desenvolupar la capacitat d'observació sistèmica. Cal fer visibles el paper de les dones i la importància cabdal en un sistema basat a cobrir les necessitats bàsiques de tots els pobles i de totes les persones: la sobirania alimentària.

Aquestes metodologies, juntament amb les activitats proposades, reforcen el valor d'allò col·lectiu i el reconeixement del que aporta cada individu al conjunt.

5 Temporalització



Activitat	Durada
1 El sucre, un dolç molt amarg	50 minuts
2 Fluxos alimentaris	80 minuts
3 Autoanàlisi de la dieta	50 minuts (durant una setmana prenem anotacions a casa)
4 El plat saludable	50 minuts
5 El nostre consum i els aliments quilomètrics	30 minuts
6 Reduïm el malbaratament	70 minuts
7 Descobrint "Les cures des del bressol"	55 minuts
8 Economies transformadores: "Si no participes, no existeixes"	50 + 50 minuts

6 Programació i continguts



- Eix temàtic 1: Agroecologia vs. agroindústria: com ens alimentem?
- Eix temàtic 2: Descobrint el sistema alimentari de les Illes Balears: fluxos i autoabastiment
- Eix temàtic 3: Alimentació, cultura i salut
- Eix temàtic 4: Malbaratament alimentari i producte de proximitat
- Eix temàtic 5: Qui s'encarrega de les cures?
- Eix temàtic 6: Economies transformadores i moviments socials

Eix temàtic 1

Agroecologia vs. agroindústria: com ens alimentam?

Els estudis classificats dins la formació professional com a Serveis Socioculturals i a la Comunitat representen un sector professional la importància del qual, proporcionalment, és comparable a la invisibilització que pateix. Les curses professionals de persones grans, de persones amb diversitat funcional, d'infants i nadons han passat a substituir les famílies, cosa que ha fet erigir un sector laboral en què el paper de l'alimentació és molt important. Si bé aquest sector, des del punt de vista alimentari, pateix el mateix mal que tota la resta, si hi afegim que l'alimentació és un servei professional més que ofereix, ens trobam que la rendibilitat econòmica acaba sent més important que altres aspectes. Així doncs, trobam que, en molts casos, l'alimentació acaba en mans de contractes i concessions de grans multinacionals del càtering o, en el millor dels casos, en petites empreses que, tanmateix, han de competir amb les primeres i accepten les regles del joc econòmic.


Quina és aquesta lògica productiva? Doncs una lògica que afecta tant l'àmbit local com global. És una lògica de producció homogeneïtzada d'àmbit mundial –lògica industrial– que no prioritza el desenvolupament dels llocs de producció i que, entre altres impactes, potencia el canvi climàtic. En contraposició, la lògica pagesa suposa una forma de produir molt lligada al desenvolupament del territori, i té relació directa amb els mercats locals, el paisatge, la cultura i la societat de cada lloc concret.

Però això només n'és una part. Analitzem-ho amb deteniment.




GALTA VERMELLA

Albercoquer /
Prunus armeniaca



ABALDUFADA RIMADA

Figuera /
Ficus carica



XEIXA

Blat tou /
Triticum aestivum

Producció d'aliments i relació amb l'ecosistema

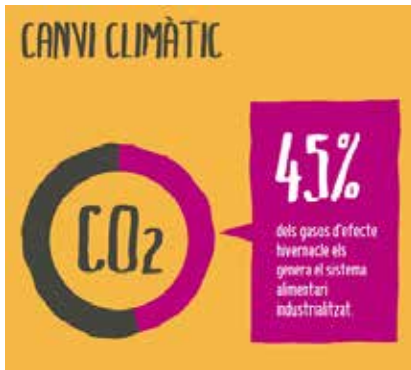
El model agroindustrial

L'actual model alimentari ha generat unes dinàmiques i relacions que ens han allunyat dels ecosistemes i de les persones que produeixen aquests aliments, de la mateixa manera que ens han desvinculat de la situació en què es troben els animals. Pot semblar absurd, però la resposta ràpida de bona part de l'alumnat a la pregunta «d'on venen els aliments» sol ser «del súper». Això evidencia aquesta cortina de fum que hi ha entre la veritable producció d'aliments i el seu consum.

També ha costat molt d'anys poder relacionar les grans macrogranges de carn (i encara costa) amb condicions insalubres o indignes dels animals. Però molt més costa fer visible la valoració de l'impacte

que tenen sobre els ecosistemes o sobre el mateix planeta en la seva contribució al canvi climàtic (segons la FAO [2018], només la ramaderia intensiva aporta l'equivalent al 14-18 % del CO₂ global).

El sistema agroindustrial s'ha basat en la lògica industrial de creixement insostenible i de competència, sense respectar cap territori ni persona, una lògica que obeeix únicament la demanda del mercat. La recerca màxima de beneficis ha conduït a una dependència màxima per part dels pagesos de les grans corporacions alimentàries. Aquesta dependència s'inicia amb l'aparició dels transgènics (o organismes modificats genèticament), que en el seu moment asseguraven una major producció, homogeneïtat i resistència (aquests sempre estaven vinculats a productes fitosanitaris de la mateixa corporació, que lidera Bayer-Monsanto), i que s'allunyen cada cop més de la lògica dels ecosistemes. Així, l'agricultura de la pagesia es converteix en l'agricultura dels executius.



Tota aquesta lògica industrial ens ha portat cap a una situació d'una mobilitat constant del camp per diferents motius que l'estan ofegant: la PAC, el preu del combustible o, senzillament, la política de preus de les grans corporacions. Aquesta situació ha portat a un abandonament encara més gran de les zones rurals, cosa que provoca el fenomen de l'Espanya buida. Això suposa la desaparició de les petites i, fins i tot, mitjanes explotacions –les que poden funcionar amb una major diversitat–, amb la qual cosa el mercat passa a mans de grans empreses industrialitzades del camp, que funcionen amb aquesta lògica de produir molt de manera homogènia a preus baixos, sense que importi el cost ambiental o social. Si bé en els darrers anys s'ha introduït una nova visió que ha propiciat el creixement de productes produïts amb perspectiva ètica, social i ambiental, no és menys cert que això ha fet aparèixer marques industrialitzades de productes eco, bio o vegans, per exemple, que no defugen de la lògica industrial, de manera que trobam productes tan poc saludables com els convencionals. Des de Justícia Alimentària hem engegat una campanya anomenada «Les mentides que mengem» per denunciar aquestes operacions i etiquetes d'ecoblanqueig per part d'aquest model alimentari, que, tot i introduir millores, se segueix basant en aquesta lògica depredadora de recursos i de persones.

Aquí ens trobam, doncs, amb el paper d'una agroindústria que s'enfronta a la dicotomia «o créixer a qualsevol preu o desaparèixer» i que mostra una realitat que cada dia evidencia més les pràctiques abusives. Aquestes indústries també fomenten una deslocalització en la producció, cosa que suposa que una gran quantitat d'aliments es desplacin d'una punta a l'altra de món acumulant quilòmetres i despesa energètica, i també emissions. Tal volta un dels exemples més clars és l'arribada de taronges des de Sud-àfrica a un país que és un gran productor d'aquesta fruita, com l'Estat espa-

nyol (es troba entre els 10 primers, i en va arribar a ser el tercer productor, segons dades de la FAO). Aquest model també implica conseqüències sobre la nostra salut. Segons les darreres enquestes de consum alimentari, el 90 % de les famílies espanyoles considera que la seva alimentació és bastant saludable. Aquestes declaracions contrasten bastant amb algunes dades del Ministeri de Salut, que assenyala que malalties com la diabetis de tipus 2, alguns tipus de càncers o les malalties cardiovasculars estan estretament relacionades amb l'alimentació.

Actualment, un 70 % de la despesa en alimentació que es realitza a l'Estat espanyol es destina a alimentació processada. Aquesta, a part dels additius que pugui portar, acostuma a ser rica en sucre, greix i sal, que són els principals ingredients que consumits en excés incrementen la nostra possibilitat d'emmalaltir.

Un dels aspectes destacables d'aquest model el representa el fet que Espanya sigui el primer consumidor de carn de la Unió Europea (FAO, 2018) –cada espanyol consumeix una mitjana d'entre 50 Kg (segons el Ministeri d'Agricultura) i 100 kg (segons l'ONU). Lògicament, Espanya es converteix en el quart productor mundial de carn de porc, només per darrera dels EUA, la Xina i Alemanya. Per això, des de Justícia Alimentària s'ha engegat una campanya per conèixer tota la problemàtica lligada a la producció industrial de carn amb la campanya «Carn de canó».



El model agroecològic

Aquest model es basa en tenir present una cosa tan senzilla com que sense la llum del sol, el sòl, l'aigua, les plantes i els animals que interactuen en un ecosistema, no tindríem menjar. A més, els ecosistemes ens ofereixen molts altres elements per al desenvolupament social i el benestar humà. Aquests poden ser el manteniment d'un aire net, tenir aigua de qualitat o disposar d'un paisatge inspirador, tot i que per norma general no es tenen en compte a l'hora de valorar l'entorn natural que els produeix. Els ecosistemes naturals contenen poblacions de plantes i animals que interactuen en equilibri entre uns i altres i entre les coses no vivents, i són capaços de mantenir-se al llarg del temps. A les granges i als jardins, les persones planten llavors, afegeixen aigua, modifiquen el sòl i les herbes, eliminen les plagues per augmentar la producció... I tot això pot afectar tant l'equilibri natural com la sostenibilitat en un marc temporal de més abast.

L'agroecològic és un model que acostuma a ser local, en el qual es cultiva amb una gran diversitat d'aliments i en el qual s'utilitzen productes naturals per fertilitzar. Integra el coneixement local, pagès o indígena de la zona. Utilitza una estratègia sistèmica: considera la finca, l'organització comunitària i la resta de relacions de les societats rurals articulades des de la perspectiva de la dimensió local com un tot. Aquests productes acostumen a ser consumits en les proximitats d'on es cultiven. Es prioritza la qualitat davant la quantitat.

Una de les propostes lligades a una nova manera de viure és el decreixement. Ha esdevingut necessari reduir el consum per tal de possibilitar la coexistència amb el món natural. La biosfera té uns límits naturals que el capitalisme ha obviat. Aquests límits han estat sobrepassats, per la qual cosa és imprescindible introduir el criteri d'austeritat i de redistribució en l'ús de recursos materials i energètics. En resum, es pot viure millor consumint menys en el mercat, treballant menys hores a canvi d'un salari i alliberant temps per a altres activitats.

Per ampliar la informació sobre el funcionament del model alimentari (producció, transformació, circuits de distribució, consum...) podeu consultar aquest recurs educatiu: l'escàner alimentari.



Activitat 1:

 50 minuts

El sucre, un dolç molt amarg

En què consisteix? Es tracta d'una activitat que pretén donar a conèixer i crear una consciència crítica envers el nostre model alimentari, en què un dels principals ingredients, especialment en els productes processats, és el sucre. Es descobriren els impactes, tant positius com negatius, dels dos models (agroecològic i agroindustrial) sobre la nostra salut i sobre el medi ambient, la societat i l'economia dels països del sud i del nord. Es visualitzaran els vídeos de la campanya de Justícia Alimentària «25 grams», a través dels quals, i juntament amb la visita a l'exposició de «25 grams», l'alumnat reflexionarà sobre les conseqüències que consideren més rellevants i crearan conjuntament un mapa d'impactes per extreure'n les seves pròpies conclusions.

