

Ciència i nens: Fundació Ametller Origen al servei de les escoles

Science and children: The Ametller Origen Foundation at the service of schools



SONIA LIZANA BLAYA

Responsable dels serveis educatius de la Fundació Ametller Origen. Diplomada en educació social. Màster en estudis de dones, gènere i ciutadania, i màster en globalització, desenvolupament i cooperació.



ANTONI GUASCH PONS

Gerent de la Fundació Ametller Origen, gestor i dinamitzador de projectes educatius i director de projectes comercials.

RESUM: Entre els molts projectes que du a terme la Fundació Ametller Origen, cal destacar el **servei de gestió de la franja horària del migdia en menjadors escolars**, servei que aglutina diferents disciplines relacionades amb l'alimentació i l'activitat física i que són el tema d'aquest article.

ABSTRACT: *Among the many activities carried out by the Ametller Origen Foundation, the service in the school noon-time slot is worth highlighting. This project brings together different disciplines relating to food and physical activity which are the subject of this paper.*

PARAULES CLAU: menjadors escolars, alimentació saludable, activitat física.

KEYWORDS: *school canteen, healthy eating, physical activity.*

Des de 1830, la família Ametller s'ha dedicat a conrear i tenir cura de les seves terres. Fruit de la seva experiència com a agricultors i elaboradors, i fidels a la seva filosofia de respectar les propietats naturals dels productes, neix l'ambiciós projecte Ametller Origen, l'any 2001. Des d'aleshores han anat obrint noves botigues i l'evolució del model ha estat constant en els anys posteriors, amb una gran dedicació per la terra i l'elaboració de productes propis a l'obrador d'Olèrdola. El compromís de l'empresa és amb el sabor i amb la creació d'aliments honestos. Per això, controlen el producte des dels seus camps, cuinen productes elaborats al seu obrador central d'Olèrdola i a les seves botigues, i t'acompanyen oferint el coneixement i l'experiència, tant com a productors com en el camp de la nutrició i l'alimentació saludable.

Fundació Ametller Origen és una entitat sense ànim de lucre del Grup Ametller Origen.

La **Fundació Ametller Origen** és una entitat sense ànim de lucre que forma part del Grup Ametller Origen i que té com a finalitat fundacional promoure hàbits de vida saludables entre la població de Catalunya a través d'accions relacionades amb la pedagogia d'hàbits a les escoles i en esdeveniments esportius.

L'objectiu principal d'aquesta fundació és la de col·laborar i contribuir en la mesura del possible amb totes aquelles accions que, des de les grans institucions, com són l'Organització Mundial de la Salut (OMS), l'Agència Espanyola de Seguretat Alimentària i Nutrició (AESAN) i l'Agència de Salut Pública de Catalunya (ASPCAT), s'estan fent per millorar la salut de la població a través de l'alimentació saludable i la pràctica de l'activitat física, amb l'objectiu de reduir les altes taxes d'obesitat infantil.

A escala mundial i com a resposta a l'epidèmia d'obesitat infantil, l'OMS va publicar l'**Estratègia Mundial sobre Règim Alimentari, Activitat Física i Salut**, que va ser adoptada per l'Assemblea Mundial de la Salut el 2004, en què es descriuen les mesures necessàries per poder promoure les dietes sanes i l'activitat física, al mateix temps que es convida totes les parts implicades a adoptar mesures per millorar l'alimentació i els hàbits d'activitat física. D'aquí neix l'*Estratègia per a la Nutrició, l'Activitat Física i la Prevenció de l'Obesitat (NAOS)*, com a acció de l'Agència Espanyola de Seguretat Alimentària i Nutrició, i, en la mateixa línia i a Catalunya, el Pla Integral per a la Promoció de la Salut mitjançant l'Activitat Física i l'Alimentació Saludable (PAAS).



Tenint en compte que totes les accions que se'n deriven cal tractar-les de forma integral, Ametller Origen, com a empresa del sector de l'alimentació, no ha volgut estar-ne al marge i, a través de la seva Fundació, ha dissenyat un catàleg de serveis per poder contribuir a la comunitat.

