

PROJECTE EDUCATIU EN AGROECOLOGIA i COOPERATIVISME: extraescolars curs 2018-2019



CATÀLEG D'ACTIVITATS EXTRAESCOLARS PER A ESCOLES

- **Presentació del projecte**

Aquest catàleg d'activitats extraescolars s'adreça a la comunitat educativa d'educació infantil i primària. Hi trobareu les nostres propostes d'extraescolars vinculades a l'educació agroambiental i la producció d'aliments: «Del camp al plat: cuina de proximitat», «ReciclArt», «Organic Gardening» i «EcoCrea».

- **Com ho fem?**

Totes les activitats que us proposem es basen en metodologies participatives i divertides, la transdisciplinarietat i el treball en equip i cooperatiu. Les extraescolars que us oferim en aquest catàleg són creatives, experimentals i vivencials. Oferim l'opció de fer els tallers en anglès com a llengua vehicular, de manera que es combina l'educació agroambiental i cooperativa i l'aprenentatge de l'anglès.

- **Sobre nosaltres**

L'Aresta Cooperativa Agroecològica

L'Aresta som un projecte agroecològic i cooperatiu que tenim com a objectiu promoure l'agroecologia, el respecte al medi ambient, la cooperació social i un món rural viu. El nostre projecte està dividit en tres línies d'acció estretament relacionades. Per una banda, ens dediquem a l'elaboració agroecològica de pa i productes de fleca, que fem amb ingredients ecològics, llevat mare natural i forn de llenya. Treballem enxarxant-nos amb altres projectes i pageses properes. Potenciem la recuperació de farines locals, mòltes en molí de pedra, de cereals de varietats antigues, locals i tradicionals.

Per altra banda, fem activitats i tallers per a escoles, instituts, col·lectius i persones interessades a conèixer i experimentar, mitjançant dinàmiques participatives, aspectes relacionats amb l'agroecologia, l'educació ambiental i el cooperativisme. Realitzem activitats formatives per a tot tipus de públic, especialment centrades en l'elaboració de pa, l'agricultura i l'educació ambiental.

Finalment, dediquem part de la nostra activitat a la promoció i dinamització local en els àmbits de l'agroecologia i el cooperativisme. Organitzem i participem en accions com xerrades, fires, congressos i trobades vinculades amb aquestes temàtiques per tal de divulgar-les i contribuir al seu desenvolupament. També participem en recerques en els mateixos àmbits amb l'objectiu de difondre i implementar experiències i aprenentatges útils per al desplegament de pràctiques crítiques i transformadores.

- **Contacte:**

635 08 16 00 (Pati)

arestaeducacio@gmail.com

- **Visita la nostra pàgina web i el nostre Facebook:**

www.arestacooperativa.com

[Facebook](#)

Del camp al plat: cuina de proximitat

A l'extraescolar **Del camp al plat: cuina de proximitat** introduïm els nens i nenes al món de la cuina i de l'alimentació a partir de l'experimentació i la creativitat. Ens aproximem a la cuina, tot fent el recorregut per allò que passa des que cultivem l'aliment al camp fins que arriba al nostre plat. Coneixerem les diferents pràctiques agrícoles i de producció d'aliments actuals i fomentarem hàbits alimentaris saludables des d'una perspectiva agroecològica i de respecte al medi ambient i a les persones.

Els objectius generals del projecte **Del camp al plat: cuina de proximitat** són:

- Aprendre l'origen i la temporalitat dels aliments.
- Conèixer com s'han produït els aliments que mengem.
- Experimentar algunes tècniques per elaborar, conservar i cuinar aliments bàsics.
- Promoure hàbits alimentaris saludables i respectuosos amb el medi ambient i les persones.

Totes les sessions les duem a terme emprant metodologies participatives que fomenten el treball en equip i cooperatiu, la transdisciplinarietat i la creativitat. Totes les activitats són adaptables segons les edats del grup i les podem oferir en anglès.

