

Cultivem justícia!
**REPENSEM EL VALOR
DELS ALIMENTS**





El projecte ***Cultivem justícia! Repensem el valor dels aliments. Per una alimentació sostenible i intercultural*** vol afavorir un desenvolupament socioeconòmic i ambiental just, sostenible i responsable vinculat al dret a l'alimentació amb el suport de teixits col·lectius i comunitaris de la ciutat de Barcelona.


Al llarg de les sessions amb l'alumnat, es treballen temàtiques com la perspectiva nord-sud, la dona a l'agricultura, el dret a l'alimentació, el circuit curt de comercialització, etc., des d'una perspectiva de Drets Humans i de gènere, mitjançant una metodologia participativa, una mirada coeducadora i promovent la presa de consciència, reflexió i corresponsabilitat.

A manera de diari d'aprenentatge, en la següent revista hi ha un recull de les activitats fetes amb **l'alumnat de 3r de l'Institut Miquel Tarradell** durant el transcurs del projecte, de febrer a juny del 2023, així com els coneixements que s'han transmès.

El diari d'aprenentatge és per a les i els alumnes, docència, famílies i agents que han participat en el projecte.

 @desosong

 @desosong_

 Desos Opció Solidària

www.desos.santboi.net

desos@pangea.org

Il·lustracions
@lauramestrre

Repensem el valor dels aliments

Aprenent sobre el sistema agroalimentari. Amb una revista per a vosaltres es reflecteix l'aprenentatge que hem engegat conjuntament amb els col·lectius de l'entorn i totes les persones implicades que treballen per una alimentació accessible, de qualitat i acceptada amb l'objectiu d'impulsar un món més sostenible i un canvi de model agroalimentari. Hem pogut conèixer l'entorn, que ha obert les seves portes i el seu cor per a nosaltres. Hem recorregut espais comunitaris i d'aprenentatge enriquidors per a totes i hem experimentat emocions, sensacions i experiències a partir de repensar el que mengem.