Metodologia

Aprentatge cooperatiu.

Temporalització

50 minuts | 4 Parts

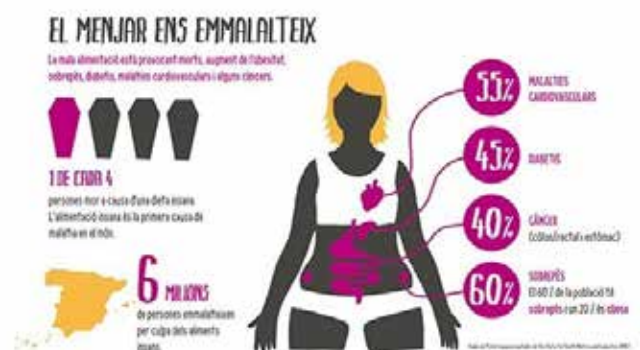


1a part de la sessió (10 min)

A l'inici de la sessió es fa una explicació teòrica a través de la reflexió, i feim un seguit de preguntes per crear ambient: *Sabem el que menjem? Què podem fer per controlar la nostra dieta? Controlant la nostra dieta, podríem pal·liar la pobresa al món?* Posteriorment, demanem que el gran grup es disposi en petits grups de treball per realitzar l'activitat.

Els dies previs podem haver demanat que l'alumnat dugui diferents envasos de productes alimentaris o els mateixos productes que trobin al rebost de casa. Els posarem damunt una taula al centre de l'aula. Hi ha d'haver prou productes per als diferents grups de treball.

També es pot recomanar, dies previs, veure el capítol de *The Simpsons*, «Marge agridulce».



2a part (20 min)



Encomanam a l'alumnat que separi els productes en dues zones diferenciades

- 1) Els productes que sabem que són poc o gens saludables
- 2) Els productes que no sabíem que fossin tan poc saludables

Per fer aquesta primera acció, l'alumnat pot utilitzar diferents aplicacions de mòbils, si bé primerament també haurem explicat *Què ens diuen les etiquetes?**. Posteriorment, procedirem a fer una anàlisi amb la valoració del semàfor i identificarem els valors d'alguns productes (sucres, greixos, sal..). Reflectim als diferents productes, mitjançant la metodologia de l'etiquetatge del semàfor, en quin nivell de salut es troba: taronja, groc o verd (per això emprarem *pòstits* o *gomets*).

Cada grup farà l'anàlisi d'alguns dels articles (és igual si ja l'ha etiquetat un altre grup i tenen diferents opinions respecte a la seva classificació: això fomentarà debat).

Presentació d'«Aprenem a entendre l'etiquetatge»



3a part (10 min)



Així, un cop acabat, el grup general podrà tornar a reclassificar tots els productes i valorar els resultats globals de les diferents anàlisis. Per altra banda, també podrà comprovar si les aplicacions emprades els han servit per poder valorar correctament tots els productes analitzats.

4a part (10 min)



Finalment, visualitzam un dels vídeos dels impactes del sucre a alguns països de Llatinoamèrica.

Vídeos de la campanya:

- [La indústria sucrera a la República Dominicana \(vídeo sobre l'explotació laboral, de 4 minuts\)](#)
- [La indústria sucrera a Guatemala \(vídeo d'impactes ambientals, de 3 minuts\)](#)
- [La indústria sucrera a Bolívia \(vídeo d'impactes socials, de 3,5 minuts\)](#)



Per acabar (opcional) (10 min)

Si tenim l'exposició «25 grams» instal·lada al centre anam a visualitzar-la i tornam a les preguntes del principi: *Sabem el que menjam? Què podem fer per controlar la nostra dieta? Controlant la nostra dieta, podríem pal·liar la pobresa al món?*

Material complementari per al professorat

- Informació de la campanya:
- <https://justiciaalimentaria.org/campanya/25-gramos/recursos-pedagogicos>

Eix temàtic 2

Descobrint el sistema alimentari de les Illes Balears: fluxos i autoabastiment

El sistema alimentari de les Illes Balears, com ha passat en la major part del planeta, ha sofert molts canvis des de mitjans del segle XX. Amb l'arribada de la industrialització, les pràctiques productives tradicionals van començar a cedir davant de les noves exigències del mercat. Això va tenir un impacte clar en la dependència externa a les Illes per abastir d'aliments la població.



La dependència alimentària de les Illes Balears

L'abandonament de les terres de cultiu s'ha anat imposant en les darreres dècades. A part de la degradació paisatgística, el que sobretot està en risc és la riquesa dels agroecosistemes que el formen, que depenen absolutament de ser cultivats, aprofitats, cuidats. A l'article de Mesquida, l'autor apunta:

Una de les conseqüències és que el consum de producte local ha arribat a mínims històrics. L'agricultura ecològica, que any rere any es consolida i arrela fort al territori, pareix l'únic alè d'esperança. Si consultem les dades macro, podem fer-nos una idea de l'estat en què es troba la sobirania alimentària i l'autoabastiment al territori insular. L'any 2018 hi constava una població d'1.128.908 persones, i durant aquests dotze mesos, segons dades que elabora l'Institut d'Estadística de les Illes Balears (IBESTAT), hi van transitar 16.596.194 turistes. El 25 de juliol de l'any passat fou quan es va batre un nou rècord d'índex de pressió humana: 2.039.552 persones sobre la superfície de les Illes, pràcticament el doble de la població estable. Tant les expertes com l'adminis-

tració coincideixen: encara que s'aprofités tota la superfície agrària útil -201.173 hectàrees, un 40 % del total del territori-, no seria suficient per alimentar la població fixa ni molt manco les persones visitants.

A l'article de la Directa es contrasta aquest informació demogràfica amb la del consum d'aliments:

Segons estimacions de la Conselleria de Medi Ambient, Agricultura i Pesca balear, l'any 2008, "la quota d'autoabastiment alimentari era del 25 % respecte al total d'aliments consumits a les Illes i els establiments de restauració i hoteleria". El 2016 el percentatge d'autoabastiment era del 12 %. (...) "Aquesta quota és notablement descendent any rere any", afirmen les mateixes fonts del govern. Pel que fa als aliments frescos, la quota actual és significativament superior, entorn d'un 20 %.

A l'article, diferents experts exposen com aquests percentatges s'han d'agafar amb prudència, davant la manca de dades fiables al respecte. A més, es posa a damunt la taula que això suposa una alta despesa en energia i combustible per al transport dels aliments i el seu impacte en el medi ambient és molt superior al dels territoris peninsulars.



Text adaptat de l'article "Dependència alimentària a les Balears i Pitiüses" de Tomeu Mesquida, el qual inclou citacions de nombrosos autors fetes a partir d'entrevistes. Revista Directa n.481. Article complet disponible al següent l'enllaç:

- <https://directa.cat/dependencia-alimentaria-a-les-balears-i-pitiuses>

Davant els dubtes que suposa la manca de dades en el sector agrari envers la quantitat de producte fresc i general que es consumeix procedent de les Illes, l'article respon a com hem arribat fins aquí i ho planteja de la següent manera:

La resposta fàcil i ràpida de com hem arribat fins aquí és que la situació és conseqüència directa del monocultiu turístic. I sí, o bé en part sí. Però cal anar una mica més enllà.

(...)

L'especialització de les Illes ha requerit des dels seus inicis, a finals de la dècada dels 50 i principis dels 60 del segle XX, mà d'obra abundant i barata. Per això, segons explica el doctor en Geografia i professor titular de Geografia Humana a la UIB Jaume Binimelis, "malgrat que l'agricultura va anar evolucionant com a la resta de comunitats autònomes, modernitzant-se i generant un model d'industrialització i mecanització del camp i fent-se més dependent del consum de combustibles que de la mà d'obra", a mesura que anava creixent el turisme "bona part de la població deixava de dedicar-se a l'agricultura i passava a ser picapedrera o a fer feina al sector serveis; podem, fins i tot, parlar d'un canvi de mentalitat. Si anam a les xifres, trobam que al cens de 1960, just quan s'iniciava l'arribada del turisme a gran escala, de les 197.656 persones censades per grup professional a les Illes, 63.474 ho eren a l'àmbit agrari: agricultura, caça o gestió forestal. Un 32 % del total. Dues dècades més tard, l'any 1981, de les 213.370 persones treballadores censades només 20.516 ho eren en el conjunt del sector agrari: un 9,6 %".

Una mica més endavant, l'article puntualitza sobre el sector agrícola amb les aportacions d'Ivan Murray:

Ara bé, el professor alerta que "tampoc s'ha d'idealitzar" el model agrícola anterior a l'especialització. No era un sector autosuficient tal com ara definim la sobirania alimentària; "era un sector agrícola fonamentalment abocat als mercats exteriors, on la major part de la producció tenia una vocació exportadora de productes que alguns autors anomenen colonials. En comptes d'exportar serveis turístics, s'exportaven ametlles, albercocs, porcs, etc. (...) Fins i tot, a principis dels anys 70, Mallorca i Eivissa estaven a la llista de regions més exportadores d'ametlles de tot el món (...). Les hortalisses i els productes frescos es cobrien amb producció local".

El que acabà de rematar de veritat l'agricultura a les Illes fou l'entrada de l'Estat espanyol a la Unió Europea, i en conseqüència al mercat global. La competència amb els preus exteriors va ser fulminant per a moltes productores. A les Illes Balears i les Pitiüses, la insularitat (en el cas de Mallorca i la doble insularitat de les altres illes) suposava –i suposa– un cost afegit en molts productes, ja sigui per l'abastiment de la pagesia o pel transport, i el preu final no pot ser competitiu. (...) Segons les darreres dades de l'IBESTAT, el 2016 hi havia 10.264 explotacions agrícoles actives en el conjunt de les Illes, mentre que el 2003 la xifra era de 13.903. Malgrat això, cal destacar "que la producció ecològica no davalla, ans al contrari, augmenta anualment i aconsegueix ser més rendible amb menys superfície i té la mitjana d'edat de les productores menor que la convencional", destaca la biòloga de SEAE, Aina Calafat.

Un dels punts clau de l'anàlisi de l'article de com es troba el sector agrícola apunta el següent:

"El sector agrícola de Mallorca és un sector envellit, amb poc relleu generacional, malgrat que existeixen ajudes importants per a la incorporació de joves agricultors. Però, al cap i a la fi, el que s'està vivint a fora vila avui dia és que els pocs pagesos que queden han de conrear majors superfícies per poder sobreviure", destaca Ordines. Aquesta ruptura de dues o tres baules de la cadena de transmissió de coneixements "ha fet perdre gran part de l'agrodiversitat local", alerta Aina Socies, tècnica de l'Associació de Varietats Locals.

