¡A COMER!

Manual para la introducción de alimentos ecológicos y de proximidad en las escuelas

Generalitat de Catalunya

© Redacción: Taula de Treball d'Alimentació Escolar Ecològica (ADV de Producció Ecològica de Ponent; ADV de Producció Ecològica del Montsià-Baix Ebre; ADV Ecològica Gent del Camp; Servei d'Ocupació, Formació i Economia Social de l'Ajuntament de Manresa; AMPA Mión-Puigberenguer; APRODISCA. Associació Propersones amb Disminució Psíquica de la Conca de Barberà; Associació Menja Sa; CEDRICAT. Centre de Desenvolupament Rural Integrat de Catalunya; Consell Comarcal de l'Urgell; Consell Comarcal del Montsià; Consell Comarcal del Pallars Sobirà; Cooperativa El Rebost, SCCL; Entrepueblos; FAPAC. Federació d'Associacions de Pares d'Alumnes de Catalunya; Fundació Futur; L'Era, Espai de Recursos Agroecològics; Montanyanes, SL; Serveis Educatius Pam i Pipa, SL; Xarxa de Consum Solidari).

Edición: Dirección General de Agricultura y Ganadería, Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural de la Generalitat de Catalunya. 2010

Revisión lingüística y estilística: Lídia Cerón Garcia

Coordinación: Alba Gros. Asociación L'Era, Espai de Recursos Agroecològics.

Ilustraciones, maquetación y diseño gráfico: Clic Traç, sccl.

Imágenes: La imagen de la cubierta y las fotografías que abren los capítulos 1, 2, 4 y 6 han sido cedidas por Guillaume de Crop; el resto pertenecen al Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural de la Generalitat de Catalunya.

© Publicación y copyleft de la edición: Dirección General de Agricultura y Ganadería, Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural de la Generalitat de Catalunya. Barcelona. 2010.

Edición electrónica: http://www.gencat.cat/dar/pae

LICENCIA

Pueden consultarse todas las condiciones de la licencia en: http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/es/

Sois libres de:
- Copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra.
- Hacer obras derivadas.

Con las condiciones siguientes:
- Reconocimiento. Deberéis reconocer los créditos de la obra de la manera especificada por el autor o el licenciador (pero no de una manera que sugiera que tenéis su apoyo o que apoyan el uso que se hace de su obra).
- No comercial. No podéis utilizar esta obra para fines comerciales.
- Compartir con la misma licencia. Si alteráis o transformáis esta obra, o generáis otras de derivadas, tan solo podéis distribuir la obra generada bajo una licencia idéntica a ésta.

Sumario

1. Los comedores escolares en Catalunya 7
2. El proyecto de comedor escolar 11
3. Los alimentos ecológicos 17
4. Cómo avanzamos hacia un comedor con alimentos ecológicos 25
5. Cuando la escuela no tiene cocina propia o no la utiliza 37
6. Gestión del comedor escolar 43
7. La cocina 59
8. Comedores ecológicos como proyecto educativo. Formación y sensibilización 67
9. ¿Y en casa? 79
10. Experiencias 85
11. Anexos 97

Introducción

En los últimos tres años han surgido en diferentes puntos geográficos de Catalunya iniciativas en torno a la introducción de alimentos ecológicos en los comedores escolares. Las jornadas de información y divulgación para darles eco, y también para aprender a encontrar caminos más certeros para impulsarlos, han sido siempre exitosas, circunstancia que demuestra el grado de interés que este tema despierta entre familias, equipos directivos, empresas gestoras e instituciones públicas.

Si cambiar los alimentos convencionales del menú por otros ecológicos fuera realmente una simple sustitución (como quien cambia una manzana por una pera), ciertamente no hubieran sido necesarias ni jornadas, ni este libro, ni la constitución de la Taula de Treball d'Alimentació Escolar Ecològica (Mesa de Trabajo de Alimentación Escolar Ecológica), formada por entidades e instituciones de toda Catalunya. Pero el proceso implica una serie de dificultades y repercusiones que obligan a un cierto detenimiento, a un mínimo estudio y preparación del proyecto, y al conocimiento del sector de la producción agraria ecológica en nuestro país. He aquí el porqué de esta publicación, que se centra especialmente en la etapa infantil y primaria, que es cuando niños y niñas están más abiertos y dispuestos a aceptar los cambios.

El almuerzo es la comida más importante del día, y alrededor de un 40% del alumnado de Catalunya lo toma en la escuela. Ofrecer a nuestra infancia alimentos de calidad y menús equilibrados es un deber que las personas adultas no podemos obviar. Al mismo tiempo, el servicio de comedor nos ofrece un espacio más de educación que hemos de poder aprovechar para transmitir a nuestros hijos e hijas el valor de una alimentación sana, equilibrada y variada, basada en procesos productivos, de transporte y comercialización respetuosos con el medio ambiente, procedente de un sector primario enraizado en el territorio y que da vida a las comunidades rurales del país.

Abrir los comedores escolares a la alimentación ecológica puede tener efectos positivos en el desarrollo de este subsector agrario, pues supone pedidos de un volumen importante, planificables y constantes. En este sentido, la Generalitat de Catalunya incluyó en el Plan de Acción para la alimentación y la agricultura ecológicas 2008-2012 el fomento del consumo de estos productos en los centros educativos, y la publicación de este libro representa el primer paso en ese camino.

"OFRECER A NUESTRA INFANCIA ALIMENTOS DE CALIDAD Y MENÚS EQUILIBRADOS ES UN DEBER QUE LAS PERSONAS ADULTAS NO PODEMOS OBVIAR"

En los próximos capítulos, las AMPA, los consejos escolares, los equipos directivos y todas las instituciones y personas interesadas hallarán la información necesaria para afrontar el proyecto con ciertas garantías. Todos ellos deberán tener en cuenta que lo que explicamos en las páginas siguientes va más allá de lo que se considera estrictamente un servicio de comedor, ya que estamos proponiendo un proyecto que llegue a todos los ámbitos de la escuela, desde la composición de los menús hasta el área de conocimiento del medio natural, social y cultural. Un modelo de restauración escolar que, además de ser ecológico en un sentido amplio, con alimentos de la agricultura y la ganadería ecológicas, privilegie aquellos que sean

de proximidad y los obtenidos a través de una relación directa con la payesía que los hace crecer o con las empresas elaboradoras que los transforman. De esta manera podremos contribuir a acercar las personas consumidoras a las productoras, generar nuevos lazos de confianza y oportunidades en nuestro sector agrario, potenciar la sostenibilidad del proceso –desde la producción al consumo– y favorecer la soberanía alimentaria[1], es decir, el derecho y la capacidad de escoger aquello que queremos producir y consumir en nuestro país, respetando nuestra cultura y nuestra biodiversidad.

"ESTAMOS PROPONIENDO UN PROYECTO QUE LLEGUE A TODOS LOS ÁMBITOS DE LA ESCUELA"

EL PLAN DE ACCIÓN

El Plan de Acción para la alimentación y la agricultura ecológicas 2008-2012 fue aprobado por acuerdo de Gobierno el 25 de noviembre de 2008. Este Plan de Acción, que tiene por objetivo fomentar las producciones y el consumo de los alimentos ecológicos en Catalunya, está integrado por un conjunto de 105 actuaciones repartidas a lo largo del periodo 2008-2012, y cuenta con un presupuesto de casi 37 millones de euros. En su elaboración y desarrollo participan siete departamentos de la Generalitat de Catalunya:

- Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural.
- Departamento de Educación.
- Departamento de Economía y Finanzas.
- Departamento de Innovación, Universidades y Empresa.
- Departamento de Medio Ambiente y Vivienda.
- Departamento de Presidencia.
- Departamento de Salud.
- Para consultar el Plan de Acción: http://www.gencat.cat/dar/pae

1 **Soberanía alimentaria:** es el derecho de los pueblos, comunidades y países a definir sus propias políticas agrícolas, pesqueras, alimentarias y de territorio que resulten ecológica, social, económica y culturalmente apropiadas a sus circunstancias únicas. La soberanía alimentaria defensa, por tanto, el derecho a una alimentación sana, nutritiva y culturalmente aceptable, la prioridad de la producción y el consumo locales, la protección frente prácticas comerciales desleales que pueden proceder de otros países, el modelo campesino de agricultura familiar, y el acceso justo a los recursos.

1

LOS COMEDORES ESCOLARES EN CATALUNYA

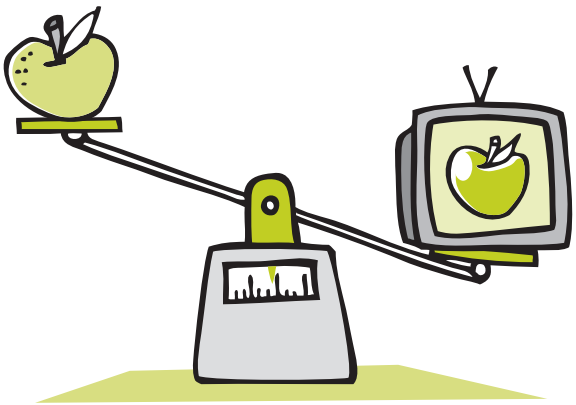
1. Los comedores escolares en Catalunya

La poca conciliación de la vida familiar y laboral ha comportado que en las últimas décadas aumentara el número de niños y niñas que almuerzan en el centro educativo donde estudian. El Ministerio de Educación, Cultura y Deporte informó, en el año 2002, que el 20% del alumnado del Estado se quedaba a comer en la escuela. En Catalunya, según datos del Departamento de Educación, un 40% del alumnado utiliza este servicio, ya sea en centros públicos, privados o concertados, y en diferentes momentos de su recorrido escolar (educación infantil, primaria y secundaria). La cifra sitúa el servicio de comedor como una pieza clave en la organización de la familia, pues es evidente que permite que padres y madres puedan trabajar en horarios variados y en lugares alejados del hogar que no facilitan el regreso al domicilio para comer con los hijos e hijas.

En nuestra cultura la comida del mediodía es la más importante, tanto en lo que se refiere a cantidad como a variedad. El 35% del aporte energético debería llegarnos a través del almuerzo. Y teniendo en cuenta que la alimentación es uno de los factores externos que más influyen en la salud y el desarrollo de niños y niñas, nos damos cuenta fácilmente de la importancia de la calidad en los servicios de comedores escolares.

Por este motivo los departamentos de Salud y de Educación de la Generalitat de Catalunya ya hace unos cuantos años que trabajan conjuntamente en la mejora de este servicio. Con esta finalidad han elaborado diferentes recursos, como la *Guia de l'alimentació saludable en l'etapa escolar* (Guía de la alimentación saludable en la etapa escolar), que próximamente se revisará para incluir un apartado dedicado a la alimentación ecológica. Otra tarea importante es la revisión gratuita y voluntaria de las programaciones de los menús de las escuelas por parte de los nutricionistas del Departamento de Salud de la Generalitat, quienes evalúan diferentes parámetros cuantitativos y cualitativos según el modelo propuesto en la guía antes citada.

Aunque ciertamente los menús han mejorado notablemente su equilibrio alimentario en los últimos años, todavía hay ciertos aspectos que es preciso revisar, como el exceso de carne o de lácteos y la escasa presencia de ensaladas y huevos.



Además del equilibrio nutricional de los menús sobre el papel, ahora es necesario dar un paso más y poner el acento en la procedencia de las materias primas que componen estos menús. Y la opción de los alimentos ecológicos puede contribuir a ello.

Pero los comedores escolares no tan sólo han de proporcionar a niños y niñas la aportación calórica necesaria a través de un menú equilibrado y mínimamente sabroso, sino que también representan el momento y el espacio para reforzar hábitos higiénicos y alimentarios, promover aspectos convivenciales de las comidas y contribuir a formarse sobre los detalles económicos y sociales que giran alrededor de este acto

tan imprescindible que es comer. No se suele acercar suficientemente la infancia y la juventud ni a la cocina ni a la realidad social que se esconde detrás de cada alimento: de dónde procede, cómo se cocina, quién lo ha producido y en qué condiciones, qué coste energético tiene, qué residuos ha generado o cómo nos beneficia.

En un contexto social cada vez más consciente de la importancia de una buena alimentación, así como más preocupado por la sostenibilidad, el medio y el entorno, algunos padres y madres, equipos directivos y también instituciones han intentado y en algunos casos han empezado ya a introducir alimentos ecológicos en las cocinas de los centros educativos, y también están sensibilizando a la comunidad educativa sobre la alimentación y todo lo que gira a su alrededor.

SISTEMAS DE GESTIÓN

Actualmente, en Catalunya, conviven diferentes sistemas de funcionamiento del servicio de comedor, todos ellos previstos en la normativa vigente. Diferentes instituciones o entidades públicas pueden responsabilizarse de ellos: el Consejo Comarcal, el Ayuntamiento, el AMPA, o incluso la misma dirección de la escuela. En cualquiera de los casos, el organismo puede decidir ocuparse de la gestión directamente – es decir, contratar el personal de cocina y los educadores y educadoras de comedor, prever el presupuesto y las partidas, proponer o controlar los menús y la relación con los proveedores– o bien contratar una empresa gestora, en ocasiones a través de concursos públicos, para que se encargue de estas funciones.

Cuando el centro no dispone de cocina propia, la gestión del servicio siempre se externaliza, pues es necesario contratar una empresa que elabore el menú en otra instalación y lo lleve después a la escuela (es decir, un catering).

Este tipo de comida diferida puede ser:

- De línea caliente: este sistema se basa en la elaboración de los platos y en su mantenimiento en caliente hasta el momento de su distribución y consumo. En pueblos pequeños, este servicio lo puede ofrecer un restaurante de la localidad que tenga los permisos correspondientes, o bien la cocina de otra escuela cercana.

- De línea fría: este sistema consiste en la elaboración del plato, el enfriamiento rápido del producto y la conservación mediante refrigeración hasta el momento de su consumo, que es cuando se vuelve a calentar hasta la temperatura adecuada (este proceso se conoce como «regeneración»). El sistema permite la conservación de la comida durante más tiempo, y las entregas a la escuela se suelen hacer solamente una o dos veces por semana.

2

EL PROYECTO DE COMEDOR ESCOLAR

2. El proyecto de comedor escolar

A la hora de comenzar un proyecto de comedor escolar ecológico es preciso poder hablar y consensuar, entre todas las personas implicadas, un modelo que nos ayude a trazar el camino que queremos recorrer, teniendo siempre en cuenta la realidad de nuestro centro. La situación óptima es ir más allá de la sustitución de unos alimentos convencionales por otros de tipo ecológico. Sería bueno que también tuvieran un origen cercano, fueran de temporada y estuvieran cocinados con métodos que mantuvieran sus cualidades tanto como fuera posible, y acompañar el proceso con acciones educativas de apoyo destinadas a todos los agentes participantes: campesinado y otros proveedores, gestores de comedor, personal docente, profesionales de cocina, personal de monitorización, equipo directivo, alumnado y familias. A partir de esta base teórica, debemos poder avanzar aplicando las medidas y soluciones más adecuadas a cada centro. Esta adaptación a nuestra realidad más cotidiana dependerá de nuestro entorno, del grado de exigencia del grupo impulsor, del nivel de aceptación y sensibilidad de la comunidad educativa y, evidentemente, de las características de la escuela.

2.1. ¿Por qué escoger alimentos ecológicos?

Los niños son un colectivo especialmente vulnerable y es responsabilidad de las personas adultas ofrecerles alimentos respetuosos con el medio ambiente y de calidad, como por ejemplo los procedentes de la producción agraria ecológica. Los principales motivos para elegir alimentos ecológicos son que éstos se obtienen de un sistema que:

- No permite el uso de fertilizantes, pesticidas, medicamentos, aditivos alimentarios de síntesis ni organismos modificados genéticamente[2] («transgénicos»).
- Respeta los ciclos naturales del ganado, no fuerza artificialmente el engorde y garantiza las mejores condiciones de bienestar animal, y en el que el uso de medicamentos está restringido.
- Utiliza productos y técnicas de elaboración y conservación de alimentos que preservan tanto como es posible la calidad de los productos de origen.
- En general, no permite procesos que perjudiquen el medio ambiente, la salud humana, la salud y el bienestar de los animales y la salud de las plantas, así como la calidad de los productos.

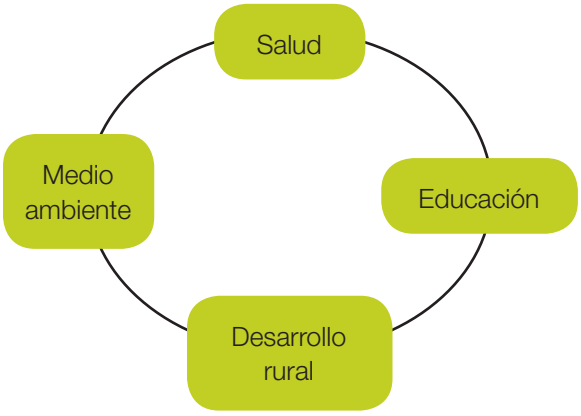
2 **Organismo modificado genéticamente o transgénico:** organismo cuyos genes han sido modificados o en el cual se han introducido genes procedentes de otra especie.

2.2. La proximidad como valor añadido

Si, además de comprar alimentos ecológicos, también trabajamos con proveedores ubicados en nuestro entorno, nuestro gesto repercutirá positivamente en los niños y niñas y también en nuestro ámbito social y político porque:

- Fortaleceremos la economía y permitiremos el desarrollo rural, promoviendo una relación de reconocimiento mutuo entre los ámbitos urbano y rural.
- Consumiremos un producto mucho más fresco y que conservará mejor sus propiedades originales –siempre que el transporte y el almacenamiento sean los adecuados–, dada la corta distancia en la que se moverán los alimentos.
- Reduciremos la contaminación producida por el transporte al acortar la distancia entre el punto de producción y el de consumo. Los conceptos «alimentos kilométricos» o «petroalimentos» se han creado precisamente para describir la desproporción y la insostenibilidad en gasto energético del modelo agroindustrial basado en los monocultivos para la exportación, así como su incidencia en el cambio climático. En cambio, los alimentos llamados «kilómetro 0», que son los que nos llegan de una distancia de unos 60 kilómetros, poseen ventajas sociales, económicas y medioambientales.

"LA SITUACIÓN ÓPTIMA ES IR MÁS ALLÁ DE LA SUSTITUCIÓN DE UNOS ALIMENTOS CONVENCIONALES POR OTROS DE TIPO ECOLÓGICO"



2.3. Buscamos la relación directa con quien produce o elabora el alimento

Poder comprar directamente al agricultor o la agricultora, o bien a quien realiza el proceso de transformación (en el caso de las mermeladas, los yogures o los zumos, por ejemplo), nos dará más confianza sobre lo que comemos y al mismo tiempo aumentará nuestra capacidad de gestión, decisión y control. Paralelamente, nos facilitará la organización de actividades dirigidas a toda la comunidad educativa para conocer de dónde procede la comida que se sirve cada día.

2.4. Ventajas de tener cocina propia en la escuela

El modelo ideal de comedor escolar, siempre que las circunstancias lo hagan posible y viable, es aquel que cuenta con cocina propia. Las ventajas de este modelo de cocina son las siguientes:

- Permite un contacto directo con los proveedores y conocer de primera mano las materias primas que se utilizan, de forma que podemos también adaptar mejor nuestros menús a la temporada y a la oferta de los proveedores.
- Utiliza técnicas de cocción apropiadas, y existe inmediatez entre la elaboración y el servicio.
- Trabajan más personas en el entorno escolar.
- Facilita una comunicación fluida entre quien prepara el alimento y quien lo consume.

EL VALOR DE LOS COMEDORES ESCOLARES ECOLÓGICOS

Contribuimos al equilibrio nutricional porque la implantación de una alimentación ecológica en los comedores escolares también implica necesariamente la revisión de los menús con el objetivo de incorporar un nivel óptimo de legumbres, verduras y frutas y, si es necesario, eliminar el exceso de fritos, proteína animal y bollería industrial, beneficiando así la salud de los niños.

Reforzamos la educación de la comunidad escolar y fomentamos el trabajo en equipo. Por un lado, este modelo de comedor nos lleva a reforzar los valores que propone el proyecto educativo de la escuela, valores de los que participan otros agentes vinculados al proyecto de comedor escolar ecológico, como por ejemplo los cocineros y cocineras, el campesino o la campesina que nos traen la fruta... (Hablamos de ello con más detalle en el capítulo 8). Por otro lado, la diversidad de agentes implicados añade complejidad y riqueza al proyecto. El éxito de la experiencia depende del buen entendimiento entre todos ellos: payeses/as y otros proveedores, gestores del comedor, personal docente, padres y madres, alumnado, monitoraje, profesionales de la cocina, entidades públicas, etc. Asimismo, la experiencia potencia trabajar las relaciones, así como la capacidad para establecer vínculos cooperativos y reunir diferentes esfuerzos y sensibilidades.

Fomentamos el desarrollo del entorno rural. El consumo de alimentos de proximidad ecológicos ayuda al desarrollo del tejido rural de cada zona, puesto que, al ser los comedores escolares puntos de consumo constante a lo largo del curso, se incentiva una producción agrícola planificada y se posibilita el establecimiento de unos precios consensuados y razonables para ambas partes, así como unos volúmenes acordados de antemano.

Preservamos el medio ambiente. La producción agraria ecológica tiene como objetivos, entre otros: respetar el medio agrario y los ciclos naturales –preservando la salud del suelo, el agua, los cultivos y los animales, así como el equilibrio entre ellos–; mantener y aumentar la biodiversidad; hacer un uso responsable de la energía y los recursos naturales; garantizar el bienestar animal y respetar el comportamiento propio de cada especie, y conservar y mejorar la riqueza de nuestro patrimonio agrario y paisajístico.

3

LOS ALIMENTOS ECOLÓGICOS

3. Los alimentos ecológicos

Los alimentos ecológicos son interesantes porque:

- Son sabrosos. Las frutas y las hortalizas ecológicas crecen a su ritmo natural, lo que se traduce en una menor acumulación de agua. Este hecho condiciona positivamente la calidad del olor, el sabor y la textura de los alimentos.
- Son saludables y nutritivos. Gracias a las técnicas de producción ecológica, los alimentos ecológicos suelen tener una elevada concentración de vitaminas, minerales y ácidos grasos poliinsaturados.
- Son seguros. Los alimentos ecológicos cumplen estrictamente todas las normas de seguridad alimentaria vigentes.
- Respetan el medio ambiente. La producción agraria ecológica preserva el medio ambiente de diversas maneras. Contribuye, entre otros efectos, a mitigar el cambio climático, mejorar la eficiencia energética de los sistemas agrarios, favorecer la biodiversidad y reducir la acumulación de contaminantes en el medio.
- Han sido producidos sin pesticidas ni abonos de síntesis química. Se evita así la liberación de estas sustancias al medio y se contribuye de manera decisiva a la ausencia de residuos en los alimentos de consumo humano.
- No utilizan organismos modificados genéticamente. Las normas de la producción ecológica prohíben explícitamente el cultivo y el uso de organismos modificados genéticamente, ya sea para la alimentación animal o para la humana.
- En su obtención se ha respetado al máximo el bienestar animal. Las normas que rigen la producción ganadera ecológica son muy estrictas a la hora de garantizar que las técnicas de producción no agredan el bienestar de los animales. Por este motivo, se prohíbe mantener atados a los animales y se obliga a facilitar zonas de ejercicio al aire libre, pastos para los herbívoros y unas dimensiones mínimas de alojamiento por cabeza de ganado.
- No se permite tratar a los animales con antibióticos preventivos ni con hormonas para el control reproductivo. En ganadería ecológica, como los ritmos y las condiciones de producción son menos intensivos, la incidencia de enfermedades disminuye. Sin embargo, si los animales se ponen enfermos, pueden utilizarse tratamientos curativos con antibióticos, de forma puntual, para evitar su sufrimiento.
- El uso de aditivos está muy restringido. Durante el proceso de transformación y elaboración de productos alimenticios ecológicos sólo puede utilizarse un número muy reducido de aditivos, que son los indispensables para asegurar que la transformación se hace con todas las garantías de seguridad, y que además no alteran la calidad final del producto.
- Están regulados estrictamente por normativas europeas y controlados por organismos debidamente acreditados. Los productos ecológicos son de calidad certificada, ya que deben cumplir, además de las normas generales, unas normas específicas para este tipo de productos, y todas las empresas que participan en el proceso de producción, elaboración y comercialización están sometidas a estrictos controles periódicos efectuados por entidades de certificación.

Además hay que recordar que, como cualquier otro alimento, los alimentos ecológicos también cumplen todas las normas generales como, por ejemplo, las normas de sanidad y seguridad alimentarias.

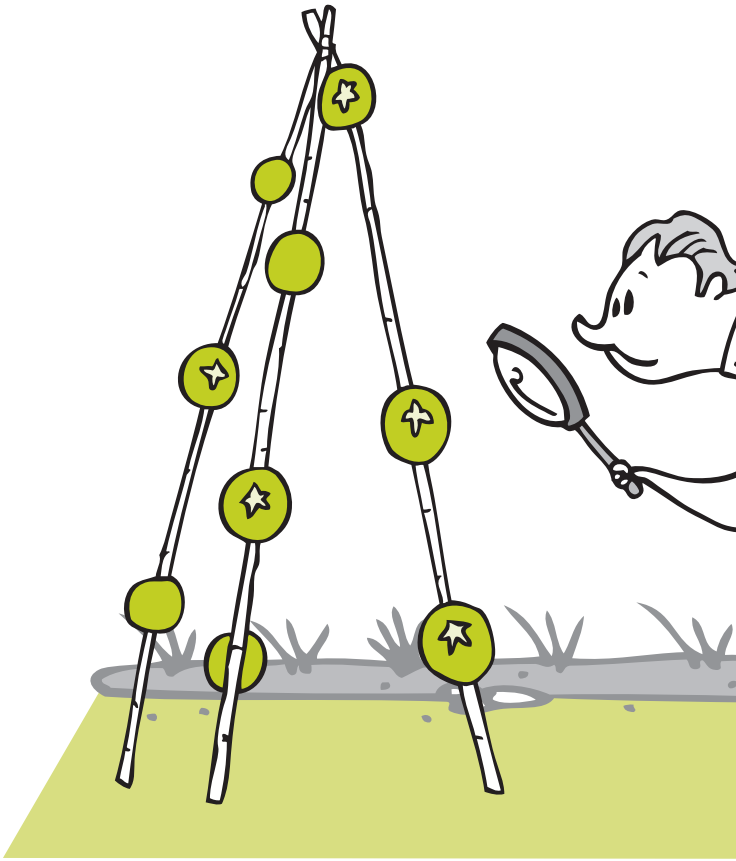
3.1. La certificación

Los alimentos ecológicos se elaboran o producen siguiendo las normativas de la producción agraria ecológica vigentes en cada país o territorio. La Unión Europea tiene un reglamento propio desde el año 1991, que es el de aplicación en todo el Estado español. Los organismos de control –que pueden ser de carácter público o privado– son las entidades que garantizan que todas las empresas implicadas en la obtención de alimentos ecológicos siguen la normativa.

En Catalunya, el Consejo Catalán de la Producción Agraria Ecológica (CCPAE) es el organismo que controla y certifica que los alimentos que llevan su aval y se comercializan como «ecológicos» o «biológicos»[3] han seguido el sistema de producción y elaboración según la normativa europea y según el Cuaderno de Normas Técnicas que la complementa en el ámbito catalán. El CCPAE es una corporación de derecho público tutelada por el Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural de la Generalitat de Catalunya. Quien produce, elabora o distribuye producto ecológico debe inscribirse y pagar las tasas públicas fijadas, que básicamente dependen de la actividad, la superficie y la facturación. El resto del presupuesto de funcionamiento del Consejo llega a través de la subvención pública. Las tasas de certificación representan un importante capítulo de costes directos y de gestión que el campesino o la campesina deben repercutir sobre el precio del producto. Por otra parte, el Gobierno ofrece ayudas económicas para la producción de alimentos ecológicos.

La certificación es el sistema que da credibilidad a la producción agraria ecológica, desde su producción en el campo hasta su distribución. El no cumplimiento de la normativa da lugar a sanciones, a descalificaciones de los alimentos, e incluso a la retirada total de la certificación para el operador que haya cometido la negligencia.

"LA CERTIFICACIÓN ES EL SISTEMA QUE DA CREDIBILIDAD A LA PRODUCCIÓN AGRARIA ECOLÓGICA"



3 **Ecológico – biológico – orgánico:** los tres términos son sinónimos y están protegidos por la Unión Europea para designar aquellos alimentos que se han producido siguiendo el Reglamento (CE) 834/2007 del Consejo y el Reglamento (CE) 889/2008 sobre producción y etiquetado de los productos ecológicos. Para el Estado español, los términos protegidos son «biológico» y «ecológico». Cualquier alimento que incorpore en su contenedor o envoltorio alguno de estos términos debe estar certificado por un organismo de control.

3.2. Más allá de la certificación: los criterios agroecológicos

La normativa europea y el Cuaderno de Normas Técnicas aplicable en Catalunya incluyen básicamente aspectos de carácter técnico y de trazabilidad. Los aspectos sociales, laborales, energéticos o culturales no se tienen en cuenta. Es decir, un alimento puede obtener la certificación ecológica a pesar de haber sido elaborado en un país externo a la Unión Europea y aunque su transporte haya requerido un consumo energético importante. También pueden obtener la certificación ecológica las frutas almacenadas en cámara frigorífica que esperan salir al mercado cuando ya no es temporada, o alimentos cultivados o elaborados en condiciones laborales poco respetuosas o con ingredientes procedentes de países lejanos.

Cuando, de manera complementaria, tenemos en cuenta todos estos aspectos, nos situamos un paso más allá de la certificación oficial vigente y podemos mejorar de forma significativa nuestro consumo, ya sea individual o colectivo, como es el caso de las escuelas. Dichos aspectos constituyen lo que denominamos criterios agroecológicos, que consideran la actividad agraria de forma global, desde una perspectiva ecológica, económica y social. Por ejemplo, no sólo se tienen en cuenta las técnicas de cultivo, sino también la capacidad de mantener una biodiversidad completa en la finca, la conservación de variedades y razas locales, el origen próximo de las materias primas, los intercambios económicos en la comunidad local y unas condiciones laborales dignas para quien trabaja.

