

infància **eu-ro-pa** 06.10

REVISTA D'UNA XARXA DE REVISTES EUROPEES

educar per fer boca infants, menjar i alimentació



Editorial

Benvinguts al número 10 d'INFÀNCIA A EUROPA. Aquest número tracta sobre el menjar als centres i serveis per a infants –escoles bressol, parvularis, escoles de primària. És un monogràfic sobre com s'obté el menjar, com es cuina i com es menja, i sobre el menjar com a experiència cultural, social, educativa i estètica, i també com una necessitat per a la salut.

Atesa la importància de l'alimentació en el seu país, és molt apropiat que l'editor d'aquest número sigui Ferruccio Cremaschi, director de *Bambini*, la revista italiana sòcia d'INFÀNCIA A EUROPA. Ferruccio aporta un fort gust italià en aquest monogràfic, amb articles de Pistoia, Torí i la regió de Friül-Venècia Giulia. Però també comptem amb articles de Bèlgica, França, Alemanya, Suècia, Anglaterra i els Estats Units d'Amèrica, amb aportacions d'infants de Bèlgica i Escòcia i amb menús de centres de diversos països.

La combinació de tots aquests ingredients fa que aquest sigui un número divers i molt gustós.

Peter Moss, director

Sumari

Bon profit! Infància	3
Menjar per pensar Ferruccio Cremaschi	4
Escoles bressol i parvularis d'Europa	6
Europa, infància i menjar Ferruccio Cremaschi	8
Menjar de manera responsable Wendell Berry	10
El plaer de menjar Donatella Giovannini	12
Hora de dinar a Pistoia	14
Menjar en una escola bressol de Flandes Karin Eeckhout	16
Gaudir del menjar a la infància Françoise Léon	19
El menjar, nutrició o la independència dels infants Roger Prott	22
Migdia a l'escola Cristine Deliens	25
Alimentar una ciutat Giuseppe Dalmasso	28
Menjar a fora Annica Grimlund	30
Els dinars d'en Jamie Linsey Denholm	28
Focus en... Un hort a cada escola Sara Famiani	33
Informacions	35

Consell de redacció

Peter Moss

Director de la revista *Infància a Europa*, publicació conjunta d'una xarxa de revistes europees. Peter.Moss@ioe.ac.uk



Irene Balaguer, *Infància*

L'Associació de Mestres Rosa Sensat publica dues revistes bimestrals, *Infància* en català i *Infancia* en castellà. Aporten una visió del més destacat en l'educació dels infants entre 0 i 6 anys i combinen teoria i pràctica. Cada revista té el seu consell de redacció i respon al seu context.

Web: www.revistainfancia.org



Bronwen Cohen

Children in Scotland

De publicació mensual, *Children in Scotland* conté articles de fons i notícies relacionades amb infància, joventut i famílies a Escòcia.

Web: www.childreninscotland.org.uk



Ferruccio Cremaschi

Bambini

Revista mensual destinada a professionals de l'educació a la infància entre 0 i 6 anys, que se centra en la investigació científica i les bones pràctiques a Itàlia. Examina els canvis socials i culturals, mantenint sempre en primer pla les necessitats dels infants.

Web: www.edizionijunior.it



Eva Gruber, *Betrifft Kinder*

Revista mensual amb informació, notícies i reflexió sobre les polítiques d'infància i educació a Alemanya.



Perrine Humblet *Grandir à Bruxelles*

Cada nou mesos es distribueixen quatre mil còpies gratuïtes de *Grandir à Bruxelles* entre la comunitat francòfona de Bèlgica.

Web: www.grandirabruelles.be



Stig Lund, *Born & Unge*

Revista setmanal de distribució gratuïta per als 50.000 afiliats al sindicat BUPL (Federació Nacional de Mestres i Educadors de Dinamarca). Analitza la pràctica, teoria i condicions laborals dels educadors danesos.

Web: www.boernogunge.dk



Jan Peeters, *Kiddo*

Kiddo es publica vuit cops l'any i es distribueix a Holanda i Flandes. Cobreix la franja d'edat 0-12 anys i es dirigeix a professionals que treballen amb infants.

Web: www.kiddo.net



Marie Nicole Rubio, *Le Furet*

Publicada tres cops l'any, *Le Furet* cobreix la franja d'edat 0-6 anys i es dirigeix principalment a formadors, administradors i coordinadors francesos.



Bon profit!

Infància

Els mitjans de comunicació es fan ressò de la problemàtica emergent de l'alimentació, de les conseqüències que aquesta té en la salut de la població i cada cop més es destaca com afecta la infància.

Una problemàtica abordada de manera esbiaixada o parcel·lada des de l'Administració, que podria prendre mesures coordinades per a una possible solució, ja que ara un percentatge molt important d'infants fan com a mínim dos àpats a l'escola. Per contra, qui podria contribuir a fer un plantejament de salut se centra en la patologia; qui hauria de contemplar l'alimentació com una qüestió d'educació, la tracta com a assistència o beneficència, i qui demana una òptima gestió econòmica, escatima recursos imprescindibles per frenar el problema.

En certa mesura es podria afirmar que s'està immers en un constant contrasentit. Com és possible que en el país de la dieta mediterrània, en un país que té una cultura culinària important, variada i rica, i en el qual encara moltes famílies –per tradició o per voluntat– fan menús equilibrats, l'alimentació hagi esdevingut un problema? Sabem que la resposta no és simple i que caldria considerar-hi moltes i diverses variables, però aquest no és el lloc per tractar-les.

Però sí que és el lloc per afirmar que aquesta tradició familiar i cultural era present a les escoles bressol i

als parvularis. En aquest punt, sí que cal preguntar-se què ha passat. La resposta tampoc és simple, ni única, ni lineal. També en el context escolar són diverses les qüestions que han influït en el canvi, però en aquesta plana se'n destaquen dues que s'estimen clau: la primera és la generalització d'una necessitat; la segona, com a conseqüència de la nova i massiva necessitat, és l'aparició i proliferació en l'escenari escolar de les empreses que confeccionen i serveixen menjars, tot un negoci.

Deu fer uns quinze anys que experts en alimentació donaren suport a aquesta «nova» manera de servir menjars a les escoles.



Lluny de la defensa del negoci, els seus criteris es fonamentaven en tres idees bàsiques: garantir menús equilibrats, la higiene en tot el procés d'elaboració i la reducció de despeses.

Ara, després d'aquests anys d'experiència, quan el mercat ha creat una munió d'empreses de càtering, els mateixos experts han pres consciència del que els seus consells esbiaixats (que no preveïen com les lleis del mercat actuarien) han generat. Ara, aquests mateixos experts defensen el retorn al que havia existit, com una «nova» manera d'afrontar una alimentació sana i de reconèixer la importància que la cuina a l'escola té per a l'educació alimentària dels infants.

Ara l'opinió dels experts en salut alimentària i de molts mestres d'escola bressol i parvulari comença a coincidir. Tenen una preocupació creixent pel dinar a les escoles. Per a aquests mestres la preocupació es fonamenta en el significat i la repercussió que té en els infants una activitat quotidiana com

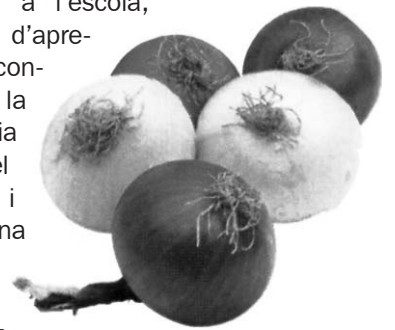
aquesta, aparentment tan simple, però tan complexa.

Aquests mestres preocupats pel tema del menjar saben que

no és una qüestió banal, que no és només una qüestió dietètica, saben que és un tema

fondamental per a la salut i per a l'educació dels infants. El contingut d'aquest número d'INFÀNCIA A EUROPA potser els frustrarà o, al contrari, els donarà coratge per seguir lluitant perquè els infants puguin gaudir de l'estona de dinar, i de tot el menjar a l'escola,

com una font d'aprenentatge, de conquesta de la seva autonomia i d'educació del gust sensorial i social. No és una banalitat que en la nostra cultura per tradició es desitgi bon profit.



Molt menjar per pensar

Ferruccio Cremaschi

La «infància» i el «menjar», junts, són temes tòpics. Ens porten per nombrosos camins: nutrició, salut, psicologia, sociologia, antropologia, psicoanàlisi, economia... Quan organitzava aquest número, se m'acudien molts temes importants. Per escollir què posar-hi finalment, m'he posat en la pell d'un infant que va a l'escola o al parvulari: què signifiquen les hores de menjar durant el dia? el menjar és important? com s'ofereix? quina implicació té per al desenvolupament integral de l'infant? També he donat prioritat a certes qüestions que vull compartir amb vosaltres.

L'educació és un procés holístic

Menjar no és només abastir-se de l'energia necessària per a les activitats diàries. Menjar té relació amb el temps, amb l'espai, amb el context i amb les relacions, i implica tots els sentits. La vista, per apreciar els aliments que se'ns ofereixen, i avaluar les formes, colors i presentació dels ingredients. El sentit del tacte, per reconèixer la textura del menjar, i distingir entre cruixent o melós, entre sòlid i líquid. També l'olfacte, que ens permet diferenciar fragàncies i aromes. I el sentit del gust, per apreciar el gust dolç, el salat, el picant i l'agredolç. Finalment, també l'oïda té a veure amb el menjar, perquè connecta el contingut del plat amb el brogit de la fregidora, el glop d'una beguda quan surt de l'ampolla. I sobretot, el menjar també remet a la memòria, mitjançant el record que un plat desperta d'experiències passades plenes de significat i d'escalfor emocional.

Desmond Morris relaciona el menjar amb la memòria ancestral que hem heretat dels nostres avantpassats recol·lectors i caçadors. Escollim aliments que tenen el color dels fruits i les llavors (groc, taronja, verd...) o carn (vermella o blanca) i peix (blau o blanc), i refusem, malgrat les infinites possibilitats tecnològiques, els aliments d'altres colors (qui es menjaria una salsa blava?). Quan entrem en un restaurant buit, escollim automàticament seure d'esquena a la paret, buscant protecció, patint la mateixa por que sentien els nostres antecessors, por que els robessin mentre es repartien les peces de caça a l'aire lliure. Quan dissenyem àrees perquè hi mengin els infants, hem

de tenir en compte tots aquests factors, de manera que es puguin sentir segurs i relaxats, evitant els llums massa enlluernadors, els plats sorollosos i les superfícies extremadament dures.

La dimensió social del menjar

Enterrada a la nostra memòria més ancestral també hi ha la percepció que menjar no és només una resposta a una necessitat física, sinó que té una dimensió social compartida. Això és, per descomptat, molt important a l'escola, on l'infant és part d'un grup més ampli. L'infant no menja sol, sinó que comparteix l'experiència amb altres infants, amb qui tasta gusts nous i amb qui compara hàbits i preferències. Menjar significa posar-se en contacte amb alguna cosa diferent d'un mateix, amb material extern que ha d'esdevenir part del teu cos. Hi ha la necessitat d'un temps adequat, d'uns ritmes còmodes i de la seguretat que proporciona la repetició d'accions, incloent alguns rituals importants de preparació: anar a rentar-se les mans, parar taula; també hi ha normes ben enteses que cal observar, tothom coneix el seu lloc a taula.

El resultat d'un procés complex

El contingut del plat que l'infant té al davant és el resultat d'un procés complex, que implica moltes decisions polítiques i tècniques. L'organització dels menjars a les escoles necessita de l'opinió tècnica d'experts, com ara pediatres i nutricionistes, per «dissenyar» menús que, d'acord amb l'època de l'any, garanteixin un equilibri de tots els elements que els infants necessiten per créixer. Els menús també s'han d'adaptar a diferents requeriments mèdics, religiosos i ètnics, i a l'elecció/als gusts dels propis infants. Després, els cuiners han de treballar perquè els ingredients siguin apetitosos i variats.