Pel que fa a l'anàlisi de l'estructura econòmica actual, Mesquida apunta:

El desmantellament del sector agrari i la reestructuració de la societat balear han servit per engreixar l'altre puntal del capitalisme balear i principal amenaça en la pèrdua d'hectàrees de sòl fèrtil: la construcció.

Ja a finals dels anys 70, i del creixement demogràfic, veiem com la classe mitjana comença a adquirir terrenys per tenir hortets, segones residències o xalets amb piscina. Posteriorment exposa:

L'organització ecologista Terraferida feia públiques aquestes dades (2019): entre l'any 1995 i el 2018 a Mallorca s'han concedit 9.387 llicències per edificar xalets al camp. Només en l'exercici de 2018 la xifra va ser de 613 noves llicències, un nou rècord després d'una creixuda exponencial en els darrers anys que atribueixen "al boom del lloguer vacacional".

L'article conclou:

A les dues amenaces del sector s'hi han de sumar els canvis en les dinàmiques de consum i en els models de distribució d'aliments. "Hi ha estudis que demostren que hem passat de consumir sobretot producte fresc a fer que aproximadament un 70 % de la nostra dieta sigui a partir d'aliments processats", explica la geògrafa Núria Llabrés. "Abans compràvem als mercats locals i ara anem als supermercats, on normalment tot ve de fora", afegeix, i assenyala que els canvis en el consum creen situacions poc racionals. Xisca Parets, gerent de la Unió de Cooperatives Agroalimentàries, assenyala el sistema de distribució: "Les grans cadenes distribueixen els productes a preus baixos i amb això, com és evident, el sector agrari de les Illes difícilment hi pot competir". Una queixa habitual entre la pagesia és que "el sector turístic ha donat l'esquena al sector agrari", ja que les grans cadenes hoteleres s'abasteixen a les seves centrals de compres, que sovint no estan ni tan sols ubicades a les Illes.



La situació que reflecteix aquest eix va lligada a diferents imatges que ens han acompanyat els darrers temps: supermercats desabastits, mentre els pagesos surten a manifestar-se davant la situació d'invivibilitat en què es troben les seves finques. Però, si hi posam atenció, la situació és més greu quan reflexionem sobre el paper de les dones pageses: en moltes ocasions treballen sense assegurar a les seves pròpies finques o, si són les hereves directes, veuen com les terres acaben passant a ser titularitat dels homes.

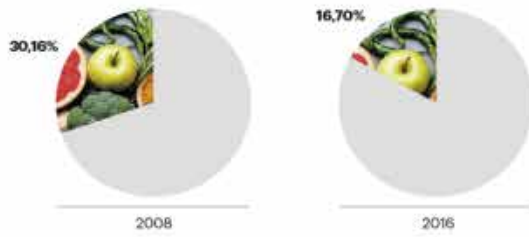
La crisi de la covid-19 ha agreujat la situació de les dones camperoles i de moltes persones. Cal recordar que durant el confinament es va prohibir anar als horts particulars i horts comunitaris –que són un element bàsic de l'alimentació–, cosa que posava de manifest aquesta desconexió amb la vida, mentre sí que es podia anar als estancs a comprar tabac. Per això, unes dones pageses llençaren el manifest #SOSCampesinado. Aquesta iniciativa neix per reivindicar una visió de la sobirania alimentària amb perspectiva feminista.

Aprofitam aquest espai per reivindicar el 15 d'octubre, el dia de la dona pagesa.

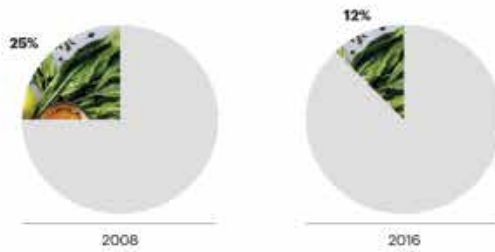
Més info sobre #SOSCampesinado:

<https://www.soberaniaalimentaria.info/numeros-publicados/74-numero-38/768-soscampesinado>

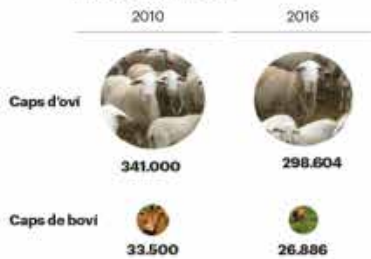
Percentatge d'aliments d'origen local consumits



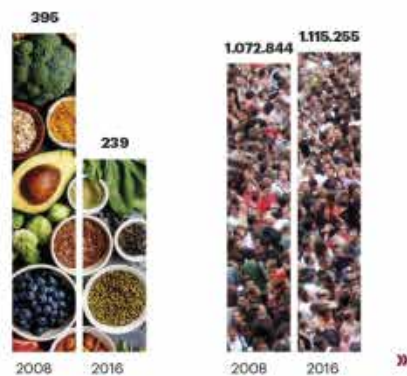
Quota d'autoabastiment alimentari



En caps de bestiar



Comparativa entre producció d'aliments i població (en milions d'euros i habitants)



Evolució de la producció d'aliments concrets (en tones)



Activitat 2

 80 minuts

Fluxos alimentaris



En què consisteix? Amb aquesta activitat es pretén treballar el funcionament del sistema alimentari a les Illes, posant com a exemple un estudi realitzat a l'illa de Menorca en el marc de l'Estratègia Alimentària* i poder reflexionar sobre els propis hàbits de consum de l'alumnat. Per tant, a partir d'una tasca de reflexió i investigació, en primer lloc intentarem establir quin tipus de consum realitzem dins la pròpia aula i s'analitzarà. Posteriorment, a partir de les diferents infografies de l'estudi de fluxos, es treballarà relacionant els resultats del nostre consum amb les dades que aquestes aporten.

Metodologia

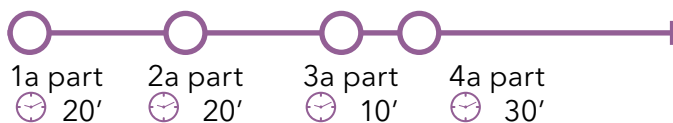


Treball d'investigació en grup

Temporalització



80 minuts | 4 parts



1a part de la sessió (20 min)



Establirem que l'alumnat es disposi a treballar per parelles. Aquestes parelles s'han de posar d'acord per fer una llista de la compra per menjar una setmana, basat en el que solen comprar a casa, indicaran a quin tipus d'establiment ho fan (botiga de queviures, supermercat, hipermercat, mercat local) i especificaran la quantitat que en comprarien.

2a part de la sessió (20 min)



Feim una posada en comú de totes les parelles apuntant a la pissarra els diferents productes que hem decidit comprar separant en diferents apartats els tipus de productes i fent una graella com la d'aquesta pàgina.

També podem separar producte fresc i producte processat emprant diferents colors de pòstits.

	Mercat Local	Botiga	Supermercat	Hipermercat
Producte Local				
Producte Nacional				
Producte de Fora				

3a part de la sessió (10 min)



Analitzarem el resultat i intentarem establir percentatges dels diferents productes que hem comprat a classe (% de producte local, % de producte de fora, % de productes comprats a gran superfícies).

4a part de la sessió (30 min)



Visualitzarem i comentarem les conclusions de l'estudi de les cadenes alimentàries de l'illa que interressi i la relació amb els resultats de l'exercici realitzat:

Mallorca:

- http://www.caib.es/sites/sobirania_alimentaria/ca/mallorca/

Menorca:

- http://www.caib.es/sites/sobirania_alimentaria/ca/cadena_alimentaria/

Eivissa i Formentera:

- http://www.caib.es/sites/sobirania_alimentaria/ca/eivissa_i_formentera/

Informació bàsica:

- <https://directa.cat/lestrategia-alimentaria-de-menorca-un-model-que-vol-revertir-la-situacio/>

Cal tenir en compte....

Un dels aspectes a tenir en compte quan es faci aquesta anàlisi és posar de relleu i èmfasi que existeixen alternatives, i que aquestes cada cop són més assequibles tant pel que fa al preu com la proximitat. Però per tenir en compte aquestes alternatives cal conèixer-les. Us proposam un enllaç al directori del Consell Balear de Producció Agrària Ecològica de les Illes Balears (CBPAE) amb diferents iniciatives:



Eix temàtic 3

Alimentació, cultura i salut



Les tradicions alimentàries, part de la nostra cultura

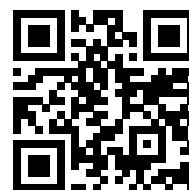
La història de l'alimentació està incrustada en les històries de qui som com a individu, com a família i com a comunitat. Forma part de la nostra història i de la nostra manera de relacionar-nos amb l'entorn i entre nosaltres.

L'alimentació és molt més que una eina de supervivència; també és font de plaer, de comoditat i de seguretat. Cal recordar que, mentre nodreix els nostres cossos, també pot alimentar les nostres famílies i les nostres comunitats.

El menjar és un dels aspectes més importants i persistents de la tradició i la cultura. Aquesta sovint determina què, quan i com mengem. Les tradicions ens connecten a la nostra història, a la nostra localitat i els uns amb els altres. Tot i que pot semblar que molts mengem d'una manera igual o similar, és probable que al nostre voltant tinguem tant persones que representen les tradicions alimentàries de la nostra illa com gent que representi una gran diversitat de tradicions alimentàries. També podem trobar diferències en la manera en què ens alimentem entre diferents generacions: per exemple, entre nosaltres i les nostres àvies i avis.

La visió del camp durant molts anys s'ha vist arrossegada per estereotips pejoratius i clixés que l'autora María Sánchez, escriptora, veterinària i feminista, ha volgut trencar a través del seu llibre *Tierra de Mujeres*. Sánchez afirma que «la gent segueix pensant que l'estampa del camp és la de *Los Santos Inocentes*». També fa un al·legat en positiu: «no és veritat que l'Espanya buidada estigui tan buida, sinó que les dones són les grans desconegudes del territori».

En aquesta visió cultural del camp és on apareix la invisibilització de la dona rural. Les poques dones que són titulars d' explotacions es veuen increpades amb un «on és el teu marit?». Apareix també el concepte de l'Espanya buidada, tan de moda en els mitjans de comunicació amb una visió molt injuriada del món rural, subvencionat, precari, inhòspit, analfabet... Ha estat precisament altra cop la situació actual amb la covid-19 la que que ens ha fet reflexionar (tot i que no serà suficient) sobre la importància d'aspectes que teníem molt en un segon terme, com cuinar a casa, tenir un petit hort o tenir cura de les veïnades (tasques històricament vinculades a les dones). Aquests són aspectes que, com també reflexiona Sánchez, són molt presents en el món rural, i que a la ciutat s'han de propiciar (trobades i xarxes de suport de veïnades). Observem que fins i tot a l'hora de generar normes socials aquestes es fan des del pensament urbà, com el fet d'impossibilitar anar als horts a fer un mínim manteniment i collita de la somada. Per això, cal posar en valor el fet rural més enllà del folklòric, ja que «sense el camp la ciutat mor de gana».