> "EL TRABAJO ORGANIZADO DE PEQUEÑOS CAMPESINOS Y CAMPESINAS ES CRUCIAL PARA PODER PROVEER A LOS COMEDORES COLECTIVOS"

Es interesante, pues, que los comedores escolares que los tengan a su alcance en su territorio puedan valorar estos criterios a la hora de comprar alimentos ecológicos. Concretando, podemos fijarnos en:

- De dónde proceden los alimentos y, en el caso de los alimentos transformados, el origen de sus ingredientes.
- Las condiciones laborales de quien los produce y elabora.
- Los criterios ambientales complementarios a la normativa de producción agraria ecológica que se aplican en la empresa o en la finca.
- Si los alimentos que queremos incluir en el menú son o no de temporada y, en caso de que no lo sean, los sistemas de conservación que se han utilizado y su impacto ambiental.

Junto con los criterios que hemos citado hasta ahora, podemos incluir el de la comercialización directa. Tratar directamente con los productores es especialmente interesante para los comedores escolares, pues es más fácil ver cumplidas las expectativas a la hora de realizar los pedidos de alimentos ecológicos, ya que comunicar las necesidades y acordar nuevos criterios con los proveedores resulta más claro y fácil. Además, la comercialización directa ayuda a la comunidad campesina a valorizar su trabajo.

3.3. El sector en Catalunya

Es importante conocer mínimamente el sector de la producción agroalimentaria ecológica en Catalunya para saber cómo nos podemos mover a la hora de proveernos, y las facilidades y dificultades con que nos podemos encontrar. Se trata de un sector pequeño comparado con la agricultura convencional[4], pues en el año 2009 la producción ecológica rondaba el cinco por ciento de la superficie agrícola útil catalana (concepto que incluye prados y pastos). Este hecho condicionará especialmente el establecimiento de comedores escolares ecológicos, junto con otras características del sector:

- Bajo porcentaje de horticultores, fruticultores y proveedores de producto fresco propio que comercialicen directamente.
- Dispersión de fincas por todo el territorio, pero poco regular respecto a los productos. Por ejemplo, en algunas comarcas existe sobre todo huerta y frutales, mientras que en otras básicamente encontramos ganadería.
- Fincas gestionadas normalmente por una sola persona, con algún refuerzo puntual, y a menudo con ayuda familiar.
- Las fincas de tamaño medio-grande, especializadas sólo en algunos cultivos, son pocas y básicamente abastecen a distribuidoras.
- Las pocas estructuras comerciales capaces de ofrecer continuidad y variedad de oferta se abastecen en gran parte de productos de fuera de Catalunya.
- Un asociacionismo incipiente: actualmente la agricultura ecológica aún trabaja de forma bastante individual en la mayoría de los casos.

El trabajo organizado de pequeños campesinos y campesinas es crucial para poder proveer a los comedores colectivos, que requieren una continuidad y diversidad difícil de garantizar por una sola finca. Ya hay personas que se han dado cuenta de las ventajas de asociarse, y han ido surgiendo agrupaciones con el objetivo de contar con un soporte técnico (el caso de las agrupaciones de defensa vegetal[5]) o comercializar conjuntamente. Algunos ejemplos son las asociaciones ganaderas de las comarcas de los Pirineos occidentales, algunas redes de venta directa conjunta, y las cooperativas agrícolas, que no sólo producen sino que también comercializan –e incluso algunas distribuyen– productos de otros.

En Catalunya, hoy por hoy, podemos encontrar varias empresas distribuidoras de producto ecológico, algunas de ellas creadas por campesinos y campesinas y que se dedican en exclusiva a los alimentos ecológicos certificados. En cuanto a las industrias elaboradoras, el sector catalán cuenta con pequeñas empresas de carácter casi artesanal, pero también con grandes empresas que han puesto en marcha su línea ecológica en paralelo con la línea convencional. El consumidor puede encontrar en el mercado elaborados de soja, productos lácteos, carnes ya cortadas a punto de cocer, congelados, e incluso verduras ya limpias y embolsadas. Pero los productos de cuarta y quinta gama son pocos, aunque la oferta está aumentando. Hay que considerar que cada paso en el proceso de transformación encarece el precio, y a menudo también añade envoltorios, genera más residuos y utiliza más energía y, por tanto, la calidad ecológica de estos productos disminuye.

LA CUARTA Y LA QUINTA GAMAS

Los alimentos de cuarta gama son aquellos que llegan al mercado limpios, troceados y envasados, listos para consumir directamente. Son las típicas bolsas con las ensaladas preparadas, por ejemplo. La quinta gama o gama alta no corresponde a los precocinados o preelaborados, sino a productos que ya están completamente a punto para que sólo sea necesario calentarlos. Normalmente se comercializan por raciones y envasados al vacío o en atmósfera modificada. En estos alimentos, como en los congelados, es muy importante no romper la cadena del frío y consumirlos una vez calentados. Ninguna de estas gamas es asequible –por su precio excesivo– ni aconsejable en los comedores escolares ecológicos, ya que conllevan la utilización de muchos envases.

4 **Convencional:** consideramos alimentos convencionales todos aquellos que no han sido producidos siguiendo el Reglamento de la producción agraria ecológica.

5 **Agrupación de defensa vegetal o ADV:** asociación sin ánimo de lucro, basada en la cooperación entre los campesinos y campesinas para controlar las enfermedades y plagas de las plantas. Dispone de técnicos asesores para minimizar los tratamientos, mejorando así su eficacia y también los procesos productivos y la calidad de los alimentos.

3.4. ¿Por qué los alimentos ecológicos tienen un precio más alto?

Una de las características que todo el mundo atribuye al producto ecológico es su precio más elevado respecto al convencional. Aunque no hay estudios concluyentes acerca de si ello es debido a unos costes de producción más altos, sí pueden apuntarse algunas causas[6].

- Las materias primas (fertilizantes, semillas, etc.) para la agricultura ecológica son en general más caras que las destinadas a la agricultura convencional.
- El sistema ecológico rechaza las técnicas encaminadas a forzar la producción de plantas y animales, y los deja crecer de acuerdo con sus ritmos naturales.
- La producción ecológica suele necesitar más mano de obra por la falta de maquinaria apropiada y asequible, como por ejemplo sistemas alternativos al uso de herbicidas de síntesis.
- Para evitar la contaminación química procedente de parcelas convencionales vecinas, los agricultores ecológicos deben dejar de cosechar –o bien comercializar como convencional– los márgenes de los cultivos. La pérdida del valor añadido en los productos de los márgenes repercute en el precio de la cosecha.
- Dificultades en la comercialización y/o distribución debido a un mercado aún incipiente que no puede aprovechar los beneficios que reporta una economía de escala; por ejemplo, tener que asumir pedidos pequeños y repartidos por un territorio mayor, que hacen que el coste del transporte y de la gestión en relación con el coste del producto sea importante.

6. A partir del *Llibre blanc de la producció agroalimentària ecològica a Catalunya.* Generalitat de Catalunya: Departamento de Agricultura, Ganadería y Pesca, 2006.

¿LOS ALIMENTOS CONVENCIONALES SON REALMENTE MÁS ECONÓMICOS?

En la fabricación de la mayoría de productos se generan una serie de problemas ambientales, como son la contaminación del agua y el aire o la generación de residuos sólidos, cuyo coste es asumido por la empresa sólo de manera parcial. El resto, o bien lo asume la administración a través de programas específicos, o bien no lo asume nadie y agrava la situación de nuestro medio. Así pues, podemos decir que los productos que no asumen estos costes ambientales tienen un precio de venta por debajo de lo que realmente cuestan.

En cambio, utilizar técnicas y materias primas más respetuosas para el medio ambiente a menudo resulta más caro para el productor. Este encarecimiento del proceso productivo repercute directamente en el precio de venta al público, que acaba siendo más alto que el de productos en los que este cuidado por nuestro entorno no se ha tenido en cuenta. Ésta es la situación que se da en los alimentos ecológicos.

Como contrapartida, en ocasiones podemos encontrar, en circuitos cortos y locales de comercialización, productos ecológicos al mismo precio que los convencionales. Por otra parte, en algunos alimentos el precio del mercado convencional es más fluctuante que el del ecológico, que suele ser más estable si se trata directamente con el agricultor o agricultora.

En cuanto a los alimentos elaborados, la situación es similar: habitualmente el precio es superior al de los productos convencionales, aunque no siempre tiene que ser así. Además de repercutir el coste más alto –si es el caso– de las materias primas, los elaboradores deben compensar las tasas pagadas al CCPAE y una maquinaria que permita ofrecer transformados de alta calidad sin la adición de conservantes químicos que los abaratarían.

Respecto a los alimentos de origen animal, podemos decir que existe una buena oferta de ternera y cordero, que pueden encontrarse al mismo precio que la carne convencional si se compran directamente al ganadero o ganadera, sobre todo si se piden lotes grandes y con todas las partes. En cambio, el pollo suele ser más caro, y aún hay poca oferta de cerdo. Los factores clave de este precio son la mayor necesidad de alimento para producir un kilo de carne en un animal criado al aire libre (¡el ejercicio consume!) y el elevado coste de la alimentación, ya que las dos materias primas principales del pienso de referencia –la soja y el maíz– cada vez son más difíciles de producir sin riesgo de contaminación por las variedades transgénicas que dominan el mercado mundial de estos dos vegetales. Cumplir con la normativa ecológica también comporta unos condicionantes que repercuten en el aumento del precio, como son las pequeñas dimensiones de las explotaciones ganaderas, las densidades de animales mucho más bajas que en producción convencional, y la edad mínima para el sacrificio del ganado.

"PODEMOS ENCONTRAR, EN CIRCUITOS CORTOS Y LOCALES DE COMERCIALIZACIÓN, PRODUCTOS ECOLÓGICOS AL MISMO PRECIO QUE LOS CONVENCIONALES"

Condicionantes a tener presentes en la actualidad:

- El volumen de la oferta y la diversidad de alimentos locales, en comparación con el producto convencional, son menores.
- Los alimentos suelen ser más caros, pero hay estrategias para abaratar el coste del menú (ved el capítulo 6).
- El producto es más heterogéneo en cuanto a tamaño y aspecto, especialmente en la venta directa, debido a una menor clasificación y manipulación poscosecha.

4

CÓMO AVANZAMOS HACIA UN COMEDOR CON ALIMENTOS ECOLÓGICOS

4. Cómo avanzamos hacia un comedor con alimentos ecológicos

En el momento en que en la escuela aparece una persona o grupo de personas interesadas en introducir los alimentos ecológicos en los menús, ha llegado la hora de ponerse a trabajar y organizarse para materializar el proyecto. Debemos prever que el camino que iniciamos no está libre de dificultades, pues a buen seguro surgirán debates y será necesario tomar decisiones consensuadas entre todos los participantes. Cada paso en el camino, pequeño o grande, será un avance en el desarrollo del proyecto. La Taula de Treball d'Alimentació Escolar Ecològica, editora de esta guía junto con el Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural de la Generalitat de Catalunya, trabaja para facilitar este trayecto a todas las personas que se vean capaces de iniciarlo.

Es preciso puntualizar que empezar una experiencia de este tipo en los institutos será más difícil que en las guarderías y escuelas. Mientras somos bebés, y también durante los primeros años de vida, es más fácil que adoptemos una actitud abierta hacia nuevos gustos y sabores. También es la edad en que estamos más abiertos a nuevas miradas y propuestas. A medida que nos hacemos mayores, nos aferramos más a nuestros valores y la entrada de novedades choca más fácilmente con los prejuicios. Ahora bien, aunque trabajemos en guarderías y escuelas, seguramente el proceso no será tampoco tan rápido y fácil como quisiéramos, pero hemos de tener claro que pequeños cambios pueden abrir la puerta a otro concepto de comedor en toda la comunidad escolar.

El origen y los agentes implicados en el impulso de un comedor escolar ecológico pueden ser muy diferentes en cada uno de los centros educativos, y la dinámica de su implantación deberá tener en cuenta quién lo promueve (la dirección de la escuela, un grupo de padres y madres, la empresa gestora del comedor, un grupo de campesinos y campesinas o un grupo de alumnos). Sea como sea, los primeros pasos serán comunes y nos ayudarán a definir, más adelante, qué camino seguiremos y cómo lo haremos.

4.1. El primer paso: despertar el interés

El primer paso es despertar el interés del conjunto de las familias para conseguir un comedor saludable, más sostenible y más justo. El comedor debe ser una parte importante de la escuela para toda la comunidad educativa (familias, personal docente y niños y niñas), ya que es donde se desarrolla un acto básico e imprescindible como es la alimentación. Todos los cambios, aunque sean para bien, suelen despertar recelo y desazón. Tenemos que ser conscientes de que es difícil conseguir el visto bueno del cien por cien de las familias, maestros y personal de cocina. De entrada, es probable que perciban la propuesta como un problema y no como una mejora sustancial del servicio de comedor. Puede ser interesante crear un espíritu crítico ante los criterios que rigen el comedor de la escuela de nuestros hijos e hijas, y plantearse un proyecto de mejora donde los alimentos de proximidad y ecológicos sean una consecuencia lógica.

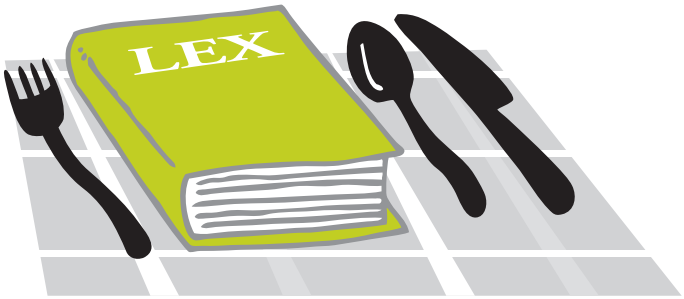
EL COMEDOR COMO EJEMPLO

El comedor también puede ser coherente con todos los valores que queremos transmitir relacionados con la alimentación: sostenibilidad, justicia social, salud, educación... Averigüemos a cuál de ellos es más sensible nuestra escuela, cómo lo está trabajando, y empecemos por aquí. ¡Ya tendremos tiempo de ir profundizando en todos los aspectos!

Es preferible no plantear el cambio como un «todo o nada». Un proceso gradual de adaptación a la realidad de los recursos humanos y logísticos, tanto de la escuela como de los productores, es a menudo más realista y efectivo que una transformación radical de un día para otro. Plantear el proyecto paso a paso, a un ritmo adecuado a nuestras posibilidades, así como crear y conservar lazos de relación y confianza, serán aspectos muy importantes para superar obstáculos y solucionar problemas sin desfallecer ni abandonar. Un menú con una pieza de fruta ecológica y local a lo largo de todo el año es más trascendente que un menú ecológico un solo día.

4.2. Identificación de la normativa aplicable

El servicio escolar de comedor está sometido a una regulación y una normativa que determinan cómo se debe realizar la gestión y cuáles son los aspectos básicos de este servicio. Aunque es un tema importante, por su complejidad se ha recogido en un anexo.



Resulta especialmente interesante leer el Decreto 160/1996, de 14 de mayo, por el que se regula el servicio escolar de comedor en los centros docentes públicos de titularidad del Departamento de Educación de la Generalitat de Catalunya, y en concreto son destacables el artículo 4.1 sobre el funcionamiento del comedor y el artículo 10 sobre la gestión del servicio, ya que en ellos podremos consultar:

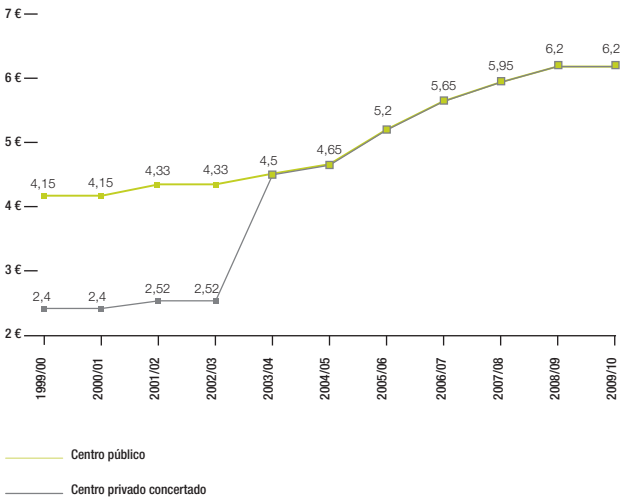
- Cómo se debe realizar el Plan de funcionamiento del comedor escolar, que es el documento particular de cada escuela que concreta y detalla las características de la gestión.
- Cómo debe ser la ubicación de este servicio.
- Cuáles pueden ser los usuarios y usuarias.
- El precio y cómo se efectúa el pago.
- Las diferentes modalidades de gestión del servicio.
- El pliego de cláusulas administrativas.
- La contratación de personal.
- El procedimiento para su financiación.
- La elaboración de la comida.
- El mantenimiento, la conservación y el uso de las instalaciones.
- La información a los padres y madres.
- La inspección y las ayudas al comedor.

También debemos tener en cuenta que, en los casos en que la gestión recae sobre los ayuntamientos o los consejos comarcales, éstos disponen de un reglamento de uso del servicio de comedor.

LOS PRECIOS EN LOS CENTROS PÚBLICOS

Una Resolución anual del Departamento de Educación determina el precio máximo de la prestación del servicio escolar de comedor en los centros educativos públicos. Las escuelas privadas y/o concertadas no están sometidas a esta regulación y tienen completa libertad para fijar los precios de los menús escolares.

Evolución de los importes máximos de comedor escolar fijados por el Departamento de Educación de la Generalitat de Catalunya



4.3. Un diagnóstico del servicio de comedor

Antes de iniciar el proceso, siempre será necesario invertir cierto tiempo y esfuerzos en realizar el diagnóstico del servicio de comedor del centro educativo o del conjunto de centros que constituirán la red local en el momento de la puesta en marcha. En este apartado presentamos una propuesta de metodología para llevar a cabo esta tarea.

> "SERÁ NECESARIO INVERTIR CIERTO TIEMPO Y ESFUERZOS EN REALIZAR EL DIAGNÓSTICO DEL SERVICIO DE COMEDOR DEL CENTRO EDUCATIVO"

4.3.1. Objetivos del diagnóstico

El objetivo del diagnóstico es determinar la situación de diferentes aspectos relacionados con el centro educativo para poder plantear un proyecto que se ajuste el máximo posible a la situación y las necesidades de la escuela.

- Respecto a cuestiones formativas, valoraremos las posibilidades de programar acciones de sensibilización para el alumnado, las familias y el personal.
- En cuanto a las infraestructuras, nos fijaremos especialmente en el equipamiento de la cocina y el comedor y en los utillajes de que disponemos.
- En cuanto al funcionamiento, deberemos conocer todos los datos que giran en torno al servicio de comedor, como por ejemplo cuántas comidas se sirven, quién lleva los pedidos o quién prepara los menús.
- Finalmente, también será muy importante conocer la visión y la receptividad de los diferentes actores de la comunidad educativa ante la introducción de los productos ecológicos en los comedores.

Respecto a este último punto, deberemos detectar:

- Las resistencias y los temores.

- La capacidad de adaptación a los cambios que afectarán a las rutinas actuales.
- Las motivaciones y oportunidades que se asocian a las expectativas de cambio.
- La influencia de las experiencias previas puestas en marcha tanto por iniciativa propia como externa.
- El posicionamiento y el clima relacional entre las personas clave que han de aceptar y hacerse suya la propuesta: cocina, dirección, responsables del comedor y representantes del AMPA.

4.3.2. Identificación de los agentes implicados

Efectuaremos el diagnóstico a partir de entrevistas a los diferentes agentes implicados en la gestión de nuestro comedor. Antes de empezar a diseñar las fichas con las preguntas que se van a plantear, deberemos identificar cuáles son estos agentes para no olvidarnos de ninguno de ellos y también con el fin de implicarlos a todos en el proyecto desde su inicio. El objetivo es disponer de una lista con los correspondientes datos de contacto y obtener información genérica sobre qué función cumplen. A partir de todo ello, podremos trabajar en el diseño de las fichas y entrevistas que nos ayudarán a organizar y recoger por escrito todo lo que nos expliquen.

Aunque cada centro es diferente, a continuación enumeramos una lista de los posibles agentes vinculados a la gestión de un comedor, y su papel más habitual:

- Ayuntamiento: puede actuar como órgano gestor del servicio escolar de transporte y/o comedor escolar. La gestión puede ser:
  · Realizada directamente desde el propio ayuntamiento.
  · El ayuntamiento saca a concurso la prestación de servicios.

- AMPA: es la asociación que aglutina gran parte de los padres, madres y familiares del alumnado de la escuela. Tiene representación en el consejo escolar. En algunos casos, es la propia AMPA quien se encarga de contratar la empresa que ofrece el servicio de comedor, o bien quien contrata directamente el equipo de cocina y de monitorización.

- Comunidad de alumnos: son los destinatarios de nuestro proyecto. Es importante conocer qué edad tienen, cuáles han sido sus hábitos alimenticios hasta el momento del inicio del proyecto y cuál su información sobre el tema, tanto en la escuela como en casa. También haremos un seguimiento del modo como perciben los diferentes cambios que se vayan introduciendo en el comedor escolar, y los mantendremos informados del porqué de estos cambios.

- Consejo Comarcal: puede actuar como órgano gestor del servicio de transporte y/o comedor escolar. En este caso, suele sacar a concurso público la prestación de servicios de transporte, comedor y monitorización.

- Consejo escolar: es un órgano importante de decisión del centro escolar. Está integrado por miembros del equipo directivo, representantes de padres y madres, representantes del profesorado, representantes del alumnado, un representante del personal de administración y servicios del centro, y representantes del ayuntamiento. Es el encargado de aprobar el Plan de funcionamiento del comedor escolar.

- Consejo Escolar Municipal: es un órgano de alcance municipal que tiene como objetivo trabajar para la mejora de la educación en su ámbito. Toma ciertas decisiones que afectan a la comunidad educativa del municipio. Este órgano es especialmente importante cuando el Ayuntamiento es la institución reguladora de los comedores escolares. En este caso suele disponer de un reglamento de gestión del servicio de comedor.

- Conjunto de distribuidores: es el grupo de proveedores o comercios que abastecen el centro o los centros educativos en el momento del diagnóstico.

- Empresa o entidad gestora: en los casos en que esté contratada una empresa o entidad de servicios, ésta será la responsable de la gestión del comedor. La manera como se realice este servicio puede estar más o menos condicionada por el organismo que lo contrate y las condiciones y cláusulas del concurso. Los servicios que estas empresas suelen prestar son: diseño de menús, compra del

producto, preparación de la comida y monitorización durante el horario de comedor.

- Equipo de cocina: corresponde a la persona o personas encargadas de cocinar los alimentos. Las funciones y el poder de decisión de esa persona o personas pueden variar mucho según qué tipo de gestión tenga el comedor. Las diferentes realidades existentes van desde el equipo de cocina que tiene como única función cocinar un menú previamente establecido, hasta el equipo de cocina que se encarga también del diseño de los menús e, incluso, de realizar los pedidos. La situación depende de si este equipo de cocina forma parte de la empresa o entidad que ha sido contratada para prestar este servicio, o bien es el AMPA u otro organismo quien lo contrata directamente.

- Equipo directivo: el equipo directivo de un centro educativo suele estar formado por el director/a, el secretario/a y el jefe o jefa de estudios. Es un órgano importante de decisión del centro. En ocasiones se ocupa del control de la empresa de servicios contratada.

- Equipo de educadores o de monitoraje: son los profesionales responsables del alumnado en el horario de comedor. Al igual que sucedía con el equipo de cocina, puede que forme parte de la misma empresa contratada para la prestación del servicio, o bien que sea el AMPA u otro organismo quien lo contrate directamente. Debemos tener en cuenta que en algunos casos los profesores apoyan este control de forma rotativa.

- Red de agricultores ecológicos locales: integrado por el conjunto de campesinos y campesinas que se encargan de producir los alimentos ecológicos y/o locales que se servirán a las escuelas. Puede que en el momento de la realización del diagnóstico aún no tengamos identificado este agente, pero es importante tener en cuenta que será clave para el proyecto. Su papel puede variar mucho en función del planteamiento que hagamos, y puede ir desde el simple abastecimiento de algunos alimentos, hasta la implicación de los campesinos y campesinas en actividades pedagógicas (visitas a las fincas, charlas informativas, degustaciones, etc.).

4.3.3. Diseño de las fichas y realización de las entrevistas

Una vez hayamos identificado la normativa legal que se nos aplica y cuáles son los diferentes agentes implicados en la gestión del comedor, será necesario que nos entrevistemos con cada uno de ellos, ya sea de manera conjunta o bien separadamente. La forma como realizaremos estas entrevistas/visitas dependerá mucho del tipo de centro, y estará muy condicionada por los recursos y el tiempo disponibles para llevar a cabo el diagnóstico, por el estado del proyecto, y según quien sea el agente encargado de realizarlo. Algunos puntos a tener en cuenta son:

- La madurez del proyecto y el grado de consenso. Si la iniciativa de introducir alimentos ecológicos en las escuelas es un proyecto asumido por los diferentes agentes y goza de un amplio consenso, podremos entrevistar a todas las personas implicadas para ver y detectar la opinión de todas ellas. En cambio, si el proyecto es sólo iniciativa de un sector concreto y no está consensuado, será mejor concentrar los esfuerzos y hablar con las personas más implicadas en la gestión. En todo caso, para obtener un buen diagnóstico deberemos entrevistarnos, como mínimo, con la dirección del centro, con la empresa gestora de la cocina o las cocineras, y con alguna persona que represente al AMPA.

> "HABRÁ QUE ENTREVISTARSE, COMO MÍNIMO, CON LA DIRECCIÓN DEL CENTRO, CON LA EMPRESA GESTORA DE LA COCINA O LAS COCINERAS, Y CON ALGUNA PERSONA QUE REPRESENTE AL AMPA"

- La dimensión del centro y el tipo de gestión. Estos dos factores determinarán en gran medida el número de personas implicadas en el proyecto. En escuelas pequeñas, puede que hablando con una única persona consigamos un perfecto diagnóstico

del servicio de comedor, mientras que en otras muy grandes puede ser que requiramos la información de los distintos agentes.

- Para poder coincidir con el personal de cocina, es habitual tener que realizar las entrevistas en horario escolar, principalmente de mañana. Podemos aprovechar para visitar las instalaciones de la cocina y el comedor.

- En muchos casos tendremos que elegir otro momento para entrevistarnos con los representantes del AMPA y captar su visión e interés, un aspecto importante, ya que en muchas escuelas recae bajo su responsabilidad la firma del contrato con la empresa o el equipo de cocina.

- Es interesante que el equipo de entrevistadores esté formado por dos personas, de forma que una conduzca más el diálogo y la otra pueda ir anotando en la ficha e interviniendo para preguntar aspectos que no hayan aparecido en la conversación.

El medio que proponemos para recoger la información es a través de entrevistas semiestructuradas. Es decir, una conversación sin un orden estricto y lineal, pero que nos permitirá abordar todos los temas que nos interesa conocer. Previamente a la realización de una entrevista debemos elaborar una plantilla o ficha, con notas de toda la información que queremos recoger ordenada por apartados, fácil de entender y consultar, y también que facilite anotar sobre la marcha lo que vaya surgiendo durante la conversación.

Al final de este capítulo se propone un modelo de ficha con varios apartados donde anotar información referente a distintos aspectos: tipo de gestión, funciones, recursos humanos, infraestructura y equipamientos, número y perfil de los usuarios, línea educativa del centro, experiencias previas, etc. Éste es un modelo básico que puede adaptarse en función del agente al que estemos entrevistando o del tipo de escuela.

4.3.4. Puntos clave a tener en cuenta

Sea cual sea la metodología que sigamos para llevar a cabo el diagnóstico, es necesario que no perdamos de vista algunos puntos imprescindibles a tener en cuenta y que deberemos conocer una vez hayamos realizado las entrevistas:

- ¿Tengo cocina propia? El proyecto de comedor escolar ecológico despliega todas sus potencialidades en aquellos centros educativos que disponen de cocina propia, pero si el centro carece de ella, igualmente puede hacer pasos para introducir alimentos ecológicos y mejorar la sostenibilidad del servicio, así como trabajar contenidos para sensibilizar a la comunidad educativa sobre aspectos referentes a la alimentación ecológica y sostenible.

"ES BÁSICO SABER QUIÉN TIENE LA CAPACIDAD DE FIRMAR LOS CONTRATOS DE SERVICIO DE COCINA Y COMEDOR"

- ¿Cuál es el órgano u órganos responsables de la gestión del comedor escolar? ¿Cuál es su representante? Igualmente es básico saber quién tiene la capacidad de firmar los contratos de servicio de cocina y comedor y si toma decisiones que afectan al resto de ámbitos de la alimentación (cantinas, dispensadores, etc.). Según la titularidad del centro (pública, privada, privada concertada), esto puede variar bastante.

- ¿Cómo funciona nuestro comedor? A nivel de funcionamiento de comedor, debemos recoger todos los datos referentes al número de usuarios y las comidas servidas al día, los turnos, los horarios, etc. Igualmente, recogeremos información sobre las dimensiones y el paramento (bandejas, platos, etc.), y sobre el equipo de educadores y el de cocina.

- ¿De qué infraestructura disponemos? La infraestructura y el equipamiento de la cocina constituyen un tema central y limitante. Nos informaremos del

tipo de horno y de cocina, de los equipos de conservación (frigoríficos, congeladores) y de los almacenes. Finalmente, preguntaremos sobre el tipo de utensilios y sus materiales (cazuelas, ollas, etc.).