Però tot aquesta informació tècnica no pot garantir que els menjars no siguin només nutritius, sinó que els infants se'ls mengin. D'acord amb una estimació de l'Institut Nacional de Nutrició d'Itàlia, gairebé la meitat dels menjars escolars es llencen, com a mitjana. Un estudi recent, dissenyat per esbrinar què agrada als infants i què no els agrada, ha arribat a la conclusió que és important relacionar el menjar tant amb la tradició gastronòmica del país



com amb la diversitat cultural de les famílies locals. Això només és possible implicant els infants, els mestres, les famílies i altres grups interessats. En moltes regions d'Itàlia, cada cop són més freqüents els cursos de cuina i l'educació nutricional per als pares, per informar-los dels criteris adoptats en l'elecció de menjar escolar i per acordar els menús més adients.

L'atenció sobre el menjar dels infants pot canviar la ciutat

Arreu d'Europa, cada cop es fa més atenció a l'origen i la qualitat dels ingredients. La ciutat de Ferrara, al Nord d'Itàlia, n'és un bon exemple: el març de 2004 va ser escollida per l'Institut World Watch com a model internacional d'un sistema ecològic. Entre les especificacions relatives a l'oferta de menjar, Ferrara ha inclòs que els productes s'han de cultivar usant tècniques orgàniques. Aquesta iniciativa es recolza en un sistema de control i de suport als productors, i combina el respecte per la salut humana amb la protecció mediambiental. A més, aquesta iniciativa ha començat a modificar la dieta de

tota la ciutat, perquè ha generat un major abastiment de productes orgànics, i ha contribuït a la difusió d'una cultura que valori aquesta elecció.

L'infant sempre és al centre

Alimentar un infant mai és fàcil, ni en l'entorn familiar ni fora d'aquest. Els infants tenen opinions molt clares del que els agrada i del que no, i sovint rebutgen el menjar. La seva acceptació del menjar, la seva voluntat d'obrir-se a un món que s'ha de «tastar» té relació amb la confiança que tinguin en els adults que els ofereixin els aliments. I si en l'entorn familiar aconseguir que els infants provin nous gusts ja pot ser una autèntica lluita, encara pot ser pitjor quan els infants són fora de casa.

A les pàgines que segueixen emergeix la complexitat de la qüestió de la infància i el menjar. Hi ha molts problemes reals, però en molts casos es poden trobar solucions, i moltes vegades les troben els propis infants.

Permeteu-me acabar explicant un petit episodi, ara molt conegut i citat a Itàlia. En una ciutat petita de la



regió d'Emilia Romagna, famosa per la seva tradició culinària i el bon menjar, l'Ajuntament es va plantejar com respondre a les necessitats dels infants de diferents grups ètnics que anaven a les escoles de la ciutat. Les opcions contemplaven introduir el couscous en els menús, juntament amb els plats tradicionals locals, com ara els cappelletti (pasta farcida amb carn, amb una salsa de carn), reconeixent d'aquesta manera la cultura dels infants de famílies nord-africanes. En aquell moment, l'alcalde va decidir visitar una escola bressol a l'hora de dinar, i es va parar a parlar amb en Mohammed, que no mirava amb gaire convenciment el plat de couscous que tenia al davant.

–**T'**agrada el couscous, Mohammed?

–**E**l que fa la meva mare és més bo –va dir-li l'infant.

–**D**eu tenir una recepta especial.

–**N**o, però la meva mare posa una capa de couscous, una capa de cappelletti, una altra de couscous i una altra de cappelletti...

La mare d'en Mohammed havia creat un plat que, tot i que era incorrecte d'acord amb les tradicions gastronòmiques locals, en la pràctica era una síntesi cultural reeixida. Aquesta història recolza la convicció que amb aquesta barreja o hibridació produïm esperança en el futur.

Ferruccio Cremaschi és l'editor convidat d'aquest número d'INFÀNCIA A EUROPA.

Bambini@edizionijunior.it

El menjar a les escoles bressol i parvularis d'Europa

Llegenda

Altres: *kindergartens*, grups d'infantil a primària, altres entorns no escolars; ?: no hi ha informació; 4. Tots ofereixen dinar; 3. La majoria ofereixen dinar; 2. Alguns, menys de la meitat, ofereixen dinar; 1. Menys d'un 10% ofereixen dinar.

Notes

Bèlgica: (a) Kind & Gezin (Serveis d'Infància i Família); (b) Només recomanacions nutricionals; (c) Excepte per a sessions específiques de cuina, el «taller de cuina», usualment en grups de les escoles bressol; (d) No s'explicita en el currículum, però el menjar i la producció d'aliments s'inclouen regularment; (e) Usualment en els centres públics, més barreja en els centres privats.

Dinamarca: (a) La decisió sobre l'oferta de dinars o no en les escoles o en altres institucions és una decisió dels ajuntaments; no hi ha informació nacional.

Estat espanyol: (a) «Altres» es refereix a centres per a infants entre 0-3 anys, tot i que habitualment aquests s'anomenen «escoles bressol»; (b) La formació fa referència, sobretot, a la higiene; (c) En les escoles bressol i els parvularis, els infants sempre s'han quedat a dinar i el menjar es considera una part important de l'educació; a les escoles, incloent els grups de 3-6, l'oferta de menjar s'ha desenvolupat recentment i abans s'esperava que els infants dinessin a casa.

Suècia: (a) L'Agència Nacional d'Alimentació de Suècia publica unes línies mestres de caràcter nutricional, que

Països	Tipus de servei	Factors estructurals				Estàndards
		Els centres ofereixen dinar normalment?	Quin % d'infants es queden a dinar?	Els dinars es preparen a l'escola o fora de l'escola?	El personal de cuina de l'escola té una formació específica?	
Àustria	Altres	4	+50%	Fora de l'escola		Sí
Bèlgica	Escoles	2	?	Fora de l'escola		?
Com. flamenca	Altres	4	100%	Fora de l'escola		Sí
Com. francesa	Escoles	3	c. 25%	Ambdós	No	No (b)
	Altres	4	100%	Ambdós (e)	No	No (b)
Dinamarca	Escoles (a)	1	Pocs	A l'escola	Sí (a)	?
	Altres (a)	2 (-3 anys) 1 (de 3 a 5 anys)	50% (-3 anys) 2% (de 3 a 5 anys)	A l'escola	Sí (a)	Sí (b)
França	Escoles	3	100%	La majoria a fora	Sí	Sí
	Altres	3	100%	La majoria a fora	Sí	Sí
Itàlia	Escoles	4	100%	A l'escola	Sí	Sí+gust
	Altres	4	100%	A l'escola	Sí	Sí+gust
Estat espanyol	Altres (a)	4	c.60%	Ambdós	Sí (b)	No
Suècia	Escoles	4	100%	Ambdós	No (a)	No (a)
	Altres	4	100%	Ambdós	No (a)	No (a)
Suïssa francesa	Altres	4	100%	Ambdós	Sí	No (a)
Regne Unit	Escoles	4(a)	43% (b)	Ambdós	No	Sí
Anglaterra	Altres	?	?	?	?	No
Escòcia	Escoles	4	49% (b)	Ambdós	Sí (c)	Sí
	Altres	?	?	?	?	No (e)

els ajuntaments normalment apliquen; tot i això, no és obligatori.

Suïssa: (a) Només recomanacions nutricionals.

Regne Unit: (a) Algunes escoles només ofereixen menjar fred, per exemple entrepans; (b) La majoria d'infants de 3 i 4 anys normalment només van a l'es-

nutricionals		Factors educatius			Participació de les famílies			
S'ofereixen dietes diferents?	Quin organisme o agència fixa els estàndards?	Quanta estona es dedica al dinar?	El personal normalment menja amb els infants?	Els infants poden entrar a la cuina o elaborar menjar?	El curriculum inclou el menjar?	En general, el menú es consulta amb les famílies?	Les famílies paguen pel menjar? Quant per dia?	El menjar és gratuït o té un preu reduït, per a les famílies de renda baixa?
Sí	Sanitat	30-60 min	Sí	No	Sí	No	2,50-5,50 €	Sí
No	Benestar social (a)	30 min	No	No	Sí	No	Sí	No
Sí		El que es necessiti	No	No	Sí	Sí	Inclòs a la quota	Quota reduïda
A vegades	Sí per salut; en altres casos, varia	Varia (20-90 min)	No	No (c)	No (d)	No	2-3,50 €	No
Sí per salut; en altres casos, varia		El que es necessiti	No	No (c)	No	No	Inclòs a la quota	Quota reduïda
Sí	Agricultura i Salut	30-45 min	No	?	Sí	Sí	Sí	?
		30-45 min	Sí	Sí	Sí	Sí	No (-3 anys) Sí (de 3 a 5 anys)	Sí, per als infants de 3 a 5 anys
La majoria, i no sols per salut	Agricultura	60 min	No	No	No	No	Cap a 4 €	A vegades, meitat de preu
La majoria, i no sols per salut	Agricultura	Varia	A vegades	Ocasionalment	No hi ha curriculum	No	Inclòs a la quota	Quota reduïda
Sí	Salut	60 min	Sí	No sempre/Sí	Sí	Sí	Cap a 5 €	Sí
Sí	Salut	30 min	Sí	Sí/Sí	Sí	Sí	Inclòs a la quota	Quota reduïda
Sí per salut; en altres casos, varia		? (c)	No (però seuen amb els infants)	Sí/A vegades	No (d)	A vegades	Varia	Sí
Sí	(a)	40 min	A vegades	Sí/no	Sí	No	No	
Sí	(a)	40 min	Sí	Sí/no	No	No	No	
Sí		Com a mínim 30 min	Sí	No/A vegades	Sí	No	Inclòs a la quota	Quota reduïda
Sí	Educació	Varia	?	No	Sí	No	Varia, uns 2,5 €	Sí
?	?	?	?	?	?	?	?	?
Sí	Educació, Salut i altres	45-60 min (d)	A vegades	No	Sí	No	Entre 1,5 a 2,55 €	Sí
Sí	?	?	Sí	Varia (f)	?	?	?	?

cola en horari parcial i no es queden a dinar; (c) Higiene bàsica dels aliments per a tot el personal, qualificacions per

als caps; (d) Molts informes suggereixen que la majoria dels infants, en la pràctica, tarden menys de 20 minuts; (e) Durant el

2006 s'introduiran unas recomanacions d'abast nacional; (f) És menys probable per causa d'una regulació més gran.

Europa, infància i menjar

Ferruccio Cremaschi

L'autor reflexiona sobre l'impacte de la Unió Europea en la preparació del menjar a les escoles bressol i els parvularis.

La preocupació principal de la Unió Europea, pel que fa a l'alimentació i els càterings –també a les escoles bressol i els parvularis–, és la seguretat dels aliments i la qualitat dels productes. Les crisis generades per epidèmies veterinàries –com la malaltia de les vaques boges, la pesta porcina i la grip aviar– han influenciat les polítiques europees, i avui en dia el seu objectiu principal és la protecció de la salut. Amb aquest objectiu, la Unió Europea va iniciar el 2000 una gran reforma, una reforma que situa la salut i els consumidors al centre de tots els seus programes i que té com a objectiu augmentar la responsabilitat dels productors d'aliments en totes les fases de la cadena alimentària, des de la producció fins a la venda final. Aquest nou sistema europeu de seguretat alimentària, anomenat «del camp a la taula», es basa en els principis d'anàlisi de riscos, de seguiment de la producció i de transferència i informació màxima.