Activitat 3



50 minuts*

* Es prenen anotacions durant una setmana

Autoanàlisi de la dieta



En què consisteix? Durant una setmana, l'alumnat anota diàriament tots els aliments que consumeix, tant per menjar com per beure, a l'hora del berenar i a mig matí, en el dinar, a la bereneta i en el sopar. Si per alguns dels productes, principalment fruites i verdures, poden anotar la procedència, millor. Aquesta llista serà la base que ens facilitarà algunes activitats futures. Ser sincers i sinceres en aquesta llista és important per a desenvolupar correctament l'anàlisi posterior.

Metodologia

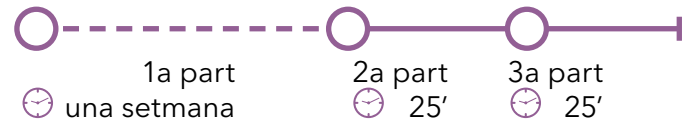


Autoreflexió i aprenentatge cooperatiu

Temporalització



3 parts | Una setmana + 50 minuts a l'aula



1a part (durant una setmana)



L'alumnat anota, durant una setmana, tots els aliments i begudes ingerits, omplint una graella com la que segueix i prenent les anotacions complementàries que es consideri adient.

Per a l'alimentació fresca (verdura, fruita, carn, peix, etc.) anem la procedència (per exemple: producte local, de la comunitat autònoma, d'Espanya, del Marroc, de Sud-àfrica, d'Holanda, de Mèxic, etc.)

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
Berenar							
Berenar mig matí							
Dinar							
Bereneta							
Sopar							

2a part de la sessió (25 min.)



Tenint en compte la taula emplenada, sobre l'alimentació pròpia, es contesten les següents preguntes:

- Creus que duus una dieta saludable? Per què?
- Quants dies a la setmana menges proteïna animal?
- Quins aliments de procedència animal menges?
- Prens més d'una peça de fruita cada dia? Quantes?
- Quants dies a la setmana menges llegums?
- Beus aigua al dinar i al sopar?

- Quants tipus de verdures diferents has menjat en una setmana?
- Quins cereals consumeixes?
- Amb quina freqüència prens begudes ensucrades? I altres aliments processats?
- Quins són els aliments processats que més consumeixes?

3a part de la sessió (25 min.)



Compartim els resultats amb el conjunt de l'aula i donem especial atenció als patrons que es repeteixen entre l'alumnat i on apareixen les majors disparitats. En funció del nombre de participants compartirem els resultats entre tot el grup o es crearan grups reduïts i es compartiran les conclusions finals de cada grup reduït.

El plat per menjar saludable

Existeixen diferents metodologies per determinar si una dieta és saludable. L'escola de Salut Pública de Harvard va desenvolupar "el plat per menjar saludable", una proposta molt gràfica que ens mostra la proporció dels principals grups d'aliments i el lloc que han d'ocupar dins dels nostres àpats amb la intenció de crear una dieta saludable i equilibrada.

Com podem observar, al plat saludable no apareixen els productes industrials processats o les begudes ensucrades, tan presents en la dieta actual de la societat. En aquest sentit, la recomanació és reduir al màxim aquests productes, els quals tenen alts continguts de sal, sucres i greixos saturats, principals responsables de moltes malalties associades a la mala alimentació.



Plat saludable. Font: adaptació de Justícia Alimentària.

Activitat 4



50 minuts

El plat saludable

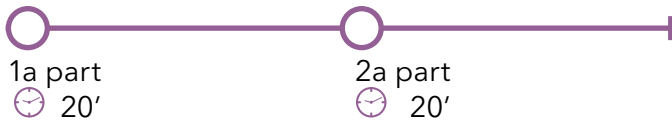
En què consisteix? Prenent de referència el quadre emplenat sobre la nostra ingesta d'aliments setmanal, analitzem la nostra alimentació diària en relació al Plat Saludable.

Metodologia

Autoreflexió i aprenentatge cooperatiu

Temporalització

50 minuts | 2 parts



1a part de la sessió (30 min.)

A partir del recollit en la graella d'ingesta personal durant una setmana, observem els percentatges dels diferents grups d'aliments per dia i representem el nostre plat pel conjunt de la ingesta específica per a cada dia de la setmana. Seguidament proposem millores perquè la nostra alimentació sigui més saludable en relació a les recomanacions de l'Escola de Salut Pública de Harvard representades en el plat saludable.

2a part de la sessió (20 min.)

Compartim els resultats amb el conjunt de l'aula i donem especial atenció als patrons que es repeteixen entre l'alumnat i on apareixen les majors disparitats. En funció del nombre de participants compartirem els resultats entre tot el grup o es crearan grups reduïts i es compartiran les conclusions finals de cada grup reduït.

Dies de la setmana

Propostes de millora

Dilluns:



Dimarts:



Dimecres:



Dijous:



Divendres:



Dissabte:



Diumenge:



Eix temàtic 4

Malbaratament alimentari i producte de proximitat

Consumir producte de proximitat i de temporada dinamitza l'economia local, suposa un menor impacte ambiental, al mateix temps que fomenta el consum de producte fresc, el qual és més saludable.

Els aliments són un recurs valuós per si mateixos, però s'ha perdut la capacitat de percebre'ls com a tals. Avui, sobreproduïm i sobreconsumim aliments (molts cops procedents de l'altra punta del món o de molt lluny) i en rebutjam bona part quan encara són aprofitables. A l'actual societat de consum li costa valorar el cost integral del producte.

Per què el producte de proximitat i de temporada és saludable per a nosaltres i per al planeta?

La major part dels problemes de salut actuals són conseqüència dels canvis en el patró alimentari de la població, al qual s'han adaptat uns hàbits nutricionals procedents dels països anglosaxons –menjar ràpid, aliments processats i industrials, etc.–, que donen com a resultat una dieta amb alt contingut en greixos saturats, descens del consum de fruita i verdura fresca, gran presència de productes ensucrats i poques vitamines, antioxidants i minerals. Aquest model d'alimentació familiar que ens ven la indústria alimentària no és saludable per al nostre cos, ni sostenible per al cos del planeta. Quan pensem en una dieta saludable, aquesta ha de ser també sostenible per al planeta, és a dir, ha de generar un impacte ambiental baix, fomentar la biodiversitat, ser accessible i justa per a la població, ajudar a mantenir viu l'entorn rural, tenir en compte el paper de les dones en la societat, etc.

Una alimentació així es fonamenta, en relació als productes vegetals, en tres pilars bàsics: producte de **temporada**, de **proximitat** i **sostenible**. També tindrem en compte aquests tres conceptes, alhora de comprar un altre aliment prou important, com és el peix.

A l'hora de cuinar, si volem que sigui una pràctica sostenible, és molt important basar-nos en la temporalitat dels aliments. Per tenir tomàtics al mercat en ple hivern, cogombres durant totes les èpoques de l'any i pinya, amb la qual preparam postres tropicals, sempre a la nostra disposició, s'ha d'invertir una quantitat d'energia que fa que la producció sigui totalment insostenible. Segons l'informe "Aliments quilomètrics" d'Amics de la Terra, importem més de 25 milions de tones d'aliments, cosa que suposa unes emissions de més de 4 milions de tones de CO₂.

Per a plantejar-nos una dieta saludable, les fruites i verdures han de ser un pilar bàsic de la nostra alimentació, però sense oblidar el criteri de sostenibi-



La mala praxi institucional i la necessitat de bones pràctiques en compra pública han estat un dels temes més alarmants que ha destapat la pandèmia de la COVID-19. Sonats han estat els casos relacionats amb ajuntaments i altres administracions públiques que davant la situació d'emergència han optat per un camí estrambòtic sense gaire justificació. Una de les actuacions més greus es produí durant els mesos de confinament quan la Comunitat de Madrid optà per «alimentar» les famílies beneficiàries (famílies desafavorides) de les beques de menjador amb pizzes i panets de dues grans corporacions de menjar ràpid.

Aquesta situació no és nova, i des de fa temps algunes administracions estan treballant per introduir requisits i criteris socials i ambientals en els plecs de contractació, convenis, i convocatòries d'ajuts i subvencions. Tot i així, encara queda molt camí per recórrer.

Des de Justícia Alimentària es va impulsar una campanya per fomentar entre les administracions aquestes bones pràctiques en matèria de compra pública, i a les Illes Balears es va realitzar una Guia per introduir criteris de sostenibilitat alimentària en la compra pública:

- <https://justicialimentaria.org/que-hacemos/investigacion>
- http://www.bioeticayderecho.ub.edu/sites/default/files/180501_plana-guia-vsf.pdf

litat i que aquestes siguin de temporada. D'aquesta manera, a més de generar menor impacte, tenen més gust, són més idònies per alimentar-nos en l'època corresponent de l'any i tenen millor preu. Normalment quan triem aliments de temporada, també implica que no han estat emmagatzemats a càmeres frigorífiques, que s'han collit més recentment i que conserven intactes tots els seus nutrients, pel fet de ser més frescos.

Atenent la temporalitat dels aliments i per conèixer quin tipus d'aliments hem d'escollir, aquí hi ha algunes indicacions:

La **senalla de primavera** sol estar configurada per verdures com carxofes, espinacs, espàrecs verds, fesols, cebes, faves, pastanagues, lletugues i bledes, porros, alls tendres, api, fonoll, patates noves, herbes aromàtiques –com tem, llorer, fonoll, menta, julivert, cebollí,– i llegums. Respecte a les fruites, trobem maduixes i maduixots, aranges, albercocs, nespres i cireres. En referència al peix, llenguado, peixos plans (gall, palaia, rèmol), verat, gató, llagostí, aladroc i sardina, llucet i lluç, rap, musclo i petxina de pelegrí. A més, es comencen a capturar peixos blaus com anxoves, bonítol, etc.

La **senalla d'estiu** se'ns presenta amb verdura com tomàtic, pebre, cogombre, carbassó, albergínia, fesols tendres, patates, lletuga, cebes tendres, herbes aromàtiques –com anet, estragó, menta i alfàbrega. Respecte a les fruites, trobem melicots, figues, prunes, nectarines, pavies, albercocs, alvocats, groselles, peres, mores, meló i síndria. Quant al peix, trobem tonyina i bonítol, sardines, verat, llobarro, orada, gató, rajada, musclo, calamar, calamarsó, gall, llucet i lluç. El peix blau es troba en el seu millor moment.

La **senalla de tardor** canvia completament i està representada per verdures com cols –cabdell, bròquil, coliflor, cols de Brussel·les–, remolatxa, carabassa, borrajta, naps, porros, moniatos, bledes, espinacs, vitets, endívia vermella, api, tot tipus d'enciams i llegums. Respecte a les fruites

trobem raïm, caqui, xirimoies, pomes i magranes, nispros i gínjols, les primeres mandarines, peres, alvocats. Pel que fa al peix trobem verat, gató, orada, llobarro, besuc, aladroc fresc, calamars i calamarsos, voladors, sèpia, pop, ostres i anguiles.