- ¿Cómo se realizan las compras? Debemos hablar con la persona que gestiona las compras, y preguntarle sobre la frecuencia de abastecimiento, la forma de hacer los pedidos, etc., y también sobre el grado de compromiso personal con los proveedores (si hace muchos años que trabajan juntos, si existen vínculos familiares o de pueblo, etc.). Este último punto puede ser limitante, sobre todo en poblaciones pequeñas y medianas, donde se dan fuertes vinculaciones sociales; ello puede condicionar mucho la resistencia al cambio y a la incorporación de nuevas dinámicas de compra. Una posibilidad es facilitarle contactos para que pueda también dar el paso hacia una oferta ecológica.

- ¿Cuál es la vinculación y la influencia que el equipo de cocina ejerce sobre los comensales? Es necesario que sepamos si los cocineros o cocineras y los educadores o educadoras influyen en los hábitos alimentarios de los niños, y de qué manera lo hacen (premios, sanciones, etc.). Esta información nos puede ayudar a definir en un futuro cuál es la mejor manera de introducir los productos ecológicos en el comedor.

- ¿La política actual del centro es favorable a la adopción de este cambio? Nos interesa saber si la escuela está adscrita a algún programa específico de tipo ambiental y el grado de sensibilidad en temas ecológicos, si se ha organizado alguna jornada específica y, sobre todo, su valoración. También debemos conocer la sensibilidad de los maestros, que pueden introducir contenidos afines al proyecto en las áreas y materias que enseñan, y hasta qué punto están abiertos a nuevos recursos didácticos.

4.3.5. Interpretación y diagnóstico

Un cop realitzada la ronda d'entrevistes, amb les fitxes formalitzades i amb les anotacions complementàries, cal que els entrevistadors es reuneixin per contrastar la informació recollida i les seves impressions personals. Cal analitzar les respostes a les preguntes de l'apartat anterior i convé fer una llista dels punts forts i febles Una vez realizada la ronda de entrevistas, con las fichas ya formalizadas y con las anotaciones complementarias, es necesario que los entrevistadores se reúnan para contrastar la información recogida así como sus impresiones personales. Se deben analizar las respuestas a las preguntas del apartado anterior, y conviene elaborar una lista de los puntos fuertes y débiles del centro o los centros, incluyendo las actitudes y voluntades de los entrevistados. Si hay algún factor claramente incompatible con la propuesta, deberá razonarse y señalarse, y se evaluará la posibilidad de modificarlo.

Una vez hecha una primera valoración, sabremos si las condiciones son favorables y podremos empezar a diseñar la estrategia que mejor se adapte a nuestra escuela, para a continuación definir y temporalizar las primeras acciones: formación, adaptación de instalaciones, contacto con proveedores, coordinación de compras, etc. (ved los capítulos 5 y 6). En caso de que hayamos realizado el diagnóstico para un conjunto de centros de un cierto ámbito territorial (por ejemplo, un municipio o una comarca), estas actuaciones podrán diseñarse de forma conjunta.

RESUMEN DE LOS PASOS DEL DIAGNÓSTICO

1. Identificamos a las personas implicadas en la gestión de nuestro comedor y creamos una lista con los nombres, sus contactos y sus funciones.
2. Elaboramos las fichas para entrevistar a cada una de estas personas, y hacemos las entrevistas.
3. Comprobamos si las entrevistas nos han proporcionado toda la información necesaria.
4. Valoramos la información que hemos obtenido, elaboramos una lista de puntos fuertes y débiles y leemos los capítulos 5 o 6 de este manual (según si nuestra escuela dispone de cocina o no).

4.4. La comisión mixta de comedor

En cuanto sea posible, lo primero que haremos será organizar una comisión mixta de comedor donde habrá un representante de cada sector implicado: personal de cocina, familias, alumnado, maestros, equipo directivo, equipo de monitores, entidad gestora (si procede) o bien la persona que lleva la gestión económica del comedor (que puede ser del AMPA o externa), un representante del grupo proveedor de alimentos ecológicos y la persona que coordina el comedor. Esta comisión es muy importante para un buen funcionamiento; por tanto, se tiene que valorar e intentar que los diferentes representantes de la escuela se impliquen. Quizá habrá quien no participe activamente, pero su asistencia a las reuniones y el hecho de ir recibiendo información de lo que va pasando será muy positivo en vistas a animar a las partes menos convencidas.

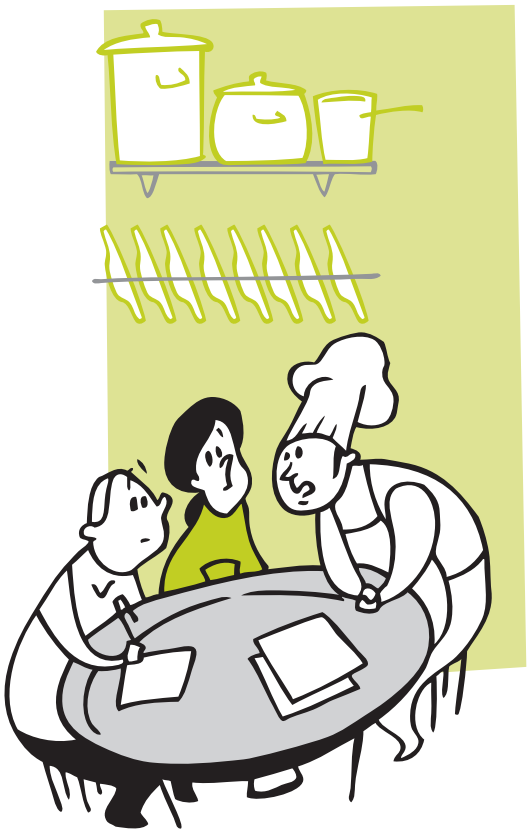
"LA PERSONA COORDINADORA DE COMEDOR TIENE UN PAPEL CLAVE, PUES HACE DE PUENTE ENTRE LA ESCUELA, LAS FAMILIAS, LAS COCINERAS, LOS PRODUCTORES Y LOS EDUCADORES DE COMEDOR"

Entre todos los componentes de la comisión, la persona coordinadora de comedor tiene un papel clave, pues hace de puente entre los diferentes agentes implicados. Debe tener un espíritu comunicativo, conocer bien cómo funciona el servicio, y poseer habilidades para concretar en la práctica las propuestas que vayan surgiendo del grupo. En algunas escuelas esta persona recibe una remuneración por su trabajo, que en ocasiones puede incluir también la gestión económica.

La comisión de comedor se ocupará de diseñar:

- Un decálogo con los criterios conceptuales del comedor escolar, es decir, que describa qué criterios hará prevalecer en el servicio.
- Un plan anual de objetivos, con el calendario de introducción de cambios.
- Un sistema de evaluación periódico (encuestas, entrevistas a los implicados, etc.) mediante los indicadores de evaluación (ved el apartado siguiente).
- Un plan de formación y sensibilización continuada de los implicados en el comedor (ved el capítulo 8).

Las diferentes administraciones de nuestro territorio quizás incluyen áreas específicas que podrán echarnos una mano cuando queramos implementar el proyecto; tanto si la ayuda es económica, como logística, de apoyo institucional o de información y asesoramiento, es importante comunicar qué queremos hacer e intentar generar sinergias que nos ayuden a tener éxito en nuestra iniciativa.



4.5. Indicadores de evaluación

Los indicadores de evaluación nos darán una idea bastante aproximada de si estamos cumpliendo los objetivos fijados, y de cómo está recibiendo toda la comunidad educativa la transformación propuesta. Hay multitud de indicadores ambientales que podemos aplicar para conocer la sostenibilidad de los comedores. Aquí nos fijaremos en los referentes a la introducción de alimentos ecológicos. Podemos hablar de indicadores de dos tipos: cuantitativos/objetivos y cualitativos/subjetivos (es decir, los que surgen de la opinión de las personas implicadas).

A. Cuantitativos/Objetivos:

- Número de menús diarios.
- Número de alimentos introducidos.
- Porcentaje de producto ecológico y porcentaje de producto ecológico y local en los menús.
- Diferencia de coste del menú con la introducción de los alimentos ecológicos.
- Procedencia de las materias primas.
- Menos de 60 kilómetros.
- Más de 60 kilómetros.
- Número de recetas nuevas incorporadas a los menús..

B. Qualitatius/Subjectius

- Aceptación por parte de los diferentes agentes (muy buena, buena, lo toleran, están en contra).
- Personal de cocina.
- Monitorización.
- Gestión de la cocina.
- AMPA.
- Dirección y personal docente.
- Alumnado.
- Grupo proveedor.
- Grado de adaptación del menú.
- Porcentaje semanal de proteína vegetal/animal.
- Presencia semanal de legumbres.
- Presencia semanal de fruta y verdura frescas.

FICHA DE ENTREVISTA

DATOS DEL CENTRO: _____
NOMBRE: _____
DIRECCIÓN: _____ **CP:** _____ **POBLACIÓN:** _____
MUNICIPIO: _____
TELÉFONO: _____ **FAX:** _____ **CORREO ELECTRÓNICO:** _____
NOMBRE DEL DIRECTOR/A: _____

SERVICIO DE COMEDOR:

Gestión:
☐ AMPA
☐ Consejo Comarcal
☐ Otros:_____ Periodo de contratación y tiempo de prórrogas:_____
Persona responsable/representante del seguimiento: _____

Contractación:
☐ AMPA
☐ Consejo Comarcal
☐ Otros: _____
Persona responsable/representante del seguimiento: _____

DATOS DEL COMEDOR ESCOLAR:
Plazas: _____ Turnos: _____
Usuarios alumnado: _____ Usuarios profesorado: _____
Usuarios monitorización y cocina: _____ Días de funcionamiento al año: _____
Horario de funcionamiento: _____

ACCIÓN EDUCATIVA (curriculares/extra): _____
Los temas de alimentación y sostenibilidad están incluidos como:
☐ Contenidos transversales
Áreas implicadas: _____
Profesorado responsable: _____

☐ Contenido específico (título y explicación): _____
Profesorado responsable: _____ Periodicidad: _____

☐ Acciones destacables (jornadas, concursos, huerto ecológico, etc.). Detallar: _____
Profesorado responsable: _____ Periodicidad: _____

COMEDOR ECOLÓGICO:
Explicación de la experiencia (si la hay): _____
_____
Temporalidad/modalidad: _____
Proveedores: _____
_____
Organización: _____
_____

DATOS COCINA:
Superficie cocina: _____
Menaje cocina (especificando bandejas, platos y estanterías): _____

Equipamientos (superficies y tipo)
Tipo de cocina, horno: _____
Conservación (frigoríficos, congeladores, despensa/almacén): _____
Utensilios/menaje (cacerolas/bandejas, platos, estanterías): _____

Cocina propia. Responsable: _____
Catering. Responsable: _____
Gestión de compras. Responsable: _____
Elaboración de menús. Responsable: _____

5

CUANDO LA ESCUELA NO TIENE COCINA PROPIA O NO LA UTILIZA

5. Cuando la escuela no tiene cocina propia o no la utiliza

El Departamento de Educación, entre sus criterios para la construcción de nuevos edificios, prevé la instalación de una cocina y un comedor –e incluso, mayoritariamente, con los utensilios necesarios– a partir de una o dos aulas, aunque en una misma aula haya alumnado de cursos diferentes. Esta situación no es extraña en las escuelas rurales. Hay que tener en cuenta también que, en centros tan pequeños, debe haber un número de usuarios y usuarias suficiente para ofrecer el servicio. Cuando por circunstancias específicas existe poco alumnado usuario, el Departamento prevé el incremento del precio del menú diario, con la autorización previa de los Servicios Territoriales.

> "PARA QUE UNA ESCUELA NUEVA DISPONGA DE EQUIPO DE COCINA Y COMEDOR HA DE TENER, COMO MÍNIMO, UNA O DOS AULAS"

La cocina siempre es un espacio propio y exclusivo para este uso en todos los centros. En cambio, el comedor puede ser un espacio polivalente en los centros educativos que no tienen, como mínimo, una línea, es decir, una clase para cada nivel escolar. En los centros que disponen de una o más líneas, el comedor deja de ser un espacio polivalente y pasa a tener un uso exclusivo como comedor.

Cuando el comedor se establece en un centro que ya está en funcionamiento, la dotación de menaje (cocina, electrodomésticos,...) corre a cargo del Departamento, aunque en muchos casos el AMPA y el Ayuntamiento también participan en su adquisición.

CÓMO PEDIR UNA COCINA PARA LA ESCUELA

Cuando un centro ya construido quiere disponer del servicio de comedor escolar, el primer paso es pedir la aprobación de la propuesta a su consejo escolar. Una vez dado este paso, el presidente del consejo escolar presenta la propuesta al director de los Servicios Territoriales del Departamento de Educación de su ámbito. Desde allí se estudia si a partir de los espacios existentes en el centro puede crearse un servicio de comedor, y si es necesaria una ampliación/remodelación del centro. En este segundo supuesto, el proceso es más largo y costoso, y la propuesta deberá pasar por la Subdirección General de Construcciones Escolares. En cambio, si el centro ya dispone de espacios suficientes, el equipo directivo elaborará un plan de funcionamiento que el consejo escolar aprobará y enviará a los Servicios Territoriales para su autorización. Desde los Servicios Territoriales se estudiará la posibilidad de gestionar los equipamientos necesarios para la puesta en marcha del servicio. Una vez concluidas las obras, la dirección del centro pedirá al Departamento de Salud la elaboración de un informe de condiciones higiénico-sanitarias para poder utilizar las instalaciones.

5.1. Cómo trabajar con las empresas gestoras del comedor

La empresa gestora contratada por el AMPA, el Consejo Comarcal, el Ayuntamiento o la propia dirección del centro puede traernos la comida ya preparada o bien dirigir el funcionamiento de la cocina del centro educativo. Tanto en un caso como en el otro, si nuestra escuela está interesada en introducir alimentos ecológicos deberá contar con la participación de dicha empresa. El diagnóstico nos habrá servido para captar en qué posición se sitúa frente a nuestras propuestas, y también nos habrá ayudado a ver qué grado de comunicación y entendimiento podemos establecer. Su disponibilidad es muy importante. En Catalunya ya hay empresas que gestionan comedores con un porcentaje importante de alimentos ecológicos, lo que nos demuestra que es posible sacar adelante un proyecto de este tipo aunque no llevemos la gestión del comedor desde el AMPA.

"YA HAY EMPRESAS QUE GESTIONAN COMEDORES CON UN PORCENTAJE IMPORTANTE DE ALIMENTOS ECOLÓGICOS, LO QUE NOS DEMUESTRA QUE ES POSIBLE SACAR ADELANTE UN PROYECTO DE ESTE TIPO"

Si la empresa que ya está contratada no quiere o no puede darnos opciones, sólo nos queda esperar la renovación del contrato para poder añadir cláusulas nuevas. En las escuelas públicas, donde el servicio sale a concurso y se presentan diferentes licitadores, podemos proponer añadir cláusulas ambientales en el pliego de condiciones técnicas, y entre ellas la introducción de alimentos ecológicos. Este documento relaciona las condiciones que deberán cumplir las empresas e incluye las de obligado cumplimiento y las aconsejables, es decir, las que posicionan mejor a las empresas que las pueden ofrecer. Es importante que nos informemos de qué administración las redacta, para poderle exponer nuestros intereses.

Por ejemplo, el pliego de condiciones técnicas para el servicio de comedor en las guarderías municipales de Barcelona incluye que el cinco por ciento en peso de los alimentos que se suministren al alumnado procedan de la agricultura ecológica.

Otras ideas que podemos proponer son:

- Uso de bollería fresca, no industrial.
- Abastecimiento a través de una línea caliente y no una refrigerada, y preparación diaria de las comidas.
- Utilización de verdura fresca.
- Aceite de oliva para cocinar y para aliñar.
- Presencia mínima de verdura cocida y/o cruda en cada menú.
- Presencia mínima de legumbres.
- Adaptación de los menús a los productos de temporada.
- Inclusión de productos del comercio justo cuando no se produzcan en nuestro país (café, té, chocolate y azúcar).
- Inclusión de un radio máximo de 60 a 100 kilómetros para algunos productos (a determinar según la zona y la comarca: en el Maresme pueden ser los de huerta, en el Pallars, la carne).

Respecto a los criterios relacionados con la gestión de los residuos, podemos pedir a las empresas licitadoras la presentación de un plan de gestión de residuos donde nos dejen claro:

- Las medidas relacionadas con la minimización de residuos que se aplicarán durante la realización del servicio, como las cajas de transporte reutilizables, los envases de limpieza de volúmenes grandes para rellenar botellas más pequeñas correctamente señaladas, o los envases grandes de yogur u otros alimentos para hacer dosis individuales.
- Cómo se hará la selección de residuos en el comedor y la cocina y cómo se coordinará con el sistema de recogida municipal o privado; cuántos contenedores y/o baldes se instalarán y cuáles serán las tareas de limpieza periódica de éstos.

Si la empresa contratada debe hacerse cargo del mantenimiento del equipo de cocina, puede ser recomendable incluir criterios relacionados con la limpieza, el ajuar y la maquinaria.

Algunas de estas propuestas están extraídas del documento *Introducció de criteris ambientals al servei de menjador, cantina i màquines expenedores dels centres educatius* (Introducción de criterios ambientales en el servicio de comedor, cantina y máquinas expendedoras de los centros educativos), elaborado por la oficina de la Agenda 21 del Ayuntamiento de Barcelona. En la sección de consejos ambientales del capítulo dedicado a la cocina se recogen otras ideas para incluir en el pliego de cláusulas

Podemos seguir el cumplimiento de los criterios incluidos en las cláusulas:

- Estando atentos al producto que llega, observando la despensa y entrevistando al personal de cocina.
- Solicitando un informe periódico a la entidad gestora contratada.
- Pidiendo una relación de alimentos procedentes de la agricultura o la ganadería ecológicas, y los certificados que lo acrediten

5.2. Soluciones para cada escuela

Cada centro educativo puede hallar la manera óptima de sacar adelante el proyecto de comedor ecológico. En algunos casos podrá instalarse todo el equipamiento de cocina necesario, en otros quizás tendremos que trabajar estrechamente con la empresa gestora (elegida según unas cláusulas que nos garanticen un mínimo de implicación por su parte) y llevar un control muy cuidadoso de ésta, e incluso en algunas ocasiones podremos encontrar otras fórmulas, como ya han hecho algunas escuelas:

"ALGUNAS ESCUELAS PEQUEÑAS DE ZONAS RURALES HAN ACORDADO CON UN RESTAURANTE DEL PUEBLO EL ABASTECIMIENTO DEL SERVICIO DE COMEDOR"

- Algunas escuelas pequeñas de zonas rurales han acordado con un restaurante del pueblo el abastecimiento del servicio de comedor. De esta manera, la actividad económica repercute directamente en la propia comunidad y genera puestos de trabajo, y pueden establecerse lazos de confianza entre la comisión gestora del comedor y la empresa proveedora, en este caso el restaurante.
- Transportar los niños a una escuela con cocina y capacidad para absorber la demanda de otros centros es otra posibilidad que ya se ha puesto en práctica. También se puede transportar la comida desde una escuela a otra. En estos casos, es importante que los dos centros educativos trabajen juntos, acuerden criterios y planteen el comedor escolar ecológico de manera conjunta

Compra Pública Verde de la Comisión Europea
Green Public Procurement

La Comisión Europea para el Medio Ambiente publica la página web *Green Public Procurement* (http://ec.europa.eu/environment/gpp/index_en.htm), con amplia información y materiales sobre la introducción de criterios ambientales y ecológicos en las licitaciones de contratos públicos. Puede encontrarse un manual práctico específico en castellano para introducir criterios ecológicos en las licitaciones de contratos de servicios de restauración y catering (ved en el bloque *GPP criteria* el apartado *GPP Toolkit*, *Module 3: Practical module*, apartado 8).

6

GESTIÓN DEL COMEDOR ESCOLAR

6. Gestión del comedor escolar

Disponer de una cocina bien equipada en la escuela nos va a permitir diseñar un proyecto de comedor ecológico con todo su potencial, tanto desde el punto de vista de la introducción de alimentos certificados como desde la perspectiva educativa, medioambiental y social, tal como ya hemos explicado en el capítulo 2. Algunas escuelas tienen cocinas equipadas para regenerar los alimentos que llegan del catering y ultimar la preparación de los platos fríos. Otras ya cuentan con recursos para preparar los alimentos (limpiar verduras, trocear, batir, etc.), e incluso hay cocinas aparentemente bien equipadas que, sin embargo, pueden presentar carencias a la hora de afrontar la manipulación de alimentos ecológicos, sobre todo si nos llegan directamente del campo. El capítulo 7, dedicado a esta infraestructura, nos relaciona los elementos básicos que debemos encontrar en la cocina, y su lectura es muy aconsejable tanto en un caso como en el otro.

> "COCINAS APARENTEMENTE BIEN EQUIPADAS PUEDEN PRESENTAR CARENCIAS A LA HORA DE AFRONTAR LA LLEGADA DE ALIMENTOS ECOLÓGICOS"

En aquellas escuelas donde tenemos cocina pero la gestión va a cargo de una empresa de servicios, el margen de maniobra será más limitado. Si optamos por la gestión desde la comisión de comedor (ved el apartado 4.4) podremos definir directamente los criterios del servicio, mantener una relación más cercana con las personas proveedoras, y tener un control más preciso de los gastos.

6.1. La relación con los agentes proveedores

Una de las primeras tareas que es preciso abordar en la organización del servicio es la búsqueda de proveedores cercanos para empezar a hablar de formas de colaboración. La situación ideal es contactar con un grupo de campesinos o campesinas de nuestra zona, o lo más cercanos posible, que puedan cultivar, criar ganado y transformar los alimentos que llegarán al centro, porque difícilmente una sola persona podrá abarcar toda la variedad de productos que necesitaremos. Puede darse el caso de que tanto el grupo proveedor como la comisión de la escuela sean novatos en la gestión del comedor. En este caso, pueden ser provechosos algunos consejos:

- Pactar conjuntamente el calendario de pedido según el calendario de cultivos. De esta manera ambas partes pueden planificarse mejor. Podemos pedir un listado de los cultivos previstos y tal vez podamos hacer alguna sugerencia. Además, disponer de esta lista nos ayudará a programar los menús.
- Si nos comprometemos a un cierto volumen de pedidos, podemos pedir precios fijos por temporada o márgenes máximos y mínimos para todo el curso. Es preferible que el coste del transporte hasta la cocina esté incluido en el precio por kilo, especificando unos mínimos de pedido si es necesario.
- Acordar los días y el horario de entrega del pedido teniendo en cuenta la capacidad de almacenamiento.
- Para ahorrar trabajo en origen y en la cocina, y también para reducir residuos y abaratar costes, sería preferible comprar todo lo que fuera posible a granel; pero normalmente no hay espacio disponible para grandes pedidos y podemos tener problemas de conservación si no se cuenta con la infraestructura adecuada. En este sentido, una posible solución sería pactar pedidos conjuntos con otros centros escolares, o pedir al grupo de agricultores con

quienes trabajamos que reserve el producto y nos lo vaya suministrando.
- Gestión y compensación de mermas.
- Formas y plazos de los pagos.

A veces no es posible abastecerse a través de una relación directa con el campesinado de la zona. En este caso, podemos tratar de buscar empresas, entidades o grupos que puedan traernos los alimentos de otros lugares. Entonces tendremos que revisar el decálogo redactado por la comisión donde se definen los criterios que prevalecen en el servicio. Es crucial que el equipo de comedor tenga claro hasta dónde llega su concepto de localidad: ¿la comarca?, ¿las comarcas vecinas?, ¿Catalunya? Si no se tiene claro el peso de este criterio, los principios básicos de proximidad se desdibujan y el comedor escolar ecológico pierde sentido. Así pues, es esencial saber de dónde proceden los alimentos que pretendemos comprar. Algunas empresas ya envían listados completos donde figuran los países o las comarcas de procedencia de los productos. Si no nos dan esta información por defecto, hay que pedirla. También es muy importante fijarnos en quién nos provee: ¿se trata de una empresa integrada por campesinos y campesinas?, ¿de un comercio local que compra directamente al agricultor y que respeta un precio digno?, ¿de una cooperativa de campesinos?, ¿o bien se trata de una empresa transnacional? Tener claros los criterios agroecológicos nos ayudará en la elección (ved el capítulo 3 para saber a qué nos referimos cuando citamos los criterios agroecológicos).

CONTACTAR CON PROVEEDORES/AS

En caso de que podamos decidir quién nos abastece, tanto si hacemos la gestión directa como subcontratada podemos llevar a cabo una labor previa de investigación de proveedores/as presentes en el entorno. Encontraremos algunos recursos en:
- Oficinas comarcales del Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural: pueden facilitar contactos de campesinos y campesinas del entorno próximo.
- Listado de inscritos en el CCPAE. Accesible en la página web www.ccpae.org.
- Grupos o cooperativas de consumo ecológico de la zona. Consultables en www.ecoconsum.org.
- Cooperativa agrícola (si tenemos alguna en la población) y tiendas ecológicas de la zona.
- Dinamizador territorial del Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural para la producción agraria ecológica.

Consultad asimismo otros recursos que se recogen en el anexo 2.

6.2. ¿Cómo deben ser los productos y los alimentos que necesitamos?

En general, las cocinas para colectividades tienen unos requerimientos concretos en cuanto a la presentación y llegada de los alimentos, y éstos suelen ser similares tanto si utilizan producto ecológico como convencional. Cocineros y cocineras agradecen mucho que se les facilite el trabajo y esto sólo será posible si previamente se expone y se habla con quien nos provee. El proveedor o la proveedora podrá decirnos si nuestras expectativas son factibles y, si no lo son, explicarnos las razones para que podamos decidir si nos es viable adaptarnos a ellos y de qué forma lo hacemos.

Por otra parte, como no todos los centros educativos reúnen las mismas condiciones, cada uno podrá hacer de más y de menos en función del espacio de almacenamiento, su solvencia económica para poder realizar compras mayores y la sensibilidad del personal de cocina.

Los alimentos de la huerta

- Nos interesa que las piezas sean de un calibre grande para facilitar la manipulación (tanto manual como automática) y reducir las mermas.
- Las variedades de patatas que no presentan ojos y tienen la piel fina facilitan el trabajo de manipulación.
- Es muy importante que las verduras vengan más o menos limpias o cepilladas. Las peladoras se estropean si quedan restos de arena.

La fruta

- Son preferibles las piezas de fruta de tamaño pequeño y mediano. De este modo podremos ajustar el gramaje a las necesidades reales de los niños. Si las piezas de fruta vienen de un gramaje superior, siempre las podemos partir por el medio, servir en rodajas o hacer macedonia.
- El punto de madurez es el aspecto más complicado en relación con la fruta (tanto ecológica como convencional), y requiere de una coordinación cuidadosa con el campesino o campesina y un correcto almacenamiento. También podemos recurrir a las macedonias en un momento dado, para aprovechar alguna fruta que haya madurado excesivamente. Debemos encontrar fórmulas creativas para ahorrarnos tirar nada.

Cereales y legumbres

- Tanto para reducir los residuos y el número de viajes del transportista como para abaratar costes y evitar el trabajo de desembalado, será mejor escoger el producto a granel (sacos de 25 kilos), en detrimento de los paquetes individuales. Sin embargo, debe tenerse en cuenta que en algunos centros puede no haber suficiente espacio para almacenar en las condiciones apropiadas, que el producto a granel se deteriora más fácilmente y que los sacos grandes son más difíciles de mover. Si cuando llega el calor todavía tenemos bastantes reservas, será mejor guardarlas en la cámara frigorífica para evitar la proliferación del gorgojo.
- Poco a poco podemos intentar incorporar el cereal integral, ya que es más nutritivo. Es bueno introducir cereales y legumbres diferentes, y no quedarnos sólo con el arroz y la pasta. La espelta, la avena, el mijo, el trigo sarraceno y otros son fáciles de cocinar y nos dan mucho juego. Por ejemplo: croquetas de mijo, sopa de avena, ensalada de cebada, cocido de trigo o de espelta, gachas al horno, brazo de gitano de polenta, albóndigas de trigo sarraceno con avellanas, puré relleno de frijoles de ojo negro o de judías rojas...
- El agricultor o agricultora ha de tener en cuenta que debe servir la legumbre limpia de piedras y otras semillas.

Aceite y sal

Nutricionalmente hablando, y tanto si es para tomar crudo como para cocinar, lo mejor es utilizar aceite de oliva virgen. Por normativa, los aceites certificados en producción agraria ecológica deben ser siempre de esta calidad. El aceite de oliva es el que menos se altera por las altas temperaturas y, además, nuestro país es un gran productor y nos será fácil de encontrar. En el comedor se pueden utilizar dispensadores en lugar de aceiteras, ya que éstos aderezan mejor y gastan menos. Para elaborar ciertos platos o salsas en los que deseemos un sabor más suave, podremos utilizar un aceite de oliva ecológico de menos acidez.

En cuanto a la sal, es aconsejable la sal marina sin refinar. Procede directamente de las salinas y es más completa en sales minerales y oligoelementos (como el yodo) que la refinada.

Lácteos y derivados

Como el resto de productos, la leche y los yogures podemos comprarlos a granel en envases de cinco litros, lo que permite evitar la generación de un gran número de residuos, abaratar costes y dar más variedad a los postres lácteos, incorporando fruta, canela, frutos secos...

Carnes

Las carnes que más se emplean en los menús escolares son la de ternera, la de cerdo y la de aves de corral. Para ahorrar en residuos, es preferible que no nos lleguen en bandejas de porexpán, pero sí etiquetadas o marcadas de alguna manera que garantice la trazabilidad.

Si en la escuela no disponemos de cámara fría para poder manipular la carne, tendremos que pedir que nos la traigan preparada para cocinar, ya sea en forma de carne picada, hamburguesas, filetes o dados.

