

# L'aresta

EDUCACIÓ AGROECOLÒGICA

## GUIA D'ACTIVITATS EDUCATIVES

CURS 2018-2019

**PER A CENTRES EDUCATIUS D'EDUCACIÓ INFANTIL,  
PRIMÀRIA, SECUNDÀRIA, BATXILLERAT  
I CICLES FORMATIUS**



FLECA



EDUCACIÓ



RECERCA



DINAMITZACIÓ  
LOCAL

Aquest catàleg d'activitats agrocològiques s'adreça al professorat, als educadors/es i a tota la comunitat educativa.

## El projecte educatiu

El nostre projecte educatiu fomenta l'aprenentatge actiu en l'agroecologia i la cooperació.

Hibridem pràctiques artesanals, pageses, artístiques, científiques i de cooperació social, mitjançant metodologies participatives.



## Els nostres objectius



Promoure un món rural viu

Impulsar la cooperació social

Fer créixer l'apoderament comunitari

Fomentar el coneixement del nostre entorn

Posar la sostenibilitat de la vida al centre

## Com ho fem?

Totes les activitats proposades es basen en metodologies participatives, la transdisciplinarietat i el treball en equip i cooperatiu.

Els tallers que us oferim en aquest catàleg són creatius, experimentals i vivencials.



## Serveis



- Tallers
- Xerrades
- Extraescolars
- Casals d'estiu
- Formació al professorat
- Assessorament pedagògic
- Disseny de material educatiu
- Menjadors escolars ecològics
- Disseny de projectes educatius
- Visites guiades a finques i obradors
- Disseny, creació i manteniment d'horts

## Coneix els nostres tallers

Els tallers s'agrupen en 8 temàtiques que ressegueixen totes les etapes de producció, elaboració, distribució i consum d'aliments i altres productes.

En aquest catàleg trobareu algunes de les propostes concretes de tallers per a cada àrea. Tanmateix, us els podem dissenyar a mida en funció de les vostres necessitats.



Trobaràs més informació al nostre web: [www.aresta.coop](http://www.aresta.coop),  
a [facebook.com/arestacoop](https://facebook.com/arestacoop) i a [twitter.com/arestacoop](https://twitter.com/arestacoop)

# QUADRE D'ACTIVITATS PER ETAPA EDUCATIVA

\*La durada dels tallers es pot adaptar a les necessitats de cada centre.

	ÀREA	TALLER	DURADA*	
EDUCACIÓ INFANTIL	<i>Horta ecològica</i>	MIL LLAVORS	1 hora	
		NOSALTRES MENGEM DE TEMPORADA	1 hora	
	<i>Del camp al plat</i>	CUINA SALUDABLE PER A TOTHOM!	1 hora	
		EL VIATGE DELS ALIMENTS	1 hora	
	<i>Del cereal al pa</i>	FEM PA AGROECOLÒGIC!	1 hora	
	<i>FermentAcció</i>	QUI HI HA DINS DEL PA?	1 hora	
	<i>Desvestint la roba</i>	LA LLANA: DE L'OVELLA AL TEIXIT	1 hora	
	<i>Ed. ambiental</i>	DESCOBERTA DE L'ENTORN	1 hora	
EDUCACIÓ PRIMÀRIA		MULTIPLICANT PLANTES	1,5 hores	
	<i>Horta ecològica</i>	ELS INSECTES AMICS	2 hores	
		UN HORT MOLT DIVERS	2 hores	
		NOSALTRES MENGEM DE TEMPORADA	1,5 hores	
	<i>Del camp al plat</i>	CUINA SALUDABLE PER A TOTHOM!	1 hora	
		EL VIATGE DELS ALIMENTS	1,5 hores	
	<i>Del cereal al pa</i>	DEL CEREAL AL PA	2 hores	
		QUI ÉS EL LLEVAT MARE?	1 hora	
	<i>FermentAcció</i>	FERMENTEM	2 hores	
		QUÈ HI HA DINS DEL PA?	1,5 hores	
		CUINAR CIÈNCIA: EMULSIONA, GELIFICA I ESFERIFICA	1 hora	
	<i>CooperAcció</i>	COOPEREM?	1,5 hores	
	<i>Desvestint la roba</i>	LA LLANA: DE L'OVELLA AL TEIXIT	1,5 hores	
	<i>Ed. ambiental</i>	UN MUNT DE PAISATGES	2,5 hores	
EDUCACIÓ SECUNDÀRIA I BATXILLERAT	<i>Horta ecològica</i>	EL SÒL: UN ECOSISTEMA VIU	1,5 hores	
		TANCANT ELS CICLES... AMB COMPOST!	2 hores	
		CUINA DE REAPROFITAMENT	1 hora	
	<i>Del camp al plat</i>	D'ON VE, EL QUE MENGEM?	1,5 hores	
		CUINANT ALTERNATIVES	2 hores	
	<i>Del cereal al pa</i>	DEL CAMP A TAULA: EL CICLE DEL PA	2 hores	
		LLAVORS PER A LA SOBIRANIA ALIMENTÀRIA	1 hora	
	<i>FermentAcció</i>	FERMENTEM	2 hores	
		QUÈ HI HA DINS DEL PA?	1 hora	
		CUINAR CIÈNCIA: EMULSIONA, GELIFICA I ESFERIFICA	1 hora	
	<i>CooperAcció</i>	FEM UNA COOPERATIVA?	1,5 hores	
		COOPERATIVA D'ALUMNES	3 sessions	
	<i>Desvestint la roba</i>	QUÈ HI HA DARRERE LA ROBA QUE PORTEM?	1,5 hores	
		<i>Ed. ambiental</i>	L'AIGUA, FONT DE VIDA I DE CONFLICTES	2 hores