La **senalla d'hivern** és semblant a la de tardor, composta per cols (cabdell, bròquil, coliflor, cols de Brussel·les), carabassa, porros, naps, api, bulbs de fonoll, card, bledes, espinacs, escarola, moniato, all tendre, remolatxa i llegums. És l'època de major predominança de fruites cítriques com la taronja, aranja, mandarina i llimona, pomes i kiwis. Quant al peix, calamars i calamarsos, sèpia, musclo, pop, sorell, rèmol, gató, rajada, llucet, lluç i besuc.

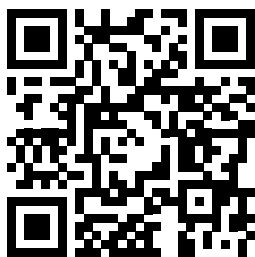
L'aliment de proximitat

Per assegurar-nos que la nostra dieta és sostenible, un altre dels aspectes més importants és que basem el nostre consum en les xarxes de distribució locals. Cal recordar que el 70 % de les compres que es realitzen a l'Estat espanyol es fan a grans superfícies i el tipus de producte que hi trobam no acostuma a donar suport a les economies locals, ja que està basat en el model de la gran distribució. Perquè ens fem una idea, els aliments importats han recorregut de mitjana quasi 4.000 quilòmetres abans d'arribar als mercats. Això suposa una despesa anual de 23.000 milions d'euros en importació d'aliments que podrien ser produïts dins de les nostres fronteres, com el vi, les pomes o els cigrons.

Davant la situació de crisi ecològica i econòmica que vivim, no és justificable que un país amb el nostre clima i recursos agraris importi cada any tones de verdures d'altres països com Bèlgica, Marroc o Sud-àfrica. A més, les importacions acaben substituint produccions característiques del nostre territori i del nostre paisatge. Per exemple, el 80 % dels cigrons que menjem venen de Mèxic.

La dependència per part de l'Estat espanyol d'aliments importats no només té impactes ambientals, sinó que compromet la viabilitat de l'activitat agrària. Les agricultores i agricultors propers, que produeixen aliments amb major respecte per al medi ambient i estàndards de seguretat més elevats, i que mantenen viu l'entorn rural, troben grans dificultats perquè la seva activitat sigui viable.

Per tots aquests motius, és fonamental que cerquem agricultores i agricultors de confiança que ens abasteixin dels aliments que es cultiven en el nostre entorn. Una bona opció és formar part d'un grup de consum o comprar directament a una productora o productor per intentar que la petjada ecològica de tot el que consumim es redueixi al màxim, a la vegada que reduïm el nombre d'intermediaris. Si encara no tenim aquests contactes, una bona opció és consultar el directori de productors ecològics del Consell Balear de Producció Agrària Ecològica (CBPAE) esmentat abans, o bé, en el cas de Menorca, tenim a la nostra disposició la web d'Agroxerxa, una iniciativa per donar a conèixer tots els productes alimentaris i persones productores del sector primari de Menorca a través d'una web: <http://agroxerxa.menorca.es>



També és important mirar l'etiquetatge dels productes que comprem per confirmar la seva procedència i que d'aquesta manera no se'ns colin els aliments quilomètrics que volem evitar.

Malbaratament alimentari

Segons dades de 2018 de l'Organització de les Nacions Unides per a l'Agricultura i l'Alimentació (FAO), més de 820 milions de persones en el món pateixen gana cada dia, i 2.000 milions de persones no tenen accés regular a aliments segurs, nutritius i suficients. Mentrestant, un terç dels aliments produïts anualment al món no són ni ingerits ni aprofitats per ningú. A Menorca, suposen 11.800 tones d'aliments desaprovades cada any. Alhora, alguns estudis projecten que d'aquí a trenta anys serà necessari produir un 70 % més d'aliments per alimentar l'augment de població mundial.

Desaprofitar els aliments que ja s'han produït suposa, a més del conflicte ètic, un alt cost ambiental. El procés de producció, emmagatzematge i transport deixa una petjada ecològica important. Quan es tira menjar, també es tiren els recursos destinats a la seva producció, com l'aigua, la superfície agrícola i l'energia, i es contribueix a l'efecte d'hivernacle.

FONT: Consell Insular de Menorca (ed.), *Guia de Malbaratament Alimentari de Menorca*, 2020



Activitat 5

 30 minuts

El nostre consum i els aliments quilomètrics

En què consisteix? A partir de les observacions de la nostra ingesta setmanal, observem la procedència de diferents productes que consumim i agafem consciència de les alternatives.

Metodologia

Aprentatge cooperatiu

Temporalització

30 minuts | 2 parts



1a part de la sessió (10 min.)

Cada alumne o alumna tria les 10 fruites o verdures més consumides a casa seva, prenent de referència la taula d'ingesta setmanal, cerca la seva procedència i situa al mapamundi d'on venen.

2a part de la sessió (20 min.)

Per grups o tota l'aula en conjunt responem a les preguntes següents:

- Podem comprar els mateixos productes produïts més a prop? D'on?
- Podem comprar aquests productes produïts a la nostra illa? En cas afirmatiu, quins beneficis, socials, ambientals i econòmics creus que té, per al conjunt de la societat, comprar productes de l'illa?
- I en l'àmbit de l'hostaleria, considereu que un establiment que utilitza productes de proximitat té un valor afegit? En què es pot diferenciar d'un altre perfil d'establiment?



Activitat 6

 70 minuts

Reduïm el malbaratament

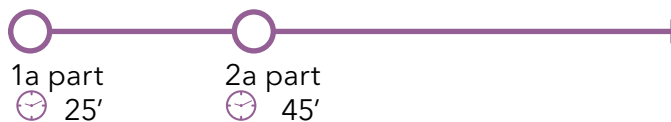
En què consisteix? A partir de l'observació i reflexió prenem consciència del nostre malbaratament alimentari, de les seves implicacions i de les accions que podem dur a terme per a millorar la situació.

Metodologia

Autoreflexió i aprenentatge cooperatiu

Temporalització

70 minuts | 2 parts



1a part de la sessió (25min.)

Es presenta l'activitat i es veu el següent audiovisual de la Comissió Europea d'un minut sobre situacions diàries de malbaratament alimentari.

- https://www.youtube.com/watch?v=FP1_SoUET_k

Seguidament demanem a l'alumnat que digui quines situacions ha observat i que en digui de noves que consideri habituals a casa seva, de familiars, amics, etc. Alguns exemples poden ser:

- Aliments que es fan malbé abans de ser utilitzats (no cuinats, mala conservació, etc.)
- Preparem més menjar del que ens menjarem i les sobres acaben al fons. També en el cas de restaurants.

- Comprem massa aliments en una compra, normalment a grans superfícies en lloc de comerços de barri (amb absència de productes a granel, comprant molt perquè comprem lluny de casa, comprant pel fet de estar d'oferta, etc.)
- Cuinem plats que necessiten menys d'una peça de determinades verdures, o utilitzen una part de l'ou, i la resta se'ns acaba malbaratant.

Una vegada identificades les situacions en les quals malbaratem menjar, pensem en les implicacions que té més enllà de l'economia familiar o del negoci. Per a observar aquestes implicacions, així com alternatives, es veu el següent audiovisual que ens mostra la petjada ecològica del residu alimentari. Es tracta d'un audiovisual realitzat per de la FAO de 4 minuts de durada, on observem també la relació entre el malbaratament i el canvi climàtic.

- https://www.youtube.com/watch?time_continue=149&v=Gv_4qGrtyZc&feature=emb_logo

Seguidament, es conversa amb l'alumnat sobre aquestes implicacions, si les tenien presents, i es proposen accions per a reduir el malbaratament, tant d'una empresa de restauració com a casa nostra.

2a part de la sessió (45 min.)

Realitzem conjuntament –en funció de la ràtio de l'aula es crearan diversos grups a criteri del personal docent– un mapa del cicle dels productes alimentaris comprats per un menú setmanal, i identifiquem quines pràctiques i accions que portem a terme redueixen o causen malbaratament. Escrivim la informació en dues columnes i proposem mesures per passar les accions que produeixen malbaratament a la columna de les accions que redueixen el malbaratament.

Eix temàtic 5

Qui s'encarregà de les cures?



«La vida és vulnerable, totes les persones necessitam cures sempre. Això obliga a un canvi d'òptica per mirar el sistema socioeconòmic: de baix a dalt, posant les cures al centre»

El context actual ha marcat un punt d'inflexió molt clar des dels plantejaments ecofeministes, que, des de la dècada dels 70, venen reivindicant que és necessari aturar i reflexionar sobre altres maneres d'habitar aquest planeta, els límits del qual ja hem superat. Cal escoltar altres propostes diferents a les que hem conegut fins ara, que ens evidencien com el capitalisme explota la natura del planeta i com el patriarcat oprimeix les dones, a qui adjudica els treballs menys valorats econòmicament i socialment com són les cures.

La covid-19 ha posat de manifest que som interdependents i que s'ha de posar al centre la vida de les persones per viure d'una manera digna. Les cures han de ser un principi polític que articuli la vida en comú per proporcionar vides dignes a totes les persones. Hem d'observar de manera minuciosa les residències de majors, les escoletes d'infants de 0 a 6 anys i l'ajuda a domicili. I no només ens hem de fixar en les persones usuàries, que són les més vulnerables, sinó que hem de millorar les condicions laborals de les persones treballadores, que en una gran majoria són dones.

Hem assistit a una crisi de les cures, quan és una de les feines més necessàries socialment. Tal com

apunta Pérez Orozco (2020) a la seva ponència a la compareixença davant el Grup de Treball de Polítiques Socials i Sistema de Cures del Congrés, «la vida és vulnerable, totes les persones necessitam cures sempre. Això obliga a un canvi d'òptica per mirar el sistema socioeconòmic: de baix a dalt, posant les cures al centre». Aquesta mateixa autora apunta a una crisi estructural, no únicament esdevinguda casualment. Foren molts els autors, com Fernández Duran o d'altres, que hi varen veure la necessitat d'una transició ecosocial, fins i tot abans de la crisi de 2007-2008.

Per això, apunta, «les cures poden i han de servir com a principi orientador per guiar la transició des d'un model productiu insostenible i fràgil, que se sosté sobre unes cures invisibilitzades, cap a un sistema reproductiu sostenible que tengui les cures de totes les vides com a eix vertebrador. Necessitam un ajustament estructural per aconseguir una economia al servei de les cures de la vida».

Per això Pérez Orozco planteja una política de cures que permeti un canvi sistèmic i que resolgui urgències (com per exemple rescatar cuidadores). Hauria d'estar basada en dos pilars, «dret universal a cures dignes i corresponsabilitat integral».