Cada taller setmanal inclou una sèrie de dinàmiques per conèixer els elements i conceptes clau de la sessió i una part pràctica en què manipularem, elaborarem i cuinarem aliments.

Alguns dels blocs temàtics que desenvoluparem a l'extraescolar són:

- **Conservem els aliments.** Practicarem tècniques de conservació d'aliments per poder menjar productes fora de temporada.

Alguns dels tallers seran: «Melmelada de fruites!», «Conserves de verdures».

- **De l'hort a taula.** Plats preparats amb ingredients recollits de l'hort per aproximar-nos a la temporalitat dels aliments.

Alguns dels tallers seran: «Una amanida silvestre», «Fem xató», «Hamburgueses? de verdures!».

- **Del cereal al pa.** Bloc de tallers amb què coneixerem el cultiu de cereals, la producció de farina i l'elaboració de pa i altres productes de fleca.

Alguns dels tallers seran: «Del cereal a la farina», «Quina pizza tan bona!», «Panets de nadal», «Galletes de moniato».

- **Una fruita per cada estació.** Elaboració de plats amb fruites de temporada i de proximitat.

Alguns dels tallers seran: «Amanides de colors», «Fruites amb sorpreses».

- **Paisatges mediterranis.** Tallers que ens apropen a plats, salses i aliments propis de la cuina mediterrània.

Alguns dels tallers seran: «Fem olivada», «Mil tomàquets», «Hummus».

- **Cuina i reaprofitar.** Amb algunes restes que trobem al fons de la nevera, podem elaborar plats exquisits! Descobrirem com fer invents sense sortir de casa.

Alguns dels tallers seran: «Mousse de iogurt», «Croquetes de verdures».

- **A càrrec de:** [L'Aresta](#)
- **Durada:** activitat anual
- **Freqüència:** una tarda a la setmana (1 hora, 1:15 o 1:30 hores segons les necessitats de l'escola)
- **Ràtio de nens/es:** màxim 12 alumnes, mínim 8 alumnes
- **Preu trimestral:** entre 70 i 85 € per alumne, depenent de la ubicació de l'escola i de la durada de l'activitat.



ReciclArt

ReciclArt és una extraescolar que aborda el reciclatge, la reutilització, la reducció i la recuperació de residus des d'una vessant creativa i transdisciplinària. Al llarg dels tallers de les diferents sessions tractem conceptes de l'educació ambiental, les arts, les ciències naturals i les ciències socials, mirant de canviar alguns hàbits quotidians en l'àmbit del consum.

Els objectius generals de **ReciclArt** són:

- Entendre el residu com un recurs que, fins i tot, pot acabar generant vida a l'hort.
- Fomentar la reducció, el reciclatge i la reutilització de residus, incorporant aquestes accions com a hàbits del nostre dia a dia.
- Conèixer els residus que cal llençar a cada contenidor i el cicle dels materials.
- Pensar en pràctiques de consum responsable que redueixin la generació de residus.
- Cultivar l'expressió artística a partir de material reciclat.

Totes les sessions les duem a terme emprant metodologies participatives que fomenten l'experimentació i el treball en equip i cooperatiu. Totes les activitats són adaptables segons les edats del grup. Hi ha l'opció de fer servir l'anglès com a llengua vehicular.

Cada taller setmanal inclou una sèrie de dinàmiques per conèixer els elements i conceptes clau de la sessió i una part en què posarem en pràctica el reciclatge creatiu de materials, transformant-los i donant-los una nova vida.

Les principals àrees temàtiques que desenvoluparem a l'extraescolar són:

- **Reciclatge creatiu:** el paper, el cartró, el vidre o els envasos de plàstic, un cop usats, en lloc de llençar-los com a deixalles, poden servir com a materials per a una infinitat de manualitats artístiques i utilitats.