# Horta ecològica

Activitats vinculades a l'horta ecològica per donar a conèixer el valor de l'agricultura i l'alimentació en les nostres vides.



## Objectius

- Apropar-se a pràctiques agrícoles respectuoses amb el medi ambient i les persones.
- Conèixer tècniques d'horticultura ecològica.
- Dissenyar i mantenir l'hort escolar de manera col·lectiva.

## Serveis

**D**isseny i creació d'horts  
**e**scolars

**X**errades

**C**ursos d'horticultura  
**e**cològica

**V**isites guiades a horts  
**e**cològics

**T**allers educatius

**M**anteniment i dinamització  
**d'**horts escolars

## Activitats

### EDUCACIÓ INFANTIL

#### TALLER: MIL LLAVORS

Observem una gran varietat de llavors i, mitjançant un conte, aprenem com viatgen (per l'aigua, el vent, al pèl dels animals o menjades) i plantem llavors de diferents plantes de temporada.



### EDUCACIÓ PRIMÀRIA

#### TALLER: MULTIPLICANT PLANTES

Ens endinsem al món de la reproducció vegetal tot fent esqueixos i plantant llavors. Descubrim la diversitat de llavors i els diferents mecanismes de dispersió.

#### TALLER: ELS INSECTES AMICS

Coneixem, mitjançant un conte i d'activitats creatives, alguns dels insectes beneficiosos per a l'hort. Quin paper tenen les abelles en els ecosistemes? Qui són els sírfids? Què mengen les marietes? Seguidament, anem a buscar insectes in situ. Al final, creem un hotel d'insectes amb materials del bosc!



#### TALLER: UN HORT MOLT DIVERS

Ens apropem a la biodiversitat vegetal i animal dels horts. Seguidament, fem esqueixos i plantem algunes plantes medicinals beneficioses per a l'hort.

### EDUCACIÓ SECUNDÀRIA I BATXILLERAT

#### TALLER: EL SÒL: UN ECOSISTEMA VIU

Aprenem les característiques fisicoquímiques i biològiques dels sòls. Mitjançant diversos experiments observem què passa al sòl quan plou. L'activitat també proposa una reflexió sobre l'agricultura actual i la importància de la fertilitat del sòl.

#### TALLER: TANCANT ELS CICLES... AMB COMPOST!

Després de reflexionar sobre els cicles de la matèria i l'energia dels ecosistemes, ens introduïm al món del compostatge amb experiments i activitats manipulatives.

# Del camp al plat

Tallers on introduïm els nens i nenes al món de la cuina i de l'alimentació a partir de l'experimentació i la creativitat.