«Des de l'ecofeminisme se'ns presenta una proposta clara encaminada a la construcció en positiu més enllà de la crítica i de la denúncia: s'ha de transcendir cap a un nou model»

Des de l'ecofeminisme se'ns presenta una proposta clara encaminada a la construcció en positiu més enllà de la crítica i de la denúncia: s'ha de transcendir cap a un nou model. En aquest cas, Pérez Orozco planteja les polítiques de cures en dos temps. Un primer temps es plantejaria a mitjà termini, en què s'hauria de crear un «sistema estatal de cures territorialitzat» que pugui garantir una xarxa per poder abordar les cures. S'hi realitzarien tres tipus de polítiques que Pérez Orozco identifica com a polítiques far (que plantegin cap on anar a partir d'un debat democràtic i traient a la llum la base invisible del sistema), polítiques palanca (per influir des de sectors com el laboral, l'econòmic i el social cap a millores com la reducció de la jornada laboral sense pèrdua de massa salarial, reformes fiscals per afavorir sectors essencials, etc.) i, finalment, polítiques específiques per reafirmar el dret al ciutadà. Tot això es planteja amb un sistema que permeti la promoció de l'autonomia personal i un conjunt d'ajudes a domicili, a més d'un sistema integrat d'educació i cures infantils, entre moltes altres.

En un segon temps, el pla a curt termini que ens proposa es basa en una feina més necessària, un «pla de xoc» que llenci un missatge institucional de compromís i que doni resposta a les necessitats més urgents: equiparar els drets per a totes les treballadores de la llar, que solen tenir una greu situació laboral i irregular; millorar les condicions de les cures fora de les llars, sobretot al

sector d'atenció a la dependència, i aprovar prestacions de cures de menors que permetin la reducció de la jornada al 100 %, i que arribi a persones desocupades, per als treballs de cures no remunerats a les llars.

Quan tot això es posa en un context d'economia familiar i es duu a l'àmbit de l'alimentació, el guió sol ser que la persona a càrrec de l'economia familiar, la que amb enorme creativitat i esforç tria aliments, cuina i alimenta una família i arriba a final de mes, generalment és la mare. La incorporació de la dona al mercat de treball i la precarietat de la situació laboral fa que cada vegada a les famílies es dediqui menys temps a comprar, cuinar i idear estratègies creatives per menjar sa i sostenible a bon preu.

En molts llocs del món, al llarg de la història, part de la producció d'aliments per a la subsistència ha estat feina de les dones –recol·lectar plantes i fruits, guardar i seleccionar llavors, etc. Elles s'han ocupat de mantenir la productivitat dels terrenys comunals, han organitzat la vida col·lectiva i els sistemes de protecció davant l'abandó i l'orfanat, i han defensat la seva terra i la supervivència de les seves famílies i comunitats. Les dones tenen, freqüentment, coneixements particulars en agricultura i medicina popular, cosa que ha quedat devaluada per la irrupció del mercat o, a vegades, de l'estat.

60-80%



En els països del sud, entre el 60 / i el 80 / dels aliments els produeixen les dones

2% mentre que només el 2 / de les terres a tot el món són propietat de les dones

1% i només reben l'1 / del crèdit per a l'agricultura.

DONES PAGESES. EL TREBALL INVISIBLE

Cuidar els horts, els animals, les llavors, recollir fruites, anar a cercar aigua són tasques no remunerades assignades a les dones.



Les tasques de cura molt absorbents en temps i energia es deprecien i s'invisibilitzen en el marc de l'economia monetària, fins al punt d'anomenar com a població inactiva les persones –principalment dones– que les realitzen. L'actual crisi de la cura de les persones, com la crisi ambiental, sols es pot resoldre en condicions d'equitat i si es dona la corresponsabilitat entre dones i homes, i en el conjunt de la societat.

La transició cap a models alimentaris justos, sostenibles, saludables i de proximitat ha d'incorporar una mirada ecofeminista i treballar pel reconeixement i l'apoderament de les dones pageses i per la corresponsabilitat en les tasques de cura i la vida.

- Ponència d'Amaia Pérez Orozco: «Los cuidados son la cara "B" del sistema»

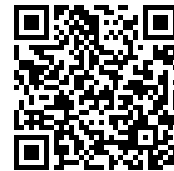


- Ronda de mujeres por la soberanía alimentaria.

- Ronda 1



- Ronda2



Activitat 7



55 minuts

«Les cures des del bressol»

En què consisteix? Dins aquest sistema capitalista i patriarcal existeixen dos models estancs de com han de ser les persones. Són la masculinitat i la feminitat tradicional, que s'encarrega de dir com hem de ser socialment en funció del sexe a què hem estat prescrites des del naixement. Home o dona són les possibilitats d'existir. Els processos que intervenen en aquesta configuració i desenvolupament del model de masculinitat i de feminitat constitueixen mecanismes pels quals determinades característiques, com poden ser les formes de vestir, de moure'ns, d'expressar-nos, de comportar-nos, etc., venen lligades al sexe prescrit. Així, anam integrant les creences, els rols, els estereotips de gènere i els valors relatius al que s'espera d'una nina o d'un nin.

Si volem una societat més justa i lliure, és important poder viure la nostra feminitat i masculinitat sense cap mandat de gènere, haurem de començar per flexibilitzar, qüestionar per transformar aquests models tradicionals.

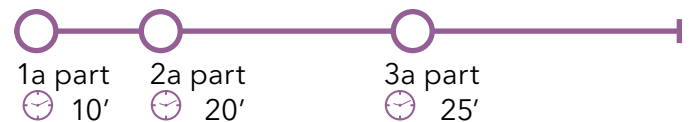
A partir de la invenció d'una història de vida es reflexionarà sobre les diferents expectatives que projectam a les nines i als nins. Focalitzarem i posarem atenció en aspectes com patrons alimentaris i de les cures.

Metodologia

Aprentatge cooperatiu

Temporització

55 minuts | 3 parts



1a part de la sessió (10 min.)

Introducció i explicació a l'alumnat del que farem. Demanam a les persones participants que facin grups d'un màxim de tres o quatre persones. Explicam que repartirem un full amb una foto d'un nadó i que hauran d'imaginar-se la vida de la criatura d'aquí a trenta anys, tenint en compte com serà físicament, si haurà estudiat, les seves aficions, a què es dedicarà, on i amb qui viurà, com està de salut i quina alimentació manté (5 min).

2a part de la sessió (20 min.)

Repartirem a cada grup un full amb la foto del nadó i els ítems que han d'inventar. A alguns grups els presentarem el nadó com a Marc i a altres grups, com a Judit. És molt important que la resta de grups no s'adonin que tenen el mateix nadó. Els explicarem que és un treball de grup i que no es pot comentar amb els altres, ja que després hi ha una posada en comú.

Deixarem uns 20 minuts perquè el grup pensi, pugui consensuar i crear la història de vida de la criatura (20 min).

3a part de la sessió (25 min.)



Tornam al grup gran i començam la posada en comú. Anem anotant a la pissarra la vida d'en Marc i després la vida de na Judit. Anotarem els aspectes més rellevants pel que fa al gènere per després fer la comparació entre les dues criatures (15 min).

Quan hagin passat tots el grups i hagin anotat les idees principals de les dues vides a la pissarra, entre totes observem les diferents propostes de vida que cada grup ha fet per a cada nadó. Aquí és el moment en què comunicam al grup que tothom tenia la foto del mateix nadó, però que a un grup s'ha presentat com a Judit i a un altre grup com a Marc. A partir d'aquesta informació relacionam les diferents característiques de vida de na Judit i en Marc amb els estereotips i rols de gènere, i analitzam com es desenvolupa la socialització diferenciada (5 min).

Una vegada acabada la dinàmica, es pregunta al grup si aquest tipus de situacions solen ocórrer a la seva vida. Deixem un temps perquè identifiquin situacions o experiències pròpies, i els preguntem quines creuen que en són les causes i les conseqüències. Farem una reflexió sobre si els agradaria poder fer canvis (5 min).

MARC



JUDIT



PEP



CLAUDIA

1. Anotau les primeres impressions, com és ell/a?

2. Ara heu d'imaginar la vida de la criatura d'aquí a trenta anys tenint en compte:

- Com serà físicament
- Si va estudiar
- Les seves aficions
- A que es dedica
- A on i amb qui viurà
- Com està de salut i quina alimentació manté

Eix temàtic 6

Economies transformadores i participació ciutadana



Els valors d'un sistema alimentari sostenible, just, democràtic, descentralitzat, sobirà, que promou l'equitat de gènere i, en resum, el manteniment d'una vida digna de ser viscuda, es veuen reflectits en els moviments socials d'actualitat i en l'aparició d'una economia social alternativa. Aquests, tot i no ser moviments estrictament agrícoles, alimentaris o de salut, comparteixen objectius comuns i promouen una construcció interpretativa per entendre i estructurar el món en benefici del bé comú.

És des de l'àmbit científic i dels moviments socials que es desenvolupen discursos crítics amb el funcionament del model econòmic capitalista, i des d'on tota una xarxa de persones, col·lectius i entitats treballen per cercar altres maneres de fer, de treballar, d'habitar, de conviure, en definitiva, de construir un model econòmic sobre unes bases materials i culturals diametralment oposades al capitalisme. Sota aquest paradigma es construeixen les economies transformadores.

Així doncs, aquestes economies transformadores no són noves, i és un model que, arran de les successives crisis sistèmiques i arran d'aquesta crítica, ha anat prenent força. Són dones, pobles originaris, comunitats de barris perifèrics, pobles expulsats del seu territori, qui han desafiat la visió de l'economia capitalista amb la decisió de construir una visió comuna que els permeti aglutinar-se en un relat més ampli i compartit de transformació socioeconòmica. Tot i compartir aquests objectius, encara hi queda un llarg camí per recórrer cap a la interseccionalitat.

Alguns dels conceptes i pràctiques importants que aporten aquestes economies són decreixement, interdependència, democratització de les llars, «viure millor».

Algunes de les pràctiques més interessants de les economies transformadores poden ser:

- **L'economia social i solidària**, que està construïda sobre les bases del cooperativisme, però que actualitza les pràctiques de les cooperatives i empreses socials cap a models més democràtics i horitzontals. A més, segueix en la recerca d'incorporar una interseccionalitat, de perspectiva de gènere, sostenibilitat i compromís amb les generacions futures.

- **L'economia dels comuns o procomuna.** Aquesta tracta de definir un seguit de béns comuns des de la perspectiva que totes les persones som interdependents i ecodpendents. Defineix els béns comuns segons allò que necessita el conjunt de la societat per subsistir i els divideix en tres grups: comuns urbans, comuns naturals i comuns digitals. Proposa una comunitat política que s'encarregui de gestionar aquests béns d'una manera sostenible, basada en l'autogestió i en la participació horitzontal de la comunitat, i que superi la dualitat mercat-estat.
- **L'agroecologia i moviments per la sobirania alimentària**, que juga un paper clau a l'hora de repensar el model agroalimentari com a peça bàsica per al sosteniment de la vida, que és també el replantejament de la nostra relació amb la Terra i els cicles naturals. Aquesta proposta, sense ser en el fons un model econòmic, connecta amb els corrents d'economia ecològica, del decreixement i del bé comú.
- **L'economia ecofeminista.** Ja a l'eix anterior hem estat parlant d'alguns aspectes relacionats amb l'economia de les cures. En aquest apartat, volem aprofundir en l'economia ecofeminista. En aquest cas, aporta una profunda anàlisi sobre les relacions econòmiques, partint de les llars i passant per les empreses i l'estat. Dona un paper primordial a les feines reproductives (entre les quals hi ha l'alimentació i l'educació alimentària de les famílies), sense les quals és impossible la vida. Així doncs, fa evidents feines que han estat històricament invisibilitzades (cures, neteja, cuina, organització de la casa...) per caminar cap a un model econòmic que valori les feines de les cures i ens permeti tenir vides dignes. Des de la visió ecofeminista, el sistema econòmic actual ha de donar la volta a les fonts de riquesa i a les seves prioritats, i ha de reconèixer que som éssers ecodpendents i interdependents. La seva lluita diària es trasllada a la construcció de l'horitzontalitat dins la llar i la construcció de formes de convivència, lliurement triades, així com compaginar la llibertat i el compromís. També treballa en aspectes com la lluita contra la bretxa salarial, el factor cultural que comporta la precarització de les feines de cura, entre moltes altres reivindicacions.

