



## Política alimentària, què i com?

### Introducció

Una alimentació sana i sostenible és important per a tots, tant ara com en el futur. Proporciona l'energia necessària per a començar el dia, créixer i desenvolupar-se. I ens manté dins de la capacitat de càrrega del planeta. (Veure fitxa: Com treballar una alimentació més vegetal a l'escola?).

L'alimentació no és només un tema de salut i sostenibilitat, sinó també un tema molt personal en el qual tothom creu que és un poc "expert". Per aquesta raó, és un tema tan agradable per a treballar conjuntament, així com per a implicar a tots en el tema.

Sovint, el menjar és una passió d'un professor/a, però no de l'escola. Per això, és important dur a terme un procés que la convertisca en un eix important per a la comunitat educativa. És a dir, es tracta d'una qüestió amb la qual conviuen l'equip directiu, el professorat, l'alumnat i, per extensió, les famílies, l'empresa de gestió del menjador escolar, el personal de cuina, .... En resum, tothom!

A això li diem creació de suport i és un dels aspectes més importants de l'èxit d'una política alimentària. La gent s'implica quan se sent compromesa amb el tema.

### Però, què és una política alimentària?

Quan parlem d'una política alimentària, és bo prendre's un moment per a reflexionar sobre el que entenem per ella, i també sobre el que especialment no hi incloem.

### Què no és una política alimentària?

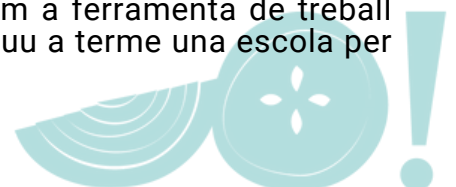
Alguns exemples:

- Un taller de cuina o un desdèjuni saludable a l'escola que es repeteix cada any, però que no encaixa en una història més àmplia.
- Suposem que canvia el subministrament d'aliments en el menjador; aquest canvi s'impulsa des de dalt sense tindre en compte l'opinió de l'alumnat, el professorat o el personal de cuina. O sense informar les famílies. El menú s'imposa sense tindre en compte la visió de l'escola sobre l'alimentació.
- Aprendre sobre les verdures de temporada durant les classes, però continuar servint tomaca en el menú de l'escola durant els mesos d'hivern.

### Què és llavors?

Una visió compartida sobre l'alimentació en la qual tots els grups destinataris estan inclosos en una història, que s'escriu conjuntament i es reflecteix en la política a curt i llarg termini de l'escola. Es para atenció a l'educació alimentària, a les intervencions mediambientals i als acords i normes. Això implica que la història de l'alimentació a l'escola es concep i elabora en consulta amb les diferents parts interessades (direcció, professorat, alumnat, personal de cuina, famílies, ...).

La matriu de salut centrada en l'alimentació pot servir com a ferramenta de treball per a obtenir una visió general de totes les accions que duu a terme una escola per a posar l'alimentació en el punt de mira.





En el millor dels casos, això es tradueix en activitats i accions en totes les àrees de l'Enfocament Integral de l'Alimentació en tota l'Escola (EIAE). Però això és no prou. També ha d'estar ancorat en la visió de l'escola i en el temps si volem parlar d'una política alimentària. En altres paraules: quines accions es repeteixen? Com es posen en marxa els plans entorn de l'alimentació per al pròxim curs escolar?

Per a donar-te suport en el que pot abordar-se en una política alimentària, i basant-nos en les nostres experiències, trobaràs a continuació una llista d'elements que pertanyen a una política alimentària. El que pot i no pot incloure's depèn de l'escola i del context. Per tant, pots decidir amb la teua escola el que inclou i el que no.

### **Per què ens sembla tan important una alimentació sana i sostenible a l'escola?**

*No només demanem a les escoles que paren atenció a l'alimentació sana i sostenible. Una alimentació sana i sostenible és important per als xiquets/es i els joves. Al cap i a la fi, una alimentació sana contribueix a la salut general del xiquet/a a curt i llarg termini, inclosa la salut mental, oral, etc. així com a la concentració, la capacitat d'aprenentatge i, per tant, a un millor rendiment escolar.*

*Prestem especial atenció al grup objectiu de xiquets/es i joves perquè invertir en prevenció a una edat primerenca reporta beneficis per a la salut més endavant en la vida. Mitjançant la promoció d'un estil de vida saludable entre els xiquets i xiquetes, ens comprometem a reforçar els seus coneixements sobre la salut i a fer front a les desigualtats sanitàries.*

*Si situem aquesta visió en un marc sostenible, eixim guanyant en tots els àmbits.*

*L'atenció a la dimensió ambiental i climàtica és important, ja que la nostra alimentació té un gran impacte en el nostre planeta: pot contribuir a invertir l'escalfament global, donar i millorar a la biodiversitat un impuls addicional, etc.*

*Però no sols la dimensió ecològica mereix atenció, l'aspecte econòmic de la nostra alimentació també és important. Si aconseguim que les persones del sector productiu obtinguen uns ingressos plens, podran contribuir al fet que una alimentació sana i sostenible es convertisca en el més normal del món.*

*I cal no oblidar: la dimensió social de la nostra alimentació. Podem assegurar-nos que ja ningú es fique al llit amb fam. Al cap i a la fi, a tot el món es produeixen aliments suficients per a tothom. Ara també hem d'assegurar-nos que aquest menjar arribe a tots i totes.*

*És clar que les coses es poden fer d'una altra manera i tots hauríem de reflexionar sobre l'alimentació sana i sostenible i el seu impacte. No hi ha millor lloc per a començar que l'escola: amb la generació del demà.*





## Elements per a una política alimentària elaborada a l'escola

### Visió sobre l'alimentació:

Quin lloc i quin paper té l'alimentació a l'escola?

### Visió sobre els menjars:

Com es veu el menjar escolar?

- Quin aspecte té el menjar?
- Quines condicions ha de complir?
- Com s'organitza el menjador?
- Com està dissenyat?

### Licitació de la gestió del menjador escolar:

Com es redacta, qui la redacta, qui decidix el seu contingut, etc.?

- Quins criteris nutricionals han de tindre's en compte?
- Quins criteris de sostenibilitat ambiental han de tindre's en compte?
- Quins criteris socials?

### Excedents de menjar:

- Com es gestionen els excedents de menjar a l'escola?
- Com es gestiona la pèrdua d'aliments?
- Existeixen acords de col·laboració per a la seua donació/redistribució?

### Visió sobre altres consums alimentaris

Com es veu el subministrament d'aliments a més del menjar que se serveix en el menjador?

- Quins aliments s'ofereixen/serveixen durant les festes escolars?
- Quins aliments porten els alumnes durant el temps l'esbarjo/pati?

### Educació alimentària

- Què s'ensenya en cada classe?
- Es tracten totes les facetes de l'alimentació (social, econòmica i ecològica)?
- Aprenen també en la pràctica el que pot significar una alimentació sana i sostenible?

### La comunicació

- Com participen els professors en la política alimentària del centre?
- Com s'informa les famílies?
- Com s'explica a l'alumnat quines són les opcions i què s'espera d'ells?

### Atenció

- Com es tracten i deriven els problemes alimentaris?
- Com tracta l'escola als alumnes més vulnerables? Se'ls facilita l'accés a ajudes/beques?