Productos elaborados

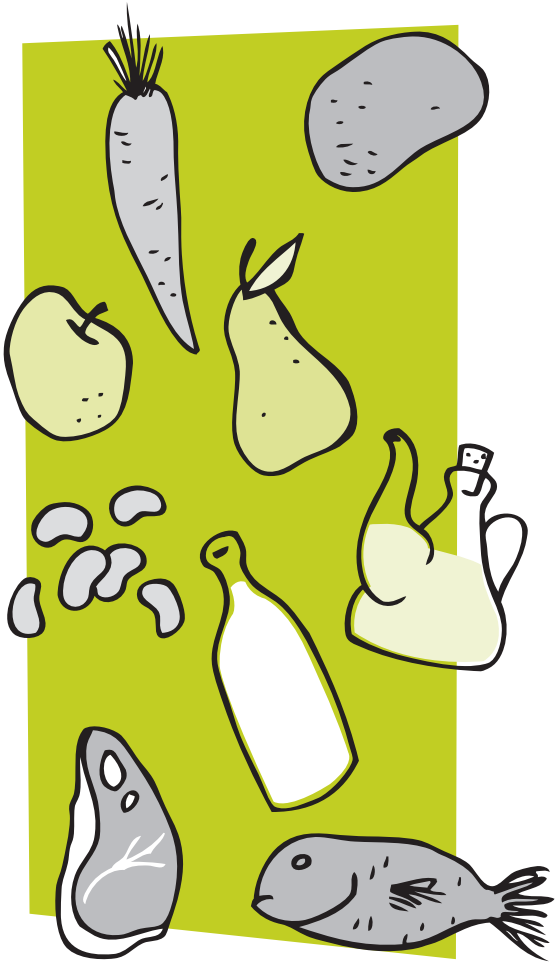
En todos los productos elaborados procuraremos tener en cuenta los criterios siguientes:

- Mínimo uso de embalajes, y que éstos sean reutilizables y reciclables.
- Procedentes de cooperativas o de empresas ecológicas cercanas.
- Aquellos que procedan de países empobrecidos (azúcar, quinoa, etc.) pediremos que estén certificados como productos del Comercio Justo[7].

El pescado

Es uno de los productos más complicados. El reglamento de producción ecológica prevé la cría de peces (acuicultura), pero no la pesca, por tratarse ésta de una actividad extractiva y no de un sistema de producción. Hay muy pocas empresas en el Estado que se dediquen a la cría ecológica de pescado, y por el momento no es una opción viable para los comedores colectivos. Por otra parte, quien gestiona la cocina siempre intenta que se trate de pescado sin espinas, y esta condición, junto con la preferencia de optar por especies de nuestro mar Mediterráneo, ciñe muchísimo el círculo. Cuando hay posibilidades, se puede comprar el pescado directamente a pescadores locales, pero si no disponemos de cámara frigorífica donde manipularlo tendremos que pedir que nos lo dejen a punto para cocinar.

Podemos tener en cuenta algunas recomendaciones para contribuir a una pesca más sostenible y también para evitar aquellas especies con una mayor acumulación de contaminantes:



7 No todas las empresas o entidades que gestionan productos etiquetados del Comercio Justo siguen los mismos criterios ni proponen el mismo tipo de comercialización. Si somos sensibles a este tema, podemos asesorarnos aún más pidiendo información a nuestros proveedores y definir poco a poco nuestros propios criterios.

- Los peces de ciclo vital más largo acumulan más cantidad de sustancias tóxicas presentes en el mar.
- El cazón, aunque resulta muy práctico para los comedores escolares porque es suave y no tiene espina, es un importante predador. Su reducción por la pesca puede desequilibrar todo el ecosistema marino.
- Los peces criados en piscifactoría requieren tratamientos preventivos con antibióticos. Además, algunas especies necesitan mucho pescado para alimentarse, y realmente no son un recurso si queremos que nuestro comedor sea lo más sostenible posible.
- Hablamos de peces de temporada cuando no se encuentran en la fase reproductiva. Debemos pedir información a nuestro proveedor y ajustarnos a los momentos idóneos para cada especie.
- Podemos hablar de peces locales para referirnos a aquellos que encontramos en nuestra zona próxima del Mediterráneo.
- Algunas especies se encuentran en grave peligro de extinción, según ha denunciado el movimiento internacional Slow Food, y debemos evitar consumirlas: salmón salvaje, atún rojo, pez espada y chanquete. En cuanto al mero y el bacalao, el consejo de esta organización es que todo el mundo reduzca su consumo a la mitad para evitar que las poblaciones lleguen a niveles críticos.
- Algunas experiencias que han intentado introducir pescado sostenible en los menús escolares han tenido que recurrir a la caballa congelada para poder asumir el precio de la preparación sin espinas.

Puede encontrarse más información en castellano consultando la página www.slowfish.it y también la monografía de la revista *Opcions* sobre el pescado (disponible en: http://www.opcions.org).

Algunos peces recomendables:
caballa, sardina, jurel, boquerón,
bonito, jerret imperial, besugo,
lampuga, bacaladilla, mújol, brótola,
congrio, platija, raspallón, y algún pescado de
roca como la rata y la araña. Pescagirona y
una planta del Departamento de Agricultura,
Alimentación y Acción Rural ubicada en Roses se
dedican a filetear y sacar las espinas de algunas
de estas especies y a llevarlas después a las
escuelas.

6.3. Cómo ajustamos el coste del menú

Una de las principales inquietudes a la hora de plantearse el cambio hacia un comedor escolar ecológico es el coste que tendrá el menú. Las escuelas públicas no pueden superar el precio máximo fijado por la Generalitat, que incluye gestión, materias primas, personal de cocina y de comedor. El precio no debe ser el único criterio al elegir los alimentos de las cocinas escolares, pero hemos de poder ofrecer un menú asequible para la mayoría de las familias. En la actualidad hay bastantes escuelas en Catalunya que están dando pasos en este sentido, e incluso existen fórmulas para hacer económicamente viables proyectos de gestión ecológica de comedores escolares.

"TRABAJAR CON VERDURA ECOLÓGICA SIGNIFICA OLVIDARNOS DE LOS PRECOCINADOS Y DE LA CUARTA GAMA"

Hay diferentes factores que se deben tener en cuenta cuando se trata de responsabilizarse de un comedor escolar ecológico, y una gestión controlada es lo más importante para tener éxito. En este apartado explicaremos sobre todo cómo ajustar el coste de la materia prima. Otros aspectos como los cobros, la monitorización, el mantenimiento de la maquinaria de la cocina, etc. son los mismos que en las escuelas convencionales y, por tanto, no se mencionan en este libro. En cuanto a la gestión del personal de cocina, sí tendremos que prever destinar una partida económica a las suplencias y a las posibles horas extras. Cocinar con verdura ecológica significa olvidarnos de los precocinados y de la cuarta gama, y por tanto el trabajo está asegurado y todas las personas que trabajan en la cocina resultan imprescindibles. También podemos prever una partida presupuestaria para ajustar el equipamiento a las nuevas necesidades (ved el capítulo 7).

6.3.1 Coste de la materia prima

Hoy por hoy, y debido a varios factores, el precio de la materia prima ecológica sigue siendo, en general, superior al de la convencional. Si miramos qué está pasando en el resto de Europa, parece probable que dentro de unos años no haya tanta diferencia entre unos productos y otros. Esta diferencia de precio hace recomendable una previsión del consumo de los diferentes alimentos que necesitaremos en la escuela, para así concretar y establecer los criterios de compra que nos guiarán y evitarnos ir a la deriva. En el momento de hacer esta previsión tendremos en cuenta los días de servicio, los días de excursiones, las festividades, las demandas extras como las meriendas, etc. Habitualmente, a más comensales, más asumible es el coste de los ingredientes, por una cuestión de economía de escala.

> "LA RED DISPONIBLE PARA ABASTECER LOS COMEDORES ECOLÓGICOS ES AÚN LIMITADA EN COMPARACIÓN CON LA CONVENCIONAL"

La red disponible para abastecer los comedores ecológicos es aún limitada en comparación con la convencional. Debemos, pues, sopesar diferentes aspectos a la hora de elegir: la relación calidad-precio, la distribución, la proximidad, el servicio, la implicación en el proyecto, etc. En función del presupuesto que podamos destinar a materia prima y de los campesinos o campesinas cercanos disponibles, decidiremos el porcentaje de alimentos ecológicos que podemos introducir.

Hay algunas estrategias que permiten ajustar el precio del menú:

- Compra directa al productor/a para evitar intermediarios que forzosamente encarecerán el precio.
- Pactar con el grupo campesino proveedor la cantidad de producto que necesitaremos durante el curso escolar. Al tener la producción vendida, es más fácil ajustar precios.
- Consumir productos de proximidad y de temporada. El mercado ofrece algunos productos ecológicos –por ejemplo pimientos– durante todo el año, pero sólo son ecológicos por la forma en que se han producido, ya que su transporte y distribución implica un importante gasto energético y contaminación. Además, por todo ello, suelen ser más caros. Por este motivo no se consideran interesantes en este manual.
- Coordinar compras con escuelas del entorno.
- Calcular bien las raciones para los diferentes grupos de edad y hacer los pedidos justos para evitar relevos que no podremos reutilizar. Evidentemente los niños deben tener suficiente comida, pero no podemos permitirnos tirarla por una previsión excesiva.
- Controlar bien las mermas. En caso de encontrar verduras o frutas con golpes, mohos, etc. hay que avisar al agricultor el mismo día o al día siguiente para que pueda reponerlas o compensarlas, pero no podemos esperar que lo haga si dejamos pasar más tiempo.
- Cuando la gestión la lleva directamente el AMPA, los costes bajan porque el margen de beneficio que necesitaría una entidad gestora repercuten en el mismo servicio.

6.3.2. Menús equilibrados y económicos

Uno de los alimentos que tiene una diferencia de precio más notable respecto a su homólogo convencional es la carne. Ciertamente se puede encontrar carne de ternera o de cordero a un precio más cercano al de la convencional si nos proveemos directamente del ganadero, pero las escuelas que no tienen cámara fría para la manipulación deberán pedir que se la lleven ya preparada y el precio volverá a subir. Debemos ir buscando la estrategia que pueda convenirnos más, intentando un equilibrio entre lo que sabemos que los niños se comen fácilmente y lo que puede salirnos más económico.

La carne tiene la ventaja de ser apetitosa y fácil para los niños y la juventud, pero su producción tiene un impacto ambiental importante en cuanto a coste energético y generación de residuos; además, también es interesante que niños y niñas coman otras fuentes proteicas como son las legumbres, los frutos secos, los huevos y los quesos o lácteos. Debemos tener en cuenta que cuando combinamos cereales con legumbres la calidad proteica es equivalente a la de los

alimentos de origen animal. Desde un punto de vista económico, situar las legumbres en el lugar que les corresponde en una dieta equilibrada y sana nos permitirá ajustar el coste del menú y, al mismo tiempo, reduciremos las grasas saturadas de la dieta infantil.

La carne de ternera podemos solicitarla picada para poner con pasta o como ingrediente de otros platos. De este modo estamos dando el mismo alimento que con una hamburguesa, pero nos sale más económico. Otra estrategia es pedir algunas partes que nos pueden resultar mejor en cuanto a precio: las latas para el fricandó, y la contraculata y la contra –indistintamente– para dados o para fricandó. Comparativamente, el pollo es más caro, y lo que puede salir más a cuenta es pedirlo fileteado, y quedarnos el cuello y los huesos para el caldo. En cuanto al cordero, aunque no es una carne muy utilizada en los comedores escolares, hay experiencias de centros educativos que lo consumen comprando la canal entera y haciéndola preparar en el matadero. Podemos aprovecharla mejor si la cocinamos estofada incluyendo las partes más económicas. Respecto al cerdo, lo más fácil es poder comprar butifarras, salchichas y carne picada. También podemos cocinar el lomo y la carne magra, que son las partes más tiernas.

6.3.3. ¿Qué nos dicen las diferentes experiencias y los estudios hasta ahora realizados?

En 2007, el Ayuntamiento de Girona destinó un presupuesto para realizar un estudio referente a la viabilidad económica de introducir alimentos ecológicos en la escuela Joan Bruguera, de la misma ciudad. En aquel momento, el servicio de comedor lo gestionaba una empresa de catering. El estudio fue a cargo de la cooperativa de consumidores ecológicos El Rebost. En primer lugar se recogió toda la información del gasto en materia prima ordenada por familias de alimentos. A partir de ahí, se fueron sustituyendo los ingredientes por otros de origen ecológico y se comprobó que el coste de éstos podía ser un 33% más barato respecto al precio que cobraba la entidad gestora, que incluía un margen de beneficio. En una segunda fase se varió el menú siguiendo criterios económicos, de estacionalidad y de nutrición, y se ajustaron los gramajes según las diferentes edades de los niños. El resultado fue un coste un 52% más económico respecto al precio correspondiente a la materia prima que pagaban las familias en el menú convencional ofrecido por catering. Esta diferencia permite sufragar gastos de transporte cuando se cobran aparte, y también la figura de una persona que gestiona el servicio, contratada desde el AMPA (ved la tabla de la página siguiente), que conoce y fija los criterios adecuados.

"DEBEMOS BUSCAR EL EQUILIBRIO ENTRE LO QUE SABEMOS QUE LOS NIÑOS SE COMEN FÁCILMENTE Y LO QUE PUEDE SALIRNOS MÁS ECONÓMICO"

Estudio en la escuela Joan Bruguera de Girona

Familias de alimentos	**Coste menú 1** en euros		**Coste menú 2** en euros	
Verduras	1.621,72	20%	912,06	16%
Fruita	496,39	6%	433,54	8%
Pescado	400,46	5%	278,06	5%
Carne	2.343,57	29%	1.471,05	26%
Huevos	148,00	2%	148,00	3%
Legumbres	193,00	2%	193,00	3%
Cereales y pan	497,21	6%	484,61	9%
Lácteos	400,46	5%	404,30	7%
Conservas	766,94	10%	561,08	10%
Otros	1.111,46	14%	778,71	14%
Total Menú	**7.979,21**	**100%**	**5.664,41**	**100%**
Total niño/a por día	**2,01**		**1,43**	
Ahorro respecto al menú convencional gestionado por una empresa externa		**33%**		**52%**

Fuente: Cooperativa El Rebost, SCCL.

Entre 2007 y 2008, el Centre de Desenvolupament Rural Integrat de Catalunya (CEDRICAT) llevó a cabo un estudio similar, tomando como referencia la introducción de alimentos ecológicos en las escuelas de Solsona. La base de partida fue la misma que en el estudio de El Rebost, pero la sustitución por productos certificados se planteó en diferentes alternativas. Así, se analizó la introducción de un solo ingrediente ecológico, de tres y de cinco, sin cambiar el menú estándar. Después se modificó ligeramente el menú, pero siempre dentro de los requisitos que estipula la *Guia de l'alimentació saludable en l'etapa escolar*, editada por el Departamento de Salud y el Department de Educación de la Generalitat de Catalunya en el año 2005. El mejor resultado se obtuvo reduciendo el consumo de carne de 12 a 10 veces al mes, y aumentando tanto el de pescado como el de huevos de cuatro a cinco veces. Estas modificaciones permitirían la introducción de cuatro alimentos ecológicos (ternera, manzana, pera y cebolla) con una reducción total del coste del menú del 1,16%.

"EL MEJOR RESULTADO SE OBTUVO REDUCIENDO EL CONSUMO DE CARNE DE 12 A 10 VECES AL MES, Y AUMENTANDO TANTO EL DE PESCADO COMO EL DE HUEVOS"

Como en el estudio elaborado por El Rebost, tampoco se cuenta la figura de una persona que coordine los menús y las compras, ni los costes de transporte que puedan cobrarnos por una frecuencia de reparto que no se ajuste a la periodicidad prevista.

Estudio elaborado por el Centre de Desenvolupament Rural Integrat de Catalunya (CEDRICAT)

Cambios en el menú	Productos introducidos	Variación en % del coste del menú
Reducción del consumo de carne dos veces al mes, y sustitución por una vez de pescado y una vez de huevos **Se consumen (veces/mes):** **- Carne: 10** **- Pescado: 5** **- Huevos: 5**	Patata	2,69%
	Manzana	-3,66%
	Pera	-3,91%
	Ternera	-4,61%
	Cebolla	-5,11%
	Ternera + Manzana+ Pera + Cebolla	-1,16%

Por otra parte, las experiencias actuales en comedores escolares ecológicos muestran situaciones distintas, ya que, ciertamente, el contexto social y económico de los centros de toda Catalunya puede ser muy diverso. En este sentido recomendamos la lectura del capítulo 10, donde hemos recogido el testimonio de diferentes entidades y empresas que integran la Taula de Treball d'Alimentació Escolar Ecològica. En general, se advierte que el coste del menú es un punto que realmente hay que controlar muy de cerca y que requiere una buena organización logística, adaptaciones de los menús y ajustes constantes. Sin embargo, la proliferación de estas experiencias nos demuestra que la viabilidad es posible, incluso cuando la gestión corre a cargo de una empresa privada, a pesar de ver mermados sus beneficios.

6.4. Menús sanos, completos y apetitosos

En general, estamos hablando de una cocina donde potenciaremos las recetas tradicionales, sabrosas y atractivas, y con menús equilibrados nutricionalmente que incorporen alimentos de temporada, locales y ecológicos. Es importante saber lo que podemos encontrar en nuestra zona en cada época del año. Una buena idea es colaborar con los agricultores y agricultoras que nos suministrarán, para proponer el menú en función de lo que encontraremos en el campo, y facilitar que tengan un encuentro con el equipo de cocina para explicar los porqués de cada verdura y así evitar posibles malentendidos. Esta comunicación, que ya hemos insistido que es importante, facilitará la adaptación a los cambios y nos ayudará a encontrar soluciones que resulten viables para el equipo de cocina, sabrosas para niños y niñas, y posibles para los proveedores.

La comisión mixta de comedor, sobre todo cuando tiene la responsabilidad de proponer los menús, pero también cuando no la tiene, es un puntal inestimable del proceso. El establecimiento de comedores escolares ecológicos puede revalorizar el trabajo de las cocineras y los cocineros, otorgando una mayor atención a su importante labor y reconociendo sus habilidades profesionales. En el momento inicial deberemos tener en cuenta las capacidades de este equipo, valorar si les hace falta una formación complementaria –por

ejemplo, para apreciar la calidad de los alimentos que les llegan– y hacerlos partícipes del ritmo de la introducción de los cambios para no desbordar a nadie (ved el capítulo 8). El producto ecológico no tiene la homogeneidad del convencional y la manera de trabajarlo requiere entender las características de la producción ecológica, un cierto grado de flexibilidad, capacidad de adaptación y una nueva valoración de la diversidad.

"EL PRODUCTO ECOLÓGICO NO TIENE LA HOMOGENEIDAD DEL CONVENCIONAL Y LA MANERA DE TRABAJARLO REQUIERE ENTENDER LAS CARACTERÍSTICAS DE LA PRODUCCIÓN ECOLÓGICA"

6.4.1. Algunos consejos para la cocina

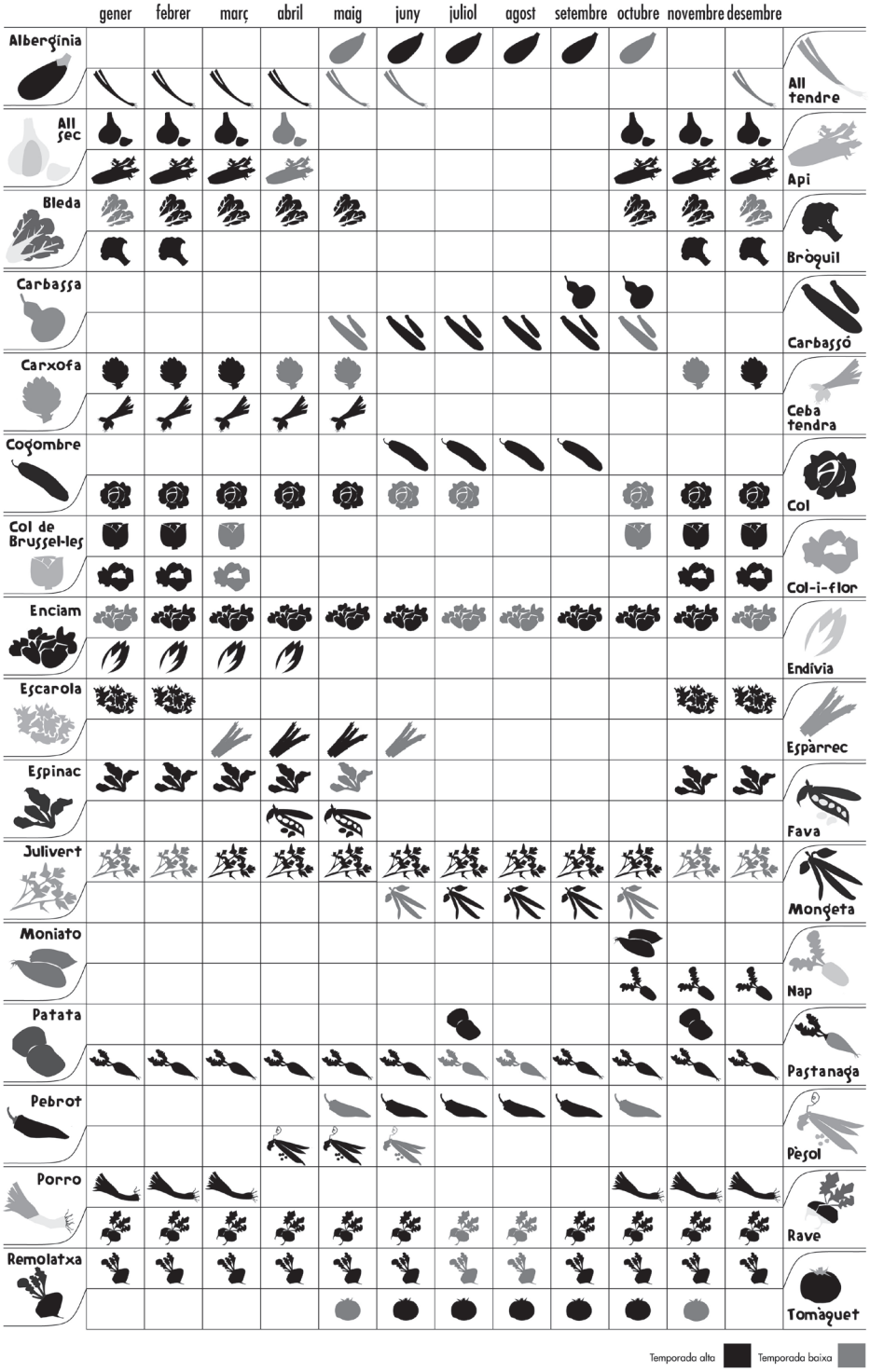
- La fruta debe lavarse bien antes de comerla, y cuando sea posible se consumirá sin pelar para así aprovechar todo su valor nutritivo.
- Podemos utilizar gran variedad de verduras frescas cada día, crudas o cocinadas de diferentes maneras (en verano tenemos tomates, calabacines, pimientos... y en cambio en invierno podemos disfrutar más de las calabazas, las coles o los puerros, por citar algunos ejemplos).
- Los frutos secos pueden ser una buena alternativa ocasional en los meses sin demasiada fruta fresca, y también a la fruta que nos llega de lejos, como por ejemplo los plátanos. También lo son otros postres como el membrillo con queso, las compotas o la cocción al horno cuando la fruta ya no está en su momento óptimo. Sin embargo, es preciso recordar la conveniencia de priorizar la fruta fresca de temporada en los postres (4-5 veces/semana).
- La carne de ternera a menudo ofrece mejores resultados si se prepara de forma sencilla, cocinada con salsa o al horno. Si la hacemos a la plancha, puede resecarse y no quedar suficientemente apetitosa para los niños.
- El pollo ecológico, en comparación con el convencional, no tiene la carne tan blanda ni melosa, puesto que el animal ha hecho más ejercicio y no tiene tanta cantidad de grasa. Las piezas suelen ser más grandes. Es importante tenerlo en cuenta a la hora de cocinarlo.
- El cerdo nos da una carne con muchas posibilidades pero que, al igual que la de ternera, se endurece con facilidad durante la cocción, por lo que debe hacerse a baja temperatura para no perder el gusto ni el jugo.
- Si el equipo de cocina es responsable de proponer los menús, debe tener nociones de dietética y es conveniente que se coordine con algún profesional con formación acreditada y específica en nutrición humana y dietética.

6.4.2. Cocciones adecuadas y diversas

Aunque en ocasiones los menús se den ya confeccionados al personal de cocina, es verdad que cocineros y cocineras tienen mucho que ver en cuanto a su preparación. Se debe partir de la idea de que la riqueza en la alimentación nos la da la variedad de ingredientes y cocciones. Por lo tanto, un buen menú debe ser equilibrado en los dos aspectos. No podemos pensar en un menú equilibrado si todo pasa por el horno, o todo es hervido o frito. Los estilos de cocción que deberían utilizarse en las cocinas escolares para la confección de menús equilibrados son: crudos, escaldados, hervidos, salteados, vapor, plancha, horno, estofados, presión, fritos y papillote. La manera como cocinamos los alimentos debe estar en consonancia con la temperatura externa: si hace calor, nuestro cuerpo pide cosas frías y crudas (ensaladas, gazpachos...) y, en cambio, no nos apetecen los estofados, los horneados o la cocción a presión. Cuando hace frío, el cuerpo agradece sopas calientes para calentarnos, pero debemos tener en cuenta que los niños pasan muchos más días con temperaturas medias que con temperaturas bajas.

"LA RIQUEZA EN LA ALIMENTACIÓN NOS LA DA LA VARIEDAD DE INGREDIENTES Y COCCIONES"

Calendario orientativo de recolección de las principales verduras.



Original editado en catalán por L'Era, Espai de Recursos Agroecològics. Ilustraciones y diseño: mosdigital.cat

6.4.3. Texturas y colores para el paladar infantil

Hemos citado que los menús deben estar equilibrados en cuanto a ingredientes y formas de cocción, pero también hay que poner el acento en las texturas y los colores. Cuando hablamos de niños, sabemos que es esencial la parte sensorial, la presentación del plato... que entre por los ojos. Por ello la variedad es tan importante. Jugar con las texturas es una forma de enriquecer cada menú: blando, crujiente, gelatinoso, seco, húmedo... Crema de calabaza con crujiente de puerro, arroz con crema de garbanzos, zanahoria rallada con vinagreta de limón y frutos secos, pescado al horno con salsa de manzanas y setas, por ejemplo.

Utilizar colores y formas diversas también contribuirá a hacer el plato más atractivo: crema de coliflor con espirales de zanahoria, nidos de cuscús con verduritas y crema de remolacha, por ejemplo. Y, sobre todo, ofreciendo a las familias una adecuada información sobre los platos, los ingredientes y las técnicas de cocción.

Vemos, por tanto, que si estamos bien informados y preparados nos resultará mucho más fácil emprender cualquier cambio. Realmente existe todo un abanico de infinitas posibilidades que pueden acercarnos más a los exigentes paladares de los niños.

"LOS CAMBIOS DEBEN SEGUIR EL RITMO QUE MARQUE EL PERFIL DE MIEMBROS DE LA COMUNIDAD ESCOLAR"

6.4.4. Cómo introducimos los cambios

Es necesario considerar el ritmo que pueda llevar cada centro. A veces es importante que sea lento pero constante, y muy coordinado con la campaña de formación y sensibilización, que debe transcurrir en paralelo (ved el capítulo 8).

Siempre es bueno empezar por ingredientes donde la mejora del gusto sea muy notable, ya que así los niños entenderán mejor los cambios. Casi todos los ingredientes ecológicos son mucho más sabrosos que los convencionales, pero quizás en las frutas y verduras es donde notamos más la diferencia. Por lo tanto, proponemos empezar por alguna de ellas.

"SI QUEREMOS COCINAR CON PRODUCTOS DE TEMPORADA, NO SE PUEDEN HACER PURÉS CON CALABACÍN O JUDÍAS TODO EL AÑO"

6.4.5. Características especiales de las guarderías

Los primeros años de vida de nuestros hijos son cruciales para desarrollar una buena base que les permita un crecimiento sano y equilibrado. En algunos países como Italia incluso se ha legislado que las guarderías deben alimentar a los pequeños con productos ecológicos.

A diferencia de los comedores escolares de ciclo inicial y medio, las cocinas de las guarderías consumen menos variedad de ingredientes pero proporcionalmente en mayor cantidad por persona. Éste es un aspecto que los productores deben tener en cuenta, aunque en volumen total pueda significar pocos kilos, ya que las niñas y niños de 0 a 3 años comen menos que los mayores.

Para los más pequeños, en general se suelen preparar purés con verduras variadas, licuados de frutas o de frutas y verduras, y últimamente se tiende a sustituir las meriendas de chocolate por patés de verduras, queso fresco, etc. Merece especial atención la composición de los menús, ya que un puré de verduras tendrá ingredientes distintos según si lo cocinamos en verano o en invierno. Por consiguiente, habrá que hablar con los/las pediatras de las familias y las/los nutricionistas del jardín de infancia para adaptarnos a los ingredientes que nuestro grupo proveedor pueda servirnos durante cada estación del año.

Debemos ser conscientes de que, si queremos cocinar con productos de temporada, no se pueden hacer purés con calabacín o judías todo el año. En cambio, podemos tener mucha maniobrabilidad con otras verduras como las calabazas o los puerros, y con todo el abanico de frutas de temporada que, además, por ser ecológicas, podremos triturar con la piel para aprovechar sus vitaminas.

Cal ser conscients que, si volem cuinar amb productes de temporada, no es poden fer purés tot l'any amb carbassó o mongetes. En canvi, podem obtenir molt de joc amb altres verdures com carabasses o porros, i amb tot el ventall de fruites de temporada que, a més, com que són ecològiques, podrem trinxar amb la pell per aprofitar-ne les vitamines.