Activitat 8

 100 minuts

«Si no participes, no existeixes»

Es tracta de realitzar una tasca d'investigació sobre els diferents col·lectius o moviments socials que tenim a la nostra ciutat o poble, i més concretament al barri si la nostra població té unes dimensions considerables. Es tracta que entre diferents grups de treball puguem conèixer quines opcions tenim a prop nostre. Aquesta activitat requerirà d'un temps fora de classe perquè es pugui fer, així com diferents moments de preparació i realització.

Metodologia

Aprentatge i servei

Temporització

100 minuts | 2 parts



1a sessió (50 min.)

Es tracta de presentar què són els moviments socials i les economies transformadores a l'alumnat perquè entenguin la importància del desenvolupament d'alternatives solidàries, ecologistes, feministes, entre moltes altres. Es presentaran alguns exemples com:

- Extinction Rebellion
- Fridays for future
- Xarxes de suport mutu.
- Cooperatives de consum
- Horts comunitaris

Cada grup de treball cercarà i triarà un col·lectiu o entitat, el qual trobin interessant per poder implicar-se i participar. Un cop identificat el col·lectiu o entitat a treballar, se'n realitzarà un procés d'identificació i es plantejarà com donar-lo a conèixer a la classe. La idea seria realitzar una entrevista amb algun responsable i fer un petit vídeo-entrevista de 10 minuts, així com col·laborar en algun tipus d'acció o activitat que organitzi el col·lectiu, de la qual realitzaran imatges que compartiran a les seves xarxes socials per donar difusió.

Durant aquesta sessió, han de decidir quina entitat visitaran, un guió d'entrevista i poden també contactar amb l'entitat per començar a definir la resta de les activitats.

2a sessió (50 min.)



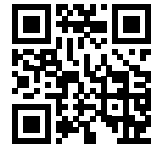
En aquesta sessió cada grup presentarà el col·lectiu o organització que ha triat i la tasca que hi ha desenvolupat. Recordam que, abans de la sessió, s'hauran d'haver realitzat les tasques encomanades, que són dues:

1. Un vídeo entrevista amb algun responsable del col·lectiu o organització que ens motiva, on ha d'aparèixer el motiu de la seva creació, on treballen, quina tasca realitzen i quin és el seu objectiu dins les economies transformadores. Pot estar gravat amb el mòbil, únicament que s'ha d'intentar mantenir uns mínims d'imatge i so.

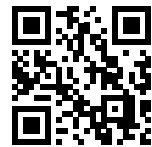
2. Realitzar algun tipus de col·laboració amb el col·lectiu (sempre que sigui possible), o si més no assistir a alguna de les tasques que desenvolupen, fotografiar-ho i publicar-ho a les xarxes socials. El dia de la presentació mostraran les imatges i explicaran quina tasca van realitzar.

Exemples d'economies transformadores

Supermercat cooperatiu Terranostra



REAS (Xarxa d'economies alternatives i solidàries)



Redes de apoyo mutuo vecinales



Fridays for Future



7 Exemplificació de l'eix temàtic 3 en avaluació per competències

Des de Justícia Alimentària treballem per a la implementació de mètodes, estratègies i eines pedagògiques innovadores que vagin en consonància amb uns continguts i uns valors que ens permetin poder contribuir a una educació transformadora. Així doncs, en els diferents materials i treballs de Justícia Alimentària apareixen propostes de treball en aprenentatge cooperatiu, aprenentatge basat en reptes, aprenentatge basat en projectes, aprenentatge i servei, entre d'altres.

Però, de la mateixa manera que s'han canviat els mètodes i les eines per dur a terme la part d'impartició de la docència per pedagogies més actives i més crítiques, també ha de canviar la manera que es té d'avaluar-les. Suposa un sense sentit seguir apostant per mètodes que bàsicament avaluen les capacitats memorístiques i, en el millor dels casos, les activitats en què es desenvolupen habilitats, valors i competències que queden reduïdes a activitats de classe. Per això també calen, a banda d'activitats i metodologies, nous mètodes d'avaluació.

En aquest cas, els nous mètodes no són únicament una quimera de docents, de centres con-

crets o de corrents, sinó que són aspectes que venen marcats dins les diferents lleis, com per exemple el RD 1147/2011, que marca que l'avaluació a la formació professional ha de ser coherent amb els principis de l'FP. Aquests venen marcats a l'article 3 de principis i objectius generals, concretament el 3.1 (sobre adquirir les competències professionals, personals i socials), el 3.2 (sobre fomentar la igualtat per a tothom), el 3.3 (sobre la prestació de l'accessibilitat universal) o el 3.4 (sobre facilitar l'aprenentatge al llarg de la vida). Són articles que obren la visió sobre els objectius de la formació professional més enllà d'un destí final, que és treballar en un àmbit concret.

Entre els aspectes positius que té treballar en l'avaluació per competències, destacam els següents:

Permet adquirir coneixements i desenvolupar habilitats, de manera que connecta la teoria amb l'anàlisi i la pràctica. Això configura un aprenentatge global, integrat i pràctic, molt més atractiu i eficaç. Té un enfocament constructivista que va elaborant nous aprenentatges des de la base. Així, l'alumnat millora progressivament de manera orgànica.

Seminari Raül Solbes



¿Qué evaluar?

cepsantander
CENTRO DE PROFESIONALES DE SANTANDER

Objetivos de la FP.
LOE/LOMCE - A.40. RD1147/2011 - A.3

1. Ejercer la actividad profesional (competencias propias de cada título) definido en la competencia general del programa formativo. (PR)
2. Comprender la organización y características del sector productivo correspondiente, los mecanismos de inserción profesional, su legislación laboral y los derechos y obligaciones que se derivan de las relaciones laborales. (PR-PE-SO)
3. Consolidar hábitos de disciplina, trabajo individual y en equipo, así como capacidades de autoaprendizaje y capacidad crítica. (PE-SO)
4. Establecer relaciones interpersonales y sociales, en la actividad profesional y personal, basadas en la resolución pacífica de los conflictos, el respeto a los demás y el rechazo a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los comportamientos sexistas. (SO)
5. Prevenir los riesgos laborales y medioambientales y adoptar medidas para trabajar en condiciones de seguridad y salud. (PR-PE-SO)
6. Desarrollar una identidad profesional motivadora de futuros aprendizajes y adaptaciones a la evolución de los procesos productivos y al cambio social. (PE-SO)
7. Potenciar la creatividad, la innovación y la iniciativa emprendedora. (PR-PE)
8. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, así como las lenguas extranjeras necesarias en su actividad profesional. (PR-PE)
9. Comunicarse de forma efectiva en el desarrollo de la actividad profesional y personal. (PR-PE-SO)
10. Gestionar su carrera profesional, analizando los itinerarios formativos más adecuados para mejorar su empleabilidad. (PE)

Evaluación por competencias en contextos de innovación metodológica en FP



Prepara l'alumne per a la vida real. Ens allunyam així de l'ensenyament memorístic en què no hi ha una transferència de coneixements de l'aula a la vida de fora. I tenint en compte que estan treballant des de la formació professional, aquest punt és doblement favorable.

Per tant, en aquesta guia us proposam treballar l'avaluació per competències, i per això us facilitarem un seguit d'eines per començar a familiaritzar-vos amb aquesta pràctica. En primer lloc, us compartim un seminari web que és una introducció al tema a càrrec de l'inspector Raül Solbes.

En segon lloc, us compartim una exemplificació d'avaluació per competències que ha realitzat la professora de formació professional Ana María González Torrado de l'eix temàtic número 3 «Alimentació, cultura i salut».

S'han exemplificat per al mòdul de Suport Domiciliari del grau mitjà de Tècnic d'Atenció a la Dependència i del mòdul Autonomia personal del grau superior d'Educació Infantil.

Avaluació per competències



<https://redalimentacion.org/es/recursos/avaluació-competències>

8 Rúbriques d'avaluació

A banda de l'avaluació per competències, es proposen altres rúbriques d'avaluació encaminades a valorar no tan sols l'assimilació i integració de coneixements –cognitius, emocionals, procedimentals–, sinó també el desenvolupament de capacitats que enforteixen la construcció de subjectes crítics amb actitud transformadora: responsabilitat, consciència crítica, i compromís amb l'equitat i la justícia social.

Sugerim aquí una sèrie de rúbriques per avaluar diferents dimensions integrades en el procés d'aprenentatge després d'aplicar aquesta guia. En concret:

- Rúbrica d'avaluació del treball grupal
- Rúbrica d'observació de gènere. Posa't les ulleres liles!
- L'alumnat avalua

Es recomana que l'alumnat tingui presents les rúbriques des de l'inici de les sessions.

RÚBRICA D'AVALUACIÓ DEL TREBALL GRUPAL

	Molt competent	Competent	Millorable	Insuficient
Satisfacció pel treball en equip	Ha mostrat una elevada satisfacció per poder treballar en grup i de forma col·laborativa.	S'ha sentit còmode en el treball de grup i ha pogut participar de manera col·laborativa.	Ha participat sense entusiasme però amb correcció i de manera col·laborativa.	No s'ha sentit a gust treballant en equip.
Realització de les tasques grupals	Ha mantingut una actitud positiva i proactiva, aportant les seves capacitats al grup i aprenent de les de la resta de companys i companyes. Ajuda a crear un ambient de treball adequat i accepta les crítiques i recomanacions de la resta de companys i companyes.	Ha mantingut una actitud activa i s'ha responsabilitzat de les tasques que li han correspost. Sol ajudar a crear un ambient de treball adequat i accepta la majoria de crítiques i recomanacions de la resta de companys i companyes.	Ha fet les tasques assegurant el mínim necessari, però sense implicar-s'hi més. No ajuda a crear un ambient de treball adequat i no sol acceptar les crítiques ni les recomanacions de la resta de companys i companyes.	No sempre ha complert amb les tasques assignades pel que fa al temps i la forma de fer-les. Crea mal ambient de treball. Critica els altres, però no accepta les crítiques de la resta.
Responsabilitat individual	Ha complert amb totes les activitats assignades. Organitza molt bé les tasques i administra el temps de manera eficient.	Ha fet la gran majoria d'activitats. Organitza bé les tasques i el temps per fer-les.	Només ha fet algunes de les activitats proposades. La planificació de les tasques i l'organització del temps són millorables.	No fa cap activitat. La planificació de les tasques és caòtica i els temps previstos clarament insuficients.
Presentació de les tasques	Les tasques presentades són excel·lents i els continguts –que incorporen l'enfocament de gènere– s'aborden partint d'un enfocament interdisciplinari. S'argumenta amb precisió la lògica que porta a defensar la sobirania alimentària davant el model agroindustrial.	Les tasques presentades són molt bones i els continguts s'aborden des d'un enfocament interdisciplinari, l'enfocament de gènere només s'aplica en alguns apartats. S'aporten prou raons per defensar la sobirania alimentària.	Les tasques presentades són correctes, els continguts no tenen un enfocament interdisciplinari, l'enfocament de gènere es tracta en un apartat. S'aporten algunes raons per defensar la sobirania alimentària.	Les tasques presentades son confuses i l'estructura deficient. Presenta errors en la descripció dels models alimentaris.

