



Com proporcionar més aliments de proximitat i de temporada?

Per què triar aliments de temporada?

Les verdures i fruites de temporada es poden collir la seua zona, en camp obert o en hivernacles sense calefacció en determinats períodes. Però si pot comprar tomaca, pomes, carabassetes... durant tot l'any, per què plantejar-se si més no les temporades? Bé:

- Cada tipus de fruita i verdura té el seu propi conjunt de condicions específiques per a un creixement i una qualitat ideals. I el seu consum estacional, té un impacte en el medi ambient.
- En menjar més local i estacionalment, descobrires varietats noves i diferents. Així obtens nutrients més diversos i pots experimentar amb tota mena de receptes noves.
- Les fruites i hortalisses locals i de temporada tenen una menor petjada de carboni. Els productes recorren menys quilòmetres de la granja a la taula, no es necessiten hivernacles amb calefacció, cosa que significa menys CO₂, i es dona suport a l'economia local.
- Les verdures i fruites de temporada solen ser molt més barates, ja que estan àmpliament disponibles durant eixe període.

Consell

La Conselleria d'Agricultura, Desenvolupament Rural, Emergència Climàtica i Transició Ecològica va publicar en 2022 un calendari de comercialització habitual i preferent de fruites i hortalisses, definint així els productes de temporada en la Comunitat Valenciana. Pots trobar-ho [ací](#).

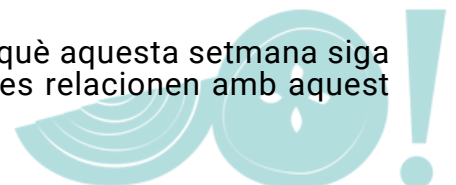
Justícia Alimentària ha llançat aquest calendari de temporada per a menjadors escolars. L'objectiu és, d'una banda, conscienciar i educar sobre la importància de consumir aliments de temporada i de proximitat, i per un altre, promoure que aquests s'incorporen en els menús escolars dels centres educatius. Aquesta iniciativa s'emmarca en el projecte 'Alimentar és Educar', de Justícia Alimentària, amb el qual pretén millorar l'alimentació dels col·legis i escoles infantils públiques de la Comunitat Valenciana.

Procedeix del següent mode

Pots treballar entorn del tema durant una bona acció específica. També pots abordar-ho a través de diferents accions, sessions i eixides al llarg de tota una setmana.

Prepara't

- Reuneix un grup de docents que vulguen participar perquè aquesta setmana siga un èxit. Sovint ja hi ha grups de treball a l'escola que es relacionen amb aquest tema (salut, sostenibilitat).





- Teniu menjador escolar? Llavors involucra també a l'empresa que el gestiona o al cuiner/a del centre per a impulsar este tema.
- Organitza una reunió de treball per a posar el punt de mira en la mateixa direcció: Què farem? Què necessitem per a això? Quin és el calendari? Qui farà què?

Accions inspiradores

- Fer una recepta junts: Juntament amb l'alumnat, es pot preparar una recepta saludable utilitzant verdures de temporada, locals i ecològiques. També es pot col·laborar per a això amb comerciants locals i incorporar els seus excedents d'aliments a la recepta. Distribuir o vendre la recepta i contar la història a la resta d'alumnat, professorat i famílies.
- Fer una prova de sabor: Quin producte és local i quin procedeix de més lluny? Fer que l'alumnat prove i endevine quin producte és local i per què. Després de la prova de sabor, es pot explicar el procés de producció, les diferències i l'impacte ambiental.
- Visitar una granja local de CSA: CSA són les sigles en anglés d'Agricultura Secundada per la Comunitat, en la qual, com a consumidor, es paga per endavant a un agricultor local i es rep a canvi una part de la collita. Aquestes iniciatives són encara escasses a Espanya, però organitzar una visita a l'agricultor local i demanar-li que explique com cultiva les fruites i verdures pot ser una bona opció. Es pot collir durant aquest període? Després, es pot portar la collita a l'escola, compartir-la amb la resta de la classe i explicar-li-la al professorat.
- Organitzar un desdèjuni amb ingredients locals, ecològics i de comerç just.
- Realitzar un taller de cuina amb alumnes, companys/es i/o famílies, adaptant-lo a les diferents edats i utilitzant productes de temporada.
- Començar amb l'hort escolar: contactar amb alguna entitat local que pugui ajudar a posar-lo en marxa. Les escoles amb poc espai per a un hort poden cultivar verdures en vertical. Es pot comprar un hort vertical ja preparat o fer-lo des de zero. Es poden trobar molts exemples en Internet. Es necessita finançament per a un hort escolar? Contactar amb entitats que realitzen programes educatius per a promocionar l'agricultura ecològica pot ser una solució. També es pot parlar amb l'Ajuntament del municipi, per a fer ús d'horts urbans si es disposa d'ells i no hi ha espai per a iniciar el del centre.

Comunicar

- Comunicar les accions és la meitat de la batalla. Explicar què es farà, però sobretot per què es fa. D'aquesta manera, es conscienciarà a l'alumnat, professors, famílies i a l'entorn escolar.
- Assegurar-se també de recopilar material visual divertit durant les accions (fotos, vídeos, vlogs) que es puguin compartir a través de la pàgina web del centre, butlletins, la pàgina de Facebook del centre i/o la pàgina d'Instagram. També es pot reutilitzar el material l'any següent, com a anunci d'una nova acció.





Enllaços d'interés i altres idees

- CERAI: Entitat social per la defensa del desenvolupament rural sostenible que impulsa l'enfocament territorial de sobirania alimentària i l'agroecologia. Consultar els seus paquets educatius i atractius tallers.
- Directament de la granja: descobrir als agricultors del barri, municipi o comarca, on es pot comprar fruites i verdures directament.
- Agricultors i veïns: una xarxa que permet als consumidors comprar directament a l'agricultor.
- Setmana de la cadena curta: Setmana en la qual es destaquen els productes locals directament de l'agricultor.
- Història de dos tomaques. Material elaborat per Garúa Coop.