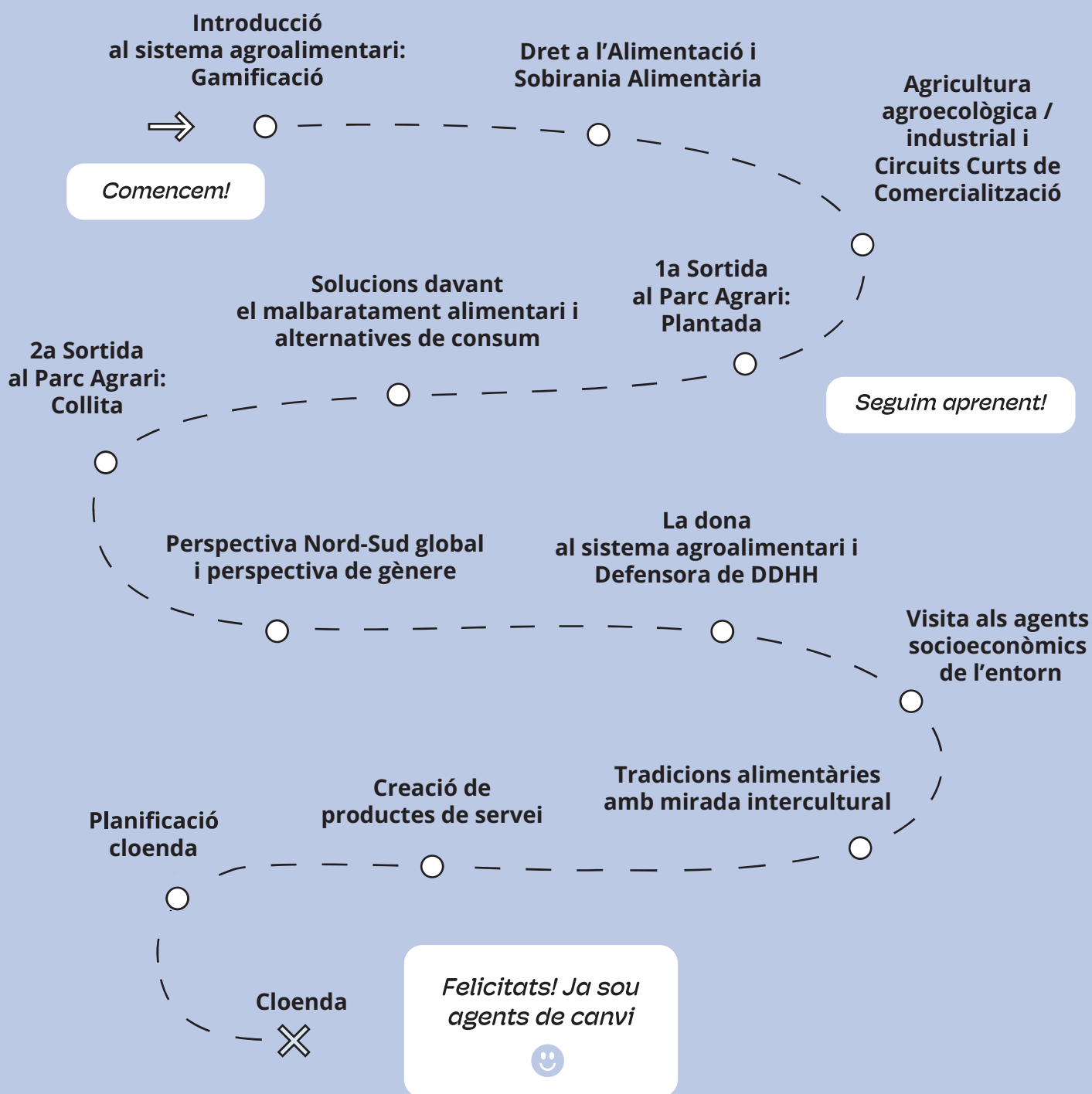
Plantant la nostra llavor col·lectiva per un desenvolupament social, ambiental i econòmic, just i sostenible a escala global. Hem conegut i après a valorar les tasques de la pagesia conreant aliments saludables, sostenibles i de proximitat, generant espais segurs per a l'intercanvi de coneixement vivencial, construint aprenentatges conjunts i cooperatius, impulsant espais de reflexió i exigències per a la dignificació del treball en l'agricultura. Generant consciència sobre l'impacte de la sostenibilitat i l'impacte que té a nivell global.

Sensibilitzant a la comunitat mitjançant els kamishibai, els receptaris, els cartells i les cançons, heu participat activament en la transformació del model actual del sistema agroalimentari cap a un sistema més just i sostenible. Un servei que ha emfatitzat i visibilitzat les problemàtiques dels agents socioeconòmics de l'entorn i les preocupacions de l'alumnat. Esperem que les activitats no només serveixin com a recordatori dels aprenentatges i vivències viscudes al llarg d'aquest projecte d'Aprenentatge Servei, sinó que també serveixi com a testimoni de la fortalesa i la importància de conèixer i ser part d'un nou teixit comunitari.

Prenem consciència del Dret a l'Alimentació

La intenció del projecte d'Aprenentatge Servei al qual heu participat enguany ha estat **implicar-vos activament en la transformació del model actual del sistema agroalimentari cap a un de més just i sostenible.**

Repassem el camí que heu fet de manera conjunta, que us ha apoderat a través de la participació, vivències i aprenentatges adquirits:



Aprenem sobre el sistema agroalimentari

En la primera sessió us heu posat a prova amb un **joc d'escapada**. Col·laborativament, **heu hagut de fer front a un món postapocalíptic on l'única manera de sobreviure és ser autosuficient; i per això es necessiten llavors, terra fèrtil i aigua no contaminada.**

En aconseguir els tres elements indispensables heu pogut plantar llavors de ruca, espinacs i ravenets fent un exercici d'autosuficiència.