L'Autoritat Alimentària Europea, amb seu a Parma, Itàlia, es va fundar el 2002 per dotar de credibilitat el nou sistema i restaurar la confiança del consumidor per mitjà d'opinions científiques independents i competents, formulades amb la màxima transparència per experts. Les decisions polítiques i les mesures legislatives adoptades pels Estats membres no poden ignorar aquestes opinions. Ben al contrari, s'hi han de basar.

La reforma de la Política Agrària Comuna també ha avançat en la mateixa direcció. La Unió Europea gasta quasi la meitat del seu pressupost anual en l'agricultura, un suport que cobreix tota la cadena d'abastiment i tots els aliments. La reforma lliga els pagaments als mètodes de producció, més que no pas a les quantitats produïdes, com feia abans, promovent el desenvolupament rural i la qualitat, i encoratjant pràctiques agrícoles sostenibles que respectin el medi ambient, la salut i el benestar dels animals.

El control de la seguretat alimentària, amb especial preocupació per l'oferta

D'acord amb algunes estadístiques recents, aproximadament un 30% de la població dels països desenvolupats pateix cada any un episodi d'intoxicació alimentària. Un

nombre creixent de casos es produeixen en dinars o sopars fora de casa, a restaurants i pizzeries, per exemple, però també en menjadors escolars i laborals. L'objectiu de la nova política de seguretat alimentària de la Unió Europea és eliminar o minimitzar aquests riscos, i inclou mesures com ara la millora dels sistemes d'inspecció i de control de la cadena alimentària.

Una Directiva europea del 1993 sobre aquest tema no estableix cap distinció entre les diferents organitzacions que tenen relació amb els aliments. La Directiva tracta amb el mateix rigor i rigidesa les grans companyies d'alimentació multinacionals com les petites empreses de càtering i els menjadors escolars. La Directiva, i les regulacions que se'n deriven, han provocat l'aparició de legislació nacional i local amb estàndards sobre tots els aspectes de la preparació del menjar, incloent l'entorn, l'equipament, els processos i la selecció i formació dels treballadors. Aquestes normes han tingut conseqüències per a les escoles, algunes de molt negatives. Ara és molt més difícil crear oportunitats educatives, com per exemple la possibilitat de treballar amb



els infants a la cuina, o la de fer festes en les que col·laborin les famílies. Les cuines estan, ara, fora dels límits marcats per als infants, i aquests ja no poden participar en la preparació del menjar. Els nous requeriments sobre la higiene dels aliments impossibiliten que els infants portin pastissos d'aniversari o qualsevol altre menjar preparat a casa. Fins i tot les regulacions relatives als edificis han tingut un profund efecte en l'aparença dels espais, ja que s'hi ha introduït precaucions com ara la col·locació de rajoles fins al sostre: mentre que aquestes mesures són indispensables en el cas d'empreses industrials o comercials, poden resultar excessives en el cas d'una escola.

Perspectives per al futur immediat

La Unió Europea ha actualitzat la seva legislació sobre higiene i control dels aliments en la Directiva 852/2004 i en altres regulacions associades. Aquesta Directiva entrava en vigor l'1 de gener de 2006. La bona notícia és que en el futur es preveu una major flexibilitat en l'aplicació de la norma, amb més autonomia per als proveïdors individuals en la manera d'aplicar les regulacions de



Tot i que, als infants, els agrada participar en les feines de la cuina, les directives de la Unió Europea sobre higiene i aliments hi posen traves. Però hi poden participar de maneres molt diferents.

seguretat i higiene. La Comissió Europea també ha reconegut que en alguns sectors cal una aproximació més flexible. Per això està definint unes línies mestres per aplicar un sistema efectiu d'autoregulació que contempli les circumstàncies específiques dels proveïdors, com també la simplificació del sistema.

Ara, la Comissió argumenta que l'objectiu més important és la seguretat dels aliments, però també diu que no és l'únic element que cal considerar. Pel que fa a les escoles, el servei de menjador compleix altres funcions importants, educatives i nutricionals. És essencial usar aquest servei com una oportunitat educativa per guiar l'elecció del menjar. El dinar a l'escola, que substitueix el dinar tradicional en família, també juga un rol social important. Tot i que la Comissió Europea diu que aquests aspectes queden fora de la seva competència, i que són responsabilitat dels qui ofereixen el servei, el cert és que la Comissió pot jugar un paper important, a través del finançament de campanyes d'educació nutricional i de suport tècnic, científic i educatiu.

Un espai per a l'acció educativa

Es poden fer moltes interpretacions de la nova Directiva, que actua com a marc per al desenvolupament de regulacions nacionals i locals, per a les quals estableix les línies mestres. Si s'aplica el principi que «tot el que no està prohibit per la llei està permès», aleshores els ajuntaments i els governs tindran l'oportunitat de respondre als requeriments específics de les escoles i altres serveis



per a infants. Els treballadors hauran d'usar tots els espais no mencionats per la llei i tots els instruments que el nou sistema posi a la seva disposició. Serà necessari assumir responsabilitat, ser imaginatiu i invertir en innovació.

Certament, mai tornarà a ser el mateix que era per als cuiners de les primeres escoles bressol italianes, cuiners que ara estan arribant a l'edat de jubilació i que encara recorden com compraven a les botigues del barri i com preparaven tot el menjar. Fins i tot filetejaven el peix... «Recordo les espines, i com ens feia por que alguna cosa pogués fer mal als infants. Recordo molt bé tots els plats que preparava, i com els nens no deixaven res al plat.» Ara això ja no succeeix, perquè el peix arriba a les cuines filetejat i a rodanxes fines. Però treure les espines del peix segueix sent un símbol de la cura amb què els adults tractaven els infants. «Treure les espines» té a veure amb l'atenció necessària per fer que un plat que pot generar por i desconfiança, com ara el peix, es pugui preparar de manera apetitosa. Significa conèixer que els infants aprenen a menjar una mica de tot si els aliments que els poden semblar estranys es preparen de manera que els siguin fàcils de menjar, i segurs. Aquest és el principi fonamental per preparar menjar per als infants, i depèn de la sensibilitat i competència dels educadors, inclosos els cuiners.

Ferruccio Cremaschi és director de la revista italiana *Bambini*.

Bambini@edizionijunior.it



Fotos: escola bressol La Bottega di Archimede, Bergam, Italia

Menjar de manera responsable

Wendell Berry

L'autor, «profeta» de l'Amèrica rural i acèrrim defensor de les comunitats rurals, critica durament la producció de menjar a gran escala. Menjar de manera responsable, diu, és, sobretot, un acte d'amor a la democràcia i a la llibertat.

Sovint em pregunten què poden fer els que viuen a ciutat pel declivi de l'agricultura i la vida rural als Estats Units. Normalment contesto: «menjar de manera responsable». Però sempre m'ha semblat que calia dir alguna cosa més i m'agradaria explicar-ho millor.

Alimentar-se és una acció relacionada amb l'agricultura. Menjar és el punt final d'un cicle que comença amb la plantació de les llavors. Pot semblar una obvietat, però el cert és que una gran part de la població ja no és conscient d'aquest fet. Es veuen a ells mateixos com a «consumidors» de menjar, consumidors que compren el que volen i ho paguen, però sense pensar-hi gaire. En molts casos ignoren qüestions essencials sobre la qualitat i el cost del què han comprat. És fresc? Fins a quin punt és pur, està net, no conté substàncies químiques perjudicials? Des d'on els arriba, i fins a quin punt afecta el transport al seu cost? Quan costa la producció, l'emalatge i la publicitat?

Els aliments són, per a moltes persones, una idea abstracta, una cosa en la qual no pensen fins que apareix als prestatges del supermercat o a taula. De fet, el consumidor de la indústria alimentària no sap, o ja no imagina, la relació entre els aliments i la terra, i per tant és, de manera inevitable, poc crític. Quan el menjar ja no s'associa amb la feina al camp i amb la terra, aleshores la gent pateix una mena d'amnèsia cultural que produeix confusions i és perillosa.

Les polítiques alimentàries haurien de fer-nos preocupar per la nostra llibertat. Ens hem negat a entendre que no podem ser lliures si el que mengem, i la seva producció, està controlada per alguna altra persona. Menjar passivament no és democràtic. Hi ha alguna raó per menjar responsablement i per viure de manera lliure.

Menjar, estètica i ètica

Quan pensem en les polítiques alimentàries, també hem de considerar l'estètica i l'ètica. Les nostres cuines, i els altres llocs on mengem, cada cop més s'assemblen més

a estacions de servei, a benzineres, de la mateixa manera com les nostres llars cada cop són més semblants a hotels. Al migdia mengem de pressa, per anar a treballar, i treballem de pressa per «recrear-nos» els vespres, caps de setmana i vacances. I ho fem oblidant-ne les causes i els efectes, i oblidant també les possibilitats i els propòsits de la vida humana en aquest món.

Aquest oblit es manté per la publicitat de la indústria alimentària, en què els aliments duen tant maquillatge com els actors que els anuncien. Els anuncis fan impossible saber que els aliments que anuncien eren –en el passat– essers vius, que el seu origen és la terra o que són producte d'un treball. Els productes de la naturalesa, els productes agrícoles, es transformen en productes industrials, i tant el consumidor com el que aquest consumeix semblen aïllats de la realitat biològica. El resultat és una mena de solitud sense cap precedent en l'experiència humana, en la qual l'acte de menjar es redueix a una transacció comercial entre nosaltres i el proveïdor, i fins i tot a una simple transacció entre nosaltres i el nostre menjar.



Fotos: Ainhoa Garaño | Iosune Cousillas

Els consumidors han d'entendre que l'acte de menjar té lloc, inevitablement, en aquest món, i que és, inevitablement, un acte de caràcter agrícola, i que, de fet, té un impacte considerable en la manera com usem el món. Aquesta és una descripció molt simple d'una relació que és, en realitat, indescriptiblement complexa. Menjar de manera responsable implica entendre aquesta relació complexa, i actuar-hi tant com puguem.

Què podem fer individualment?

Aquesta és una petita llista, no exhaustiva, de les coses que tots podem fer:



1. Participar, de la manera que es pugui, en la producció de l'aliment. Si teniu un jardí, o fins i tot només una flor en un test a la finestra, cultiveu quelcom que sigui comestible. Feu compost amb les restes orgàniques del menjar i useu-lo com a fertilitzant. Només si cultiveu quelcom vosaltres mateixos sereu capaços d'apreciar la bellesa del cicle que va des de terra i fins a la llavor, a la flor, al fruit, al menjar, a les restes, a la descomposició, i que torna a començar cada vegada. Sereu responsables de qualsevol aliment que hagueru cultivat vosaltres mateixos, i ho sabreu tot sobre aquest aliment. L'apreciareu plenament, perquè haureu conegut tota la seva vida.

2. Prepareu-vos el vostre menjar vosaltres mateixos, recreant l'art de la cuina i de la llar en la vostra ment i en la vostra vida. Això us hauria de permetre estalviar diners en menjar, i us proporcionaria un mitjà per «controlar la qualitat» –sabreu amb certesa el que s'ha afegit a allò que mengeu.

3. Informeu-vos sobre l'origen del menjar que compreu, i compreu aliments produïts el més a prop possible d'on viviu. Els aliments de producció local

són més segurs, més frescs i més fàcils de reconèixer i controlar per part del consumidor.

4. Sempre que sigui possible, tracteu directament amb un agricultor local, amb un pagès o amb un venedor de pagès.

5. Informeu-vos tant com sigui possible de l'economia i la tecnologia de la producció industrial d'aliments. Què s'afegeix al menjar que no és menjar, i quants diners pagueu per aquests additius?

6. Apreneu les característiques de la millor pràctica agrícola: com fer créixer les millors fruites i verdures.

7. Informeu-vos, tant com sigui possible, del cicle de vida de diversos tipus de menjar, si és possible a través de l'observació directa i l'experiència.