Un recorregut per allò que passa des que cultivem l'aliment al camp fins que arriba al nostre plat.

Per conèixer les pràctiques agrícoles i de producció d'aliments actuals i algunes de les alternatives existents.



## Objectius

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





## Activitats

### EDUCACIÓ INFANTIL I PRIMÀRIA

#### TALLER: NOSALTRES MENGEM DE TEMPORADA

A través dels sentits descobrim aliments frescos de temporada. Acabem el taller fent un calendari dels aliments per a cada estació i un plat que podrem degustar!



#### TALLER: CUINA SALUDABLE PER A TOTHOM!

Ens introduïm a la cuina respectuosa amb el medi i la nostra salut mitjançant la pràctica!

#### TALLER: EL VIATGE DELS ALIMENTS

Coneixem diferents tècniques de producció i reflexionem sobre el nostre consum alimentari mitjançant dinàmiques participatives.



### EDUCACIÓ SECUNDÀRIA I BATXILLERAT

#### TALLER: CUINA DE REAPROFITAMENT

Tot cuinant les sobres, reflexionem sobre el malbaratament alimentari i els nostres hàbits de consum.

#### TALLER: D'ON VE, EL QUE MENGEM?

Resseguim diverses històries d'alguns aliments bàsics i, mitjançant dinàmiques participatives, decidim entre tots quins tenen menor impacte en el medi ambient i les persones.



#### TALLER: CUINANT ALTERNATIVES

Activitat on entenem com funciona el sistema agroalimentari majoritari i proposem alternatives ja existents en la producció, la distribució i el consum d'aliments.

# Del cereal al pa

Tallers vinculats als processos implicats en l'elaboració del pa: des que es cultiven els cereals fins que el pa arriba a la nostra taula.



## Objectius

- Conèixer agents i pràctiques involucrades en l'elaboració del pa.
- Descobrir la realitat del cereal, les bones pràctiques que implica el cultiu agroecològic i les conseqüències del convencional.
- Apropar-nos al procés d'elaboració del pa artesà amb llevat mare natural i als processos bioquímics que s'hi produeixen.
- Aprendre diverses varietats locals de cereal que s'estan recuperant al nostre territori i la seva importància per a la sobirania alimentària.
- Endinsar-nos en el coneixement de les pràctiques socials, alimentàries, pageses i artesanes que envolten el pa.
- Reflexionar sobre una alimentació sana, que respecti l'entorn i les persones.

## Activitats

### EDUCACIÓ INFANTIL

#### TALLER: FEM PA AGROECOLÒGIC!

Coneixem els ingredients bàsics per fer un bon pa amb productes ecològics i de proximitat mitjançant l'experimentació sensorial. Acabem el taller tot fent una exquisita massa que ens podrem endur a casa.



### EDUCACIÓ PRIMÀRIA

#### TALLER: DEL CEREAL AL PA

El taller s'aproxima, mitjançant dinàmiques participatives, a totes les etapes necessàries per acabar tenint un pa de qualitat a la nostra taula; des de preparar la terra, sembrar el cereal, cuidar el cultiu, segar-lo, netejar-lo, moldre'l, elaborar el pa i comercialitzar-lo. Per acabar, fem una massa de pa!



#### TALLER: QUI ÉS EL LLEVAT MARE?

Mitjançant un seguit d'experiments aprenem què és el llevat mare i la funció que té en l'elaboració del pa. D'aquesta manera, descobrim el món dels microorganismes a través dels processos de producció d'aliments.



### EDUCACIÓ SECUNDÀRIA I BATXILLERAT

#### TALLER: DEL CAMP A TAULA: EL CICLE DEL PA

Aprenem les etapes necessàries per acabar tenint un pa de qualitat a la nostra taula; des de preparar la terra, sembrar el cereal, cuidar el cultiu, segar-lo, netejar-lo, moldre'l, elaborar el pa i comercialitzar-lo. Al llarg del taller analitzem el cultiu de cereal en el nostre territori i les conseqüències ecològiques i socioeconòmiques del model actual. Per acabar, fem masses!