Engeguem un projecte agrícola ecològic

Posar en marxa un projecte agrícola ecològic que respecti el medi ambient i els drets de les persones treballadores requereix molta planificació. **Amb l'exercici "Engeguem un projecte agrícola ecològic" us heu posat a la pell de la pagesia** i heu vist que són necessaris diversos elements:

LLOGUER DE LA PARCEL·LA

EINES

VEHICLES DE TRANSPORT

MATERIAL PEL TRANSPORT

TREBALLADORS I TREBALLADORES DEL CAMP

REG

PLANTER / LLAVORS

ADMINISTRACIÓ I FINANCES

Heu comprovat que produir aliments no és garantia que tot allò invertit es recuperi i el negoci prosperi. **En molts casos una part de la collita no té sortida comercial per culpa d'uns criteris estètics que les fruites i verdures han de complir** (tot i ser aptes per al consum!). **Aquesta és la realitat de moltes empreses del sector que inverteixen per fer arribar a la població menjar de qualitat i que per no poder vendre els seus productes acaben desapareixent.**

Sobirania Alimentària i Dret a l'Alimentació

Què és el Dret a l'Alimentació?

El Dret a l'Alimentació és el dret a alimentar-se en condicions de dignitat. Les persones hem de poder satisfer les nostres necessitats amb el nostre esforç i amb els nostres recursos. Tothom ha de poder viure en condicions que ens permetin o produir aliments o comprar-los.

Defnim la Sobirania Alimentària

La sobirania alimentària és poder decidir sobre què, com, qui i on es produeixen els aliments que mengem. Defensa que els aliments es produeixin a prop d'on són consumits i posa en valor les pageses i pagesos que treballen per alimentar-nos.

Un cop heu tractat aquests dos conceptes, mitjançant un test, heu esbrinat com de sobiranes i sobirans sou amb la vostra alimentació.

Siguem agents de transformació!

Recuperem algunes de les preguntes del test perquè les pugueu fer a la família i amistats per sensibilitzar sobre la sobirania alimentària:

Cultives els aliments que consumeixes?

SÍ A VEGADES NO

Cuines a casa?

SÍ A VEGADES NO

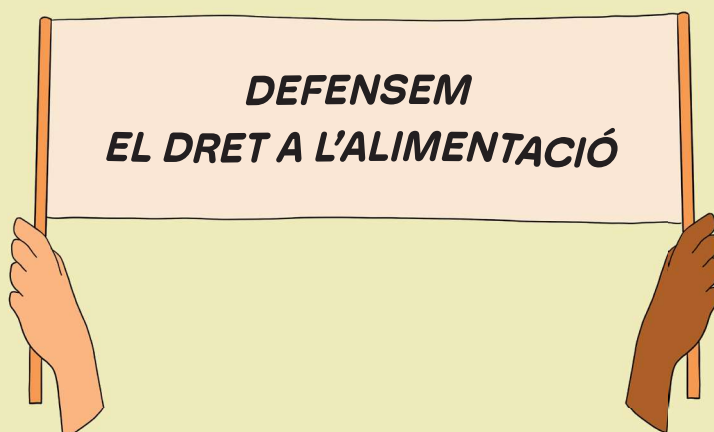
Menges aliments propis de la teva cultura o tradició?

SÍ A VEGADES NO

Pensa en l'esmorzar que has pres avui. Saps d'on ve l'aliment o qui l'ha produït?

SÍ A VEGADES NO

+ SOBIRÀ/NA -



Diferències entre l'agricultura ecològica i la industrial

Al llarg del projecte, heu conegut les característiques de l'agricultura industrial i les problemàtiques que es deriven d'aquest model que és insostenible i perpetua una visió dels aliments mercantilitzada i no de bé comú. L'heu pogut comparar amb l'agricultura ecològica i de proximitat que vetlla per la protecció del medi ambient, la salut i el benestar de les persones.

Agricultura industrial / convencional

Pagesia com a element necessari però no bàsic per a la producció agrícola.

Productes que viatgen molts quilòmetres, augmentant la contaminació.

Els aliments maduren durant el transport, tenen menys nivell nutricional i qualitat.

Grans empreses dominen totes les fases de la cadena alimentària.

Genera malbaratament alimentari.

La producció intensiva no respecta el medi ambient. Predomina el monocultiu.

Agricultura ecològica i de proximitat

Reconeix la pagesia com a indispensable. Valora el coneixement camperol.