Conèixer què mengem

Aquest darrer suggeriment és particularment important. Avui en dia, molta gent s'estranya que els animals i les plantes siguin essers vius (amb l'excepció de quan tenen cura de plantes, gossos o gats). Això és una llàstima perquè conèixer i alimentar les plantes i els animals –la cria d'animals, l'horticultura, la jardineria– són arts complexes i fascinants, que també poden ser la font d'un gran plaer.

El plaer del menjar hauria d'estar molt estès, i no restringit només als coneixedors del menjar. Les persones que es familiaritzin amb l'hort on creixen les verdures, i que sàpiguen que aquest hort és sa, recordaran sempre la bellesa de les plantes mentre creixen, potser sota la



llum de les primeres hores del dia, amb el terra mullat de rosada, quan els horts estan en el millor moment. Una memòria com aquesta es barreja amb el menjar i esdevé un dels plaers d'alimentar-se. Saber que l'hort és saludable ens tranquil·litza, ens allibera i ens conforta.

El mateix passa quan mengem carn. Pensar en unes bones pastures i en la vedella que pasta satisfeta dona més gust al bistec. Algunes persones, en sóc conscient, pensaran que menjar-se un animal que t'és familiar, un animal que coneixes des del seu naixement, és una salvatjada, una manca de gratitud. Ben al contrari, penso que aquesta circumstància implica menjar amb coneixement i amb gratitud. Una part important del plaer de menjar es troba, justament, en aquest coneixement precís de la vida i del món on neix el menjar.

El plaer de menjar pot ser el millor indicador de la nostra salut. Menjar amb el plaer més gran possible –un plaer nascut del coneixement– és, potser, la manera més profunda d'expressar la nostra relació amb el món.

Wendell Berry és poeta, assagista, novel·lista i petit agricultor. No té, ni vol usar, un ordinador. Extret de la revista *MicroMèfa*, núm. 4, octubre de 2004.



El plaer de menjar

12



Donatella Giovannini

Donatella Giovannini reflexiona sobre la importància social i cultural que l'hora de menjar té per als infants entre 3 i 6 anys en els parvularis de la ciutat italiana de Pistoia, i especialment sobre el plaer de l'amistat i dels rituals.

El dinar és una ocasió social i relacional important de la vida quotidiana. Tenir cura del menjar d'un grup d'infants cada dia no és fàcil ni poc important. Els pares, com a mínim els italians, ho saben molt bé. Sovint ens expliquen que els seus fills no volen seure a taula, o estar-se quiets mentre mengen. Sovint, els han de perseguir, cullera en mà, per aconseguir que mengin una mica. L'escola infantil té els mateixos problemes –però multiplicats pel nombre d'infants d'un grup. Per tant, cal pensar molt en l'organització d'aquest temps per crear un entorn que sigui ric en significats, una atmosfera agradable lliure d'ansietats i de presses, i una aproximació positiva al menjar per part dels infants.

Per a les nostres escoles, tenir això present significa pensar en el dinar no només des del punt de vista dels mobles i de la quantitat i qualitat dels aliments, sinó sobretot des d'una perspectiva social i comunicativa. És essencial assignar un rol clar a aquest període del dia quan s'organitzi l'horari diari, ja que es tracta d'una ocasió social i relacional important en la vida quotidiana, una ocasió que lliga els infants amb els adults, creant una sensació de pertinença. Per tant, cal fer atenció a tot el que es consideri un acompanyament necessari al propi menjar: el menjador, la bellesa estètica de la taula parada, la bona companyia, la conversa plaent, les normes que cal respectar, les bones maneres i els rituals que cal tenir en compte per a la participació dels infants en aquest aspecte de la vida en comunitat.

Una bona vida en comunitat requereix del respecte i del reconeixement de les necessitats de cada infant individualment, i del grup d'infants, equilibrant unes i altres. I el menjar és, en aquest sentit, un bon exemple d'aquest procés difícil de reconciliació: entre la lentitud per menjar d'alguns i la velocitat d'altres, entre els apetits voraçs i els lleugers, entre el desig d'activitat d'alguns i la voluntat d'altres de no fer res. Hem intentat, amb dedicació i cura, conciliar els valors socials i culturals amb la satisfacció de les

necessitats físiques i psicològiques individuals: menjar i descansar després d'un dia que sovint requereix molt d'esforç, rebre atenció i també expressar emocions. Hem intentat garantir que una situació rutinària, que es repeteix cada dia, no comporti una trivialització i una pèrdua de significat que ens impedeixi adonar-nos del seu valor social i cultural.

Reconèixer i predir la situació social

Donar valor a les hores de menjar ha obligat a dissenyar i construir una situació social amb una identitat forta. Per fer-ho, ens hem esforçat a donar una estructura molt precisa al dinar –l'abans i el després del dinar, i el dinar mateix–, fent que tot el que passi es pugui preveure, comunicant les normes de la comunitat als infants i donant-los la possibilitat de participar en aquesta comunitat.

Però també ens hem esforçat perquè aquest temps sigui un temps de plaer, fent molta atenció a tots els aspectes –des dels armaris dels plats i els coberts als pòsters i les fotos de l'hora de dinar, passant per la decoració de les festes d'aniversari i els articles usats per decorar les taules, com ara les estovalles, els

coberts, les safates de ceràmica i els gots de vidre. L'atenció que es posa en aquests objectes més fràgils, i més personals, ajuda a que els infants es comportin amb més compte i de manera més considerada. Són més conscients del que es pot trencar i, alhora, disposar del seus propis objectes personals fa que els infants sentin que estan seguts a una taula a casa seva.

També hem hagut de tenir molta cura d'altres aspectes i hem hagut d'escollir algunes opcions concretes. La primera d'aquestes eleccions pot semblar la més trivial: on seure a taula i amb qui? Vàrem decidir que els infants no seurién a l'atzar, sinó que tots tindrien el seu lloc a taula. Aquest és un missatge que proporciona als infants un sentiment de calma i de confiança durant el dinar. A més, seure al teu lloc a taula, amb un petit grup d'amics al voltant amb qui has estat jugant tot el matí, crea una atmosfera relaxada i d'afecte que estimula una situació convivencial. I és gràcies a aquesta convivència que es creen les condicions per escoltar, per compartir sentiments i per tenir temps sense presses, perquè tothom està content i estar junts és un plaer.



Els adults seuen i dinen a la mateixa taula que els infants, i per tant esdevenen companys de taula, compartint aquesta important ocasió. Es demana a l'adult que estimuli els infants perquè expressin els seus sentiments i parlin dels gusts del menjar, i perquè descobreixin els gusts, aromes i colors alhora que mengen. L'adult pot extreure el millor de cada infant, però també procura que els infants parin atenció als altres nens i nenes i els anima a parlar. L'adult ha d'encoratjar alhora la independència i les relacions interpersonals, i per tant no ha de ser el centre d'atenció de la taula, sinó més aviat animar la participació dels infants.

Normes i rituals

Els infants són més conscients de les normes necessàries per estar junts i les respecten més si les reconeixen i les comparteixen en les pràctiques i significats de les diverses situacions socials. Nosaltres també som conscients que si es tracta els infants com a persones responsables, capaços de fer aportacions al grup, els infants es faran responsables. A l'hora de dinar, això implica, per

exemple, donar-los l'oportunitat de parar taula, d'esperar el seu torn, de netejar, de servir-se de la plata del centre de la taula, de passar-se el formatge, el pa i l'aigua, o d'anar, en grups petits, a rentar-se les mans i les dents i a posar el seu tovalló a la bossa de la rentadora. Tots aquests elements no només ajuden a que el dinar es desenvolupi bé, sinó que a més subratllen el valor dels infants en la vida del grup.

En aquest context social, la introducció de rituals durant el dinar té com a objectiu reforçar la participació durant un període de la vida del grup. A més de crear una situació de més intensitat emocional, els rituals ajuden moltíssim a lligar el comportament individual al comportament del grup, perquè són moments per compartir pràctiques i significats al voltant dels quals es defineix la identitat de grup dels infants. Aquest és el motiu pel qual durant el dinar incloem una sèrie de rituals lligats a la història de cada grup específic d'infants. Cançons que s'han de cantar, espelmes que cal encendre i apagar per simbolitzar l'inici i el final del dinar, el «café imaginari» al final del menjar, una persona imaginada que truca a la porta i que hi deixa una bossa de caramels... Aquests són només alguns dels rituals que ajuden a crear un clima de calma i, alhora, un entorn emocional i comunicatiu que dóna molts fruits per a tots, infants i adults.

Donatella Giovannini és coordinadora pedagògica de l'Ajuntament de Pistoia.
d.giovannini@comune.pistoia.it

Un menú setmanal d'una escola bressol de Pistoia. El menú varia cada setmana en un cicle de vuit setmanes.

Dilluns	Pasta amb salsa de tomàquet Llegums cuits Fruita
Dimarts	Sopa de verdures amb arròs Filet de peix, pastanagues bullides amb llimona Fruita
Dimecres	Pasta amb salsa de carn Verdures bullides i crues Fruita
Dijous	Fideus en brou vegetal Filet de gall d'indi rostit amb patates Fruita
Divendres	Pasta amb oli d'oliva Ous amb tomàquet, verdures bullides Fruita

Hora de **dinar** a Pistoia

Baixem les escales

En grups petits i en moments diferents, els infants baixen del primer pis de l'escola, on han passat el matí, per preparar-se pel dinar. Els infants es mouen lliurement, amb confiança, controlant el temps i l'espai. Els nens atorguen significat, i tenen expectatives sobre els diferents temps del dia. Han après a anticipar què passarà i quin rol jugaran en aquests moments, de manera que la transició d'una part del dia a la següent passa suauament.

Ens rentem les mans

Els infants es renten les mans al seu ritme, sense pressa. Els pitets són a un armari prop de les piques i els infants els agafen. No sentir la pressió del temps permet que el mestre respecti el ritme de cada infant, sense ser massa estricte ni impacientar-se per la lentitud o dificultat de cap infant concret.

Esperem que arribi tothom

Cada setmana un grup diferent d'infants té el privilegi de seure a la taula gran. Esperen fins que tothom estigui assegut.



Escollim un nom

A cada taula, un infant treu un paper amb un nom de dins d'una caixa. Avui, li toca a en Duccio agafar la capsa i escollir el nom de l'infant que s'esperarà a la seva taula: és l'Alice.

L'Alice, com la resta d'infants, s'excita cada cop que el seu nom apareix, perquè sap que farà un paper important.



Parem taula

Els cambres i cambreses paren taula gradualment, posant tot el que es necessita per dinar.

Els infants actuen amb cura i competència en la seva relació amb els altres infants i també amb els objectes.

Esdevenen els protagonistes d'un moment important en la vida de la comunitat.

Donar als infants un sentit de responsabilitat –sobre ells mateixos, sobre els altres nens i nenes i sobre les coses que els envolten– els ajuda a ser autònoms.



Temps per menjar

Els adults no substitueixen la feina dels infants, tot i que estan a punt per intervenir si és necessari. S'anima els infants a fer coses ells mateixos: es passen el formatge els uns als altres, posen aigua als gots i agafen els tovallons...



...i si falta res, només cal trucar a la porta de la cuina.

El dinar continua de manera calmada i relaxada i en un ambient de compartir. És l'hora del segon plat.





Conversa

L'atmosfera relaxada i càlida estimula la convivència: els infants xerren, escolten i riuen perquè s'entenen bé.

Els adults seuen i mengen a la mateixa taula que els infants, i esdevenen els seus iguals, compartint aquesta important ocasió amb els nens i nenes.



Què has pres?

La rutina diària d'escriure en una llibreta personal el que han menjat els infants, i quina quantitat, és una experiència compartida important.

Després de dinar

Després de dinar hi ha una sèrie de rituals que han estat creats pel grup per marcar el final del dinar.

