

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, moltes 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 diverses 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: «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 proximitat: «Amanides de colors», «Fruites amb sorpreses», etc.

- **Paisatges mediterranis.** Tallers que ens apropen a plats, salses i aliments propis de la cuina mediterrània: «Fem olivada», «Mil tomàquets», «Hummus».

- **Cuina i reaprofitar.** Amb algunes restes que trobem al fons de la nevera, podem elaborar plats exquisits! «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:** màxima 12 alumnes, mínima 8 alumnes
- **Preu trimestral:** entre 70 i 85 euros 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 nadalenques 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. «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:** màxima 12 alumnes, mínima 8 alumnes
- **Preu trimestral:** entre 70 i 85 euros 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 d'un animal, al ser menjades per un animal). Plantarem llavors de diverses plantes de temporada per fer sembra directa i planter.

- **Plantem a l'hort.** Anirem plantant diverses hortalisses d'acord amb la seva estacionalitat. Coneixerem la seva temporalitat i el seu procés de creixement, quan i com les hem de plantar i regar. Aprendrem també algunes nocions de quines combinacions de plantes afavoreixen la seva salut i desenvolupament i 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:** màxima 12 alumnes, mínima 8 alumnes
- **Preu trimestral:** entre 70 i 85 euros 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 doncs a ser 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:** màxima 12 alumnes, mínima 8 alumnes
- **Preu trimestral:** entre 70 i 85 euros 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!

635 08 16 00 (Pati)

arestaeducacio@gmail.com

www.arestacooperativa.com

www.facebook.com/laresta.flecacoop

l'aresta
COOPERATIVA AGROECOLÒGICA