Productes de km0.

Els aliments són més frescos, tenen més nutrients i gran qualitat.

Gran part de productes provenen de petits productors.

Hi ha menys probabilitats que els aliments es desaprofitin.

S'aposta pels cicles naturals i la rotació de cultius, afavorint la regeneració del sòl.

Circuits curts de comercialització

El camí d'un aliment des del moment que es cull fins que arriba al plat pot ser molt diferent segons si passa per poques o moltes mans i si recorre curtes o llarguíssimes distàncies. **En els circuits curts de comercialització els productes són venuts directament pels productors o amb una intervenció mínima.** Això promou la reducció del malbaratament alimentari, menor contaminació i que les pageses i pagesos rebin un preu més just per les seves collites.



El Dret a l'Alimentació i les tradicions alimentàries

Amb la cooperativa l'Etnogràfica heu tractat la dimensió sociocultural i identitària del dret a l'alimentació; heu reconegut i donat valor a què tothom es pugui alimentar segons les seves tradicions i cultures. En la sessió, heu representat un àpat fent teatre; heu d'expressar i explicar com es cuinava, amb quins ingredients i com es menjava.



Heu vist que **al nostre territori existeixen moltes maneres d'entendre l'alimentació, trobem cultures culinàries plurals**, així com una àmplia varietat de receptes per preparar i menjar verdures i hortalisses de forma diversa.

A més, heu conegut que **hi ha molts productes d'orígens diversos que avui en dia podem trobar a Catalunya i que són de proximitat i ecològics**; com la col de Napa i l'okra.

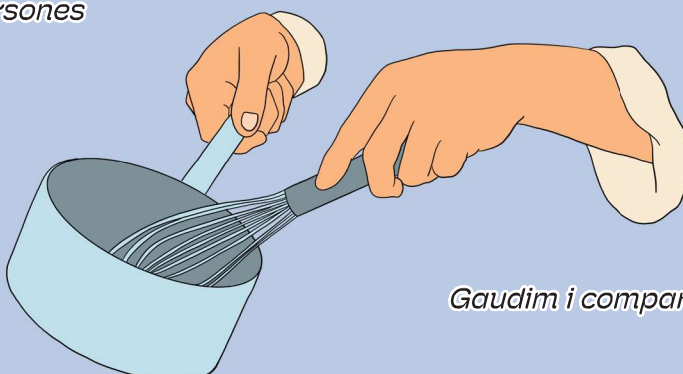
A través de l'alimentació...

Ens vinculem amb productes que creixen al territori

Celebrem la nostra cultura i tradicions

Ens relacionem amb altres persones

Recuperem receptes familiars



Gaudim i compartim moments

Ens visita una Defensora dels Drets Humans

L'experiència de la **defensora dels drets humans nicaragüenca Magdalena Salgado** com a dona d'una comunitat pagesa i rural a Nicaragua, ha posat de manifest que **el patriarcat manté relacions de gènere profundament desiguals en el món agrícola**. Les dones pageses, especialment les del Sud global han de superar barreres diàriament per ser-ho i dedicar-se a l'agricultura.

Moltes defensores dels DH es troben en situació de vulnerabilitat i fins i tot de perill a Llatinoamèrica pel fet de protegir el medi ambient i vetllar per una vida digna per a totes les persones.



Amb la Magdalena, **heu reflexionat sobre la importància de l'activisme i de la seva capacitat de transformació en el vostre entorn** utilitzant la següent pregunta:

Què podríeu fer vosaltres com a activistes a l'institut front a situacions injustes o que us agradaria canviar?