Alguns dels tallers que farem són: «Fem paper reciclat», «Instruments musicals amb materials reciclats», «Decoracions nadalenesques amb material reciclat», «Teatre d'ombres amb caixes de cartró», «Els insectes de l'hort»...

- **Viure amb menys residus:** reutilitzar, reparar, reciclar i cercar alternatives són algunes de les estratègies per generar menys residus en el nostre dia a dia.

Posarem en pràctica aquestes accions a través de tallers com: «Piles amb suc de llimona», «Els viatges d'en Pot, la Bossa i la Capsa», «Taller de reparacions», «De residu a joguina»...

- **Hort reciclat.** Els envasos i molts altres materials usats poden ser transformats en elements molt útils per a l'hort ecològic domèstic, de l'escola o comunitari.

Farem tallers com: «Torretes amb garrafes», «Hotel d'insectes», «Menjadores per a ocells amb envasos de plàstic»...

- **A càrrec de:** [L'Aresta](#)
- **Durada:** activitat anual
- **Freqüència:** una tarda a la setmana (1 hora, 1:15 o 1:30 hores segons les necessitats de l'escola)
- **Ràtio de nens/es:** màxim 12 alumnes, mínim 8 alumnes
- **Preu trimestral:** entre 70 i 85 € per alumne, depenent de la ubicació de l'escola i de la durada de l'activitat.



Organic Gardening

Organic Gardening és una extraescolar d'hort escolar ecològic. Al llarg del projecte, prepararem, crearem i mantindrem un hort amb mètodes de l'agricultura agroecològica. L'hort escolar és un recurs pedagògic que permet la transversalitat dels continguts curriculars i l'experimentació de nous sabers i aprenentatges.

A l'hort, els nens i nenes entren en contacte amb materials que no solen estar presents a la seva vida quotidiana, com ara les eines, la terra o les llavors, de manera que poden desenvolupar noves habilitats, a més de fer un exercici físic que els relaxa de les tensions del dia. A més, l'activitat té uns fruits ben tangibles, cosa que resulta molt satisfactòria, i alhora els ajuda a exercitar la paciència, seguint els passos del procés de cultiu i el ritme de creixement de les hortalisses.

A més, l'hort educatiu és una eina idònia per a l'aprenentatge de llengües des de la immersió en una experiència creativa i en connexió amb la natura: s'aprèn fent! Així, l'anglès serà l'idioma vehicular dels tallers. També podem fer-los en francès o, és clar, en català.

Els objectius generals d'**Organic Gardening** són:

- Cultivar la sensibilització ambiental i la cooperació social i aprendre des de la pràctica d'on vénen i com es produeixen els aliments que mengem.
- Familiaritzar-se amb tècniques bàsiques de preparació, cultiu i manteniment d'un hort agroecològic.
- Reconèixer les diferències entre els aliments frescos i els aliments processats i adquirir coneixements sobre l'estacionalitat de les verdures i fruites.
- Promoure hàbits alimentaris saludables i respectuosos amb el medi ambient i les persones.

Totes les sessions es duen a terme emprant metodologies participatives que fomenten l'experimentalitat i el treball en equip i cooperatiu. Totes les activitats són adaptables segons les edats del grup.

Cada taller setmanal inclou una sèrie de dinàmiques per conèixer els elements i conceptes clau de la sessió i una part pràctica, de posar-nos mans a la terra, per aprendre a cultivar i tenir cura de l'hort.



Les principals etapes i activitats que desenvoluparem a l'extraescolar d'hort ecològic són:

- **Preparació i manteniment de l'hort.** Adequació del perímetre i accessos, llaurar la terra, femar, sistema de reg...

- **Del plat a la terra: fem compost!** Aprendre la importància de la fertilitat del sòl, com podem fer compost a casa i elaborarem adob ecològic amb diferents tècniques de compostatge de matèria orgànica.

- **Les llavors.** Observarem una gran varietat de llavors amb formes diferents, adaptades al seu mitjà de dispersió (pel vent, per l'aigua, enganxades al pèl o menjades per un animal). Plantarem llavors de plantes de temporada per fer sembra directa i planter.