Per poder desplegar aquest catàleg, la Fundació Ametller Origen compta amb un equip de professionals que treballen braç a braç per poder donar excel·lència al servei. Entre els molts projectes que duen a terme, cal destacar el **servei de gestió de la franja horària del migdia en menjadors escolars**, servei que aglutina diferents disciplines, totes elles relacionades amb l'alimentació i l'activitat física, i que té com a objectius:

- Promoure els hàbits d'alimentació saludable a través d'activitats que integrin al mateix temps l'activitat física i les emocions.
- Col·laborar en la millora constant de l'espai del migdia escolar (menjadors escolars) per poder treure el màxim rendiment de l'acció educativa que s'hi desenvolupa.
- Treballar per millorar la salut present i futura dels nostres infants, dels joves i de les seves famílies a partir de la prevenció, la promoció i la divulgació dels hàbits de vida saludables.

Aquestes accions es despleguen en diferents àmbits: **cui-na, menjador i esbarjo**. Per poder desplegar totes aquestes activitats es compta amb un **servei de consultoria** que inicialment avalua l'estat actual, a partir del qual es fa un diagnòstic i un pla d'acció, en el qual es planifi-



Imatges cedides pel Grup Ametller Origen.



Imatge cedida pel Grup Ametller Origen.

quen les intervencions que es duren a terme. Al mateix temps, es disposa d'un **servei de coordinació**, que vetlla per la implementació i el bon funcionament de totes les activitats contractades i fa, alhora, un seguiment periòdic que es reflecteix en un informe final.

La gestió del **menjador escolar** parteix del context en què es troba l'escola i dels infants amb qui treballarem, ens referim a l'entorn més immediat d'aquests infants o adolescents: la família, el barri, la mateixa escola, el projecte educatiu... Recollir informació sobre el context ens ajuda a dissenyar una proposta atenent les necessitats reals de cada menjador. És cert que això requereix temps, però ens és de gran utilitat quan valorem quin ha estat el nivell de resposta i l'assoliment dels objectius plantejats.

Els serveis de consultoria i de coordinació tenen diferents funcions, entre les quals cal destacar:

- Revisar i adequar els menús escolars.
- Planificar els menús basals a partir dels quals s'elaboraran els menús mensuals.
- Fer propostes de sopar a partir dels menús escolars.
- Fer propostes de receptes amb aliments de temporada.
- Elaborar menús i receptes sense al·lèrgens.

Quan iniciem la gestió d'un menjador, el primer que fem és valorar els menús que es fan a l'escola i, seguint les directrius de l'Agència de Salut Pública de Catalunya, fem els canvis tenint en compte la realitat de cada centre i el grau d'acceptació. Hi ha escoles que accepten els canvis més fàcilment i amb més rapidesa que d'altres, però hi seguim insistint i, amb paciència, aquests canvis es van fent realitat.

Un altre àmbit d'actuació és la gestió del **servei educatiu en l'espai del migdia escolar**. Aquest servei es desenvolupa amb les metodologies més innovadores en educació a través d'un espai com és la franja horària del migdia i compta amb un equip de pedagogs, dietistes nutricionistes i monitors formats per dur a terme les activitats. El **principal objectiu** d'aquest servei és convertir el temps del migdia en un moment en el qual els nens i les nenes estiguin com a casa seva, relaxats i atesos des de la proximitat, i on puguin aprendre hàbits de vida saludable i d'higiene, a ser més autònoms, a divertir-se, a treballar en grup, a interrelacionar-se, a conèixer, respectar i estimar la diversitat de costums i cultures que es manifesten en el moment dels àpats i de l'esbarjo. I aquesta és la forma en què els acompanyem en el seu desenvolupament personal, fent que sigui com més enriquidor millor. En la línia d'aquest projecte, i atenent les necessitats educatives relatives a la salut i, en concret, a la salut que es deriva dels estils de vida saludables, a les escoles on gestionem el servei de menjador oferim un projecte educatiu en el qual l'alimentació i els factors que l'afavoreixen prenen rellevància i tant es poden tractar a les aules com als menjadors i patis en l'espai de la franja horària del migdia.