Les **accions a l'institut** que heu proposat han estat:

- *Crear cartells i posar-los als passadissos de l'institut*
- *Parlar amb gent sobre el que està passant al món*
- *Compartir frases motivadores a les xarxes socials*

Les **actituds i valors que s'han de respectar al fer una tasca activista** destacats són:

- *Escoltar-nos i respectar-nos. Respectar les opinions dels altres*
- *Empatitzar, posar-se en la situació de l'altra persona*
- *Intentar ajudar als companys/es que necessiten ajuda o no entenen alguna cosa*

Coneixem el Parc Agrari del Baix Llobregat

Les visites al Parc Agrari del Baix Llobregat als terrenys agrícoles de la cooperativa Central Parc us han permès conèixer de primera mà la tasca de la pagesia. Per moltes i molts de vosaltres ha estat un primer contacte amb l'espai agrari i heu pogut conèixer des de les vivències el lloc on es desenvolupa l'activitat agroecològica que abasteix d'aliments saludables i de proximitat a la ciutadania local.

En la primera visita, heu fet un reconeixement de l'entorn, identificant els cultius de temporada. També heu rebut formació sobre el compost, el disseny dels terrenys i com planificar la plantada tenint en compte el nombre de plantes que caben en l'espai, la distància que aquestes necessiten per poder créixer de forma correcta i les eines que s'han d'emprar.

Al cap d'un mes, heu tornat als camps per aprendre sobre la seva biodiversitat, en concret sobre la importància dels insectes en l'agroecologia i fer la collita de verdures. De forma conjunta, heu creat un hotel d'insectes a partir de pals, trossos de teules, pinyes i altres materials per col·locar entre els cultius.

Finalment, heu posat mans a la terra i heu recollit bròquil verd, de la família de la coliflor, que us heu emportat a casa. Heu pogut compartir amb companyes, família i amitats productes de km0!

Us heu iniciat en l'aprenentatge del maneig ecològic i heu après en què consisteix el dia a dia de la pagesia; una professió laboral molt necessària per la nostra supervivència i pel manteniment del medi ambient.





Malbaratament alimentari i alternatives de consum

Com ara ja sabeu, **el malbaratament alimentari es produeix quan els aliments que són aptes per al consum humà es perden, es desaprofiten o es llencen en qualsevol de les etapes de la cadena alimentària.** Aquest fet és un problema global que té impactes significatius en la societat, l'economia i el medi ambient.

- A la Unió Europea cada any es desaprofiten més de 153,5 milions de tones d'aliments.
- Els residus alimentaris contribueixen directament al canvi climàtic; la seva descomposició genera metà que és un gas amb efecte d'hivernacle.
- Es perd tota l'aigua, l'energia i la terra destinada en produir aliments que mai s'arriben a consumir.
- La majoria d'aliments es perden en la fase de producció primària. **Moltes fruites i verdures no s'arriben a comercialitzar per raons estètiques; s'anomenen minves.**



1/3 dels aliments que es produeixen es perden o es malbaraten

Repensar la manera que tenim de consumir i prendre consciència dels efectes del consum industrial sobre les persones i el planeta ens porta a un canvi d'hàbits a l'hora de fer la nostra compra, a buscar alternatives i a reduir el consum, dins del que ens és possible, i per tant a avançar cap a un desenvolupament sostenible.

A la recerca d'alternatives de consum

Heu cercat a les plataformes **Pam a Pam** i **Barcelona + Sostenible** les alternatives de consum responsable que hi ha a prop de l'institut i les heu situat en un mapa del Raval.

Fem un consum responsable al barri

En la sortida al barri heu descobert els **agents socioeconòmics que aposten per una producció i consum responsables** que es troben a pocs minuts a peu de l'institut!

Botigues ecològiques

Són establiments on podem trobar productes ecològics, de proximitat, de temporada i saludables. Les botigues ecològiques faciliten els circuits de comercialització curts, donen sortida comercial a les minves alimentàries i vetllen per la reducció dels residus amb la venda a granel i la reutilització d'envasos.

BUBUB Fruites i Verdures - C/ Joaquín Costa, 29
Cooperativa Molsa - Rda. de Sant Pau, 49
Cafeteria ARTISA - Carrer de Colom, 2



Horts comunitaris

Espais verds dins les ciutats on persones i grups es troben per treballar la terra col·lectivament i obtenir aliments frescos. Impulsen la sobirania alimentària, l'autoconsum, l'agroecologia i l'intercanvi de coneixements agrícoles. A més, són llocs que afavoreixen la cohesió social, el suport mutu i la creació de vincles entre persones i amb la naturalesa.