#### TALLER: LLAVORS PER A LA SOBIRANIA ALIMENTÀRIA

Treballem als conceptes de sobirania alimentària i biodiversitat local a través d'activitats participatives i en equip. Al llarg de la sessió parlem de les varietats antigues de blat i de la importància de la seva recuperació.

# FermentAcció

Un conjunt de tallers vinculats als processos de fermentació que tenen lloc en l'elaboració d'aliments com el pa, el formatge o el iogurt.



## Objectius

- Entendre els processos fisicoquímics que ocorren quan cuinem.
- Donar a conèixer de manera pràctica la importància de les fermentacions en la vida quotidiana i en l'elaboració d'alguns productes alimentaris bàsics.
- Mostrar la diversitat de fermentacions que passen en la nostra quotidianitat i entendre-les.
- Conèixer el paper dels microorganismes en els processos de fermentació.
- Fomentar l'interès per la ciència i la seva aplicació pràctica mitjançant els processos de la producció pagesa i l'elaboració artesana d'aliments.
- Fomentar una bona alimentació, sana, respectuosa amb l'entorn i les persones.

## Activitats

### EDUCACIÓ INFANTIL

#### TALLER: QUI HI HA DINS DEL PA?

Qui fa els forats del pa? Descubrim el paper dels microorganismes en l'elaboració del pa mitjançant un conjunt d'activitats manipulatives.



### EDUCACIÓ PRIMÀRIA, SECUNDÀRIA I BATXILLERAT

#### TALLER: FERMENTEM

Realitzem un seguit d'experiments per visualitzar les fermentacions que tenen lloc en la producció d'aliments i parlem de la diversitat de microorganismes i el paper que tenen en la vida i els ecosistemes.

#### TALLER: QUÈ HI HA DINS DEL PA?

Quins microorganismes trobem dins del pa? Què fan? A través de l'experimentació, coneixem els aspectes bàsics dels processos fermentatius.



#### TALLER: CUINAR CIÈNCIA: EMULSIONA, GELIFICA I ESFERIFICA

En aquest taller aprenem a fer gels amb diferents gelificants com ara l'agar-agar i la gelatina de cua de peix. Experimentem les emulsions quan fem salses. Finalment, fem esferificacions bàsiques i inverses amb purés i iogurts.



# CooperAcció

Tallers per identificar i fomentar el cooperativisme en la nostra quotidianitat.

## Objectius

- Conèixer algunes de les pràctiques cooperatives més habituals en el món rural.
- Esbrinar pràctiques cooperatives quotidianes.
- Apropar-nos a la fórmula empresarial cooperativa.
- Participar en el procés d'una cooperativa.



## Activitats

### EDUCACIÓ PRIMÀRIA

#### TALLER: COOPEREM?

Mitjançant el joc introduïm algunes de les pràctiques cooperatives pròpies del món rural i esbrinem quines realitzem en el nostre dia a dia.



### EDUCACIÓ SECUNDÀRIA I BATXILLERAT

#### TALLER: FEM UNA COOPERATIVA?

Taller introductori a la fórmula empresarial cooperativa en el qual se n'expliquen les característiques bàsiques i s'aporten casos concrets.

#### TALLER: COOPERATIVA D'ALUMNES

Vols fer una cooperativa a l'aula? Tallers vivencials per a la realització d'una cooperativa d'alumnes.

# (Des)vestint la roba

Un taller per aprendre com es produeix la roba que vestim i reflexionar críticament sobre les condicions de producció de la roba en relació a les persones i l'entorn.

## Objectius

- Apropar-nos a l'origen de la roba que vestim.
- Reflexionar sobre què hi ha darrere dels preus tan barats de la roba.
- Conèixer les condicions d'explotació laborals de les persones que treballen al sector tèxtil.
- Descobrir alternatives de consum: responsable, just, mercats d'intercanvi...
- Aprendre sabers vinculats a la ramaderia com són el pasturatge i l'elaboració de la llana.
- Endinsar-nos en les fibres naturals i el seu origen.

## Activitats

### EDUCACIÓ INFANTIL I PRIMÀRIA

#### TALLER: LA LLANA: DE L'OVELLA AL TEIXIT

Activitat on coneixem les passes i eines necessàries per netejar, cardar i filar la llana. A partir de llana cardada, fem feltre, amb el qual elaborem un clauer, un fermall o un imant.