ALGUNA BIBLIOGRAFÍA ÚTIL

Algunos libros donde encontraremos tablas del contenido nutricional de los alimentos y que nos pueden servir para informarnos mejor:

- *Diccionario de los alimentos.* Colección: Consejos para vivir con salud. Ed. Cede.
- *Los mejores alimentos para los niños.* Michael Van Strata y Barbara Griggs. Ed. Blume.
- *La alimentación infantil.* Assumpta Miralpeix. Nuevas Ediciones de Bolsillo, SA.
- *El equilibrio a través de la alimentación.* Olga Cuevas (ed.)
- *La alimentación infantil natural.* Ed. Integral.
- *La alimentación natural infantil.* Vicki Edgson. Ed. Océano Ámbar.
- *Guia de l'alimentació saludable en l'etapa escolar.* Departamento de Educación / Departamento de Salud. Generalitat de Catalunya.
- *Recomanacions per a l'alimentació en la primera infància (de 0 a 3 anys).* Departamento de Salud. Generalitat de Catalunya.

7

LA COCINA

7. La cocina

La cocina ecológica no es una nueva cocina ni es una cocina extraña, sino que estamos hablando de una cocina tradicional basada en los productos de la tierra. Evidentemente, puesto que nos centramos en el ámbito de la restauración colectiva, hay ciertos utensilios y consideraciones logísticas que pueden facilitar mucho el trabajo del personal. En este capítulo se recogen algunos de ellos, junto con consejos de tipo ambiental que no podemos obviar si deseamos tener realmente un comedor lo más ecológico posible.

"LOS ALIMENTOS ECOLÓGICOS LLEGAN A LA COCINA DE LA ESCUELA TAL COMO SALEN DEL CAMPO, Y ESO SIGNIFICA MÁS TAREAS DE LIMPIEZA, PREPARACIÓN Y MANIPULACIÓN"

7.1. Infraestructura y equipamiento

Los alimentos ecológicos llegan a la cocina de la escuela tal como salen del campo, y eso significa más tareas de limpieza, preparación y manipulación. Además, un menú equilibrado y saludable debe incorporar necesariamente un porcentaje importante de verduras y hortalizas y, por tanto, este trabajo gana aún más peso. Algunas herramientas que actualmente están poco presentes en las cocinas escolares porque en muchos casos reciben la materia prima ya manipulada –lavada, troceada y/o precocinada– nos serán especialmente útiles. Paralelamente, debemos tener en cuenta el espacio de almacén por si los proveedores y proveedoras no pueden venir tan a menudo como estábamos acostumbrados, y también las cazuelas que nos permitirán las cocciones más nutritivas.

Si la escuela tiene que montar toda la instalación desde un principio, es aconsejable que se asesore convenientemente, pues en este capítulo hablaremos tan sólo del equipamiento y la infraestructura que en estos momentos por lo general no se encuentran en las cocinas y es aconsejable conseguir.

Podemos relacionar los utensilios y la infraestructura que necesitamos con cuatro procesos básicos que tienen lugar en la cocina: el almacenaje, la limpieza, la preparación y la cocción.

Almacenar:

- Una buena despensa y una cámara de frío nos facilitarán comprar a granel y conseguir precios más asequibles, pero serán imprescindibles una buena organización y un control constante de los stocks.

Limpiar:

- Fregaderos de tamaño considerable para poder hacer el lavado, sobre todo de los ingredientes vegetales. Para grandes escuelas se puede pensar en una lavadora de verduras.
- Centrifugadora de verduras de 50 litros (manual o mecánica) para eliminar todo el exceso de agua después del lavado de las verduras de hoja.
- Cepillos para verduras de raíz.

Preparar:

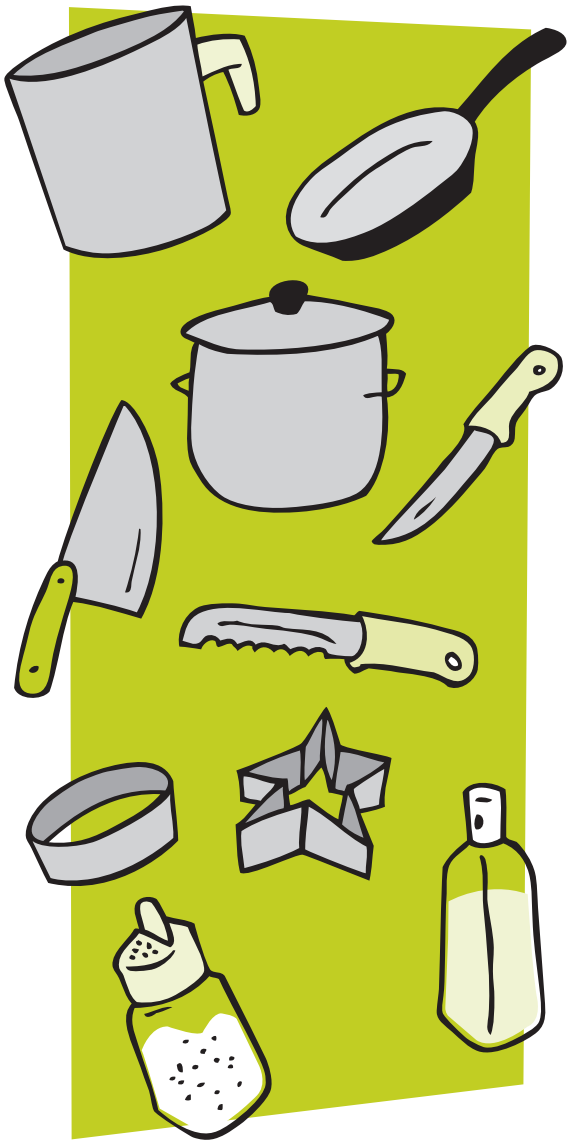
- Un equipo de cuchillos siempre bien afilados:
  - Puntilla para pelar manualmente.
  - Cortadoras de cebollas.
  - Fileteador o deshuesador.
  - Japonés para cortar todo tipo de verduras.
  - Cuchillo de filo ondulado para el pan.
  - Pelador manual de verduras.
- Un aparato para pelar y cortar la verdura en diferentes formas. Hay varios modelos en el mercado. En función del número de menús y de los recursos escogeremos el que mejor se adapte a las necesidades del centro. Por ejemplo, una mandolina con diferentes cortes que sea práctica, fácil de lavar y sencilla, un cortador-pelador de vegetales de tipo eléctrico con diferentes discos de corte para rayar (indispensable para procesar grandes volúmenes), un trinchador de ajos...
- Soplete para sublimar los restos de pelos o plumas de las aves.

Cocinar:

- Ollas y otros utensilios, siempre de acero inoxidable, salvo las paellas, que es mejor que sean de titanio con carbón tensionado para que no se pegue lo que cocinamos.

Otros accesorios que nos pueden ser útiles:
- Pulverizadores para aceite o aderezos.
- Biberones para salsas o aderezos.
- Saleros dosificados para la sal, sal con hierbas, polvo de semillas, hierbas o frutos secos tostados.
- Carretilla con baño maría para servir caliente.
- Pelador manual de raíces.
- Moldes de diferentes formas: estrellas, esferas...

En cuanto a los materiales, todavía hay muchas cocinas de escuela con equipamientos antiguos de hace 20 o 30 años. A menudo encontramos ollas, cazuelas y utillaje diverso fabricado con aluminio y teflón. Hoy en día este tipo de materiales se están sustituyendo por otros más seguros, es decir, que no desprenden ninguno de sus componentes y que no reaccionan con el alimento. Podrían ser una alternativa los aceros inoxidables y el titanio, un metal inerte que no se altera con los cambios de temperatura.



7.2. Consejos ambientales[8]

Más allá de la estricta actividad de preparar los alimentos, el entorno de la cocina y el comedor integran un ámbito donde podemos aplicar prácticas para una adecuada gestión de los residuos y para el ahorro de recursos.

7.2.1. Los residuos

En el momento de planificar una buena gestión de los residuos en la cocina y en el comedor escolar, deberemos trabajar con la filosofía de las tres erres: reducir, reutilizar y reciclar.

Reducir: tenemos que comprar los alimentos siguiendo los criterios de envoltorio mínimo, es decir, seleccionando aquellos productos que lleven menos envoltorios o que puedan ser rellenados, productos a granel, etc.

Reutilizar: debemos intentar reutilizar al máximo los residuos que inevitablemente generamos con nuestras compras para la gestión de la cocina. Podemos hacerlo tanto en la misma cocina como en otros espacios de la escuela; por ejemplo, utilizando cajas de cartón para manualidades, envases de plástico como botes para poner los bolígrafos, etc.

Reciclar: será provechoso clasificar aquellos residuos que no podamos reutilizar según las fracciones: vidrio, envases, papel y cartón, materia orgánica y rechazo. Una buena opción es que en la entrada de mercancías haya tres contenedores grandes con los tres colores: amarillo, verde y azul. El contenedor con la fracción orgánica lo situaremos en la zona donde llegan los platos y utensilios sucios. Es importante que todas las personas que pasan por la cocina o el comedor tengan la información correcta sobre cómo hacer la separación, y que haya una buena coordinación con el servicio municipal de recogida de basuras. Por ejemplo, si no hay contenedores cercanos quizás los podemos pedir al Ayuntamiento. También podemos sugerir que hagan la recogida directamente en un punto cercano donde podamos dejar nuestros contenedores. Si en nuestro municipio aún no se ha implantado la recogida de la materia orgánica, podemos separar igualmente estos residuos e intentar reorientarlos para evitar que vayan a parar al vertedero. Por ejemplo, podemos darlos a alguien que tenga huerto y que pueda utilizarlos para hacer compost, o bien hacerlo en la misma escuela y, si tenemos un huerto, utilizar el producto final como abono. En las cocinas de nueva generación se están implantando los trituradores de materia orgánica con deshidratadora, pero sólo son aconsejables para colectivos grandes.

El aceite no puede eliminarse nunca por el desagüe, ya que es muy poco biodegradable e incluso puede provocar atascos en la red de eliminación de aguas residuales. Una buena gestión del aceite usado pasa por almacenarlo en una garrafa y que pase a recogerlo un gestor autorizado, o bien llevarlo nosotros mismos al punto limpio de nuestra zona.

7.2.2. Uso racional de la energía

En el caso de la energía, debemos seguir las mismas pautas que seguimos en nuestros hogares. A continuación se citan algunos consejos para el uso de diferentes aparatos:

- Bajar el fuego cuando se haya alcanzado el punto de ebullición. Manteniéndolo al máximo no aumentaremos la temperatura ni disminuiremos el tiempo de cocción: sólo produciremos más vapor y un gasto energético innecesario.
- Tapar siempre los recipientes: la cocción es más rápida y podemos ahorrar hasta un 15% de energía. La olla a presión permite ahorrar tiempo y consumir la mitad.
- Tener los alimentos al fuego el tiempo adecuado. Algunos alimentos como las verduras pierden el sabor y las propiedades vitamínicas con el exceso de cocción.

8 Fuente: *Estudi per a la implantación de menjadors escolars sostenibles a Solsona* (Estudio para la implantación de comedores escolares sostenibles en Solsona). CEDRICAT (Centre de Desenvolupament Rural Integrat de Catalunya), 2009.

- Adaptar el tamaño del recipiente al fuego que utilizamos. Si el recipiente es demasiado grande, el calor se reparte mal y el rendimiento disminuye. Si es demasiado pequeño, parte del calor se puede perder.
- La limpieza de placas, hornos y quemadores es muy importante, especialmente si la cocina es de gas. Si la llama es amarilla, indica que el quemador está sucio u obstruido. Hay que avisar a un especialista siempre que se observe alguna anomalía.
- Abrir la puerta del horno sólo cuando sea necesario, para evitar las pérdidas de calor.

Consejos para un buen uso del frigorífico

- Cubrir los platos cocinados y envolver bien los alimentos; así reduciremos el riesgo de contaminación entre ellos, la propagación de olores y la formación de hielo.
- No poner alimentos calientes o tibios en la nevera ni en el congelador.
- Abrir la puerta sólo el tiempo justo y necesario.
- Comprobar que las puertas cierran bien. Para ello, puede ponerse una hoja de papel en la puerta, cerrarla y tratar de sacar la hoja. Si no se resiste, es que las juntas están gastadas.

Consejos para un buen uso del lavavajillas

- Poner en marcha el lavavajillas cuando esté completamente lleno.
- Escoger el programa adecuado para cada tipo de carga: esto nos permitirá ajustar el agua y la energía mucho mejor.
- Limpiar el filtro del aparato y la junta de la puerta regularmente.

Si hemos de comprar un nuevo electrodoméstico, intentaremos que sea eficiente y que tenga un bajo consumo energético. Para ayudarnos a decidir cuál es el aparato más adecuado y a la larga el más rentable, disponemos de dos etiquetas que nos proporcionan información: la etiqueta energética y la etiqueta ecológica.

La etiqueta energética nos da información sobre la eficiencia y los valores de consumo (agua y energía)

LAS ETIQUETAS ECOLÓGICAS

Actualmente, en el mercado podemos encontrar varias etiquetas ecológicas:

1. Etiqueta ecológica europea: los criterios para la certificación de estos productos son publicados por la Unión Europea, y el organismo competente que otorga la etiqueta es, en Catalunya, el Departamento de Medio Ambiente y Vivienda de la Generalitat. En este momento pueden disponer de Etiqueta ecológica europea, entre otros, los productos de higiene y limpieza doméstica, y las lavadoras, lavavajillas y frigoríficos. Puede encontrarse más información sobre esta etiqueta en http://ec.europa.eu/environment/ecolabel/index_en.htm
2. Distintivo de garantía de calidad ambiental: ésta es la etiqueta ecológica catalana que también permite la certificación de diferentes tipos de productos, aunque por el momento no se han publicado criterios para certificar electrodomésticos de cocina ni productos de limpieza. Por este motivo, esta etiqueta no nos será muy útil en relación con el tema que nos ocupa. La página web del Departamento de Medio Ambiente y Vivienda tiene un espacio dedicado a la Etiqueta ecológica europea y al Distintivo de garantía de calidad ambiental (ved el bloque de “àmbits d’actuació”, la sección “empresa i avaluació ambiental”, y la subsección “ecoproductes i ecoserveis”).
3. Cisne Nórdico: esta etiqueta fue creada en 1989 por los Gobiernos de Dinamarca, Finlandia, Islandia, Noruega y Suecia, y cubre tanto productos como servicios. En Catalunya podemos encontrar productos con esta certificación.
4. Ángel Azul: esta etiqueta es alemana y fue creada en 1978. También certifica productos y servicios, e igualmente la podemos encontrar en Catalunya.

Garantia de Qualitat Ambiental

"LA ETIQUETA ECOLÓGICA CERTIFICA QUE SE HAN TENIDO EN CUENTA ASPECTOS AMBIENTALES TANTO EN EL PROCESO DE FABRICACIÓN COMO EN EL DE FUNCIONAMIENTO DEL APARATO"

de los electrodomésticos a lo largo de su vida, y nos permite comparar las características de los diferentes aparatos de una misma clase. Así, hay siete clases energéticas en función del consumo de cada aparato, que van de la letra A a la letra G. La clase A es la más eficiente y la G la menos eficiente. En el caso de las neveras y los congeladores existen dos niveles más, la clase A+ y la clase A++, que consumen aún menos que la clase A.

La etiqueta ecológica certifica que se han tenido en cuenta aspectos ambientales (consumo eléctrico, consumo de agua, embalaje, fin de la vida del producto...) tanto en el proceso de fabricación como en el de funcionamiento del aparato. Los aparatos eficientes suelen ser más caros que los no eficientes, pero a largo plazo resultan más baratos. Además del coste económico, también debemos reducir las emisiones de contaminantes causadas por la quema de combustibles fósiles que provocan contaminación atmosférica y contribuyen al aumento del efecto invernadero.

Iluminación

- La luz natural es más agradable, saludable y económica que la artificial. Favoreceremos al máximo la luz natural abriendo las cortinas y persianas y creando ventanas donde sea necesario, aunque siempre protegiendo las aberturas de la posible entrada de insectos.
- Apagar las luces siempre que salgamos de una sala. Una habitación con la luz encendida sin que haya nadie dentro es un derroche inútil tanto de energía como de dinero.
- Adaptar la potencia, el rendimiento del color y la temperatura de las lámparas a las necesidades de cada punto de luz.
- Cuando sustituyamos las bombillas tradicionales, lo haremos por bombillas de bajo consumo. Reemplazar una sola bombilla de 100 W por una de bajo consumo evita la emisión a la atmósfera, a lo largo de la vida útil de la bombilla, de más de media tonelada de CO_2.
- Cambiar la reactancia electromagnética de los fluorescentes por balastos electromagnéticos. Ahorraremos un 30% de energía, obtendremos una iluminación más estable y de mayor calidad, y el ciclo de vida del tubo se alargará hasta el doble.
- Instalar bombillas de bajo consumo en los puntos donde la luz esté encendida más horas.

7.2.3. Uso racional del agua

Para lograr una buena gestión del agua, que es un recurso natural limitado, hay que seguir las mismas pautas que seguimos en nuestros hogares:

- Vigilar que no haya grifos que goteen. El consumo medio de un grifo mal cerrado es de 30 litros diarios de agua.
- Instalar reguladores de caudal en los grifos. De esta manera ahorraremos cinco litros de agua por minuto.
- No lavar los platos bajo el grifo, sino llenando el fregadero.

7.2.4. Otros

- Recoger el agua que sobre de las jarras y reutilizarla para regar.
- Seleccionar productos de limpieza con alguna ecoetiqueta o bien con un bajo contenido en fosfatos.
- Hacer un uso racional del producto, de acuerdo con las indicaciones de la etiqueta.
- Enjuagar intensamente con agua potable las superficies lavadas con detergentes, jabones, desinfectantes u otros productos de limpieza, para evitar que queden residuos que puedan contaminar los alimentos que hemos de manipular.

8

COMEDORES ECOLÓGICOS COMO PROYECTO. FORMACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN

COOPERATIVA DE CONSUMIDORS
DE PRODUCTES NATURALS
I ECOLÒGICS
EL REBOST
DISCOVERY

8. Comedores ecológicos como proyecto. Formación y sensibilización

Los comedores escolares ecológicos permiten que la educación sea vivencial dentro y fuera de la escuela, que todos los actores participen y que cada uno de ellos sea protagonista en el aprendizaje, y propician, asimismo, un cambio de actitudes a partir de una educación crítica y transformadora.

Conseguir que los niños y niñas coman más verdura, que los padres y madres acepten más proteína vegetal en detrimento de la proteína animal, que las cocineras acepten más faena a la hora de trabajar con producto fresco y que los monitores de comedor puedan valorar los nuevos menús son objetivos que deberemos fijar cuando planteemos la introducción de alimentos ecológicos, de temporada y de proximidad en la escuela. La experiencia nos demuestra que la sensibilización y la educación de los diferentes grupos implicados –¡y no sólo de los niños!– es vital para poder afrontar el reto con ciertas garantías.

"LA SENSIBILIZACIÓN Y LA EDUCACIÓN DE LOS DIFERENTES GRUPOS IMPLICADOS ES VITAL PARA PODER AFRONTAR EL RETO CON CIERTAS GARANTÍAS"

En el proceso nos daremos cuenta de que todo el mundo es importante y que las modificaciones necesarias que planteemos a nivel alimentario no pueden quedar limitadas sólo a las horas de las comidas. La naturaleza de un comedor escolar ecológico nos invita a elaborar un proyecto que se extenderá como una mancha de aceite por los diferentes espacios de la escuela y también más allá de sus muros, pues entendemos que una escuela no sólo está ubicada en una comunidad (un pueblo o un barrio), sino que forma parte de ella y con ella interactúa.

8.1. Un proceso constante de transformación

Nuestra escuela y nuestro entorno son espacios vivos y van de la mano de las diferentes realidades. No son estáticos. Nuestro proyecto tampoco: forma parte de un camino que vamos haciendo todas las personas implicadas y que es parte integrante de un proceso. Por tanto, si entendemos la vida como una transformación constante, las actividades en torno a los comedores escolares ecológicos las tenemos que ver también como procesos educativos de transformación: "haciendo camino al andar".

- Escuchando al otro: sabemos que tener un comedor ecológico no quiere decir que todo el mundo lo tenga claro, ni que lo tenga interiorizado, pero sí que el proyecto parte, ante todo, de escuchar la opinión de todos.
- Estando pendientes del camino: después de conocer quiénes somos, dónde estamos, qué sabemos y con quién contamos, nos encontraremos ya al inicio de un camino en el que se generarán ritmos diferentes, ilusiones y dificultades, en el que unos se animarán y otros lo verán complicado… pero se trata sólo de caminar.
- Aceptando la naturaleza viva de nuestro centro: hoy pueden ser 20 niños y mañana 23, o pasar de tener tres lenguas maternas a tener cinco; puede entrar una nueva persona al equipo de profesorado, de limpieza o de cocina, y que no esté a priori interesada en nuestro proyecto.
- Aprendiendo y desaprendiendo: los comedores escolares ecológicos nos dejarán un buen sabor de boca, y también nos acercarán a nuevos contenidos o a otros ya conocidos pero desde una nueva mirada. Esta nueva perspectiva nos ayudará a adentrarnos en una práctica cotidiana que nos llevará a pequeños cambios de actitud transformadores.

8.2. Todos y en todas partes

¿A quién «educamos» y «sensibilizamos»? Todos tenemos nuestro papel en el proyecto. Podemos aprender de todos, y no sólo la maestra o el educador del comedor deben considerarse agentes educativos. También pueden asumir este rol:

- El alumnado.
- Padres y madres.
- Profesores y profesoras.
- Educadores y educadoras.
- Cocineros y cocineras.
- Personal de limpieza.
- Personas que nos encontramos en nuestro entorno más próximo: campesinos y campesinas, personas que trabajan en el mercado, en pequeños comercios, en pequeñas y medianas empresas, en las asociaciones...

Las preocupaciones y propuestas que pueda ofrecer cada uno de estos agentes serán diferentes y, por tanto, escucharnos unos a otros, compartir inquietudes, conocer las necesidades y ver cómo podemos elaborar propuestas educativas conjuntas hará que cada uno sea protagonista de su proceso de aprendizaje y nos permitirá un trabajo de equipo saludable.

Además de tener muchos colectivos con los que trabajar, también contamos con muchos espacios por donde movernos: el aula, el comedor, la cocina, la casa, el barrio, la ciudad o el pueblo. Y nos moveremos de forma dinámica: del aula al mercado, del mercado a la cocina de la escuela, de la cocina de la escuela a la masía de Can Peret, y de la masía de Can Peret de nuevo al aula.

Por tanto, las actividades que podemos plantearnos con el alumnado dentro de la experiencia de comedores escolares pueden ir jugando con estos espacios:

- Espacio profesorado-alumnado (aula).
- Espacio alumnado-educadores/as (comedor).
- Espacio familia y alumnado (casa).
- Espacio del entorno social más próximo.

8.3. ¿Qué conceptos trabajamos y a través de qué actividades?

Uno de los objetivos del proyecto es la construcción colectiva del conocimiento a partir de lo que yo conozco, lo que conocen los demás, lo que me dice el libro de texto y lo que me dice la tendera de mi barrio, por ejemplo. Partimos de nuestra realidad cotidiana para entender el mundo.

> "MI MANERA DE COMER LA PUEDO OBSERVAR DESDE LOS DIFERENTES ESPACIOS: LA ESCUELA, EL COMEDOR, MI CASA, EL BARRIO..."

Mi manera de comer la puedo observar desde los diferentes espacios: la escuela, el comedor, mi casa, el barrio; preguntando a mis compañeros y compañeras de aula, a los profesores y profesoras, a los padres y madres; pidiendo a la persona que me vende la fruta de dónde proceden los productos que como... Y luego puedo ir más allá y reflexionar sobre qué consecuencias tiene mi alimentación para mí y para los demás. Es decir, preguntarme a mí mismo por qué como de una determinada manera y no de otra me ayudará a ver en qué realidad me muevo, y el hecho de tomar conciencia de ello me ayudará a decidir si quiero cambiar mi manera de actuar.

Cuando hablamos de proyecto, es importante trabajar tanto desde los conceptos –agricultura ecológica, consumo responsable[9], alimentos sanos y nutritivos, producto de proximidad, producto de temporada, organismos modificados genéticamente o derivados de ellos, gestión de residuos...– como también desde las actitudes y hábitos –potenciando un consumo responsable donde soy yo mismo quien decide qué tipo de alimentación prefiero, dónde voy a comprar y cómo quiero que sea mi vida cotidiana.

9 **Consumo responsable:** cuando ejercemos un consumo responsable escogemos a partir de nuestros propios criterios y nuestra escala de valores, obviando las presiones publicitarias, la moda o las opiniones de los demás; consumimos siendo conscientes de las repercusiones que nuestra elección tiene en nuestra vida, en el conjunto de la sociedad y en el planeta.

De ahí que el abanico de posibilidades sea muy grande y podamos ir realizando diferentes actividades, algunas más específicas y otras más globales. Algunas desde la oferta de extraescolares y otras desde el currículum. En este sentido, la idea de transversalidad es muy importante: podemos acercarnos a la agricultura ecológica desde las ciencias naturales y sociales, calcular el precio de un menú en la clase de matemáticas, realizar un experimento científico –por ejemplo, mermelada de naranja con la receta de la abuela– utilizando el laboratorio como sala de elaboración o cocina, e incluso conocer la química y la física del proceso de compost o de los residuos orgánicos, o hacer una salida al mercado del pueblo para ver la producción de temporada de nuestra zona.

- Estas actividades las puede preparar y/o realizar el profesorado en el aula, los educadores y educadoras en el comedor, o el AMPA cuando organice la fiesta de Carnaval, por ejemplo.
- Así pues, cuando preparemos actividades específicas nos fijaremos en:
- Las áreas temáticas (agricultura ecológica, industria y comercio de alimentos, agricultura en el mundo y en nuestro entorno...).
- Las edades (en función de los ciclos educativos del currículum escolar).
- Los espacios (aula, comedor, centro educativo, casa...).

En cuanto a las actividades más generales, podemos prepararlas planteando las mismas áreas temáticas y edades y variando los espacios, ampliándolos al barrio, al pueblo, a la comarca e, incluso, al mundo. Además de la alimentación, mediante las actividades podemos trabajar:

- Los sentidos y el placer.
- La salud y el bienestar.
- La autonomía y la autogestión.
- Las relaciones, los intercambios y la comunicación.
- La calidad ambiental del entorno.
- La gestión de los diferentes recursos.
- Otros contenidos transversales relacionados.

En la práctica tenemos muchas posibilidades:

- Los desayunos y meriendas saludables son una buena herramienta educativa que nos permite introducir el chocolate del comercio justo y hablar, por ejemplo, de las similitudes y diferencias entre el comercio justo y el comercio de proximidad en el aula.
- Sortear o repartir cestas ecológicas con lo que recogemos del huerto de la escuela, si es que tenemos.
- Las visitas organizadas a fincas cercanas que hagan producción ecológica o al mercado del barrio seguro que también son bien recibidas tanto por parte del alumnado como por parte de las familias.
- Trabajos de investigación participativa de variedades locales. El alumnado puede entrevistar a las personas mayores de su entorno y a gente vinculada a la agricultura para descubrir las semillas que alimentaron a sus antepasados y toda la cultura relacionada con ellas, tanto gastronómica como de supervivencia. Un ejemplo lo tenemos en: www.abcd10000ef.org

"PODEMOS REALIZAR ACTIVIDADES TANTO SI TENEMOS COCINA COMO SI NO"

- En las escuelas de ciudades, los alumnos pueden preguntar a su familia sobre antepasados rurales, o hacer algún trabajo en las salidas familiares de fin de semana, visitar museos botánicos y de la vida rural, realizar búsquedas bibliográficas, o visitar huertas periurbanas, comunitarias o parques agroecológicos, por poner algunos ejemplos.
- Talleres de germinados de diferentes semillas, escogidas según la época del año, y estudio de sus propiedades nutritivas. Si las hacemos germinar, quizás las podremos incluir en las ensaladas.

Podemos realizar actividades tanto si tenemos cocina como si no. En Catalunya disponemos de algunos materiales elaborados a partir de las experiencias de entidades que están trabajando la temática y también a partir de propuestas de la Agenda 21, del trabajo que se realiza en las escuelas desde los huertos escolares, o de propuestas que hace tiempo que circulan sobre temas como la sostenibilidad o el reciclaje. Al final del capítulo destacamos algunos de ellos. Lo más importante es dejarnos llevar por la creatividad y descubrir qué nos ofrecen los comedores escolares ecológicos en el día a día de nuestra práctica educativa.

"EL 44% DE LOS ALIMENTOS ANUNCIADOS POR TELEVISIÓN DURANTE EL HORARIO INFANTIL SON CHOCOLATES, BOLLERÍA, SNACKS, DULCES, PRECOCINADOS, REFRESCOS, EMBUTIDOS Y SALSAS"

8.4. La publicidad y los medios de comunicación

Esta mirada desde la alimentación ecológica también nos hará plantear estereotipos muy arraigados desde lo que me dicen los medios de comunicación, los anuncios, la información que me llega de internet... y nos ayudará a tener más criterio a la hora de elegir, y a leer entre líneas.

Podríamos reflexionar, por ejemplo, sobre el tratamiento que la publicidad otorga a la alimentación. ¿Qué información nos llega desde los anuncios televisivos? ¿Qué propiedades destacan de los alimentos y cómo lo hacen? Está bien reflexionar sobre cómo nos pueden influir a la hora de comprar e incluso sobre cómo consiguen que introduzcamos nuevos productos en nuestra vida cotidiana que pasarán a formar parte imprescindible de nuestra dieta. Según un estudio publicado en la revista Consumer Eroski en 2007, el 44% de los alimentos anunciados por televisión durante el horario infantil son chocolates, bollería, snacks, dulces, precocinados, refrescos, embutidos y salsas –productos que, en una dieta saludable, los niños no deberían consumir más que unas pocas veces al mes–, mientras que sólo el 2% de los productos anunciados son idóneos para la dieta infantil diaria y se refieren a verduras, frutas o pescado. Por tanto, el mensaje predominante trabaja en contra del mensaje que podamos dar en la escuela y en casa. Es importante, pues, saber educar a los niños y niñas en la lectura o visionado de los medios de comunicación. El grupo AulaMèdia puede ofrecernos recursos y formación en este sentido (www.aulamedia.org).