Per poder desplegar les diferents activitats a l'hora d'esbarjo tenim **la maleta dels hàbits de vida saludables**, que és una eina per treballar els hàbits saludables, que té l'aval de l'Agència de Salut Pública de Catalunya i de l'Hospital de Sant Joan de Déu, i que té com a objectiu promoure hàbits d'alimentació saludables a través d'activitats que integrin, al mateix temps, l'activitat física i la gestió de les emocions. I per fer-ho, la maleta conté diferents activitats amb un objectiu per a cadascuna.

El projecte educatiu, i la metodologia que fem per a la seva implementació, l'ajustem a cada centre escolar on es desenvolupa la gestió de la franja horària del migdia. Revisem i adaptem la nostra intervenció al projecte educatiu de centre (PEC) i a les metodologies que s'hi duen a terme, així com ens adaptem, de forma consensuada, a les normes de funcionament intern, per tal d'integrar-nos sense distorsionar.

Així doncs, emmarcant l'acció educativa en un espai-temps d'«hores lliures» i de descans, que queda entre classes, i amb metodologies pròpies de l'educació no formal, treballem fermament per fer de la nostra acció una eina educativa, que sigui de qualitat, responsable i sostenible.

Quan parlem del mètode emprat, hem de posar especial atenció als mitjans educatius que ens permeten dur a terme l'acció. En aquesta línia, les activitats són mitjans que utilitzem per aconseguir els nostres objectius i les capacitats i competències que ens hem proposat que s'assoleixin al llarg del curs. Anomenem *activitats educatives* aquelles accions que necessiten una breu anàlisi de la situació, una planificació, una realització i una avaluació posterior, i que persegueixen una finalitat educativa. Seguim un fil conductor, o eix temàtic, que és el nexa entre totes les activitats i que dona sentit a tot el que proposem als infants. I de la imaginació, les necessitats, les motivacions i les inquietuds, etc., apareixen el conjunt d'activitats que doten de sentit allò que, de forma transversal, impregnarà tota la nostra intervenció.

Aquestes activitats s'ajustaran segons el tema. El nombre i la varietat d'activitats possibles és infinit, les propostes de les nostres maletes pedagògiques van des d'activitats creatives (tallers d'expressió plàstica, muntatges dramàtics i d'expressió...), activitats de sensibilització (activitats de cooperació i solidaritat...), activitats de reflexió i relació (assemblees, taules rodones...), activitats lúdiques (jocs...), activitats esportives (jocs de competició, esports de base...), activitats relacionades amb la música (dances, cançons...) fins a un llarg *etcètera* que descobrireu quan posem en marxa el menjador.

Els hàbits també formen part de la nostra metodologia de treball, entenent-los com totes aquelles accions que pel seu ús freqüent es converteixen en rutines diàries. Així doncs, es treballaran tots aquells hàbits que cal que assumeixin els infants dins la franja horària del migdia. Malgrat que no són activitats lúdiques, les considerem activitats educatives, ja que sí que suposen una acció educativa que persegueix un objectiu plantejat prèviament. Formen part d'aquestes accions educatives aquelles activitats que ens permeten treballar, per exemple, la higiene (rentar-se correctament les mans...), l'ordre (deixar les coses al seu lloc...), la cura del material, l'espera del torn de paraula, el fet d'escoltar mentre els altres parlen, l'acte de parar i desparar taula, de servir-se els àpats, etc.



Imatges cedides pel Grup Ametller Origen.



També forma part d'aquest projecte l'equip humà, entès com el conjunt de persones que tot projecte necessita per ser dut a terme. En aquest cas, parlem del grup de persones a les quals es confia l'atenció directa dels infants durant la franja horària del menjador, que els acompanyen en el procés educatiu, que vetllen en tot moment per les seves necessitats i que els ajuden a gestionar les pors i inquietuds, fent confiança als infants per aconseguir els seus objectius. Aquest equip humà estableix i coordina les relacions educatives amb la resta d'agents educadors que intervenen en el procés: l'escola, la família, els professionals que desenvolupen activitats extraescolars que es fan a l'hora del menjador, els equips d'atenció a la infància, etc., per treballar en conjunt el desenvolupament de l'infant, atenent les seves necessitats i especificitats.