Encenen una espelma, prenen un «café imaginari» i canten una cançó.

Això crea uns sentiments rics i positius i comunicació entre tots els presents, siguin infants o adults.

Rentar-se les mans i raspallar-se les dents

Aquest és l'últim acte: es renten les mans i es raspallen les dents.



Aniversaris

En el fons, un aniversari regala sobretot això: el sentit del temps i de la història pròpia.



Menjar en una escola bressol de Flandes més que una experiència física

Karin Eeckhout

L'hora de dinar en una escola bressol flamenca és més que alimentar-se. Com explica Karin Eeckhout, esdevé una activitat social que uneix els infants, els mestres i les famílies. Però això no sempre ha passat.

Fins als anys setanta, els dinars a les escoles bressol flamenques no eren gaire divertits. Més aviat es tractava d'una seqüència mecànica de processos, freda, que recorria una cadena de producció: els infants se seien en un cercle i es donava una cullerada a cada infant, per torns.

Ara, seguint una sèrie de projectes de renovació pedagògica que van iniciar-se a finals dels anys 70, l'objectiu és que el dinar sigui una experiència plaent. Hi ha hagut canvis en el tipus de menjar, i en la manera com se serveix. Però el canvi més important és que ara els infants participen activament dels dinars. Paren taula i la desprenen, i se'ls permet servir-se ells mateixos. El procés de menjar s'utilitza per crear un sentit de pertinença. Ara, els mestres seuen a taula i dinen amb els infants, quelcom que abans era absolutament impensable.

Bebès

Des de finals dels anys 80, s'ha fet molta atenció a l'alimentació. Fins aleshores, tots els infants, fins i tot els més petits, havien d'adaptar-se als horaris de l'escola bressol. Ara això ha canviat, sobretot gràcies a la influència del pensament de Lóczy (veure «Focus en Emmi Pikler i Lóczy» en el número 5 d'INFÀNCIA A EUROPA).

L'objectiu, ara, és respectar els ritmes individuals dels infants, i com a conseqüència s'ha abandonat la idea d'una hora de dinar col·lectiva per a tots els petits. El temps dels àpats pot ser un temps especial en el qual l'infant rep un contacte, una atenció personalitzada per part del mestre. Ara és inacceptable alimentar dos o tres nadons alhora, com succeïa abans.

Els mestres estan aprenent a contemplar-ho des de la perspectiva dels infants. Seuen de manera que els infants puguin veure com se'ls acostava el menjar. Abans hi havia el costum d'empènyer la cullera dins la boca, però ara els mestres els mos-

tren la cullera i esperen que l'infant s'hi acosti i mengi. Mentre els alimenten, els mestres segueixen la iniciativa dels infants, i els seus desigs individuals. L'infant prefereix menjar a poc a poc o molt ràpidament? Li agrada el menjar calent o tebi? Quina mena de cullera prefereix?

Diversitat

Els anys 80 va augmentar la diversitat de la població. Les escoles bressol van haver de satisfer les necessitats de famílies i infants d'arreu del món. Els pares de diferents grups ètnics sovint tenen diferents desigs i expectatives, i això també es fa extensiu al menjar.

A finals dels noranta, el govern va iniciar diversos projectes d'atenció a la diversitat, que van incloure el menjar, una de les millors maneres de celebrar la diversitat i d'unir les persones.

El projecte de l'escola bressol de la Universitat de Gant és un exemple d'aquesta nova visió. S'hi organitzen sessions de cuina durant les quals els pares ensenyen als mestres i a altres pares com preparar plats de la seva tradició culinària. Tothom treballa i s'encén el





debat sobre les diferències en la nutrició, la cultura i l'educació. «Les sessions tenen molt d'èxit i s'han convertit en una mena de tradició» diu Christine Blockerye. També serveixen d'inspiració als cuiners de l'escola per crear un menú més divers i variat.

Tot i que els infants no participen en aquestes sessions de cuina, serveixen per implicar els pares i per estimular el contacte entre ells. «El fet que tots estiguin fent quelcom junts crea una atmosfera

amigable i oberta. Els pares s'hi reconeixen, comparteixen les seves preocupacions, i sovint es queden una estona més amb el grup quan vénen a portar o a recollir els seus fills», afegeix la Christine.

L'escola bressol Jooste e Fien de Brussel·les és un altre exemple d'un projecte de diversitat. L'escola convida els infants, les seves famílies i els mestres a un esmorzar dissabte al matí. Chiara van Remmen creu que aquesta és una experiència molt valuosa: «sempre ve molta gent. Entenem aquests esmorzars com una manera que els pares s'impliquin més en la nostra feina. Cada família porta alguna cosa típica de la seva

L'esmorzar dels matins ha demostrat que és una bona manera d'implicar els pares a l'escola bressol Joost-e-Fien, de Brussel·les.

cultura, per la qual cosa tenim tot un ventall de plats. Això desperta la curiositat i promou la conversa». L'esmorzar quasi sempre inclou suc de fruites, croissants i cereals, juntament amb pastissos i gofres, empanades i iogurt turc.

La Chiara i el seu equip es preocupen de que tots els pares se sentin part del grup: «Alguns dels plats no són

Un menú setmanal en una escola bressol amb 77 places

Dilluns	Sopa de julivert Supremes de pollastre, remolatxa amb mantega, puré de patates
Dimarts	Sopa de pollastre Salsitxes, coliflor amb salsa de formatge, patates bullides
Dimecres	Puré de porro Pollastre amb ratatouille i arròs
Dijous	Sopa de tomàquet Bistec de vedella, mostassa, pastanagues, puré de patates
Divendres	Puré de pastanagues Peix al vapor, salsa holandesa, xicoira bullida, puré de patates



massa populars, sobretot perquè són nous o desconeguts. Així que fem el primer pas i això anima altres persones a tastar-los». L'equip també anima els pares a ajudar: «Si fan coses junts, també poden acostar-se més a les persones més tímides o poc xerraires.»

Gunther, un dels pares, gaudeix de les sessions matinals: «Et donen l'oportunitat de conèixer altres pares de manera relaxada. Durant la setmana no sempre tenim temps de parar-nos a xerrar. Però el dissabte hi ha temps, fins i tot d'estar-te més al llit,» riu.

L'escola està en un barri multicultural i aquesta diversitat es reflecteix a l'escola, com explica la Chiara. «Hi

ha moltes demandes de menjar vegetarià, i alguns infants no mengen porc, i d'altres no mengen carn vermella. Estem oberts a qualsevol cosa que les famílies considerin important, i en aquest tema tenen dret a exigir. No hem d'oblidar que menjar té un aspecte emocional important.»

Cada dia, la cuinera Khadija, originària del Marroc, prepara tots els plats del menú. Khadija és una defensora d'una alimentació sana: no usa sal, i en canvi fa servir moltes herbes fresques per donar gust al menjar. Com ella diu: «des de molt petits, els infants aprenen a diferenciar els diferents gusts». També es fa atenció a la pre-

sentació del menjar, diu la Chiara. «Mai veuràs algú que llenci una cosa sobre un plat. Tot se serveix de manera atractiva i tampoc tenim pressa per dinar.»

Chiara encoratja els pares dels infants nous a l'escola a donar-los el dinar, de manera que s'adaptin millor. «Si la cuina és molt diferent a la que estan acostumats els infants, al començament els demanem que portin alguns aliments des de casa. D'aquesta manera sabem a què estan acostumats i donen més temps als infants per adaptar-se a la cuina de l'escola.»

Chiara i el seu equip fan front a obstacles. «Pel què fa al dinar, cada cop estem sotmesos a més normes nacionals. De vegades, aquestes normes entren en conflicte amb els aspectes pedagògics de la nostra feina. [Algunes vegades] has de decidir què és més important: complir les normes o el benestar dels infants. Per mi, aquesta és una elecció fàcil.»

Karin Eeckhout treballa com a periodista freelance per a diferents diaris i revistes belgues. També és coordinadora editorial de Kiddo.

karin.eeckhout@skynet.be

Gaudir del menjar a la infància

Françoise Léon

Se suposa que, a més de fer-te bé, el menjar s'ha de gaudir. Françoise Léon mostra com des de la infància es pot gaudir del menjar, i considera alguns dels factors que influencien el menjar que gaudim.

Una característica distintiva del menjar és la seva habilitat de despertar tots els nostres sentits: la vista, l'olfacte, el gust, el tacte i l'oïda (quan mengem quelcom que cruix, per exemple). Aquesta és una font indiscutible de plaer. Tot i això, el plaer també sorgeix de la satisfacció d'un desig o d'una necessitat, associada amb el desenvolupament d'alguna activitat que sigui essencial per a la vida. Quant al menjar, aquest plaer resulta de l'eliminació dels sentiments negatius causats per la gana. Es podria assumir, doncs, que aquest plaer s'experimenta des del naixement.

Observar les expressions facials dels infants quan mengen diferents aliments pot servir per avaluar el plaer que senten. Aquest mètode té limitacions: per exemple, depèn de com interpretin les expressions dels infants les persones del seu voltant, i a més l'àmplia variació de respostes facials individuals encara dificulta més aquesta anàlisi. Tot i això, les observacions demostren que, des del primer moment de vida, l'infant pot reaccionar a diferents gustos (dolç, àcid, amarg, salat) i ho mostren usant una expressió facial que varia d'acord amb la naturalesa de l'estímul: la dolçor, per exemple, s'accepta i produeix alguna relaxació, que els adults habitualment interpreten com a plaer, mentre un gust àcid provoca una ganyota molt característica.

Percepció hedònica i preferències alimentàries

Hi ha una reacció emocional als estímuls, coneguda com a «la reacció hedonista» (del grec *hedone*, que significa plaer), que varia en intensitat, des de la indiferència, en el cas d'un estímul dels que s'anomenen «neutrals», al rebuig o el plaer, en el cas d'estímuls negatius o positius. En els infants la reacció hedònica i l'alimentació es correlacionen molt intensament.

Això significa que, sempre que el grau de fam estigui controlat, la mesura de la quantitat de menjar que consumeixen espontàniament es pot usar per avaluar el grau de plaer que els infants obtenen d'un aliment determinat. Per exemple, mesurar la quantitat d'ingesta dels nadons d'entre un i tres dies ha mostrat que solen preferir una solució dolça a una solució neutral. Els nadons que van participar en aquest experiment també podien diferenciar entre solucions dolces i solucions de concentracions diferents; consumien més quantitat de la solució amb més concentració de sucre.

Què influencia el gaudi del menjar

El plaer que es pot obtenir del menjar varia depenent de l'individu i del context en que es consumeixi. Hi ha molts factors diferents que influencien les preferències de menjar i, per tant, el plaer que se n'obté. Aquests factors es poden dividir en tres categories: factors individuals (fisiològics, biològics, psicològics, etc.), factors socials (socioeconòmics, culturals, regionals, etc.), i factors intrínsecs al menjar (aparença,

Menú dels parvularis d'Estrasburg per a la setmana del 23 al 27 de gener de 2006 (infants de 2 a 6 anys)

Dilluns	Sopa de verdures Escalopa de porc amb mostassa, cols de Brussel·les i patates Formatge i fruita
Dimarts	Duet de cols de diferents colors Pastís de peix Formatge i taronja
Dimecres	Amanida de pastanagues amb julivert Truita de formatge emmental amb pasta Crema de formatge Pinya fresca
Dijous	Amanida verda Gall dindi amb salsa a l'estil indi, <i>gnocchi</i> , bròquil Flam de caramel
Divendres	Amanida d'endívies i nous Carn picada amb mongeta verda i mongeta seca Formatge Edam Clementines

olor, textura, etc.). Aquí em centraré en dos factors que tenen un efecte particular en les preferències alimentàries dels infants.