8.5. Un proyecto abierto a las culturas

Catalunya es un país acogedor de familias extranjeras. Y también es cierto que el pueblo catalán es un pueblo al que le gusta viajar: siempre hemos tenido interés por conocer y pisar otras tierras. Así pues, otro aspecto educativo importante es la recuperación del saber tradicional catalán y la aproximación a otras culturas. Trabajando la alimentación en los comedores podemos promover la interacción entre los compañeros, la mirada hacia el otro, el descubrimiento de diferentes culturas y valores, y compartir conocimientos. Los tomates del huerto escolar compartirán cocina con el cuscús de verduras a la hora de comer y con el pan con tomate a la hora de merendar.

Recordemos que estamos iniciando un camino con muchas personas diferentes y que el análisis de la realidad lo podemos efectuar de diversas maneras y desde distintas perspectivas. Lo más importante es compartir, escuchar y caminar juntos.

A TENER EN CUENTA

Hay una serie de ideas que deberemos tener en cuenta cuando queramos trabajar utilizando como eje educativo la experiencia de los comedores escolares ecológicos.

1. Comer forma parte de nuestra vida cotidiana.
2. Todo el mundo adquiere unos hábitos a la hora de comer.
3. Se pueden trabajar varios temas a partir de lo que comemos: cómo se produce, cómo se comercializa, dónde lo compramos, quién me lo vende, cómo me lo vende, cuánto valen los productos, de dónde vienen...
4. Todos estos temas los podemos trabajar en distintos espacios y mediante actividades diversas. En función del espacio que utilicemos, los incluiremos dentro del currículum escolar o bien en alguna actividad lúdica extraescolar, o incluso en alguna actividad de barrio.
5. Debemos partir de nuestra experiencia y buscar respuestas dentro del contexto en el que nos movemos

8.6 Orientaciones

Teniendo en cuenta que hablamos de un proyecto donde todos y todas podemos participar y hacer aportaciones desde los diferentes ámbitos, encontraremos a continuación algunas orientaciones, propuestas y actividades que pueden ayudarnos a que nuestra experiencia de comedor escolar ecológico forme parte de un proceso educativo vivido por los diferentes agentes implicados: personal de cocina y de comedor, profesorado, alumnado, y familias.

8.6.1 Orientaciones para padres y madres

Ya que muchas de las iniciativas de comedores escolares ecológicos surgen desde las AMPA, vale la pena tener en cuenta que si bien algunas familias estarán de acuerdo con las propuestas, a otras les costará aceptar los cambios. Se trata, pues, de escuchar a todos y todas y aprovechar la diversidad de ideas para formarnos y orientarnos.

Inicialmente podemos dar una charla en la escuela sobre comedores escolares ecológicos, y escuchar las dudas que tiene todo el mundo y tratar de aclararlas (esta guía puede ser una buena herramienta didáctica para todas esas preocupaciones), o realizar algún video-foro con audiovisuales y/o películas de actualidad como por ejemplo «Nosotros alimentamos al mundo», de Erwin Wagenhofer.

También podemos poner en contacto a todas las personas implicadas (profesorado, cocineras, equipo directivo, campesinos y campesinas que nos abastecen), para que padres y madres puedan sentirse dentro del proyecto y conocer tanto las posibilidades como las dificultades que conlleva. Recordemos que al tratarse de un proyecto la comunicación y la participación son muy importantes. Los padres y madres tienen diferentes opciones para participar:

- Formando parte del AMPA.
- Formando parte de la comisión de comedor.
- Participando en las actividades de la escuela que se organicen en torno a los comedores escolares y/u otras temáticas.
- En los deberes de sus hijos e hijas.

- En las comidas familiares.
- En las fiestas (de cumpleaños de sus hijos e hijas, populares...).
- En los desayunos y/o meriendas que se llevan los niños a la escuela.

"ES ACONSEJABLE QUE LA FAMILIA SE IMPLIQUE EN EL COMEDOR ESCOLAR"

Por otra parte, si queremos hacer efectiva la interiorización de los criterios de salud, consumo crítico y respeto medioambiental transmitidos en el modelo de comedor escolar que se plantea en este manual, es imprescindible la colaboración de los padres y madres. Cuando la familia delega la tarea de la educación alimentaria al centro educativo, el niño ve reforzada la idea de que la comida saludable no es sabrosa. Es importante ofrecer a los padres un espacio de participación en la educación alimentaria de sus hijos e hijas. Así pues, es aconsejable que la familia se implique en el comedor escolar. Es positivo que conozcan los menús, el origen de las materias primas, si se utilizan servilletas de tela o de papel, e incluso de cuánto tiempo disponen para comer. Los padres y madres deberían ser una voz más dentro de la comisión de comedor, donde se trabajaran criterios de salud y equidad.

Al mismo tiempo, dicha implicación es una invitación a trabajar los hábitos en casa: hablar de comida, descubrir juntos nuevas maneras de preparar los alimentos de siempre, comprar y cocinar en familia, etc.

8.6.2. Orientaciones para el profesorado

La implicación por parte del profesorado es muy importante: si el centro escolar adopta los comedores escolares ecológicos como proyecto, éste se incluye en todos los espacios que el centro puede ofrecer y abre paso a un abanico muy amplio de posibles actividades, tal como se ha comentado en la introducción de este capítulo. Algunas de las orientaciones que nos gustaría destacar y que el profesorado puede tener en cuenta son:

- La integración y el trabajo de los diferentes contenidos del proyecto de comedor ecológico a partir del currículum de cada curso, ciclo y/o etapa educativa.
- La valoración de las actividades extraescolares que se llevan a cabo, y ver las posibilidades de realizar alguna actividad complementaria.
- La multiplicidad de actividades: tutorías, o desde el área de educación para la ciudadanía.

LA EDUCACIÓN ALIMENTARIA

Tanto las personas adultas como las de menor edad preferimos, en general, platos y preparaciones más calóricas y de gustos intensos. Décadas atrás, la dieta de una persona venía condicionada por el acceso a los alimentos del entorno y la relación entre el espacio y la energía necesaria para obtenerlos. En la mayoría de culturas la dieta estaba basada en los alimentos de temporada que ofrecía la huerta, complementados con conservas y cereales integrales y, en menor grado, carne, dulces y grasas. Podríamos decir que, en un entorno poco influido por los intereses del mercado global y los condicionantes económicos, la alimentación tendía de manera natural a ser saludable y sostenible, aunque no estaba exenta de posibles carencias nutricionales. Ahora la situación es muy distinta. Tenemos al alcance un montón de productos transformados muy sabrosos, baratos, fáciles de obtener y de manipular y constantemente publicitados, que casi siempre preferiríamos antes que un plato de judías verdes. No obstante, la abundancia actual tampoco garantiza el equilibrio alimentario nutricional. Es por ello que el concepto de educación alimentaria es tan reciente como necesario ante la nueva coyuntura del mercado agroalimentario en las sociedades occidentales.

- La movilidad en los espacios: utilizar los diferentes espacios de la escuela (por ejemplo, el comedor, el aula, el pasillo, el huerto escolar), el mercado del barrio…
- Nuevas formas de creatividad: aprovechar los recursos que nos ofrecen los comedores escolares ecológicos para trabajar desde la creatividad.

- La comunicación con el otro: equipo de cocina y de comedor, familias, proveedores... haciéndoles partícipes de la educación dentro y fuera de la escuela.
- La complicidad en una mirada diferente para entender el mundo: ¿qué significa sostenibilidad?, ¿por qué comemos de una determinada manera y no de otra?
- La formación específica en alimentación ecológica y la utilización de recursos ya existentes (ved el apartado 8.7) pueden ser una manera de iniciar este camino que iremos construyendo junto con las otras personas que nos acompañan.

"ESTAMOS EN UN PROYECTO EN EL QUE CADA QUIEN ES IMPORTANTE Y EN EL QUE LA PARTICIPACIÓN ACTIVA DE CADA UNO FORMARÁ PARTE DEL CARISMA EDUCATIVO GLOBAL"

8.6.3. Orientaciones para educadores y educadoras de comedor

Los educadores y educadoras de comedor son los agentes educativos profesionales y responsables del alumnado en horario de comedor. Su papel es imprescindible en este proyecto y la responsabilidad que pueden tener va más allá de «vigilar» y «servir» a los niños. Por tanto, es necesario que tanto el equipo directivo como el profesorado, el AMPA, el equipo de cocina y la comisión de comedor los hagan partícipes de los cambios. Nos pueden dar muchas ideas a partir de su experiencia e incluso proponer actividades para hacer en el comedor. Escuchar y ver también sus necesidades facilitará su implicación en este gran proyecto.
Otro paso importante es concienciar al conjunto de educadores y educadoras de la importancia de una alimentación equilibrada y saludable mediante charlas informativas, cursos de alimentación y cocina o libros divulgativos. Deberían conocer la pirámide de la alimentación saludable, las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud y de la Generalitat de Catalunya, los rasgos diferenciales de la producción ecológica y los beneficios que aportan en todos los ámbitos.

A fin de promover unos buenos hábitos alimentarios entre los niños, es importante que conozcan dinámicas de grupo para desarrollar talleres o actividades lúdicas encaminados hacia una alimentación saludable, y que sepan resolver las dudas que los niños y niñas de diferentes edades puedan exponer en relación con el origen de los alimentos. El curso de monitor/a de comedor y el de monitor/a de ocio ofrecen pautas básicas y necesarias en cuanto a metodologías educativas, resolución de conflictos, dinámicas de trabajo en equipo, talleres, etc. El título de manipulador de alimentos, como formación complementaria, aportará conocimientos de seguridad alimentaria, que también son importantes.

La creatividad y los recursos que nos ofrece el comedor pueden ser muy interesantes siempre que exista la posibilidad de ofrecer este espacio de participación al equipo de monitoraje. La motivación es necesaria y la comunicación, imprescindible. Estamos en un proyecto en el que cada quien es importante y en el que la participación activa de cada uno formará parte del carisma educativo global.

EN EL COMEDOR TAMBIÉN EDUCAMOS

Algunos de los objetivos que los educadores y educadoras de comedor deben conocer y trabajar son:
- Saber el nombre de los alimentos.
- Conocer la importancia de cada alimento.
- Valorar el alimento como algo imprescindible para crecer.
- Probar todos los alimentos: tener una alimentación variada.
- Hacerse responsables y colaborar en las tareas organizativas en el momento de comer.
- Acabarse toda la comida que se hayan servido en el plato, dando a entender así que la comida no se tira.

CÓMO TRABAJAMOS EL PROYECTO DESDE LAS ÁREAS Y MATERIAS

En el currículum actual de educación primaria, en el área de conocimiento del medio natural, social y cultural, y dentro del bloque de contenidos sobre las personas y la salud, encontramos los aspectos que hacen referencia al reconocimiento de los diferentes tipos de alimentos y la valoración de una alimentación sana y variada, que es desde donde se puede partir a la hora de desarrollar el proyecto que se presenta e integrarlo en las unidades didácticas correspondientes.
En la etapa de ESO, en el tercer curso, y dentro de la materia de ciencias de la naturaleza, se trabaja a partir del bloque de nutrición humana: interpretación de la alimentación y la respiración como procesos para obtener materia y energía para la vida; caracterización de la digestión como proceso para transformar los alimentos en nutrientes y de la asimilación como proceso de absorción de nutrientes desde el medio externo al medio interno; concepto de alimentación equilibrada, y conductas de riesgo relacionadas con la alimentación. También en ciencias sociales, geografía e historia encontramos el análisis de las nuevas formas de producción de alimentos y del problema del hambre en el mundo y sus implicaciones globales, así como la valoración de las políticas de cooperación y de solidaridad.

8.6.4. Orientaciones para el personal de cocina

Partimos de la importancia del papel de las cocineras y cocineros como unos actores más de este entramado educativo que es la escuela. Como educadores y educadoras que son, colaboran en este proyecto desde la cocina, elaborando los alimentos y con sus recetas.

El personal de cocina debe estar totalmente informado y enterado de los pasos que vamos haciendo en este viaje, y debemos facilitarles la formación necesaria para poder asumir los cambios que tendrán lugar en la cocina. Esta formación debe incluir un marco teórico y práctico, y siempre ha de estar potenciada con la cata de los productos de los que estamos hablando. Un marco teórico para que puedan entender el significado de la vertiente ecológica aplicada a la alimentación en toda su magnitud. Así tendrán un criterio para aplicarlo a su lugar de trabajo, tanto a la hora de cocinar como a la hora de gestionar residuos, lavar platos... Y un marco práctico en una formación in situ, donde aprendan a utilizar más ingredientes y una

> "EL PERSONAL DE COCINA DEBE ESTAR TOTALMENTE INFORMADO Y ENTERADO DE LOS PASOS QUE VAMOS HACIENDO"

mayor variedad de formas de cocción. Básicamente, hay que abordar tres aspectos clave:

- Manipulación de los alimentos. Destacaremos como rasgo importante el buen uso de los diferentes cuchillos de cocina y utensilios cortantes como base para las preparaciones culinarias. Así pues, las cocineras deberán dominar el corte de los diferentes alimentos, sobre todo cuando hablamos de verduras, teniendo en cuenta que en muy pocas cocinas hay buenas máquinas y en buenas condiciones para facilitar este trabajo (mandolinas, máquinas para cortar verduras...).

- Creatividad. Los platos que se elaboran en la cocina de la escuela van destinados a niños y niñas que se están formando y abriendo a sabores y texturas nuevas cada día. Por eso debemos cuidar también la presentación de los platos, como una parte más de esta tarea culinaria y educativa. Con pequeños toques y algunos detalles conseguiremos una mayor aceptación dentro de este cambio (unos picatostes para la sopa, una vinagreta con una picada de cacahuetes, un toque dulce con manzana por encima de una carne guisada...). Hay mil maneras de sorprender y ser creativo dentro de la cocina sin que ello nos suponga demasiado trabajo. La creatividad nos hace estar siempre buscando mejores maneras y renovándonos.
- Organización. Para planificar un menú ecológico satisfactoriamente debemos tener en cuenta el producto de temporada y que el tiempo para la preparación será más extenso, al incorporar más verduras frescas que se deberán limpiar y cortar.

Cocineros y cocineras deben aprender a planificar. Esto conlleva buscar otras formas de funcionamiento, como por ejemplo dejar cosas preparadas de un día para otro (siempre que se pueda) y una muy buena interacción entre todo el personal de la cocina, para que todos valoren y sean conscientes de la importancia de su labor.

8.7. Materiales educativos para trabajar temas de soberanía alimentaria y alimentación ecológica en las escuelas[10]

Exposiciones

- Decàleg de la producció ecològica (Decálogo de la producción ecológica). Exposición de 10 paneles, dirigida al alumnado, en la que se explica qué es la producción ecológica y su importancia. *Cooperativa de consumidores ecológicos El Rebost.*

- Mundo rural y soberanía alimentaria en un mundo globalizado. Conjunto de 15 paneles que tratan aspectos de soberanía alimentaria teniendo en cuenta la situación en los países industrializados y los países empobrecidos. Esta exposición va acompañada de una guía didáctica. *Asociación Entrepueblos.*

- Exposició sobre transgènics. Esta exposición de ocho paneles está dirigida al alumnado de secundaria y nos explica qué son los transgénicos desde una mirada crítica en cuanto a nuestra salud, el modelo de producción y de consumo, y la forma como éste afecta al campesinado y, en general, a los ámbitos social, ecológico y económico. *ADV Ecològica Gent del Camp.*

CURSO PARA PERSONAL DE COCINA

Cuando vayamos a plantearnos la formación del personal de cocina, podemos intentar implicar a los equipos de otras escuelas para hacer un grupo más numeroso y así rentabilizar más la formación. El grupo ideal es de unas 10 personas, más o menos. Si el personal procede de diferentes centros educativos será positivo organizar una clase en la cocina de cada uno de los centros participantes, para así poder valorarlas y darnos cuenta entre todos de los puntos positivos y los detalles a mejorar de cada equipamiento. Una buena periodicidad puede ser de una tarde a la semana, por ejemplo de 4 a 6. El temario de un curso de formación podría ser:

1. *El alimento ecológico. La importancia de la alimentación ecológica. Manipulación con alimentos ecológicos. Alimentación de temporada y local.*
2. *Organización en la cocina. Utillaje para trabajar más a gusto. Gestión del tiempo. Gestión de residuos. Detergentes.*
3. *Alimentos básicos en la cocina. Incorporación de nuevos alimentos: sal marina, aceites prensados en frío, alforfón, mijo, la cocción de legumbres...*
4. *Menús equilibrados. Elaboración de un menú de temporada. Cocinar para la infancia: cocina educacional, aprendizaje y sensibilización. Presentación de los platos.*
5. *Variedad de cocciones. Facilitar recursos para los imprevistos. Elaboración de platos especiales para fiestas (Castañada, Navidad...).*

- Què són els aliments ecològics? Pensada para ser itinerante entre los centros de educación primaria. Incorpora un par de juegos, uno dirigido al ciclo inicial y otro para los ciclos medio y superior. *Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural de la Generalitat de Catalunya.*

- Las mujeres alimentan al mundo. Exposición compuesta por 10 paneles, que recogen diversos aspectos vinculados a la visibilización de la situación, trabajos, luchas y reivindicaciones de las mujeres campesinas, productoras y procesadoras de alimentos, vinculadas todas ellas con el movimiento por la Soberanía Alimentaria. Es una propuesta educativa para trabajar sobre la equidad de género y los derechos de las mujeres en relación a todos los temas vinculados a la producción, procesamiento, distribución y consumo de los alimentos, en un contexto internacional y local cada vez más preocupante de inseguridad alimentaria.

Material audiovisual

- Documental: Campesinas, semillas del cambio. Este material es apto para cualquier colectivo o institución interesado, así como para centros educativos y organizaciones. El documental muestra el trabajo de tres asociaciones de mujeres campesinas que intentan generar cambios en las relaciones de desigualdad de género que experimentan en sus comunidades y familias, al tiempo que intentan fortalecer la economía familiar campesina con la producción ecológica de alimentos para mercados locales y nacionales. *Asociación Entrepueblos.* Incluye guía didáctica.

Otros materiales

- www.comedoresecologicos.org Página web con material didáctico dirigido a familias, maestros y educadores y educadoras de comedor que quieran preparar actividades para fomentar la comida ecológica y socialmente justa. Se incluyen tres escenarios (escenario escuela, escenario familiar y escenario social), y pretende promover la reflexión entre los alumnos para que creen, ellos mismos, los argumentos que les hagan entender por qué es necesaria una alimentación basada en productos ecológicos y locales. *Asociación Entrepueblos.*

- Què és l'agricultura ecològica? Álbum ilustrado infantil. Dirigido a niños y niñas de primaria. Se puede descargar en formato PDF desde la página www.gencat.cat/dar/pae. *Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural de la Generalitat de Catalunya.*

- La colla pessigolla. El cuento tiene como protagonistas a un grupo de amigos y amigas que quieren salvar el mercado de su pueblo. Ideal para trabajar la defensa de la soberanía alimentaria y el consumo responsable. Descargable en http://www.pangea.org/epueblos/documentos/materiales/colla_pessigolla.pdf. *Associació Catalana d'Enginyeria sense Fronteres.*

- La Cuca, el cuc verd. *La Cuca era un cuc verd molt espavilat: feia forats profunds a terra, pujava als arbres, provava moltes verdures... vivia a l'hort de la Maria, una pagesa que treballava de sol a sol.* Un cuento que nos habla de la agricultura ecológica a partir de la experiencia de nuestro protagonista. Descargable en http://www.pangea.org/epueblos/documentos/materiales/conte_la_cuca_el_cuc_verd.pdf. *Edpac, Educació per a l'acció crítica.*

- Maleta pedagògica de l'hort a casa. La encontraréis en los Centros de Recursos Pedagógicos. Incluye un DVD pedagógico interactivo, un libro sobre aspectos del huerto escolar, un calendario de siembra y recolección y una guía de las especies más comunes en horticultura. *Asociación Vida Sana y Associació Rodajoc.*

- Libro Alimentación Saludable. Mundo Saludable. Manual de Apoyo para el Programa de Menús Ecológicos en Comedores Escolares de Andalucía. El material se compone de un bloque de conocimientos teóricos y otro bloque de actividades. Los tres temas desarrollados en el manual son: alimentación saludable, medio ambiente y agricultura, y agricultura ecológica. Descargable en: http://www.pangea.org/epueblos/documentos/materiales/libro_completo_alimentacion_saludable_mundo_saludable.pdf. *Junta de Andalucía.*

- Las mujeres alimentan al mundo. Soberanía alimentaria en defensa de la vida y del planeta. La publicación de este libro reafirma el compromiso, acompañamiento e implicación de Entrepueblos en los procesos de empoderamiento de las mujeres campesinas e indígenas y en la reivindicación de sus derechos en la lucha por un mundo rural vivo sostenible y por la soberanía alimentaria. *Asociación Entrepueblos.*

10 Solamente están disponibles en lengua castellana los materiales que aparecen referenciados en este idioma.

9

¿Y EN CASA?

veritas
biscotes
Sanlúcar
ECO

9. ¿Y en casa?

Llegamos a un tema clave: y yo, ¿qué hago en casa? Es lo de siempre: ¿soy o no coherente con lo que pienso? La coherencia hoy en día, ecológicamente hablando, no es tarea fácil, porque muchos aspectos de nuestro entorno nos impulsan a tomar el sentido contrario. Pero si estamos dispuestos a iniciar un cambio en aquello que nos preocupa, los comedores de las escuelas, independientemente de si somos padres o madres, personal de cocina o de comedor, empresariado o gente del campo, podríamos empezar por hacer un pequeño viaje por la cocina de casa para ver qué encontramos y cómo podemos mejorar.

"LA COHERENCIA HOY EN DÍA, ECOLÓGICAMENTE HABLANDO, NO ES TAREA FÁCIL, PORQUE MUCHOS ASPECTOS DE NUESTRO ENTORNO NOS IMPULSAN A TOMAR EL SENTIDO CONTRARIO"

9.1. Zona de despensa

Deberíamos tener alimentos frescos sin envasar, comprados en el mercado del barrio o a los agricultores o agricultoras de la zona que sabemos que utilizan técnicas respetuosas con el medio. Quizás también frutas y verduras de la temporada, procedentes de la cooperativa de consumidores ecológicos más cercana a casa (si no hay ninguna podemos pensar en montarla, si encontramos quórum), yogures en envases retornables o de vidrio, cereales, legumbres, azúcar de comercio justo y, por ejemplo, sal a granel, porque comprar cantidades grandes siempre sale más económico y no generamos tantos residuos.

El producto fresco debe conservarse en la nevera, que es uno de los electrodomésticos que más energía gastan; es necesario, pues, que estemos bien informados de los modelos más eficientes. En el capítulo 7 se incluye información sobre la aplicación de criterios ecológicos en los electrodomésticos de las escuelas, que también pueden aplicarse a la cocina de casa.

Pequeños ecohábitos:

- Debemos hacer una buena gestión de lo que compramos, guardando cada producto de forma práctica y visible. En el momento de comprar, tengamos en cuenta que demasiado producto fresco se nos puede estropear.
- Algunos alimentos se pueden comprar en envases más grandes para tener para todo el año sin ningún problema (¡ahorraremos dinero y envases!). En cualquier caso, siempre se pueden compartir con amistades y familiares.
- Las cooperativas de consumidores ecológicos sin duda son una buena propuesta si tenemos un espíritu social abierto y ganas de una mayor implicación.
- En verano, los cereales y las semillas se estropean fácilmente; si los guardamos en la nevera en recipientes herméticos se conservarán toda la temporada.
- Procuremos no tener la nevera demasiado vacía, pues un volumen óptimo nos ayudará a retener el frío.
- Si sacamos la comida del congelador el día antes podemos aprovechar para descongelarla en la nevera. Así también ahorramos energía, al aprovechar el frío que va desprendiendo.

9.2. Zona de cocción

En primer lugar debemos escoger la mejor cocina, energéticamente hablando. Hay muchos modelos, pero podemos clasificarlos en dos grandes grupos: eléctricas y de gas. Las más respetuosas con el medio son las cocinas de gas, siempre que nos aseguremos que la casa está bien ventilada para liberar los gases tóxicos contaminantes que se desprenden cuando está encendida. Si optamos por las cocinas eléctricas, es mejor escoger las nuevas halógenas o de inducción magnética que las antiguas vitrocerámicas, que calientan a partir de lámparas halógenas de cuarzo. En cuestión de hornos, como en las cocinas, la mejor inversión son los de gas.

Las formas de cocinar también nos ayudarán a ser más ecoeficientes. La principal y más sencilla sería probando de cocinar más. Nos ahorraríamos comprar comida precocinada y envases. Cocinar de forma sostenible pasa no sólo por utilizar producto ecológico, sino también por emplear medios respetuosos.

Una adecuada elección de las ollas para cocinar supone una buena inversión. Las hay que nos ayudarán a cocinar más rápido (y por tanto a rentabilizar la energía fósil), como la olla a presión –que permite reducir hasta un 75% el consumo energético– o la Hotpan[10] –una olla que funciona con calor retenido. El grillgás funciona sobre un fuego de gas, hace la función de horno y permite cocinar varias cosas a la vez. Y para quien tenga un balconcillo –no es preciso que sea demasiado grande– y ganas de probar experiencias ecológicamente transformadoras, existe una manera para cocinar sin electricidad ni gas: el horno solar[11]. Tiene muchas ventajas, pues podemos dejar la comida por la mañana –sólo hay que orientarlo bien– y tenerla a punto para consumir a la hora de comer. Es posible cocinar desde un pescado a unas magdalenas. El horno solar no es más que una caja que retiene el calor del sol. Funciona por acumulación, atrapando la energía solar a través del efecto invernadero, y puede llegar a temperaturas entre los 80 y los 160 ºC. Si además disponemos de una terraza grande bien orientada, podemos cocinar con una cocina solar parabólica[12], que funciona por concentración y puede alcanzar tempera-

10 http://www.terra.org/html/s/producto/3/magatzem/sprc_158.php
11 http://www.terra.org/html/s/sol/cocina/infotecnica/funcionamiento.html
12 http://www.alsol.es/alsol14.html y http://www.alsol.es/k10.html

turas de más de 200 ºC. ¡Nos permitirá disfrutar de un buen arroz, unas patatas fritas o un delicioso bizcocho!

Pequeños ecohábitos:

- Utilicemos un tamaño de recipiente de acuerdo con el fogón.
- Procuremos que la proporción de la comida que cocinamos sea adecuada al recipiente.
- Bajemos la llama si supera el tamaño del recipiente.
- Comprobemos que no haya corrientes de aire que dificulten la combustión.
- No abramos la puerta del horno si no es realmente necesario.
- Utilicemos utensilios de calidad: los de base gruesa, una vez calientes, mantienen más el calor y podemos cocinar a temperaturas más bajas.
- Hirvamos con poca agua y recordando que, una vez arrancado el hervor, podemos bajar el fuego al mínimo necesario.
- Tapemos los recipientes: ahorraremos hasta dos tercios de energía.

9.3. Zona del fregadero

Uno de los problemas medioambientales más graves es la contaminación de las aguas, y aunque pensemos que nuestras «pequeñas acciones» no son significativas, un buen jabón a la hora del lavado puede ayudar a generar pequeños-grandes cambios. Deberíamos comprar detergentes con la etiqueta ecológica.

Si optamos por lavar a máquina, también hay que hacer una buena elección: un lavavajillas eficiente clase A o bien un lavavajillas con la etiqueta ecológica nos pueden ayudar a ahorrar agua y energía.

Para consultar más información sobre las etiquetas ecológicas o la etiqueta energética, ved el capítulo 7.

Pequeños ecohábitos:

- Dosifiquemos bien las cantidades de jabón y evitemos el exceso de espuma. Así evitaremos un alto consumo de agua para aclarar y economizaremos jabón.
- Si tenemos un bote con una disolución de jabón y agua rentabilizaremos el consumo de detergente.
- Pongamos en los grifos un reductor de caudal para ahorrar agua.
- Pongamos en marcha el lavavajillas sólo cuando esté lleno.
- Si vivimos solos y no ensuciamos demasiados platos, podemos comprar un lavavajillas pequeño. Casi toda la electricidad consumida sirve para calentar el agua. Cuando más pequeña sea la capacidad del aparato, menos agua caliente necesitará.
- Hay que poner la dosis de jabón justa y utilizar los programas más cortos.
- Podemos dejar secar los platos al aire dejando la puerta abierta, en lugar de utilizar el programa de secado del lavavajillas.

9.4. Zona de residuos

La mejor forma de gestionar los residuos es no generándolos o minimizándolos al máximo. Los que no podamos evitar tendremos que separarlos para su posterior reciclaje: fracción orgánica, plástico, vidrio, papel y rechazo. Es difícil encontrar a alguien en nuestra comunidad que no sepa cómo funciona el reciclaje de residuos, pero todavía hay muchas casas en las que no se hace, y muchas más donde no se hace correctamente. Al separar los residuos hacemos posible el aprovechamiento de los materiales que tiramos. Por ejemplo, si diferenciamos correctamente la basura orgánica, podemos obtener un compost para alimentar de nuevo la fertilidad de la tierra.