Taules de cultiu al Casal de Gent Gran Josep Trueta - C/ Reina Amàlia, 31-33



Siguem agents de transformació!

Compartiu amb altres persones les botigues, cooperatives i iniciatives que has conegut. Feu córrer la veu que una alimentació sostenible i de proximitat al Raval és possible!

Creem productes de sensibilització

En la fase final del projecte **heu elaborat diferents productes que ajuden tant a cobrir les necessitats identificades dels agents socioeconòmics que heu visitat, com que permeten sensibilitzar altres persones del vostre entorn** sobre les temàtiques treballades al llarg de tot el projecte.

A través de l'art heu sigut defensores i defensors del dret a l'alimentació: heu plasmat el vostre missatge en kamishibais, receptaris, cartells de difusió i cançons.



El projecte finalitza amb l'acte de cloenda; una jornada on heu compartit tot allò après al llarg de les sessions amb l'alumnat d'altres cursos i heu exposat els productes de sensibilització sobre el dret a l'alimentació. També heu jugat al joc de cartes (des)vestint aliments, heu presentat els kamishibais, els receptaris, les cançons i els cartells, heu preparat receptes de proximitat amb Central Parc i heu entrevistat a les companyes i companys. I ja per últim, us heu reunit al teatre per a fer una dinàmica sobre sobirania alimentària. Un dia per a recordar, ple d'aprenentatges i gaudi!

Us animem a continuar cuidant aquesta llavor col·lectiva que hem plantat per un desenvolupament social, ambiental i econòmic, just i sostenible a escala global.

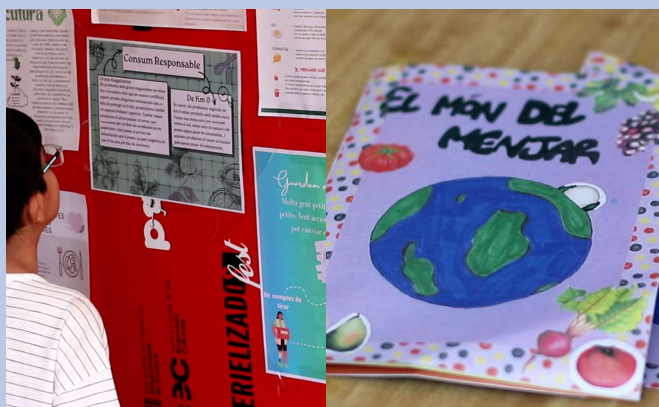
Siguem agents de transformació!

Heu vist que totes les persones podem contribuir a la comunitat en la defensa dels drets. Us convidem fer arribar els productes de sensibilització que has elaborat amb les persones del vostre entorn.

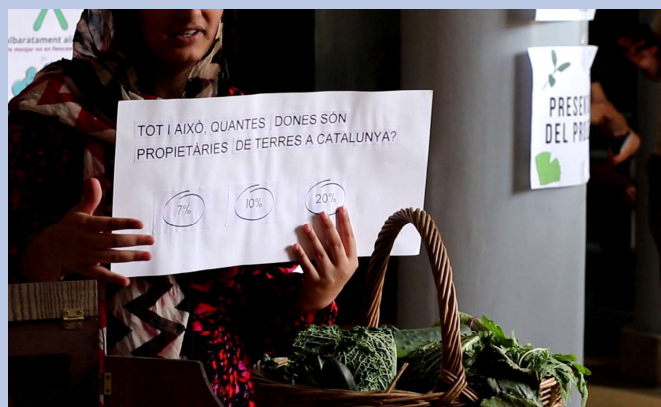
#repensem el valor dels aliments



Exposició de kamishibais



Cartells, receptaris i cançons



Presentació del projecte



Estampació de draps de cuina



Taller de receptes de proximitat



Dinàmica final



Joc (des)vestint aliments



Enregistrament i entrevistes

Vídeo resum de l'acte de cloenda



Cuinem de proximitat

Ara que ja sabeu on es poden comprar aliments de proximitat, us animem a incloure'ls a les vostres receptes! **Feu una foto del drap de cuina que vaue stampar amb els plats que prepareu i pengeu-la a les xarxes socials amb el hashtag #cuinemdeproximitat.**