La influència de la familiaritat

L'efecte de la familiaritat en les preferències alimentàries s'ha estudiat en nombrosos experiments, en els quals es van presentar diferents aliments nous, desconeguts, a infants i adolescents repetidament. La majoria d'aquests estudis mostren que la reacció hedonista –en altres paraules, el grau de plaer expressat en relació als nous aliments– augmenta d'acord amb el nombre de vegades que es consumeixen, tant per als infants com per als adults.

La familiaritat té a veure amb l'experiència individual amb un aliment determinat, i per tant és molt personal, i està molt influenciada per la cultura dels infants: són justament les persones que estan al seu voltant les qui l'acostumen a un determinat aliment.

La influència del context socioafectiu

Pares i altres adults

Es podria esperar que els pares tinguessin una major influència en les preferències alimentàries dels seus fills, encara que no necessàriament comparteixin els seus gusts. La relació, malgrat tot, no està clara. En un estudi, es va demanar als pares i als infants, de manera independent, que escollissin aliments per ordre de preferència. Els infants que van prendre part en aquest estudi



tenien entre 3 i 6 anys, i se'ls van oferir els següents productes: vuit fruites diferents, vuit entrepans i nou vegetals. Els resultats no van mostrar gaires semblances entre els dos grups, pares i infants. Això és sorprenent, ja que la majoria d'infants d'aquestes edats mengen quasi sempre amb les seves famílies, cosa que podria fer pensar que certs aliments els agradarien més. En aquest sentit, Paul Rozin ha parlat sobre «la paradoxa de la família».

Tot i això, s'ha demostrat que si un adult fa més atenció a un aliment en particular, la probabilitat que l'infant tingui preferència per aquest menjar augmenti significativament. Un context positiu a l'hora de menjar, per tant, deu tenir algun impacte en el grau de plaer experimentat per un infant.

Germans i companys

Hi ha un grau raonable de semblança entre els germans pel que fa al menjar que els agrada o desagrada. Un altre estudi va mostrar que un 76% dels gusts dels ger-



mans i germanes són compartits, mentre que pares i fills només comparteixen un 24% dels gusts.



Sembla que els «companys» (els infants de la mateixa edat) tenen una influència més gran en les preferències alimentàries. La influència del grup és particularment forta entre els infants més petits. Un infant pot, de fet, modificar els seus gusts per imitar un company. Aquesta imitació implica que les preferències alimentàries s'adquireixen, però entre els infants de 2-3 anys la imitació és sobretot una manera de comunicar-se. La imitació també és una manera d'identificar-se amb el grup.

En un estudi, es van col·locar per ordre de preferència nou vegetals. Després, l'investigador va formar grups de quatre infants, en cadascun dels quals hi havia tres infants que preferien majoritàriament el vegetal A al B i un infant que preferia el vegetal B a l'A. La influència social dels

grups es va estudiar durant tres dies. A l'infant «diferent» se'l servia l'últim, de manera que pogués veure què escollien els seus companys de grup. Passats quatre dies, el 71% dels infants havien augmentat la preferència pel menjar que no els agradava i el 82% els agradava menys el menjar que havien escollit originalment. Aquest experiment desvetlla la influència que els infants tenen sobre altres infants pel que fa al menjar.

En conclusió, molts factors influencien les preferències alimentàries, però si els àpats tenen lloc en un bon entorn, el plaer de menjar es pot compartir, encoratjant una actitud positiva envers el menjar.

Françoise Léon és especialista en les preferències alimentàries dels infants. francoise_leon@hotmail.com.

La influència mútua entre els infants és especialment forta entre els més petits. Per imitació dels seus companys, poden canviar les seves preferències.

Menú setmanal del Centre Sociocultural Lavoisier de Mulhouse

El centre acull infants de pocs mesos i fins als sis anys i compta amb un cuiner que prepara menjar per a 65 persones.

	<i>Infants entre 15 mesos i 6 anys</i>	<i>Infants de fins a 15 mesos</i>
Dilluns	Amanida Gall dindi guisat Opció vegetariana: ous bullits Amanida de fruita Per picar: aroma de iogurt	Puré de carabassa Gall dindi Fruita estofada Per picar: aroma de iogurt
Dimarts	Crema de xampinyons Roast beef Opció vegetariana: pastissos de verdura i col llombarda Per picar: pa amb melmelada	Puré de gerds Vedella Pomes al forn Per picar: flam
Dimecres	Amanida de patés Pastís de verdures i formatge Plàtans Per picar: pastís d'ametlles	Puré d'espinacs Formatge Peres al forn Per picar: formatge
Dijous	Amanida de remolatxa i taronja Pit de vedella Opció vegetariana: peix i pasta a l'estil provençal Albercocs en almívar Per picar: pastes	Puré de pasta Vedella Cireres guisades Per picar: púding
Divendres	Amanida de cogombre Lluç en salsa, verdures Flam de xocolata Per picar: cistell de fruita	Sopa de verdures Peix Plàtans i taronges estofades Per picar: mousse

El menjar nutrició o suport a la independència dels infants?

Roger Prott

Roger Prott busca exemples de millores en l'alimentació dels infants a les escoles bressol i als parvularis de Berlín, i destaca les oportunitats que ofereixen per a l'aprenentatge, així com també alguns dels seus riscos.

Com a part del món desenvolupat i ric, gairebé tots els infants alemanys reben les calories que necessiten cada dia per gaudir de prou vitamines i minerals. Això, però, genera alguns problemes. Els mals hàbits en l'alimentació, juntament amb la manca d'exercici, porten a un excés de pes, o fins i tot a l'obesitat. Avui, com a mínim un de cada cinc infants d'Alemanya té problemes de pes.

Es poden prendre mesures per prevenir l'obesitat així com per millorar l'educació en salut. Pot resultar difícil canviar els hàbits de menjar de les famílies, però la societat pot influir en la consciència «nutricional» de les escoles. En el passat, la majoria d'escoles alemanyes només estaven obertes al matí, però ara està augmentant el nombre de centres que obren tot el dia, i amb aquests nous horaris hi ha l'oportunitat de donar menjar i, per tant, d'influir en els hàbits alimentaris dels infants.

Millorar el menjar de les escoles: el criteri de qualitat de Berlín

Alemanya es divideix en 16 estats (länders), cadascun dels quals és responsable del seu propi sistema educatiu. El 2005, l'estat de Berlín va aprovar uns «criteris de qualitat per als àpats a les escoles que estiguin obertes tot el dia». Aquestes recomanacions tenen com a objectiu que les escoles apliquin una dieta sana, amb productes de temporada, orgànics i econòmics, adequats a tots els infants. Cinc criteris generals formen el context per a aquests àpats escolars.

En primer lloc, la qualitat del menjar hauria de contribuir al creixement i el desenvolupament dels infants. Segon, tot el procés de producció dels aliments ha de ser respectuós amb el medi ambient, fent èmfasi, per exemple, en una producció regional que redueixi el transport, i en uns embalatges reutilitzables i reciclats que redueixin les escombraries i ajudin a conservar els recursos. En tercer lloc, els productors, els venedors i els consumidors haurien d'actuar sempre de manera justa i col·laborar

entre ells. En quart lloc, els preus han de ser raonables, tot i que també han de garantir un mínim benefici al proveïdor. Finalment, els aliments han de ser atractius per als infants: un menjar atractiu comportarà una major acceptació alhora que garantirà la qualitat nutricional.

Aquests criteris s'han elaborat i publicat conjuntament amb alguns suggeriments sobre la compra, el processament i l'etiquetatge dels aliments, i també sobre la composició dels menús. Per exemple, els productes precuinats, «menjar escombraries» inclòs, s'han d'evitar, i hi ha d'haver disponibles begudes com aigua, te o suc de fruita diluïts (no s'han de repartir ni vendre llaunes). A més, s'han publicat taules molt detallades que mostren el consum mitjà d'un infant (per edats) i també guies per a la quantitat de menjar que cal preparar per dinar.

Els criteris de qualitat ofereixen un context positiu per a les escoles de Berlín per promoure un menjar sa per a tots els infants. Tot i això, es basen en l'assumpció que al migdia cal menjar un àpat calent, sense tenir en compte que per a moltes famílies el menjar més important és el sopar. Com a resultat,

molts infants –no hi ha xifres exactes– mengen dos àpats principals al dia. Això implica que fins i tot els àpats de l'escola, que compleixen els criteris de qualitat, poden contribuir al sobrepès que pateixen molts infants.



Menjar al parvulari

No hi ha criteris comparables que es puguin aplicar als parvularis berlinesos, que solen estar oberts tot el dia (i que, per tant, fan un àpat calent) i que acu-



llen infants que encara no tenen l'edat d'escolarització obligatòria. Com que ofereixen tres àpats al dia, aquests parvularis són encara millors que l'escola per influenciar l'educació nutricional i per aconseguir un impacte important en

el comportament alimentari dels infants. A més, en aquests centres sovint hi ha una relació molt més estreta amb les famílies. A manca de criteris de qualitat i altres recomanacions, els pedagogs dels parvularis tenen molta llibertat per organitzar els àpats i, en la pràctica també hi ha una gran variació en els menús.

Generalment, als parvularis els infants esmorzen junts. Cada centre decideix com vol organitzar-se. Molt freqüentment, els infants porten el seu esmorzar de casa, tot i que en alguns centres els pares fan torns per preparar l'esmorzar. En altres casos, els mestres preparen l'esmorzar juntament amb els infants, com a activitat



El menú setmanal del parvulari Kita Künheimer Weg per a la setmana del 2 al 6 de gener de 2006. Aquest centre acull infants fins als 6 anys.

- Dilluns Pasta integral amb salsa bolonyesa i formatge parmesà ratllat
- Dimarts Pizza de farina integral, amb tomàquets i formatge mozzarella
- Dimecres Patates amb pell, tzatziki (iogurt grec amb cogombre ratllat), formatge feta i tomàquets secs
- Dijous Sopa de verdures amb carabassa, patates, pastanagues, porro, pèsols, tomàquets i fideus, amb pa fet a casa
- Divendres Fricassé de pollastre amb arròs salvatge

A l'abast dels infants tot el dia: tes de fruites, aigua, llet; fruita fresca i verdures.

pedagògica, o bé els serveixen, com en un restaurant. A la tarda, habitualment hi ha un petit berenar organitzat com un self-service, sovint amb diferents fruites. Quant a les begudes, és una pràctica habitual que sempre n'hi hagi (aigua, te) a l'abast dels infants. L'esmorzar i el berenar sovint s'adiuen amb els ritmes naturals de l'infant, o bé es poden ometre, sempre que hi hagi l'acord dels pares. L'àpat principal, el dinar, quasi sempre requereix més atenció i esforç.

Com que en general els infants mengen massa, no n'hi ha prou amb oferir una dieta sana al parvulari. Cal fer atenció a molts altres aspectes. L'esmorzar, per exemple, pot ser perjudicial si es pren molt tard, quasi a l'hora de dinar, i si els infants no han fet cap exercici entremig.

Oportunitats per aprendre

Menjar no és només un acte d'ingestió amb més o menys plaer. Mitjançant els aliments i l'organització dels àpats els infants aprenen sobre la seva pròpia cultura i tradicions. Cada menjar és una experiència d'aprenentatge. Què es menja, d'on ve, com es prepara? Els infants adquireixen competències a través de l'experiència pràctica d'agafar un ganivet i una forquilla. I també experimenten si els seus desigs són o no són respectats. Com que menjar és una activitat diària, probablement té més influència que moltes altres activitats pedagògiques.

Això no implica que els àpats s'hagin d'organitzar com a lliçons. Ben al contrari, els mestres han de ser conscients de les oportunitats que ofereix un menjar simple per adquirir experiències pràctiques. Si en són conscients, aleshores els àpats es poden organitzar de manera que incloguin objectius pedagògics. Els infants no aprenen a viure una vida sana dels llibres; l'absorbeixen en la seva pràctica diària, i a través d'experiències plaenteres.