Tot plegat emmarcat en una organització i estructura que engloba tots aquells factors que incideixen d'una forma indirecta en la nostra acció educativa, però que ens permeten, i alhora faciliten, portar-la a terme. Planificar i organitzar, en el terreny de les competències, és la capacitat per prioritzar i establir línies d'actuació, optimitzant recursos que garanteixin l'acompliment dels resultats esperats mitjançant una gestió eficaç del treball, propi i de l'equip.

L'èxit d'aquest projecte està en l'avaluació i la revisió continuada, tant amb els equips que treballen al centre com amb els infants amb qui treballem, així com amb l'escola i/o l'associació de famílies, que ens confien la gestió. En aquest darrer cas, la valoració ha de ser periòdica i sistematitzada, i creiem que ha d'estar basada en l'ajuda mútua, la confiança i la millora contínua, que ens ajuden a avançar i a oferir, en definitiva, la qualitat i l'atenció que els nens i les nenes que dinen a l'escola mereixen.

La Fundació Ametller vol arribar també a les famílies i ha dissenyant, organitzat i proposat activitats per aquestes a les escoles, amb la intenció de promoure, divulgar, informar, donar eines i recursos a partir de xerrades, ponències, taules rodones, cursos monogràfics, tallers... Aquestes activitats es recullen en el projecte «**Menja sa en família**», una iniciativa que neix el 2014 i que té com a objectiu principal promoure hàbits d'alimentació saludable. Aquest projecte va adreçat a infants de tercer a sisè de primària i està liderat per un grup de dietistes nutricionistes que, amb una formació prèvia per poder desenvolupar el projecte, són els responsables d'impartir de forma presencial a les escoles una sèrie de tallers i xerrades sobre alimentació saludable i, al mateix temps, ensenyar

Imatges cedides pel Grup Ametller Origen.



MENJA SA EN FAMÍLIA

Fem salut a l'escola



ELS ALIMENTS



ELS MENÚS



EL QÜESTIONARI



EL PROJECTE

a elaborar menús equilibrats per a tota la família, a través de la pàgina web del projecte. «Menja sa en família» és un projecte que ha tingut el suport del Departament de Salut i del Departament d'Educació de la Generalitat de Catalunya i que continua viu i amb més força que mai. Aquestes activitats s'inicien el mes d'octubre i acaben el mes de juny. Actualment aquest projecte s'està desplegant a seixanta-cinc escoles de Catalunya.

Els tres grans blocs que es treballen en el projecte són:

- La piràmide dels aliments.
- Els grups d'aliments i les característiques de cadascun.
- La importància del plat saludable en el dinar i en el sopar.

Tot el material està adaptat a l'edat dels infants.

Per elaborar tot el material necessari per al desplegament del projecte s'han tingut en compte documents de referència i editats per a aquesta finalitat per l'Agència de Salut Pública de Catalunya, i per a la planificació dels menús escolars s'han seguit tots els consells que es marquen des de la Generalitat de Catalunya. Com a patró d'àpat s'ha seguit el mètode del plat saludable, fent que hi hagi una gran proporció de verdures i hortalisses de temporada, i que aquestes siguin variades tant en el tipus de verdura com en la cocció, que una quart part del plat siguin aliments farinacis i una altra quarta part sigui un aliment proteic.

Per desplegar totes aquestes accions, la Fundació Ametller Origen compta amb un equip de professionals en l'àmbit de l'alimentació i la nutrició, l'educació i la gastronomia, com són educadors, mestres, dietistes nutricionistes, enginyers i cuiners, que configuren l'equip de treball que marca les pautes que han de seguir tots els equips de monitors i personal de cuina que gestionen l'espai del migdia escolar.



Per sol·licitar el servei podeu
enviar un correu
a la Fundació Ametller Origen,
a l'adreça
de correu
info@fundacioametller.org
o bé podeu trucar
al telèfon 902 364 634.

Imatges cedides pel Grup Ametller-Origen.