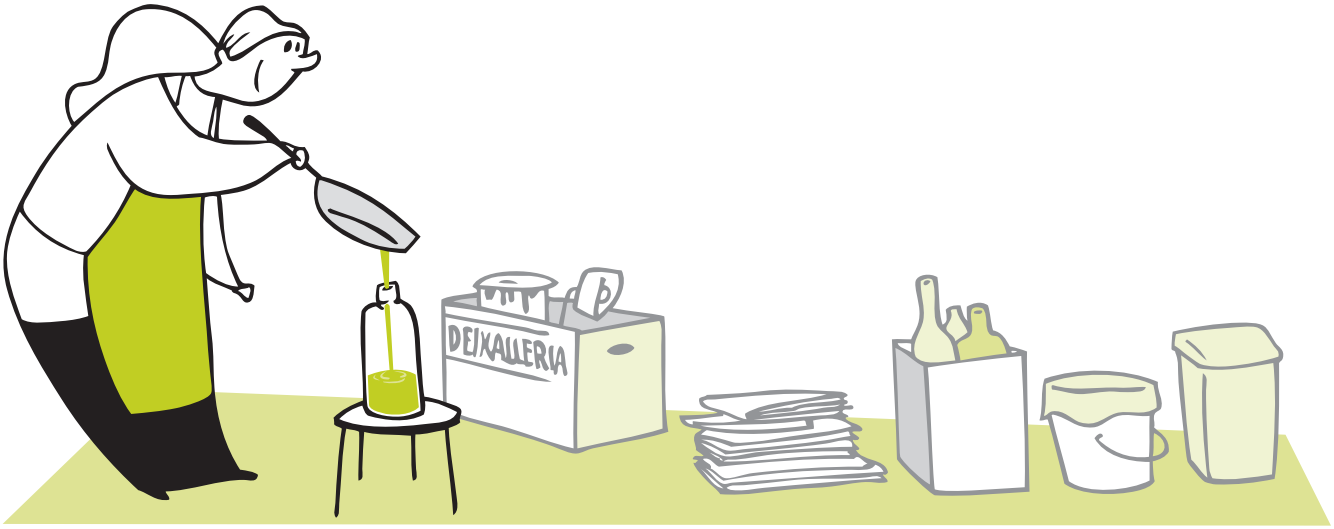
El aceite vegetal de cocina ya usado es, de entre todos los residuos que generamos en casa, uno de los más problemáticos y peligrosos para el medio ambiente. Este aceite puede proceder de los restos de un frito, de una lata de conserva, etc. Un litro de aceite vertido al desagüe puede contaminar hasta 100.000 litros de agua potable.

"UN LITRO DE ACEITE VERTIDO AL DESAGÜE PUEDE CONTAMINAR HASTA 100.000 LITROS DE AGUA POTABLE"

Pequeños ecohábitos:

- No vertamos el aceite por el desagüe, ni pongamos en el fregadero paellas o cazuelas sucias de aceite para lavar. Asegurémonos antes de limpiarlas con un papel de cocina, que después tiraremos a la fracción orgánica.
- Hay que tener un envase para ir rellenando con aceite usado. Cuando esté lleno, lo depositaremos en el centro de recogida municipal.
- Si vamos a comprar con carro, cesto, etc. no será necesario que cojamos bolsas de plástico en los mercados.
- Llevar siempre una bolsa de tela plegada en el bolsillo o bien en el bolso de mano resulta muy útil en caso de compras inesperadas.

Los cambios en los hábitos de consumo requieren muchas ganas de hacer mejor las cosas, pero lo más importante es empezar, aunque sea con una nimiedad, y seguir. Supone todo un trabajo personal y familiar que hay que realizar, empezando desde la sensibilización y el compromiso, pasando por la utilización de la energía y el agua, y llegando hasta el consumo de los alimentos. Es una cuestión de razón y de pasión. Y todo intento vale la pena.



10
EXPERIENCIAS

10. Experiencias

Actualmente ya hay bastantes experiencias de comedores escolares ecológicos en Catalunya que nos pueden servir de ejemplo para poner en marcha una iniciativa similar. Algunas tienen más aspectos en común que otras, pero seguro que todas ellas son válidas. En este capítulo damos voz a diferentes entidades para que nos expliquen cómo empezaron, qué dificultades han encontrado y su situación actual.

10.1. Experiencia de la ADV Ecològica Gent del Camp. Camp de Tarragona.

Contexto social y geográfico

La agrupación de defensa vegetal (ADV) ecológica Gent del Camp, como agrupación de campesinas y campesinos que hacemos agricultura ecológica en el Camp de Tarragona, decidimos que uno de los proyectos importantes para el grupo era conseguir que los alimentos de origen ecológico y local llegaran a comedores públicos. Actualmente estamos llevando alimentos a tres guarderías de la ciudad de Tarragona donde se quedan a comer, de lunes a viernes, unos 120-150 niñas y niños. Como son guarderías, trabajan todo el año menos 15 días el mes de agosto, un hecho beneficioso para los agricultores responsables, ya que da mucha continuidad a los pedidos.

¿De quién surgió la iniciativa?

La primera idea surgió desde el grupo de campesinas y campesinos de Gent del Camp. El primer paso fue consensuar en asamblea cuáles eran los aspectos principales del proyecto a tener en cuenta y qué criterios priorizábamos en el momento de desarrollarlo. Una vez redactado, mediante diversos actos de difusión y divulgación que llevamos a cabo constantemente, algunas escuelas interesadas nos solicitaron reunirnos para empezar a hablar sobre la cuestión.

Los objetivos establecidos

Los principales objetivos fueron:

a) Introducir la alimentación ecológica en los grupos más vulnerables a la contaminación por pesticidas, transgénicos y conservantes, con el fin de mejorar la salud actual y futura de los niños.
b) Promover la educación ambiental entre el alumnado, el profesorado, el personal de cocina y las madres y padres, para concienciar acerca de los efectos positivos que, sobre la salud y la naturaleza, tiene una alimentación sana, local y de temporada que proviene de métodos que promueven un mundo rural vivo y la biodiversidad.
c) Promover el consumo local de alimentos ecológicos recibidos directamente del payés o elaborador.
d) Implicar alumnado, familias, equipos docentes, entidades públicas, campesinado y otros profesionales de la salud, la restauración, etc. en un proceso participativo para mejorar nuestra realidad local mediante éstas y otras actuaciones también orientadas hacia la sostenibilidad ambiental, la viabilidad económica y la justicia social.

Los primeros pasos y el trabajo de sensibilización

Para iniciar el proyecto realizamos una serie de encuentros entre los campesinos responsables, el dinamizador de la ADV y el equipo de la escuela (en este caso sin la asistencia de madres y padres) para empezar a concretar aspectos prácticos del día a día. El equipo de profesionales de las guarderías presentó su propuesta, donde nos decía cuáles eran sus necesidades y su manera de trabajar en cuanto a menús, funcionamiento de cocina, días y horas de reparto, etc. Recogida esta información, se propuso un plan de trabajo con los dos campesinos de la zona más cercanos y con capacidad y disponibilidad para llevar semanalmente las frutas y verduras a las tres guarderías. Una vez decididos, los campesinos y la escuela hicieron un pacto de compromiso y establecieron una relación directa que permite el buen funcionamiento y desarrollo del proyecto.

En cuanto al trabajo de sensibilización, en este caso se está desarrollando una vez ya introducidos los alimentos ecológicos en los menús. El trabajo constará de sesiones de formación interna del equipo profesional del centro y posteriormente se harán charlas informativas a madres y padres, así como también una serie de actividades para los niños.

Los obstáculos superados

En nuestro caso, gracias a la buena predisposición del equipo de la escuela y a la buena organización de los campesinos y campesinas de la zona, el proyecto se está desarrollando con bastante éxito y con pocos obstáculos. Sin embargo, se necesitan muchos encuentros periódicos para mantener una relación abierta, de confianza, y una muy buena comunicación entre todas las partes. A nuestro entender, es la única vía para garantizar el éxito del proyecto. Uno de los problemas que nos encontramos son los «mitos del producto ecológico», que dificultan una visión clara de los beneficios que nos aporta este tipo de producto. Hay que insistir en ofrecer una buena información, para evitar reacciones de «rebote» que han vivido algunas cocineras, monitoras de comedor y otros agentes.

Uno de los aspectos que se trata muy a menudo en los encuentros con las escuelas es el de los costes. Aunque el contacto directo con el agricultor los abarata mucho, a veces cuesta equipararnos con el mercado convencional que trabaja con costes de producción y logística muy bajos. Para reducir al máximo este sobrecoste, vamos ajustando menús, priorizando alimentos de temporada y frescos, facilitamos cursos de cocina prácticos para aprovechar al máximo los alimentos y, como último recurso, si es necesario, pedimos ayuda a las administraciones competentes para poder consolidar el proyecto.

La relación con los proveedores y la participación y respuesta de todos los agentes implicados

Los proveedores son dos campesinos de la zona que trabajan en red con el resto de socias y socios de Gent del Camp. La relación es buena y efectiva, porque no hay intermediarios: todos los comentarios y ajustes que se hacen en el día a día se hablan directamente entre la escuela y los campesinos. Los otros alimentos que como Gent del Camp no podemos ofrecer, como los lácteos, la carne, las pastas, etc., procuramos suministrarlos haciendo de enlace entre la escuela y los proveedores locales que conocemos.

En cuanto a la participación, de momento aún no se han implicado las familias. Hay que dar más información y hacer ver la importancia de lo que se está haciendo. Parte de las cocineras y de las profesionales de los centros han respondido con un poco de recelo –por falta de información y atención– y no acaban de creérselo. Los agentes más implicados y contentos con el proyecto son las niñas y niños que cada día disfrutan más con los alimentos que les ponen en los platos, pues pueden comer la fruta con la piel, han descubierto los patés de verduras...

Evaluación de la situación actual

Con unos meses de funcionamiento, ya hay cuatro guarderías más que han solicitado iniciar el comedor ecológico. Sin embargo, por el momento hay que ir paso a paso y creemos que se deben consolidar los proyectos existentes antes de multiplicarlos. Falta acabar de ajustar menús. Algunos de los alimentos no son ecológicos por la dificultad de conseguirlos y por la diferencia de precio respecto a los convencionales. Es el caso, sobretodo, de los elaborados. Sin embargo, la experiencia está siendo muy positiva y las principales partes implicadas estamos viendo con mucho optimismo el futuro de los comedores ecológicos.

10.2. APRODISCA (Associació Propersones amb Disminució Psíquica de la Conca de Barberà)

Contexto social y geográfico

APRODISCA es una entidad sin ánimo de lucro que tiene como objetivo promover la calidad de vida y la integración social y laboral de las personas con discapacidad psíquica y/o enfermedad mental grave, mediante el diseño, la ejecución y el mantenimiento de servicios terapéuticos, rehabilitadores, laborales, formativos, residenciales, de ocio y de acompañamiento a la inserción laboral en empresas ordinarias. Hace 25

años que se creó, está situada en Montblanc y su ámbito de actuación son las comarcas de la Conca de Barberà y el Baix Camp (donde hace cuatro años se abrió un nuevo centro de atención). En APRODISCA atendemos diariamente a más de 150 personas con necesidades específicas gracias a un equipo de más de 50 profesionales.

¿De quién surgió la iniciativa?

La realidad social de las familias que forman parte de APRODISCA y el territorio rural donde se sitúa nuestro ámbito de actuación fueron factores clave a la hora de valorar la posibilidad de practicar la agricultura. Desde el principio se vio claramente que debía ser agricultura ecológica. De ahí surgió Hortus APRODISCAE, un proyecto agroalimentario ecológico dedicado al cultivo, la elaboración y la comercialización de productos y comidas ecológicos. Desde el año 2005 estamos cultivando verduras ecológicas en nuestras fincas, elaboramos diferentes tipos de conservas, tenemos una panadería y a finales de 2010 nos hemos trasladado al nuevo obrador para ampliar nuestra familia de productos ecológicos. Desde septiembre de 2008 se empezó a ofrecer el servicio de comedor de los trabajadores con todos los ingredientes ecológicos menos el pescado. Diariamente servimos comida a unas 70 personas.

Los objetivos establecidos

El objetivo primario es obtener un producto propio que cree más identidad y autonomía a la entidad. Esta iniciativa quiere ser un proyecto piloto para poder ofrecer comida ecológica en otros comedores colectivos. También estamos ofreciendo el servicio de viandas ecológicas para jornadas y/o eventos bajo pedido. Igualmente, ofrecemos asesoramiento y gestión de los comedores ecológicos para escuelas u otras instituciones.

Los primeros pasos y el trabajo de sensibilización

APRODISCA cuenta con una cocina propia donde cada día se hace la comida para todos los trabajadores. Hace unos años esta cocina la gestionaba una empresa externa de catering. Lo primero que se hizo fue recuperar su gestión y, conscientes de la importancia de una buena preparación y sensibilización en todos los niveles del cambio, organizamos charlas sobre agricultura ecológica, comercio de la carne, criterios de consumo, etc.

Paralelamente, se realizó una programación de menús de temporada de acuerdo con los cultivos que se producían, al tiempo que se estudiaba una programación con otros campesinos de la ADV ecológica Gent del Camp –de la cual APRODISCA también forma parte– para saber cómo se podrían cubrir las demandas. Asimismo, contactamos con otros productores ecológicos para que nos abastecieran de fruta, legumbres, lácteos y carne, priorizando como criterio de compra un producto lo más local posible y evitando el mayor número de intermediarios.

Los obstáculos superados

La complejidad de la gestión de todos estos proveedores ha supuesto encontrarnos con diferentes obstáculos: cambios en las fechas de entrega, cambios en la cantidad de producto debido a diferencias de tamaño, o ausencia de información sobre los productos de temporada, por citar algunos ejemplos.

La relación con los proveedores y la participación y respuesta de todos los agentes implicados

La respuesta de los comensales ha sido bastante satisfactoria. Valoramos positivamente la relación estrecha con los proveedores, pero tenemos que aceptar que la gestión no es fácil ni para ellos ni para nosotros. Incluso la coordinación entre nuestro campesinado y la cocina es compleja, porque esta última tiene unas necesidades muy concretas que a veces no suponen un volumen tan grande como para solucionar la comercialización del producto al agricultor (o a cualquier proveedor).

Creemos que a medida que vayamos preparando más menús diarios podremos mover un volumen de producto mayor que saldrá más a cuenta a los agentes proveedores y también a APRODISCA.

Comedor CEIP Puigberenguer. Manresa, Bages

El comedor de la escuela Puigberenguer se inició hace más de 20 años gracias al impulso de madres y padres que participaron activamente llevando utensilios de casa y trabajando para que el alumnado pudiera tener comedor en la escuela.

La introducción de alimentos ecológicos no ocurrió hasta el año 2007, ya que la oposición del equipo directivo era muy clara hacia este tema. Pero poco a poco tuvo lugar una apertura que permitió comenzar a consumir manzanas ecológicas, aunque no fue fácil. Había mucha expectación, y el día que tenían que llegar el distribuidor no vino y, además, ni tan siquiera avisó. Esto desinfló el interés inicial. Buscamos otro proveedor y ¡finalmente fue posible! A partir de aquí empezamos a trabajar conjuntamente con la coordinadora de comedor y las monitoras, y en la escuela se empezó a oír hablar de las manzanas ecológicas desde un enfoque positivo. Hay que decir que desde el AMPA siempre hemos ido organizando actividades para el alumnado que han ayudado a que en la escuela naciera un interés: tenemos un huerto ecológico donde los niños y niñas pueden participar como actividad extraescolar, una cocina donde hacemos talleres de cocina natural, y un vermicompostador donde los alumnos y alumnas ven cómo a partir de los restos orgánicos podemos obtener compost para el huerto. También organizamos talleres de cocina en el patio, con una cocina solar parabólica, y ahora estamos desarrollando un proyecto de banco de semillas, donde cada niño es protector de una variedad agrícola. Hay muchos temas que podemos trabajar: no se trata sólo de que nuestros hijos coman bien, sino de hacer las cosas bien. Hace tiempo que intentamos ponernos en contacto con campesinos de la zona Bages-Berguedà, pero por ahora los intentos no han llegado a nada. Es decir que, justo ahora, después de mucho tiempo, estamos consolidándonos y abriendo los ojos para hacer una mejor gestión, buscando qué producto tenemos en la zona, quién lo hace y cómo lo hace.

La experiencia concreta de la introducción de un yogur ecológico es un buen ejemplo de cómo conseguimos avanzar. Por la zona hay varios pequeños productores que elaboran yogures de calidad artesana, pero no ecológicos. Organizamos una cata entre cocineras y profesores; las impresiones fueron buenas y la comisión de comedor estaba de acuerdo en avanzar en este sentido. Pero desde el AMPA queríamos aprovechar este cambio para ir más lejos y apoyar a los productores que están apostando por la producción ecológica; y, además, queríamos que fuera de la zona. Contactamos con un elaborador de la comarca natural del Moianès, quien nos ofreció servirnos el yogur ecológico a granel, lo que le daba más puntos a favor. La propuesta pareció bien a todo el mundo, y sobre todo a los niños y niñas.

Realmente, el cambio de yogur ha sido muy comentado en toda la escuela. Tanto la coordinadora de comedor como el resto de las monitoras se han ocupado de que el alumnado entendiera este cambio y valorara su importancia. Paralelamente, han trabajado sobre la reducción de residuos (¡hemos reducido más de 300 botes a la semana!), y nos hemos dado cuenta de que cuando las cosas se hacen bien, hay una satisfacción muy grande. Y eso es lo que hemos visto que funciona: un pequeño cambio, pero poderoso.

El grupo de padres y madres que impulsamos el proyecto a veces queremos correr mucho y el resto de la comisión nos para los pies. Quisiéramos que todo cambiara inmediatamente, pero en realidad la escuela es una pequeña comunidad, con gente con diferentes criterios, y hay que tener mucha paciencia y, sobre todo, no dejar de avanzar. Es como una revolución personal; las cosas no pueden cambiar únicamente en la escuela, sino que también deben cambiar en el ámbito personal: ¡y en casa podemos hacer mucho trabajo!

Actualmente intentamos que cada mes entre un producto nuevo, e informamos a los padres a través del dorso de la hoja de los menús que periódicamente les hacemos llegar. La idea nos ha ido muy bien como medio de difusión. Por ahora ya tenemos variedad de frutas, las legumbres, la sal marina, el yogur y alguna verdura. Nuestro reto más inmediato es implantar un proyecto que ya tenemos elaborado para incorporar más cereales y proteína vegetal en los menús.

10.3 CEDRICAT (Centre de Desenvolupament Rural Integrat de Catalunya). Solsonès.

Contexto social y geográfico

La presente iniciativa se desarrolla en un entorno semirrural, concretamente en los municipios de Solsona y Olius, con un total de nueve escuelas que acogen aproximadamente 2.200 alumnos (desde guarderías hasta centros de secundaria). La Obra Social de Caixa Terrassa y la Diputación de Lleida dan apoyo económico a la iniciativa.

¿De quién surgió la iniciativa?

La iniciativa surge de CEDRICAT, a partir del interés manifestado por las escuelas del territorio. CEDRICAT tiene como una de sus líneas de trabajo el desarrollo de proyectos que contribuyan a la dinamización social y económica de las comarcas rurales y también a la planificación ambiental de un territorio.

Los objetivos establecidos

Son nuestros objetivos implantar los comedores escolares sostenibles en Solsona y Olius, potenciando el consumo responsable –productos ecológicos, de proximidad, locales, de calidad y de comercio justo– y el desarrollo rural, e incentivando la producción agroalimentaria local de calidad y la minimización de los residuos. También educar a los niños y jóvenes en la cultura del consumo responsable y de la reducción de los residuos.

Los primeros pasos y el trabajo de sensibilización

Antes de iniciar la introducción de productos ecológicos se realizó una primera fase de estudio y concienciación a fin de sentar las bases para el futuro proceso de implantación. Con este objetivo se desarrolló, entre febrero de 2007 y marzo de 2008, el Estudio para la implantación de comedores escolares sostenibles en Solsona. Este estudio ha constado de las siguientes fases:

1. Análisis de la situación actual de los comedores escolares.
2. Análisis del tejido productivo. Se estableció contacto con las personas productoras y elaboradoras de productos ecológicos de la comarca del Solsonès y de las comarcas vecinas, con el objetivo de obtener una información de interés para los centros escolares a la hora de trabajar.
3. Jornada «Cap a uns menjadors escolars més sostenibles» (Hacia unos comedores escolares más sostenibles). Se realizó en marzo de 2009 y se presentaron diferentes experiencias de implantación de comedores escolares ecológicos.

Evaluación de la situación actual

Se está realizando un acompañamiento a todos aquellos centros educativos que tienen interés en trabajar en la implantación de un comedor ecológico escolar más sostenible. Se prevé que durante el curso 2010-2011 cinco escuelas de Solsona incorporen entre uno y tres productos ecológicos. Además, también se prevé la realización de actividades educativas y de concienciación dirigidas a alumnos y a las familias. De momento se valora de manera positiva el proceso de acompañamiento, ya que hay una buena predisposición para llevar a cabo el proyecto, tanto por parte de las escuelas como por parte de los productores.

10.4. Experiencia del Consejo Comarcal del Urgell

Contexto social y geográfico

La comarca del Urgell cuenta con 5.400 alumnos escolarizados en 51 centros de educación primaria y secundaria, guarderías, centros de educación especial, escuelas de música, escuelas de oficios y centros de formación. De éstos, sólo 16 tienen cocina propia. Hay dos centros donde cocinan para tres escuelas cada uno. A dos más les llevan la comida desde la cocina de un restaurante cercano. El resto tiene concedido el servicio de comedor a empresas de catering. Una de estas empresas es una pequeña cocina colectiva de la comarca que provee cinco escuelas.

¿De quién surgió la iniciativa?

Desde el Consejo Comarcal del Urgell se impulsó la realización de un diagnóstico para elaborar el Plan de Acción de la Agenda 21 comarcal. Uno de los aspectos destacados fue la necesidad de dar apoyo al desarrollo rural y sostenible de la comarca a través de la potenciación de la producción agraria ecológica. Para dar respuesta a esta necesidad se redactó el proyecto Assessorament i foment de l'agricultura ecològica (Asesoramiento y fomento de la agricultura ecológica), llevado a cabo conjuntamente con la ADV de producción ecológica de Ponent, con quien se firmó un convenio de colaboración. El proyecto consta de cuatro líneas de trabajo: técnica; difusión y divulgación; comercial, y dinamización.

En el momento de definir acciones concretas, se propuso la campaña "Menjadors escolars ecològics" (Comedores escolares ecológicos). Esta acción se ha convertido en el motor del proyecto, ya que su ejecución ha supuesto, de manera inherente, trabajar las cuatro líneas de trabajo del proyecto.

Para la realización del proyecto, el Consejo contrató dos técnicas mediante dos planes de empleo durante seis meses. Después pudo continuar el proyecto gracias a la figura de un agente ocupacional de desarrollo local, financiado al 80% por el Servicio de Ocupación de Catalunya, con parte de fondos europeos. Para acciones concretas se solicitó una ayuda para el fomento del desarrollo local y la ayuda a entidades locales por actuaciones de difusión de la alimentación ecológica, concedida por el Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural de la Generalitat de Catalunya.

Los objetivos establecidos

El objetivo principal de la campaña es introducir la alimentación ecológica en los comedores escolares de la comarca. Este objetivo se apoya en cuatro ejes argumentales:

a) La salud de los niños y niñas.
b) La educación de los niños y niñas.
c) El desarrollo rural.
d) El medio ambiente.

Los primeros pasos y el trabajo de sensibilización

Para empezar a realizar la campaña elaboramos un plan de trabajo dividido en dos etapas. En la primera etapa los objetivos a alcanzar eran:

a) Sensibilizar sobre la importancia del consumo de alimentos locales y ecológicos.
b) Introducir algún alimento local y ecológico en el menú escolar.

Se plantearon acciones dirigidas a los directivos y el personal docente de los centros, a las AMPA y al personal relacionado con las cocinas y los comedores. En este sentido, y de forma cronológica, hemos realizado:

- Charlas informativas.
- Jornada sobre los comedores ecológicos.
- Visitas personalizadas a los centros educativos interesados en la iniciativa.
- Diagnóstico de las escuelas (cantidades, precios, menús...).
- Diagnóstico del tejido productivo (necesidades de las escuelas, disponibilidad de alimentos, planificación de pedidos, precios por curso escolar...).
- Elaboración de una propuesta para las escuelas.
- Entrega de la propuesta y seguimiento:
  · Presentar los agricultores y elaboradores a la escuela.
  · Coordinar el proceso de introducción de los alimentos.
  · Recoger los pedidos de cada escuela y hacerlos llegar al proveedor.
  · Reparto de los pedidos entre los diferentes agricultores y elaboradores (en los casos en que el reparto va a cargo de más de un proveedor).

En esta primera etapa también se han llevado a cabo acciones destinadas a informar de los pasos que se iban dando y a ampliar el conocimiento y la sensibilidad hacia este tipo de alimentación por parte de todas las personas implicadas:

- Artículos y reportajes en medios de comunicación locales y regionales.
- Charlas en diferentes colectivos.
- Material informativo para el alumnado y las familias.
- Jornadas para el personal de cocina y monitorización.

La relación con los proveedores y la participación y respuesta de todos los agentes implicados

Paralelamente a las acciones realizadas con las escuelas, se contactó con los campesinos y elaboradores ecológicos, priorizando los de la comarca pero también teniendo en cuenta algunos de las comarcas limítrofes para poder contar con un amplio abanico de alimentos a incorporar. Con ellos se hicieron diferentes encuentros y se trataron diferentes aspectos, como la necesidad de trabajar de forma asociada y conjunta para poder responder a los nuevos retos que se presentan en el sector de la producción agraria ecológica.

También se les planteó la importancia estratégica de la introducción de los productos ecológicos en las escuelas y la iniciativa prevista. Con los que estuvieron interesados en formar parte de la campaña se trabajó la propuesta para presentar en las escuelas, manteniéndolos informados de la respuesta de los diferentes centros. Finalmente han sido siete campesinos y tres elaboradores los que se han adherido aportando fruta, patatas, verdura, carne de ternera, legumbres, pasta, aceite, yogur y pan. Tres de estos campesinos han constituido una asociación, El pot petit, para mejorar su coordinación y optimizar los recursos.

Los obstáculos superados

En todo este proceso de introducción han ido surgiendo algunas dificultades manifestadas por los diferentes agentes implicados:

- Por parte de las entidades gestoras del servicio de comedor, la dificultad principal ha sido el aumento del coste del menú que supone la introducción de estos alimentos. La respuesta ha sido intentar hacer entrar en las escuelas que tenían un margen económico más pequeño aquellos productos que tienen menos diferencia de precio con los convencionales. Las escuelas más grandes, con más margen en cuanto al coste, son las que han introducido más variedad de alimentos.
- También se han manifestado algunas opiniones de escepticismo sobre la procedencia de los alimentos, sobre todo la carne y los alimentos frescos, en referencia a su «autenticidad».
- Cuestiones de coordinación y logística por parte de productores.
- Manipulación y cocción de algunos alimentos: reparto del yogur a granel, diferencia de consistencia de los garbanzos ecológicos con los convencionales, textura de las hamburguesas, aspecto de las frutas.
- Reticencias de los niños a algún alimento, como por ejemplo el puré de calabaza.

Evaluación de la situación actual

En el curso escolar 2008-2009 se introdujeron alimentos ecológicos en 11 escuelas de infantil y primaria, siete guarderías, una residencia para la tercera edad, un centro de atención al disminuido y un restaurante. Los usuarios de estos comedores que están disfrutando de alimentos ecológicos de forma habitual son unas 1.100 personas, aproximadamente.

El número de alimentos introducidos es muy diferente según el centro. Hay quien ha incorporado un único alimento, mientras que otros han introducido prácticamente todos los ofrecidos. Las legumbres, el yogur, la carne de ternera y la fruta han sido los más fáciles de incorporar.

El proyecto ya tiene programada una segunda etapa con los siguientes objetivos:

a) Ampliar el número de productos ecológicos y locales en los menús escolares.
b) Sensibilizar a niños y niñas en temas de alimentación, medio ambiente y consumo responsable.

Las acciones previstas son:

- Un estudio de viabilidad para ampliar el número de productos ecológicos en los menús escolares.
- Una revisión y adaptación de los menús.
- Ofrecer actividades y talleres a los alumnos para que integren los conceptos de alimentación sana, producción ecológica, producción local, medio ambiente y consumo responsable.
- Realizar charlas informativas a los padres.

Nuestro esfuerzos se centran ahora en consolidar los alimentos introducidos e ir incorporando otros, pero, eso sí, ¡con tranquilidad y buenos alimentos!

Experiencias de comedores escolares en las comarcas gerundenses

La ciudad de Girona fue uno de los primeros lugares donde se empezó a trabajar en comedores escolares ecológicos a partir de un grupo de padres, productores y también algún especialista en el tema; era el año 2005. Paralelamente, la cooperativa de consumidores ecológicos El Rebost, de Girona, creó el proyecto Cuina sana i sostenible a l'escola i a casa (Cocina sana y sostenible en la escuela y en casa) y comenzó a gestionar y coordinar todos los centros interesados en recibir asesoramiento, información y formación sobre alimentación ecológica en la escuela y en casa.

La Consejería de Medio Ambiente y Sostenibilidad del Ayuntamiento de Girona, interesada en la temática, puso a concurso ayudas para proyectos de comedores escolares ecológicos en las escuelas de la ciudad. Los primeros centros en participar fueron:
- La escuela Joan Bruguera, con un estudio económico sobre lo que costaría cambiar todos los ingredientes del menú por ingredientes ecológicos. Era a finales del año 2006. Este estudio lo encargó a la cooperativa El Rebost y lo llevó a cabo Lola Puig, también coordinadora del programa impulsado por la misma cooperativa el año anterior. A partir de ese momento, este centro educativo cambió alguno de sus ingredientes convencionales del menú por ingredientes ecológicos.
- Las escuelas Eiximenis y Montjuïc, que propusieron un ciclo de charlas informativas para los padres y docentes.
- Otras escuelas interesadas con menos implicación fueron la Cassià Costal, El Pla, L'Annexa y el instituto Vicenç Vives.