### EDUCACIÓ SECUNDÀRIA I BATXILLERAT

#### TALLER: QUÈ HI HA DARRERE LA ROBA QUE PORTEM?

Descobrim els circuits transnacionals de producció, distribució i consum de roba, i ens apropem a alguns dels circuits alternatius.

# Educació ambiental

Activitats que impulsen la sostenibilitat ambiental  
i també la de les nostres vides.

## Objectius

- Prendre consciència del lloc on vivim, el nostre entorn i com les nostres accions influeixen en el medi.
- Reflexionar sobre els efectes de les activitats humanes en el medi.
- Fer propostes d'actuació i participació per tal de promoure la sostenibilitat ambiental.





## Activitats

### EDUCACIÓ INFANTIL

#### TALLER: **DESCOBERTA DE L'ENTORN**

Mitjançant un conte i racons amb material natural, descobrim l'entorn de casa nostra: el mar i la platja, el conreu i el bosc mediterrani. A partir de la lliure manipulació en descobrim els elements més emblemàtics i plantem plantes típiques del nostre entorn.



### EDUCACIÓ PRIMÀRIA

#### TALLER: **UN MUNT DE PAISATGES**

Mitjançant una caminada per l'entorn proper del centre coneixem i identifiquem els diferents tipus de paisatge, els usos, quin és l'impacte que hi exercim i com han evolucionat. Identifiquem algunes plantes i conreus típics del nostre clima.



### EDUCACIÓ SECUNDÀRIA I BATXILLERAT

#### TALLER: **L'AIGUA, FONT DE VIDA I DE CONFLICTES**

En aquesta activitat prenem consciència del nostre consum diari d'aigua i de l'aigua que es necessita per produir allò que consumim: l'aigua virtual. També reflexionem sobre algunes problemàtiques i conflictes internacionals relacionats amb l'aigua per tal de promoure la cooperació en la gestió d'un bé comú.





# ... i més!

## Extraescolars

Activitats agroambientals adreçades als cicles d'educació infantil i primària:

«Del camp al plat: cuina de proximitat»

*Taller de cuina ecològica i de temporada*

«Organic Gardening»

*Taller d'horticultura en anglès. S'aprèn fent!*

«ReciclArt»

*Taller de reciclatge creatiu*

«EcoCrea»

*Extraescolar que ombrina activitats de cuina, horta i art*



## Menjadors escolars ecològics



Serveis pedagògics en els menjadors escolars ecològics. Dissenyem el projecte educatiu i l'implementem. Promovem hàbits d'alimentació i higiene saludables i vincles de convivència entre els infants.

## Casals d'estiu

Activitats creatives i de descoberta, expressió artística, gimcanes, experiments científics, jocs cooperatius i excursions.

Tota la programació es basa en diversos eixos temàtics vinculats a l'agroecologia i el cooperativisme.



## Programes d'educació ambiental


Dissenyem i implementem programes d'educació ambiental als centres educatius. Destinat a tots els centres educatius per impulsar l'educació ambiental, amb un ampli ventall d'activitats.

## Formació del professorat

Oferim assessorament al professorat en els nostres eixos de treball: horticultura, cooperativisme, alimentació, etc.

Per aprendre a hibridar pràctiques artesanes, artístiques, científiques, de cooperació social i pageses, metodologies participatives, aprenentatge actiu, experimentalitat, treball cooperatiu i transdisciplinarietat.





# L'aresta

COOPERATIVA AGROECOLÒGICA



FLECA



EDUCACIÓ



RECERCA



DINAMITZACIÓ  
LOCAL

L'Aresta som un projecte  
agroecològic, cooperatiu i autogestionari.

Tenim com a objectiu promoure l'agroecologia,  
la sobirania alimentària, la cooperació social i un món rural viu.

CONTACTE:

arestaeducacio@gmail.com

635 081 600

[www.aresta.coop](http://www.aresta.coop)

[facebook.com/arestacoop](https://facebook.com/arestacoop)

[twitter.com/arestacoop](https://twitter.com/arestacoop)