#CuinemDeProximitat



Per saber-ne més

Us compartim un parell de **vídeos que tracten els Objectius de Desenvolupament Sostenible, en concret el 5 i el 13.** Escanegeu els QR per veure'ls:

ODS 13: Acción por el Clima - Una mirada desde Nicaragua y Catalunya

En el vídeo es reflexiona sobre la greu situació climàtica que estem vivint i la necessitat de buscar propostes de canvi. Hi participen una Defensora i un Defensor de Drets Humans nicaragüencs.



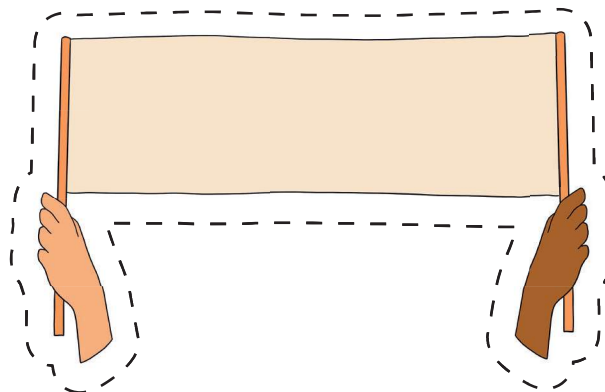
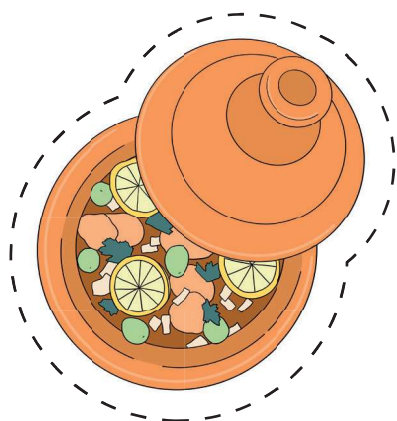
ODS 5: Igualdad de género - Una mirada desde Nicaragua y Catalunya

Conversa sobre feminisme, moviments de dones i lideratge, entre tres persones vinculades als moviments feministes a Nicaragua i a Catalunya.



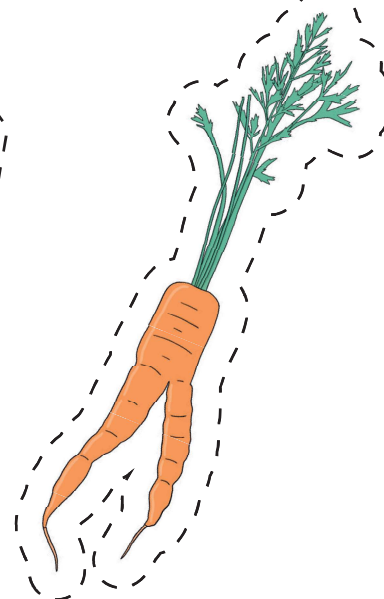
**Defensem
la Justícia Global**

**Alimentació
sostenible**



**STOP
Desigualtats
de gènere**

Minves



Organitza:

Desos

cooperació
i desenvolupament
sostenible

Amb el suport de:



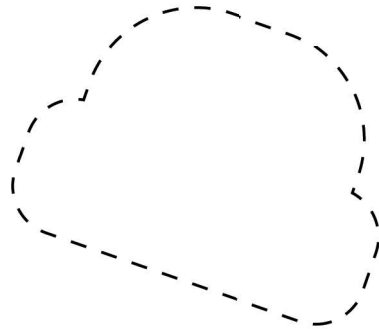
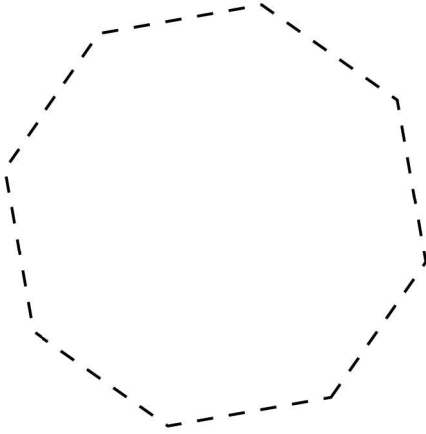
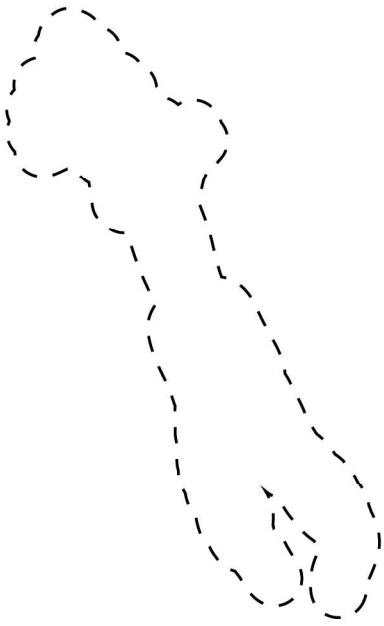
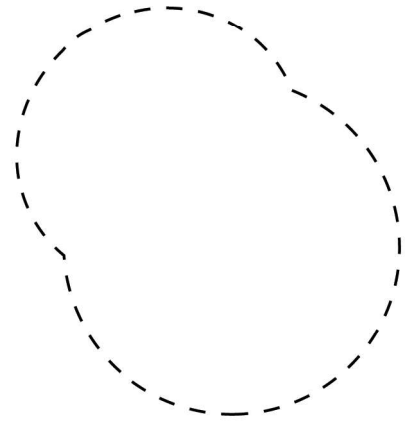
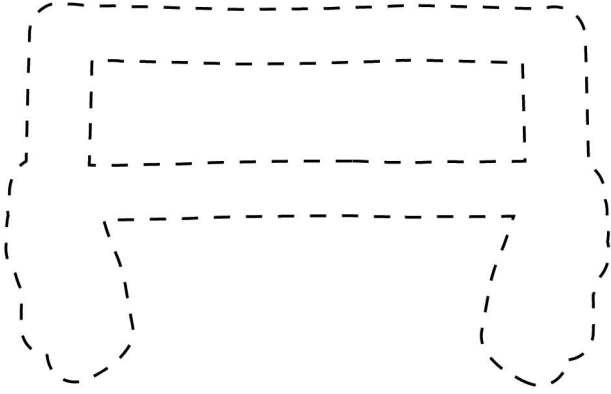
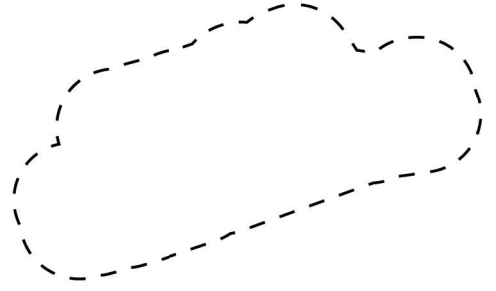
Ajuntament de
Barcelona

Amb la col·laboració de:



Agència Catalana
de Cooperació
al Desenvolupament

El contingut d'aquesta publicació és responsabilitat exclusiva de DESOS Opció Solidària i no reflecteix necessàriament l'opinió de l'ACCD.



La vostra experiència, les vostres paraules

“Els pagesos estan infravalorats. Sense ells no tindríem la majoria de verdures. El que més m’ha agradat és anar a l’hort.”

***“Jornades de treball molt llargues,
sota un sol molt calurós, partint-se l’os.
Són poc reconeguts,
poc a poc molt perduts.”***

“És important defensar les nostres tradicions alimentàries per conèixer diferents aliments d’altres cultures. A més, encara que estiguis en un altre país, has de poder menjar coses que tu coneixes i amb les que estàs familiaritzat.”

***“El menjar et dona força i molta il·lusió,
però la pobresa i la gana son una desil·lusió.
La desigualtat, ens separa i ens destrueix.
És hora de canviar la història,
crear un món més just i bonic.”***