Por otra parte, en los pueblos de las comarcas gerundenses también se inició un movimiento alrededor de la alimentación ecológica, que provocó algunos cambios. Las escuelas más interesadas estaban ubicadas en las localidades de Celrà, Flaçà, Bordils, Cervià, Sant Gregori, Taialà, Domeny, Vall-llòbrega, Palafrugell, Mieres, Olot, Osor, Anglès, La Pera, Corçà, Sant Sadurní, Cruïlles, Fontcoberta, Sant Miquel de Campmajor, Serinyà, Besalú, Cassà de la Selva y Riudarenes. Todas ellas ofrecieron al menos una charla de sensibilización y muchas ya cuentan con algún ingrediente ecológico en su menú o han hecho algún paso para llegar a ello. En el año 2010, los centros de las comarcas de Girona con más productos ecológicos en su menú son la escuela Aulet de Celrà, con un 50% de ingredientes ecológicos, y la escuela Vers El Sol de Sant Martí Vell, donde todos los ingredientes son ecológicos, todo el material que se utiliza en la cocina está libre de químicos o sustancias nocivas, el agua para lavar los alimentos o para cocinar es dinamizada y libre de residuos, los detergentes son ecológicos, y se dispone de todo un sistema de ahorro de agua y energía. Por otra parte, el año 2008, la empresa Dinamis impulsó el proyecto Dina'm, gracias a una ayuda del Departamento de Trabajo de la Generalitat de Catalunya y el Fondo Social Europeo. El objetivo general del proyecto era dinamizar los comedores escolares ecológicos en las comarcas gerundenses con una implicación directa del campesinado local y los centros educativos. Asimismo, el proyecto se sustentaba en dos objetivos estratégicos:
- El primero era la dinamización de una red de explotaciones agrarias ecológicas locales implicadas en el proyecto. El elemento innovador era un programa informático para planificar los pedidos a partir de la simulación del menú escolar y de la programación de la producción.
- El segundo objetivo era la dinamización de los comedores escolares ecológicos y la creación de una red de centros educativos implicados en el proyecto.

Los primeros pasos fueron la convocatoria de campesinos y campesinas –para definir con claridad la mejor manera de llevar sus productos ecológicos a las escuelas– y el contacto con los colegios más sensibilizados. Posteriormente, se llevó a cabo un diagnóstico del campesinado gerundense y de las posibilidades que éste tenía para afrontar un crecimiento de la demanda de producto ecológico por parte de las escuelas. También se realizaron actividades de información y de sensibilización en las escuelas que lo pidieron.
Una de las conclusiones del proyecto fue que los proveedores están muy capacitados y dispuestos a trabajar con las escuelas, pero las escuelas son en general organismos sociales muy complejos y cuesta concretar las incorporaciones de mejoras en los menús.

10.5. Fundació Futur.
Comarcas de Barcelona.

Contexto social y geográfico

Fundació Futur es una empresa de economía social sin ánimo de lucro que trabaja en el ámbito de la restauración sostenible y justa desde del año 2000. Trabajamos en la provincia de Barcelona para los comedores escolares y en toda Catalunya para los caterings. Estamos presentes en guarderías –actualmente llevamos tres– y en primaria –actualmente llevamos 11 centros–, tanto en el ámbito rural como en el urbano. En el año 2009 contamos con una ayuda de 500 euros del Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural.

¿De quién surgió la iniciativa?

De la misma Fundación, desde donde percibimos que las cocinas escolares eran una vía ideal para conseguir una serie de objetivos:
- Trasladar a la sociedad la necesidad de cambiar los modelos de consumo actuales.
- Mejorar la calidad de los menús.
- Reducir el impacto ambiental de nuestra gestión.
- Fomentar el sector agroecológico local.
- Reinsertar mujeres en riesgo sociolaboral.

Los primeros pasos y el trabajo de sensibilización

- Fomentamos un espacio de diálogo y trabajo entre los diferentes agentes que participan del comedor escolar.
- Desarrollamos contenidos relacionados con el respeto medioambiental, la justicia social, la nutrición, etc.
- Fomentamos visitas a los productores o productoras para ayudar a entender la realidad del sector agroecológico, los ciclos de la naturaleza y favorecer la corresponsabilidad campesino-escuela.
- Hacemos formación y sensibilización para nuestro personal.
- Fomentamos la creación de grupos de consumo ecológico a través de las escuelas.

Los obstáculos superados

- El sector agroecológico atomizado y con muchas carencias comerciales, de distribución y de capacidad de adaptación a las necesidades logísticas de la restauración colectiva escolar.
- Las familias y las escuelas no sensibilizadas a las limitaciones de los productos ecológicos, locales y de temporada.
- La restauración escolar está poco valorada entre las familias y la Administración. Se dedican pocos recursos.
- Conseguir involucrar a todos los participantes del comedor escolar no resulta fácil, pero es básico para el buen funcionamiento.
- No ha sido fácil encontrar un productor o un grupo de proveedores que se implicaran suficientemente en el proyecto.

Evaluación de la situación actual

Poco a poco vamos superando los retos en este sector emergente. Creemos que cada vez hay más demanda social de modelos de gestión con menos impacto ambiental y mayor responsabilidad social. Todo tiene un coste, pero ganamos en salud y justicia social.

10.6. Serveis Educatius Pam i Pipa.
Comarcas de Barcelona y Girona.

¿De quién surgió la iniciativa?

A finales del curso 2006-2007, el AMPA del CEIP La Muntanyeta nos ofreció gestionar la cocina de la escuela. Fue en ese momento cuando nos planteamos mejorar cualitativamente la materia prima del menú escolar y ofrecer una dieta más sana y equilibrada, elaborando un menú con productos de certificación ecológica y evitando la presencia de contaminantes de alimentos modificados genéticamente.

Los objetivos establecidos

Como empresa decidimos priorizar en todo momento la calidad y el beneficio nutricional de los niños por

delante de la ganancia económica. Pero hay que decir que esta iniciativa, para consolidarse, necesita de un refuerzo externo que no depende de nosotros: ayudas a los productores, empresas o asociaciones que fomenten la alimentación ecológica, campañas educativas, etc.

Los primeros pasos y el trabajo de sensibilización

Desde el inicio del curso escolar 2007-2008, Servicios Educativos Pam i Pipa elaboró todo el menú con productos de certificación ecológica, excepto el pescado, el pan y el huevo pasteurizado. Nuestros menús incluyen aceite de oliva virgen (ni de girasol, ni de semillas), ternera, cerdo, pollo, todo tipo de frutas y verduras de temporada, lácteos (yogures, leche, mantequilla, queso), especias, pastas, legumbres, tomate en conserva, huevo duro, harinas, pan rallado, azúcar, etc. Se priorizan las cocciones al vapor o al horno y los guisados, en detrimento de los fritos y rebozados. Se descartó el producto congelado, exceptuando el pescado.

En todo momento contamos con el asesoramiento dietético y nutricional de la cooperativa de consumidores ecológicos El Rebost.

Al exponer a las familias el proyecto que íbamos a llevar a cabo, nos dimos cuenta de que no había suficiente información y que esto provocaba en algunas personas un cierto rechazo por el miedo a lo desconocido. Fue entonces cuando nos dimos cuenta de la necesidad de un trabajo de concienciación, de modo que organizamos talleres con las familias y charlas informativas para el alumnado a lo largo del curso.

Los obstáculos superados

Nos encontramos dificultades como por ejemplo adaptar el menú al producto de temporada, ajustar el menú al precio oficial estipulado por la Generalitat en escuelas públicas (por el incremento de precio de algunos alimentos en determinados momentos) o la falta de apoyo económico por parte de la Administración.

La relación con los proveedores y la participación y respuesta de todos los agentes implicados

Los niños se adaptaron adecuadamente a las nuevas propuestas; los alimentos más aceptados fueron las pastas, el arroz y el yogur. Debido al cambio, los niños y niñas más grandes se interesaron más por su alimentación, aunque el incremento de verduras, guarniciones de ensaladas y presencia de hortalizas en el menú en general no suele gustar. Los niños reclamaron pizzas, croquetas, varitas, buñuelos, calamares, etc.

En cuanto al personal de cocina, este proyecto supuso un incremento del trabajo en la elaboración de las comidas (lavar, pelar, cortar, etc.), así como un cambio en la metodología a la hora de cocinar y en la optimización de los productos, por lo que fue imprescindible una implicación directa en el proyecto.

Evaluación de la situación actual

En la actualidad gestionamos dos comedores con ingredientes ecológicos en su totalidad (excepto huevo, pescado y pan).

11

ANEXOS

ANEXO 1

Normativa a tener en cuenta

Sea en un comedor escolar que ya está en funcionamiento o en uno de nueva creación, la introducción de la alimentación ecológica debe tener en cuenta toda una serie de normativas que afectan directamente a este tipo de servicios.

Este marco legal que regula la creación, el funcionamiento y la evaluación del servicio de comedor escolar incluye normativas de carácter estatal y de ámbito catalán que conviene conocer y que podemos agrupar en dos grandes bloques:

- Normativa general sobre comedores escolares.
- Normativa específica sobre aspectos higiénicos y sanitarios de la elaboración de las comidas y del personal de cocina.

Como referencia siempre tendremos los departamentos de Educación y de Salud para dirigir nuestras consultas. Paralelamente, también nos puede ser útil consultar, en un momento dado, la normativa específica sobre producción agraria ecológica en el ámbito de la Unión Europea.

A continuación transcribimos una serie de contenidos normativos de interés, aunque es aconsejable comprobar que no hayan sido modificados. Podremos encontrar la información que necesitemos en la web de la Agencia Catalana de Seguridad Alimentaria, incluida en la sección del Departamento de Salud del portal de la Generalitat de Catalunya www.gencat.cat (introducir «comedores colectivos» en el buscador).

1. Normativa general sobre comedores escolares

ORDEN de 24 de noviembre de 1992, por la que se regulan los comedores escolares (BOE núm. 294, 08/12/1992).

Esta orden estatal establece quién, cómo y por qué se puede solicitar el servicio escolar de comedor, quién puede hacer uso de él, quién debe abonar el coste del servicio, las modalidades de gestión del servicio, su contratación y los pliegos de cláusulas administrativas. También establece la proporción de personal de cocina y servicio necesaria, el sistema de financiación de los gastos, los criterios para determinar el precio diario, las funciones de atención al alumnado y su proporción de personal, las tareas de colaboración del alumnado y las funciones de los consejos escolares, de las direcciones y de las secretarías de los centros.

Posteriormente se aprobó una Orden que modifica la anterior parcialmente y que incluye la posibilidad de ofrecer el servicio de desayuno al alumnado (BOE núm. 244, 12.10.1993). El 22 de diciembre de ese mismo año se publicó en el BOE una enmienda de errores de esta Orden.

DECRETO 160/1996, de 14 de mayo, por el que se regula el servicio escolar de comedor en los centros docentes públicos de titularidad del Departamento de Educación (DOGC núm. 2208, 05/20/1996).

Es la normativa básica de ámbito catalán en temas de comedor escolar. Este decreto establece las modalidades de prestación del servicio (con carácter preceptivo y opcional), cómo se ha de realizar el Plan de funcionamiento del comedor escolar, cómo debe ser la ubicación de este servicio, cuáles pueden ser los usuarios y usuarias, cómo se efectúa el pago, las diferentes modalidades de gestión del servicio, el pliego de cláusulas administrativas, la contratación de personal, el precio de este servicio, el procedimiento para su financiación, la elaboración de la comida, el uso de las instalaciones, el mantenimiento y la conservación de las instalaciones de los comedores, la información a los padres y madres, la inspección y las ayudas al comedor. Son especialmente destacables los dos puntos siguientes:

Artículo 4.1. Los consejos escolares de los centros docentes públicos aprobarán un plan sobre el funcionamiento del servicio escolar de comedor, el cual deberá incluir los requisitos mínimos que, a estos efectos, deberá establecer previamente el Departamento de Educación. El plan de funcionamiento del comedor deberá enviarse a la delegación territorial correspondi-

ente y, una vez autorizado, formará parte de la programación anual del centro.

Artículo 10. Gestión del servicio de comedor
10.1. La gestión del servicio escolar de comedor podrá realizarse por cualquiera de las modalidades siguientes:
a) Mediante la concesión del servicio a una empresa del sector.
b) Contratando el suministro diario de comidas elaboradas y, en su caso, su distribución y servicio con una empresa del sector.
c) Conviniendo el servicio con los respectivos Ayuntamientos o Consejos Comarcales interesados, por lo que se formularán los oportunos convenios con el Departamento de Educación, que podrían incluirse dentro de ámbitos de cooperación más amplios, si así se acordase.
d) Gestionando el centro el servicio directamente, mediante el personal laboral contratado al efecto por el órgano competente, adquiriendo los correspondientes suministros y utilizando sus propios medios instrumentales.
e) A través de convenios con otros establecimientos abiertos al público, entidades o instituciones que ofrezcan garantía suficiente de la correcta prestación del servicio.

10.2. Salvo en el supuesto de convenios con Ayuntamientos, Consejos Comarcales u otras entidades o instituciones a las que se refieren los apartados c) y e), la gestión del comedor se efectuará preferentemente mediante la modalidad prevista en el apartado a) o, en su defecto, b) del apartado anterior. Excepcionalmente, cuando por falta de oferta o de idoneidad de la empresa lo anteriormente expuesto no sea posible –previa justificación razonada en el expediente y autorización expresa de la delegación territorial correspondiente–, se recurrirá a la gestión directa.

10.3. En los supuestos de convenios con Ayuntamientos, Consejos Comarcales u otras entidades e instituciones a las que se refieren los apartados c) y e), en los respectivos convenios se establecerá la fórmula de prestación del servicio. En el caso de contratación del personal necesario para la prestación del servicio de comedor, dicho personal será contratado por estas entidades (de las cuales dependerá laboralmente) de acuerdo con la legislación correspondiente. Hay que tener en cuenta también la resolución que publica el Departamento de Educación antes del inicio de cada curso escolar, por la que se determina el precio máximo de la prestación del servicio escolar de comedor de los centros educativos de titularidad del Departamento de Educación, y el precio de la ayuda individual de comedor escolar para el alumnado escolarizado fuera de su municipio de residencia en centros educativos privados concertados. Esta resolución suele aparecer publicada en el DOGC en el periodo comprendido entre los meses de mayo y julio.

2. Normativa específica sobre aspectos higiénicos y sanitarios de la elaboración de las comidas y sobre el personal de cocina

- *REAL DECRETO 640/2006*, de 26 de mayo, por el que se regulan determinadas condiciones de aplicación de las disposiciones comunitarias en materia de higiene en la producción y comercialización de los productos alimenticios (BOE núm. 126, 27.05.2006). Esta normativa adopta el extenso desarrollo de la legislación alimentaria llevado a cabo por la Unión Europea relativo a la higiene de los productos alimenticios y la higiene de los alimentos de origen animal, y establece normas específicas para la organización de controles oficiales de los productos de origen animal destinados al consumo humano.

- *REAL DECRETO 3484/2000*, de 29 de diciembre, por el que se establecen las normas de higiene para la elaboración, distribución y comercio de comidas preparadas (BOE núm. 11, 12.01.2001). Este Real Decreto define y establece las normas de higiene de elaboración, envasado, almacenamiento, transporte, distribución, manipulación, venta, suministro y servicio de comidas preparadas.

- *LEY 18/2009*, de 22 de octubre, de Salud Pública de Catalunya (DOGC núm. 5495, 30/10/2009). Esta Ley, de ámbito catalán, deroga la anterior Ley 20/2002 de seguridad alimentaria, e integra en un único sistema todos los servicios de salud pública existentes en el territorio de Catalunya. Crea la Agencia de Salud Pública de Catalunya, en la que la Agencia Catalana de Seguridad Alimentaria (ACSA) se configura como una área especializada.

3. Normativa específica sobre la producción agraria ecológica

Todo el que produzca, elabore, envase o importe productos en la Unión Europea con las indicaciones de agricultura ecológica, biológica u orgánica debe cumplir una normativa específica y estar bajo la supervisión de un organismo de control autorizado. En Catalunya, este organismo es el Consejo Catalán de la Producción Agraria Ecológica (CCPAE).

- *REGLAMENTO (CE) 834/2007*, del Consejo, sobre producción y etiquetado de los productos ecológicos europeos, que deroga el Reglamento (CEE) 2092/91.

- *REGLAMENTO (CE) 889/2008*, de la Comisión, de 5 de septiembre de 2008, por el que se establecen disposiciones de aplicación del Reglamento (CE) 834/2007 del Consejo, sobre producción y etiquetado de los productos ecológicos respecto a la producción ecológica, su etiquetado y su control.

Es importante consultar las versiones actualizadas de estos reglamentos, que incorporan las modificaciones posteriores. En Catalunya, además, existe el Cuaderno de Normas Técnicas de la producción agraria ecológica, que interpreta ciertos aspectos de la normativa europea y establece normas adicionales para la certificación de productos fuera del ámbito de aplicación de la normativa europea. Puede consultarse la normativa vigente en la web www.gencat.cat/dar/eco.

ANEXO 2

Además de los materiales audiovisuales y las exposiciones que se citan en el capítulo 8, también puede encontrarse apoyo en una serie de referencias bibliográficas y páginas web que se relacionan a continuación. Al final del anexo también se incluye una lista de entidades y empresas relacionadas con la alimentación ecológica para colectividades.

Libros y páginas web relacionados con el huerto

ALEDÓN, F. *Cal Tio Carmelo. Un treball per conèixer i estimar l'horta i la natura.* Editorial Denes, 2005.

Associació Vida Sana. *Sección dedicada al huerto escolar ecológico.* www.vidasana.org. Tel. 935 800 818.

BELTRAN, L. *Cultius de primavera. Segon Cicle d'Educació Secundària. Material per als alumnes i per al professor.* Escola La Florida, 2008.

BERTRAND, B.; COLLAERT, J.-P.; PETIOT, E. *Plantas para curar plantas.* La Fertilidad de la Tierra, 2006.

BUENO, M. *El huerto familiar ecológico. La guía práctica del cultivo natural*. Editorial Integral, 2006.

BUENO, M. *Manual práctico del huerto ecológico. Huertos familiares / huertos escolares / huertos urbanos.* La Fertilidad de la Tierra, 2009.

BUENO, M. *Cómo hacer un buen compost.* La Fertilidad de la Tierra, 2007.

CABALLERO DE SEGOVIA, G. *Parades en crestall. El huerto ecológico fácil para familias, escuelas, espacios públicos, fincas agrícolas*. 2002.

CABALLERO DE SEGOVIA, G.; MARTÍNEZ, T. *El huerto ecológico escolar y familiar.* AFAE, 1998.

CANTERO, J.M. *Vamos a hacer un huerto.* Editorial Luna, 2004.

Centre Rural d'Informació Europea. Sección dedicada al huerto escolar ecológico. www.criecv.org

ESCÚTIA, M. *L'hort escolar ecològic.* Editorial Graó, 2009.

Horturbà: mesas de cultivo. www.horturba.com

L'hort escolar. Guia pràctica de l'horticultura ecològica. Ajuntament de Barcelona, 2006.

ROMÓN, C. *Guía del huerto escolar.* Editorial Popular, 1997.

VALLÈS, J. *L'hort urbà. Manual de cultiu ecològic als balcons i terrats*. Ediciones El Serbal, 2007.

VALLÈS, J. *La meva primera guia sobre l'hort urbà*. La Galera, 2009.

Documentación en línea, libros y cuentos relacionados con recomendaciones alimentarias, consumo crítico y alimentación ecológica

ALBAREDA, L.; BERTRÁN, D.; MONTAGUT, X.; NAVARRO, E.; SCOLES, R. *Alimentación Saludable. Mundo Saludable. Manual de apoyo para el Programa de Menús Ecológicos en Comedores Escolares de Andalucía.* Junta de Andalucía. Descargable en:

http://www.pangea.org/epueblos/documentos/materiales/libro_completo_alimentacion_saludable_mundo_saludable.pdf

Aprendre a menjar, aprendre a viure. Menjadors escolars ecològics. Sinopsis de las ponencias y los trabajos de las jornadas del mismo nombre. Consultables en: http://epueblos.pangea.org

BOIX, R.; HUGUET, E.; PUIG, L.; URIARTE, X. (ed.). *Guia de l'alimentació ecològica a l'escola i a casa*. 2009.

BRADFORD, Montse. *La alimentación de nuestros hijos. La nueva cocina energética III*. Editorial Océano, 2006.

CHACÓN, C.; SALTOR, M.; CATÀ, M. *Autocontrol en l'elaboració de menjar per a col·lectivitats. Guia de pràctiques correctes d'higiene.* Diputación de Barcelona, 2006. Consultable en: www.diba.cat

"Children, health and environment: a review of an evidence". *Environmental issue* report No. 29. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe and European Environment Agency, 2002.

Contaminants químics en peix i marisc consumit a Catalunya. Generalitat de Catalunya, 2008. Consultable en: www.gencat.cat

CUEVAS, O. (ed.). *El equilibrio a través de la alimentación: sentido común, ciencia y filosofía oriental.* 1999.

Dossier of Best Practice in Sustainable Public Food Europe and the USA. AlimenTerra: Sustainable Food Laboratory. Descargable en: http://www.pangea.org/epueblos/documentos/materiales/bones_practiques_mee.pdf

EDGSON, V. *La alimentación natural infantil.* Ed. Océano Ambar, 2004.

Estudi per a la implantació de menjadors escolars sostenibles a Solsona. CEDRICAT, 2009.

GARCÍA TRUJILLO, R. *Recetario-dietario. Alimentos ecológicos para escolares de Andalucía*. Junta de Andalucía, 2008.

Guia de l'alimentació saludable a l'etapa escolar. Generalitat de Catalunya, 2005.

Guia educativa per al consum crític. Materials per a una acció educativa SN. Efectes socials i ambientals del consum. Editorial Icaria: Sodepau, 1999.

La colla pessigolla. Associació Catalana d'Enginyeria Sense Fronteres. Descargable en: http://www.pangea.org/epueblos/documentos/materiales/colla_pessigolla.pdf

La Cuca, el cuc verd. Educació per a l'acció crítica. Descargable en: http://www.pangea.org/epueblos/documentos/materiales/conte_la_cuca_el_cuc_verd.pdf

Libro blanco de la alimentación escolar. Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación: Asociación Española de Pediatría, 2007.

Llibre blanc de la producció agroalimentària ecològica a Catalunya. Generalitat de Catalunya, 2006.

Mercurio en pescado. Ecologistas en acción. Descargable en: www.ecologistasenaccion.org/IMG/pdf/guia_peces_mercurio.pdf

MIRALPEIX, A. *La alimentación infantil.* Nuevas Ediciones de Bolsillo, 2004.

Ponències de les jornades: *Dones, globalització i món rural.* Entrepueblos, 2009.

Què és l'agricultura ecològica? Generalitat de Catalunya. Descargable en: www.gencat.cat/dar/pae. Tel. 933 046 700.

¡Qué hace esa fresa en tu mesa! La situación de l@s trabajadores de la fresa en Huelva. Atrapasueños editorial, 2006.

RAIGON, M.D. *Alimentación ecológica. Calidad y salud*. Junta de Andalucía, 2009.

Recomanacions alimentàries per a la primera infància (0-3 anys). Consultable en: http://www.gencat.cat/salut/depsalut/html/ca/dir2623/doc31901.html

Revista Opcions. *Monográfico sobre el pescado.* Consultable en: www.opcions.org

Tranxgènia. La història del cuc i el panís. Colectivo Serindípia, 2007.

TRAVERS, P. *Super size me.* Notro Films. DVD. 2004.

VAN STRATEN, M.; GRIGGS, B. *Los mejores alimentos para los niños.* Ed. Blume, 2001.

Otras páginas web de interés

Agenda 21 escolar. Ajuntament de Barcelona. www.bcn.cat/agenda21/a21escolar. Tel. 932 562 599.

Associació Catalana d'Enginyeria sense Fronteres. www.catalunya.isf.es

Associació L'Era, Espai de Recursos Agroecològics. *Encontraréis una agenda de actividades agroecológicas y algunos de los libros y materiales citados en la bibliografía*. www.associaciolera.org. Tel. 938 787 035.

AulaMèdia. www.aulamedia.org

Centro Nacional de Educación Ambiental. Ministerio de Medio Ambiente: posibilidad de préstamo de libros de educación ambiental a distancia. www.mma.es

Compra Pública Verde (Green Public Procurement), de la Comisión Europea para el Medio Ambiente. http://ec.europa.eu/environment/gpp/index_en.htm

Consejo Catalán de la Producción Agraria Ecológica. www.ccpae.org

Educació per a l'acció crítica. www.edpac.org. Correo electrónico: ong@edpac.cat. Tel. 932 684 820.

Etiqueta ecológica europea. http://ec.europa.eu/environment/ecolabel/index_en.htm

Greenpeace: Guía Solar. Escuelas solares. Material didáctico (gratuito). http://redsolar.greenpeace.org/red.htm

Intermón Oxfam: Comercio con justicia. Material didáctico. www.intermonoxfam.org

Parc agroecològic de l'Empordà. www.parcagroecologic.com

Parc agroecològic del Baix Gaià. www.siniadelgaia.com

Producción Agroalimentaria Ecológica. Departamento

de Agricultura, Alimentación y Acción Rural. Generalitat de Catalunya. www.gencat.cat/dar/pae

Programa abcd10000ef (alimentación, biología, cultura, [bio]diversidad, 10.000 años, escuela, familia). http://www.abcd10000ef.org

Slow Fish. www.slowfish.it

Slow Food. www.slowfood.es

Sociedad Española de Agricultura Ecológica (SEAE). www.agroecologia.net

Som lo que sembrem. www.somloquesembrem.org

Vía Campesina. www.viacampesina.org

Contactos relacionados con alimentación ecológica para colectividades

ADV de Producció Ecològica de Ponent
www.advecologica.org
Correo electrónico: adv_ecologica@yahoo.es
Tel. 651 980 144

ADV de Producció Ecològica del Montsià-Baix Ebre
www.ecoebre.org
Correo electrónico: adveco@pangea.org
Tel. 636 729 196

ADV Ecològica Gent del Camp
Correo electrónico: gentdelcamp@cerap.net
Tel. 689 006 066

APRODISCA. Associació Propersones amb Disminució Psíquica de la Conca de Barberà
www.aprodisca.org
Correo electrónico: alimentaria@aprodisca.org
Tel. 977 861 261

Associació Menja Sa
Correo electrónico: associaciomenjasa@gmail.com
Tel. 619 719 051 / 610 353 087

CEDRICAT. Centre de Desenvolupament Rural Integrat de Catalunya
www.cedricat.cat/wp
Correo electrónico: nuria.serena@cedricat.cat
Tel. 973 484 320

Consejo Comarcal del Urgell
www.urgell.cat
Correo electrónico: teresaf@urgell.cat
Tel. 973 500 707

Consejo Comarcal del Montsià
www.montsia.cat
Correo electrónico: educacio@montsia.cat
Tel. 977 704 371

Consorci del Moianès
Tel. 938 301 418

Cooperativa El Rebost, SCCL
Correo electrónico: rebostgirona@yahoo.es
Tel. 972 202 070

Dinamis. Projecte Dina'm
www.dinamis.cat
Tel. 972 428 700

Ecomenja
Correo electrónico: ecomenja@gmail.com
Tel. 938 833 496

Fundació Futur
www.fundaciofutur.org
Correo electrónico: mes@futur.cat
Tel. 933 021 927

Serveis Educatius Pam i Pipa, SL
www.serveiseducatiuspamipipa.com
Correo electrónico: cristina@serveiseducatiuspamipipa.com
Tel. 607 192 184

Xarxa de Consum Solidari
www.xarxaconsum.net
Tel. 932 682 202

ANEXO 3

Entidades componentes de la Taula de Treball d'Alimentació Escolar Ecològica

ADV de Producció Ecològica de Ponent
www.advecologica.org
Correo electrónico: adv_ecologica@yahoo.es
Tel. 651 980 144

ADV de Producció Ecològica del Montsià-Baix Ebre
www.ecoebre.org
Correo electrónico: adveco@pangea.org
Tel. 636 729 196

ADV Ecològica Gent del Camp
Correo electrónico: gentdelcamp@cerap.net
Tel. 689 006 066

AMPA Mion-Puigberenguer
Correo electrónico: nurimorral@yahoo.es
Tel. 669 555 121

Associació Propersones amb Disminució Psíquica de la Conca de Barberà (APRODISCA)
www.aprodisca.org
Correo electrónico: alimentaria@aprodisca.org
Tel. 977 861 261

Associació Menja Sa
Correo electrónico: associaciomenjasa@gmail.com
Tel. 619 719 051 / 610 353 087

Centre de Desenvolupament Rural Integrat de Catalunya (CEDRICAT)
www.cedricat.cat
Correo electrónico: nuria.serena@cedricat.cat
Tel. 973 484 320

Consell Comarcal de l'Urgell
www.urgell.cat
Correo electrónico: teresaf@urgell.cat
Tel. 973 500 707

Consell Comarcal del Montsià
www.montsia.cat
Correo electrónico: educacio@montsia.cat
Tel. 977 704 371

Consell Comarcal del Pallars Sobirà
www.pallarssobira.cat
Correo electrónico: apalau@pallarssobira.cat
Tel. 973 620 107

Cooperativa El Rebost, SCCL
Correo electrónico: rebostgirona@yahoo.es
Tel. 972 202 070

Entrepueblos
www.pangea.org/epueblos
Correo electrónico: educacio@entrepobles.org
Tel. 932 683 366

Federació d'Associacions de Pares d'Alumnes de Catalunya (FAPAC)
www.fapac.net
Tel. 934 357 686

Fundació Futur
www.fundaciofutur.org
Correo electrónico: mes@futur.cat
Tel. 933 021 927

L'Era, Espai de Recursos Agroecològics
www.associaciolera.org
Correo electrónico: info@associaciolera.org
Tel. 938 787 035

Montanyanes, SL
www.montanyanes.net
Correo electrónico: info@montanyanes.net
Tel. 973 621 440

Serveis Educatius Pam i Pipa, SL
www.serveiseducatiuspamipipa.com
Correo electrónico:
cristina@serveiseducatiuspamipipa.com
Tel. 607 192 184

Xarxa de Consum Solidari
www.xarxaconsum.net
Tel. 932 682 202