Participació	Demostra gran interès pels temes abordats, formula preguntes pertinents, hi contribueix amb les seves opinions i reflexions, participa activament dels debats de classe i es mostra atent i obert als arguments dels companys i companyes.	Demostra interès pels temes abordats, hi contribueix amb les seves opinions i reflexions, participa activament dels debats de classe.	Demostra interès moderat pels temes abordats, participa dels debats de classe en la mesura que se li demana la seva opinió o les seves reflexions sobre les qüestions de debat.	Mostra poc interès pels temes abordats, té dificultats per mostrar les seves opinions i reflexions i només participa dels debats de classe si és imprescindible.
Actitud i valors	<p>Es mostra més crítica gràcies a la informació que ha rebut.</p> <p>Valora les diferents perspectives per abordar la problemàtica de l'alimentació i té en compte la dimensió local-global.</p> <p>És conscient de la interrelació existent entre hàbits de consum i problemàtiques actuals de salut, mediambientals, econòmiques i socials.</p> <p>Mostra predisposició per fer un canvi d'alimentació amb hàbits més saludables i un consum més responsable.</p> <p>Es mostra solidària i empàtica tant amb realitats i persones properes com llunyanes. També ho és amb la conservació del planeta, ja que entén la interrelació entre consum i impacte ambiental i social.</p>	<p>Comença a mostrar-se més crítica gràcies a la informació que ha rebut.</p> <p>Valora el problema presentat des d'un enfocament local-global.</p> <p>Comença a ser conscient de la interrelació existent entre hàbits de consum i problemàtiques actuals de salut, mediambientals, econòmiques i socials.</p> <p>Està disposada a fer alguns canvis per practicar una alimentació més saludable i amb un consum més responsable.</p> <p>Mostra solidaritat i empatia amb les realitats properes i amb la conservació del planeta.</p>	<p>Poc esperit crític, tendeix a repetir el que diu la informació de què disposa.</p> <p>Aborda el problema presentat únicament des d'aspectes connectats amb la seva realitat quotidiana.</p> <p>Té dificultats per traçar la interrelació existent entre hàbits de consum i problemàtiques actuals de salut, mediambientals, econòmiques i socials.</p> <p>Es mostra disposada a fer els canvis en l'alimentació que no li suposin renunciar al model poc saludable i sostenible que ha mantingut fins al moment.</p> <p>Mostra poca solidaritat i empatia davant els problemes socials i ambientals presentats.</p>	<p>Té dificultats per analitzar la informació críticament.</p> <p>Fa lectures inconnexes i/o parcials de la problemàtica de l'alimentació.</p> <p>No és capaç de comprendre la interrelació existent entre hàbits de consum i problemàtiques actuals de salut, mediambientals, econòmiques i socials.</p> <p>No mostra disposició a assumir canvis per practicar una alimentació més saludable i amb un consum més responsable.</p> <p>No es mostra solidària amb les persones pobres ni amb el planeta i, a més, fa comentaris desafortunats i/o poc respectuosos.</p>

RÚBRICA D'OBSERVACIÓ DE GÈNERE

	EXCEL·LENT	NOTABLE	SUFICIENT	INSUFICIENT
	EQUITAT DE GÈNERE I BONA CONVIVÈNCIA	BON POTENCIAL PER A RELACIONS EQUITATIVES	TENSIONS QUE PODRIEN TENIR INFLUÈNCIA DE GÈNERE	DESIGUALTAT DE GÈNERE
Com s'han format els grups? Tendeixen a formar grups segregats o mixtos?	S'agrupen d'una manera equilibrada.	La majoria de grups són mixtos.	En general són segregats, alguns mixtos.	Totalment separats.
Com es reparteixen els rols dins dels grups?	S'estableix rotació de rols perquè totes les persones desenvolupin capacitats diverses (lideratge, representació, comunicació...).	En la majoria de grups s'han repartit les tasques i rols de manera equitativa, però no en tots.	En la majoria de grups el repartiment té biaix de gènere.	Les noies se solen ocupar més de tasques de suport i mediació que de lideratge i representació.
Parem especial atenció a: Quantes de les persones portaveus dels grups són noies?	Més del 60%.	Al voltant del 60%.	Amb prou feines un 30%.	Cap.
Es tenen en compte de la mateixa manera les necessitats i interessos de nois i noies en els grups de treball?	Les necessitats i interessos de nois i noies s'escolten, valoren, reconeixen i representen en relació a la seva coherència amb el treball que s'està desenvolupant sense cap diferència pel que fa a qüestions de gènere.	Les necessitats i interessos de noies i nois s'escolten aparentment amb igualtat, però, en el conjunt del treball final, s'observa més representació de les opinions dels nois, i no es valoren, implícitament, les aportacions de les noies de la mateixa manera.	Les necessitats i interessos de les noies aparentment s'escolten però tenen poc reconeixement i representació en el treball grupal.	Les necessitats i interessos de les noies solen quedar-se en segon pla, les seves aportacions s'infravaloren o no se'ls dona importància en el desenvolupament del treball en grup.

Hi ha hagut algun conflicte o tensió per motius de gènere?	El grup té una bona harmonia i ha desenvolupat la capacitat d'intervenir de forma positiva per regular els possibles conflictes que sorgeixin per qüestió de gènere.	Pràcticament no hi ha hagut tensions i el grup les ha resolt amb normalitat.	Hi ha algunes tensions en aquest sentit, però puntuals/no identifico si tenen a veure amb el gènere.	Faltes de respecte, no fer cas d'algú o discriminacions. Sovint es produeixen envers les noies o qualsevol persona, però en relació amb la imatge o els estereotips de gènere («ser marieta», «marimacho», gras, prim, etc.).
S'han detectat interrupcions a l'hora de parlar?	Respecten el torn de paraula i escolten les opinions de la resta.	Pràcticament no hi ha hagut interrupcions, i quan n'hi ha hagut no s'ha observat desviació per motius de gènere.	N'hi ha hagut algunes i majoritàriament han afectat les noies.	Hi ha hagut interrupcions constants i majoritàriament han afectat les noies.
S'han abordat els continguts des d'una perspectiva de gènere?	<p>Són conscients de la necessitat d'acudir a fonts d'informació que visibilitzin el paper de les dones en l'àmbit de l'alimentació (feina productiva, reproductiva i de cures, comunitària).</p> <p>A l'hora de valorar la bondat de cadascun dels models alimentaris han observat l'impacte (positiu/negatiu) que tenen sobre les dones i la seva capacitat per crear equitat entre homes i dones.</p>	<p>Gairebé sempre són conscients de la necessitat d'acudir a fonts d'informació que visibilitzin el paper de les dones en l'àmbit de l'alimentació (feina productiva, reproductiva i de cures, comunitària).</p> <p>A l'hora de valorar la bondat de cadascun dels models alimentaris han observat l'impacte (positiu/negatiu) que tenen sobre les dones.</p>	<p>Només en alguns casos han estat conscients de la necessitat d'acudir a fonts d'informació que visibilitzin el paper de les dones en l'àmbit de l'alimentació (feina productiva, reproductiva i de cures, comunitària).</p> <p>A vegades han assenyalat algun impacte positiu/negatiu de cada model alimentari sobre la vida de les dones.</p>	<p>Gairebé mai són conscients de la necessitat d'acudir a fonts d'informació que visibilitzin el paper de les dones en l'àmbit de l'alimentació (feina productiva, reproductiva i de cures, comunitària).</p> <p>No són capaços d'assenyalar impactes positius/negatius de cada model alimentari sobre la vida de les dones.</p>

L'ALUMNAT AVALUA

PROCÉS ENSENYAMENT-APRENTATGE

Sobre l'actuació docent

- El/la docent ha expressat amb claredat la proposta de treball, ha resolt els dubtes plantejats i s'ha adaptat als ritmes de la classe.
- El/la docent ha generat un ambient d'aprenentatge que ha incentivat una interacció social positiva, la participació activa en les tasques d'equip i la motivació per aprendre.
- El/la docent ha promogut la cerca activa, la col·laboració i la interacció de suport mutu a la classe.
- El/la docent ha suggerit una varietat d'estratègies d'aprenentatge per animar el desenvolupament del pensament crític i facilitar els processos d'aprenentatge.

AUTOAVALUACIÓ

Individual

- M'he sentit motivat/ada amb la proposta de treball.
- Com a resultat del treball en equip crec que he après a col·laborar i he incorporat habilitats útils per a les meves relacions interpersonals i socials.
- L'enfocament de gènere amb què hem abordat el treball m'ha ajudat a superar estereotips i actituds sexistes i/o discriminatòries.
- He incorporat aprenentatges nous sobre els models alimentaris vigents i alternatius.
- L'enfocament de gènere m'ha ajudat a visibilitzar les aportacions, coneixements i sabers de les dones, els seus drets i propostes a favor de la sobirania alimentària.
- Grau d'esforç personal, d'assumpció de responsabilitat i de col·laboració amb les tasques col·lectives.
- Soc capaç d'assumir compromisos concrets i realistes per millorar els meus hàbits de consum.

Sobre la metodologia d'aprenentatge

- El pla de treball ha estat clar i atractiu.
- Els continguts referits a la problemàtica de l'alimentació han resultat suggeridors i atractius.
- La metodologia ha permès la descoberta d'aspectes nous i ha facilitat l'aprenentatge.
- La metodologia ofereix més oportunitats de participació activa i debat col·lectiu.
- El treball grupal ha aportat més riquesa al procés d'ensenyament-aprenentatge.
- La interacció entre els companys i companyes del grup ha permès superar les dificultats sorgides durant el procés.
- La realització de les posades en comú i reflexions ha estat adequada per comunicar els aprenentatges.

Treball en grup

- Tots els membres del grup han fet aportacions en funció de les seves capacitats.
- El grup s'ha organitzat bé per obtenir els millors rendiments del treball col·lectiu.
- Les interaccions amb la resta de grups i amb el conjunt de la classe han estat molt positives.
- El grup ha tingut la capacitat de superar les dificultats sorgides durant el procés de treball i, especialment, en relació amb les que presenten un biaix de gènere.
- Hem tingut la capacitat de suggerir/construir conjuntament propostes col·lectives de consum i/o producció d'alternatives.

Anotacions

Lined area for taking notes, consisting of multiple horizontal lines.