Bon menjar i participació

Els mestres del parvulari K nheimer Weg de Berlín ens mostren com els infants poden nodrir-se amb aliments sans i gustosos, i alhora aprendre'n per a tota la vida (se'ls pot contactar a kita-kuenheimer@fippev.de). Tots els

adults treballen junts: mestres, cuiners i pares. Els infants també juguen un rol molt important. Influencien el menú i participen en la seva preparació, per exemple fent panets per esmorzar amb el cuiner: els infants molen la farina, fan la massa, donen forma als panets i els forneuen.

Tots els plats es preparen, sempre que sigui possible, amb ingredients integrals. La qualitat del menjar   excel·lent, i es prepara fresca, sense afegir-hi colorants ni gusts artificials: s'usa el millor oli d'oliva, per exemple, i patates dels voltants de Berlín. Una dieta de menjar fresc   una experiència sensitiva natural. La rutina diària pren en consideració la necessitat de viure d'una manera saludable. Els infants tenen sempre a la seva disposició te, fruita i verdures. En el jardí es cultiven herbes i fruita: els infants poden observar com creixen els gerds, les cireres, les pomes i les ametlles i després menjar-se-les quan estan madures.

 s molt important que en totes aquestes activitats els infants no sols imitin el que fan els adults. Les seves aportacions sempre són útils. Els infants aprenen a conèixer els ingredients, posen en pràctica les seves habilitats motores, experimenten una coherència física, desenvolupen les seves habilitats socials i milloren les seves habilitats lingüistiques. No aprenen tot això (i més) en una classe on s'ensenyen aquestes competències, sinó com a part d'una experiència pedagògica del grup, que mostra les habilitats pràctiques necessàries per ser independent.

Roger Prott  s consultor i formador.
rogerprott@freenet.de



Migdia a l'escola

Cristine Deliens

En un context en que el menjar a les escoles és una prioritat política, Cristine Deliens descriu alguns projectes de la comunitat francesa de Bèlgica que tenen com a objectiu millorar els àpats escolars, fent èmfasi en la participació, no només d'un ampli ventall d'adults sinó també dels infants.

A la part francòfona de Bèlgica, el menjar i la nutrició a les escoles han estat una prioritat de salut des de fa uns 10 anys. El govern va finançar dos projectes –«Els migdies a l'escola» i «A escola, menjar sa!»– per millorar tant els menjars escolars com el context en què aquests es desenvolupaven. Aquests dos projectes es van desenvolupar durant uns 5 anys.

Diferents grups hi van prendre part: els treballadors de l'escola, les associacions de pares, els mestres, algunes organitzacions de promoció de la salut, dietistes, els ajuntaments –i també els infants. El projecte «Els migdies a l'escola» reconeixia la importància de la participació dels infants des del primer moment, i animava els mestres a recollir les seves opinions sobre què calia canviar per fer que el dinar fos més sa, relacional i relaxat. Un dels eslògans del programa era «migdies per al plaer».

La participació d'infants i adults en la construcció del projecte de l'escola

Els infants van fer propostes molt imaginatives i variades per resoldre els problemes de l'hora de dinar. Van trobar solucions de baix cost per a qüestions quotidianes: «per què no posem penjadors a l'entrada del menjador, perquè els nostres abrics no caiguin de les cadires i molestin els nens que vagin per darrere de les cadires?». En algunes escoles, on l'organització del dinar era problemàtica, els infants i els adults van suggerir que els infants més petits, de 3 a 6 anys, dinessin separats dels grans, perquè necessiten més temps, mentre els grans podien aprofitar aquesta estona de temps lliure per relaxar-se i jugar després de les classes del matí. Com a part del projecte, un dels grups va entrevistar la cuinera de l'escola, una experiència que va permetre que la cuinera reflexionés sobre el seu rol educatiu, a més de provocar que immediatament posés més fruita a tots els menús.

El segon projecte, *A escola, menjar sa!*, va fer més atenció a la participació dels adults en el menjar escolar. El 2002, el Ministeri de Salut i el Ministeri d'Educació van difondre una publicació conjunta, que es va enviar a totes les escoles i a tots els centres de salut escolar, en què es donaven algunes recomanacions nutricionals i normes d'higiene que caldria seguir quan es negociessin contractes amb proveïdors d'aliments o amb productors locals. Se suposa que cada escola compta amb un consell amb membres electes que representen els pares, els mestres i els infants (a les escoles de primària, és opcional). Es va convidar a aquests consells escolars a que debatessin les prioritats alimentàries i de salut, a que es comprometessin a uns principis bàsics de nutrició i a que escollissin un projecte d'entre una llista de temes possibles. Hi van participar unes 100 escoles.

Els temes més populars

La majoria de consells escolars (un 66%) van optar per treballar el tema del menjar equilibrat, incloent els àpats calents, els pique-nique (una carmanyola que els infants porten des de casa) i l'esmorzar

de les 10. Els altres dos temes més debatuts van ser el descobriment dels gusts dels menjars –principalment als parvularis– i la higiene. Com el projecte volia incrementar la participació, els infants van prendre part en l'anàlisi de la situació que calia millorar. Un exemple és un projecte sobre l'esmorzar equilibrat, on els infants van fer una enquesta sobre els hàbits alimentaris dels seus companys abans d'anar a escola; després van estudiar els grups bàsics d'aliments (per exemple, cereals i llegums; fruita i verdura; llet i productes làctics), abans de decidir organitzar un esmorzar saludable per a tota l'escola.

Un altre tema favorit a l'escola va ser lligar les activitats educatives sobre el menjar i la salut amb la pràctica real. Un bon exemple van ser els processos de preparació del menjar. Als parvularis és molt comú organitzar «sessions de cuina» on els infants aprenen el procés de preparació del iogurt de fruites o del pa, per exemple. La sessió acaba amb els infants provant i menjant-se el que han preparat.

Els infants més grans, de l'escola primària, que se centren més en el menjar i la

salut, estudien la cadena alimentària i els processos de producció i descobreixen quins aliments contenen ingredients necessaris per al creixement equilibrat i un desenvolupament sa. A més, amb un sector molt actiu en educació mediambiental, ara els grups d'infants treballen cada cop més en les polítiques de reciclatge. A vegades, els mestres tenen l'esperança que els infants «educaran» els pares perquè adoptin aspectes de l'alimentació i la dieta equilibrada o a la reducció d'escombraries.

La prioritat, per a les escoles i les associacions de pares, és aprendre a treballar junts per educar els infants, i consultar-se els uns als altres quan hi hagi la necessitat o el desig d'iniciar projectes relatius a la salut i a les condicions de vida dels infants, ja sigui a l'escola o a casa.

Algunes bones pràctiques a l'escola

Els següents il·lustren la varietat de projectes que s'han establert sense augmentar els pressupostos, durant un període més llarg o més curt de temps, depenent dels programes dels mestres i/o el suport del director de l'escola.

En una escola, els infants van pintar, retallar i enganxar sobre fusta els ingredients dels menús setmanals per representar el menjar. Aquestes plaques en fusta s'usen per anunciar els menús setmanals a la porta de l'escola, per ajudar els infants i els pares a que triïn. En una altra escola, van usar plastilina per fer diferents aliments del menú, i els van fixar a la pissarra amb un iman. Aquestes activitats proporcionen als infants una idea de la varietat del menjar del menú. També es poden usar per treballar els colors dominants dels menjars que se serveixen cada dia, una manera divertida d'ensenyar als infants en què consisteix una dieta equilibrada mitjançant la introducció de grups d'aliments.

Salut i plaer en l'esmorzar de les deus

Durant molt de temps, les escoles de Bèlgica han mantingut la rutina d'oferir una mica de menjar i una beguda a les 10, just abans de l'hora del pati del matí o durant aquesta. Aquest petit esmorzar s'organitza de

manera diferent segons els mestres i les escoles; hi ha algunes maneres originals de fer-ho. Per exemple, el mestre pot organitzar un «esmorzar col·lectiu» amb l'ajuda de les famílies que venen en torns per preparar algunes coses per a tot el grup. Altres mestres usen l'esmorzar com a activitat col·lectiva, demanant als infants, per exemple, que portin alguns ingredients des de casa per preparar alguna cosa a l'escola, com ara una amanida de fruita, iogurt o crepes.

A les escoles de primària és força habitual que hi hagi una petita botiga que vengui menjar durant les pauses. Algunes d'aquestes botigues les porten infants més grans, com un projecte per acostumar-los al comerç i per fer-los conscients de la producció dels aliments i de les condicions del treball en els països menys desenvolupats. Aquestes botigues són una alternativa interessant a les màquines de venda de menjar, tot i que tampoc ajuden a equilibrar la dieta dels infants.

Creativitat, preocupació i coherència

El projecte *Els migdies a l'escola*, que va guanyar un premi europeu de promoció de la salut el 2001, va evidenciar la imaginació i la creativitat dels infants per fer que els aliments i els àpats siguin divertits a més de saludables. També va demostrar l'interès generalitzat de les escoles i de tots els implicats –les associacions de pares, els consells escolars i els ajuntaments– per difondre materials educatius i de promoció de la salut. Com a resultat, a moltes de les escoles es van començar a introduir opcions alimentàries saludables. Posteriorment, iniciatives com «Nutrició a l'escola: escollir opcions saludables», un fòrum organitzat pel Consell d'Europa i l'oficina europea de l'Organització Mundial de la Salut, també han contribuït a augmentar la preocupació per una major coordinació de les polítiques dirigides a garantir la salut dels infants.

Cristine Deliens és coordinadora, sociòloga especialitzada en promoció de la salut a Brussel·les. Cordes@beon.be

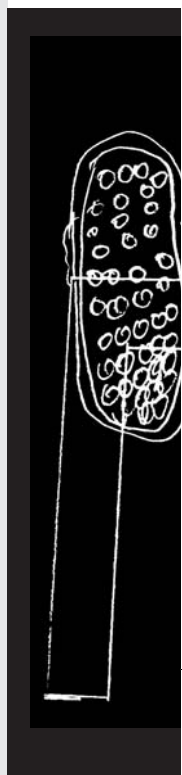
Frases curtes escrites pels infants durant el programa «L'hora de dinar a l'escola». Els infants tenen entre 6 i 9 anys i van a l'escola primària. Els àpats són calents (*dîner chaud*) o freds (*dîner tartines*)

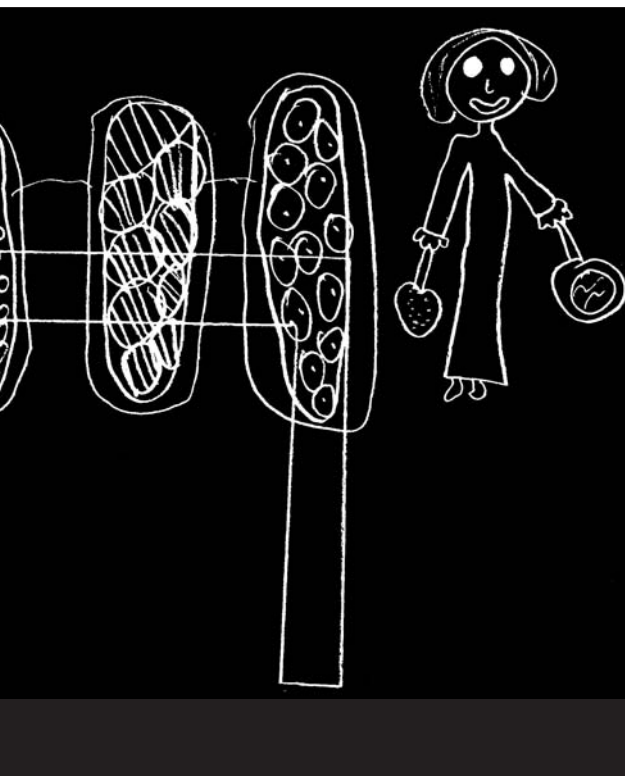
Què no agrada als infants

La xarxa de ferro de les finestres fa por.
No m'agrada quan algú crida molt al menjador, perquè em fa mal de cap.
Has d'estar callat i això no m'agrada.
Les taules estan enganxoses i els gots tenen gust de lleixiu.
No m'agrada que la cuinera miri la meua carmanyola.
Sona la campana, vas al teu lloc, menges, jugues, sona la campana, vas al teu lloc, tornes.
No m'agrada la sopa, no sé què m'agrada.