- **Plantem a l'hort.** Anirem plantant hortalisses d'acord amb la seva estacionalitat. En coneixerem la temporalitat i el procés de creixement, quan i com cal plantar-les i regar. També aprendrem nocions de quines combinacions de plantes s'afavoreixen mútuament i afavoreixen el manteniment de la fertilitat del sòl.

- **Multiplicant plantes.** Les plantes poden reproduir-se a través de les llavors però també a través de mecanismes de reproducció vegetativa o asexual com ara els esqueixos, els bulbs, els tubercles o els estolons. Experimentarem amb diferents tipus de reproduccions vegetals.

- **La biodiversitat a l'hort.** Entre tots els nens i nenes farem un hotel d'insectes per augmentar la biodiversitat a l'hort. També plantarem plantes aromàtiques i n'aprendrem algunes propietats medicinals i culinàries.

- **A càrrec de:** [L'Aresta](#)
- **Durada:** activitat anual
- **Freqüència:** una tarda a la setmana (1 hora, 1:15 o 1:30 hores segons les necessitats de l'escola)
- **Ràtio de nens/es:** màxim 12 alumnes, mínim 8 alumnes
- **Preu trimestral:** entre 70 i 85 € per alumne, depenent de la ubicació de l'escola i de la durada de l'activitat.



EcoCrea

EcoCrea és una extraescolar que combina activitats creatives de reciclatge, d'horticultura ecològica i de cuina de proximitat. Ve a ser, doncs, una síntesi de les altres tres extraescolars proposades: «Del camp al plat: cuina de proximitat», «ReciclArt» i Organic Gardening».

Els objectius generals d'**EcoCrea** són:

- Cultivar la sensibilització ambiental i la cooperació social.
- Promoure hàbits alimentaris saludables i respectuosos amb el medi ambient i les persones.
- Aprendre d'on vénen i com es produeixen els aliments que mengem.
- Experimentar algunes tècniques bàsiques per elaborar, conservar i cuinar aliments.
- Fomentar la reducció, el reciclatge i la reutilització de residus, entenent-los com un recurs.
- Cultivar l'expressió artística a partir de material reciclat.
- Experimentar amb tècniques bàsiques de creació i manteniment d'un hort domèstic o escolar.

Totes les sessions les duem a terme emprant metodologies participatives que fomenten l'experimentació, el treball en equip i cooperatiu, la transdisciplinarietat i la creativitat. Totes les activitats són adaptables segons les edats del grup. Hi ha l'opció de fer servir l'anglès com a llengua vehicular.

Cada taller setmanal inclou una varietat de jocs i dinàmiques per conèixer els elements i conceptes clau de la sessió i una part més pràctica, de posar-nos a cuinar, a fer manualitats o a fer activitats d'horticultura domèstica (o de l'hort escolar, si el centre en disposa o hi ha possibilitat de crear-lo).

Les temàtiques i activitats que farem corresponen a una combinació de les altres tres extraescolars proposades, «Del camp al plat: cuina de proximitat», «ReciclArt» i Organic Gardening».

- **A càrrec de:** [L'Aresta](#)
- **Durada:** activitat anual
- **Freqüència:** una tarda a la setmana (1 hora, 1:15 o 1:30 hores segons les necessitats de l'escola)
- **Ràtio de nens/es:** màxim 12 alumnes, mínim 8 alumnes
- **Preu trimestral:** entre 70 i 85 € per alumne, depenent de la ubicació de l'escola i de la durada de l'activitat.





Gràcies pel vostre interès!

Esperem col·laborar amb vosaltres ben aviat!

CONTACTE:

635 08 16 00 (Pati)

arestaeducacio@gmail.com

www.arestacooperativa.com

www.facebook.com/laresta.flecacoop

l'aresta
COOPERATIVA AGROECOLÒGICA