Què els agrada als infants

Menjar en grups petits a la cantina, perquè hi ha menys soroll.
És una bona idea que ens demanin la nostra opinió.
M'agrada la pausa de dinar més pausada –amb música per relaxar-nos.
M'agrada menjar a taula amb els nens i nenes més grans. Allà em puc posar el menjar jo sol i no agafo el que no m'agrada.
M'agrada menjar a l'escola perquè m'agrada estar amb els meus amics, perquè m'agrada menjar amb ells.
M'agradaria menjar a la primera taula perquè així em posarien el menjar abans i després podria xerrar més.





Ajudar la senyora de la cuina a netejar, i a decorar el menjar. De vegades, preparo la sopa i les postres.

M'agradaria més si poguéssim menjar tots junts, perquè podríem xerrar tots.

Podem triar entre diferents tipus de sopes.

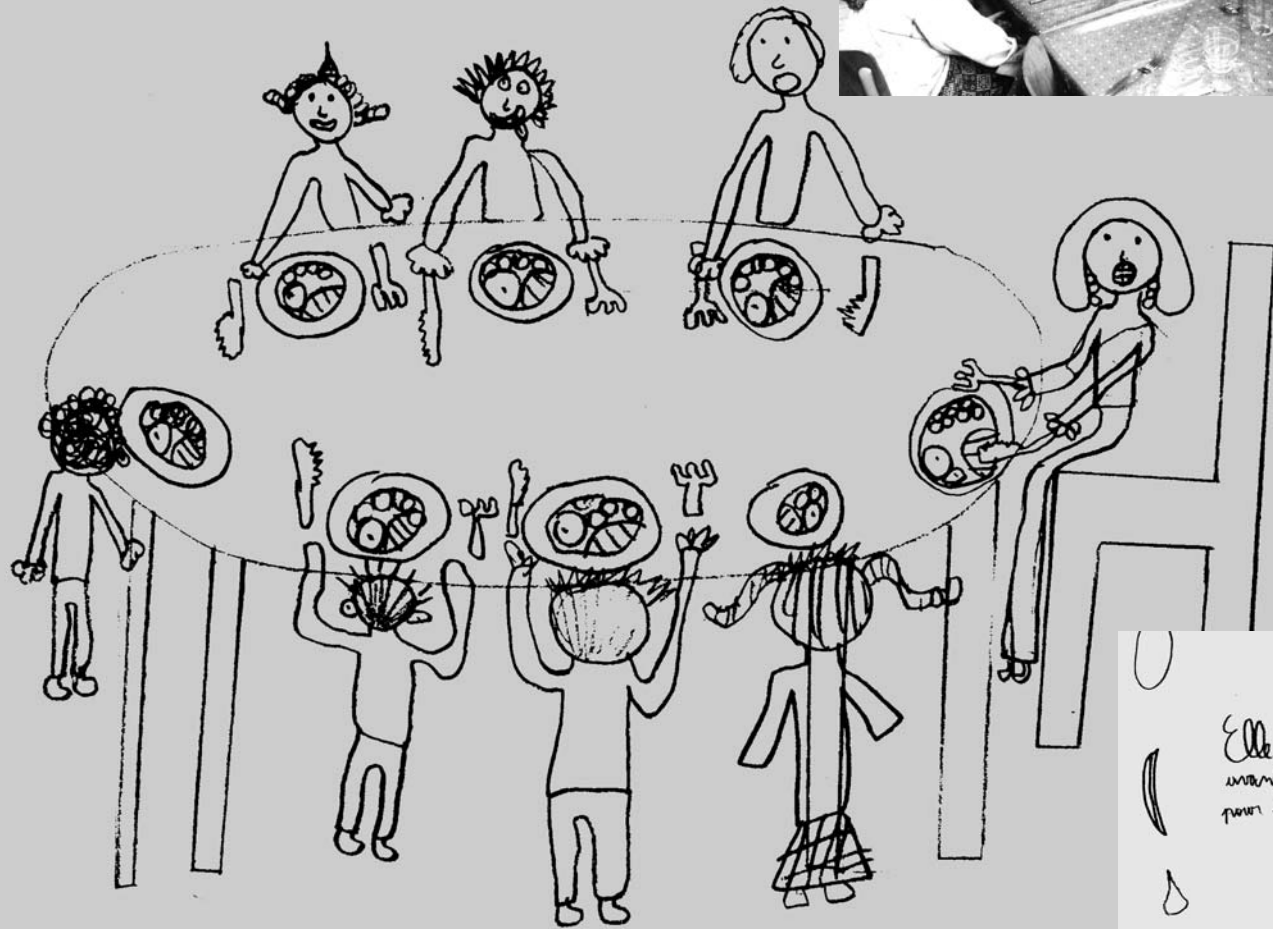
I quan acabem, marxem amb unes postres per a tots els nens i nenes.

Que els infants que mengen de carmanyola mengin separats.

Que els grups se separin quan mengem.

Podem escollir les postres. Pots seure amb els teus amics.

He provat un plat. Tenia gust de caramels d'anís.



Alimentar els infants d'una ciutat

28

Giuseppe Dalmasso

Torí és una gran ciutat. El seu ajuntament és responsable d'alimentar més de 50.000 infants cada dia. Giuseppe Dalmasso descriu com l'ajuntament fa front a aquesta responsabilitat, i com intenta equilibrar la nutrició i l'educació dels àpats escolars.

A Itàlia, les escoles van començar a oferir menjar com un servei social per a les famílies més necessitades. Originalment les oferien les societats d'ajuda escolar, organitzacions que donaven suport als infants de famílies pobres. Però al 1976, els departaments de serveis socials municipals van assumir aquesta responsabilitat. El 1995 els àpats escolars es van redefinir com una activitat educativa, i se'n va transferir la responsabilitat als serveis municipals d'educació. Això representava més que una simple reorganització administrativa. Era també una decisió política i educativa, ja que tenia com a objectiu subratllar el caràcter educatiu dels àpats escolars.

Avui quasi ningú dubta del fet que els àpats escolars són, per a totes les edats, alguna cosa més que el temps necessari per menjar (tot i que això també és important). Els àpats formen part de les activitats educatives de les escoles. Tot i això, la sensibilitat dels mestres envers la significació educativa del menjar varia. Molts d'aquests mestres supervisen els àpats amb cura i desenvolupen temes a l'aula que contribueixen a l'educació nutricional; alguns fins i tot participen en activitats, ofertes per l'ajuntament o altres entitats, dirigides a desvetllar la consciència dels infants sobre la importància de menjar correctament. Hi ha altres mestres, malgrat tot, que infravaloren aquest aspecte de la vida escolar, i el consideren secundari comparat amb les matèries tradicionals de l'escola.

Afortunadament la consciència pública de la importància d'aquesta qüestió i, per tant, de la necessitat d'introduir l'alimentació a l'escola ha augmentat, i ha donat lloc a un número creixent d'iniciatives, a nivell nacional i local, dissenyades per promoure la formació i per promoure la conscienciació dels mestres sobre aquest tema. A la ciutat de Torí aquesta política ha incrementat, sens dubte, el compro-

mís municipal. També ha garantit la incorporació dels àpats escolars en un concepte de «serveis educatius».

Més de set milions de dinars a l'any

La ciutat de Torí ofereix, de mitjana, dinars a 58.000 infants per dia, infants amb edats que van des dels pocs mesos i fins als 18 anys: un terç són a escoles bressol i parvularis, la resta a escoles de primària i secundària. Això implica produir 7,5 milions de dinars per any, amb un cost per a l'ajuntament de 35 milions d'euros (és a dir, una mica més de 4,5 euros per dinar). Els pares amb fills a primària o secundària paguen entre 18 i 90 euros per mes, depenent de la seva renda, mentre que els pares que tenen fills als parvularis paguen entre 25 i 107 euros per mes. El cost dels àpats a les escoles bressol s'inclou en la quota global.

El sistema funciona de manera diferent en els 189 serveis per a infants de menys de 6 anys (escoles bressol i parvularis) i en les 173 escoles. Les escoles bressol i els parvularis tenen una cuina amb professionals formats com a cuiners, que preparen menjar fresc a

partir de productes que els hi arriben diàriament. En el cas de les escoles de primària i de secundària, els menjars els preparen empreses privades que després els duen a les escoles. Diversos inspectors controlen el sistema, visitant els diferents punts de distribució dels menjars cada dia, i fent informes per a l'oficina de qualitat de l'ajuntament. També hi ha un cos extern, especialitzat, que fa auditories periòdiques a les cuines centrals de les empreses contractades per fer el servei.

Els menús els preparen professionals especialitzats, i estan subjectes a la supervisió de dietistes. En el cas de les escoles bressol i els parvularis, els menús s'organitzen en períodes de quatre setmanes; a l'escola obligatòria, el cicle és de vuit setmanes, cosa que implica que un determinat plat es menja un cop al mes o un cop cada dos mesos. Naturalment, també hi ha variacions de temporada en els menús. Estan designats per complir estrictament els principis establerts en les guies nutricionals. Tota la fruita i la verdura és orgànica i els plàtans, a més de ser orgànics, es compren a botigues de comerç just.

Torí ofereix cada dia una mitjana de 58.000 dinars per a nens d'un a divuit anys. Els menús els preparen personal especialitzat i estan supervisats per experts en dietètica.



Cal mencionar també les dietes especials, que responen a les necessitats de salut, ètniques o religioses. Les primeres, de caràcter mèdic, afecten uns 1.500 infants de tota la ciutat, i les prepara el Departament de pediatria i de ciències de l'adolescència de la Universitat de Torí –situat a l'hospital infantil Regina Margherita–, i es cuinen en racions individuals. Les dietes especials per motius ètnics o religiosos són, principalment, per a infants musulmans, i representen uns 2.600 menjars diaris.

Participació del consumidor

És important destacar l'últim tret definitori del servei alimentari de l'Ajuntament: el seguiment de la satisfacció dels qui consumeixen el menjar. Durant anys, el servei ha desenvolupat una política de treball amb els pares i els fills. Hi ha diversos canals per contactar-los. El servei ha promogut la formació de «comissions de menjador», que es poden crear a totes les escoles que ofereixin càtering; aproximadament un 80% de les escoles han creat una comissió de 10 membres, entre pares i mestres. Aquestes comissions avaluen

els serveis, i per exemple els seus membres poden entrar als menjadors i informar l'ajuntament de qualsevol aspecte del servei, incloent la quantitat i qualitat del menjar i l'actitud del personal.

A més d'aquestes formes ordinàries de relació, també s'ha desenvolupat una enquesta sistemàtica que avalua els «residus», per esbrinar quant menjar es deixa al plat –ja sigui perquè els infants no el trien o bé perquè se'l deixen al plat, sense menjar-se'l. Aquesta enquesta, que s'aplica a l'atzar, identifica tipus de menjars que són més difícils d'acceptar, com ara les verdures i el peix, i estudia diferents maneres de presentar-los.

Durant els cursos 2002/2003 i 2003/2004 es va fer una enquesta detallada en què van participar 53 escoles obligatòries. Es van repartir qüestionaris a més de 3.000 estudiants. Els resultats de l'enquesta es van prendre molt seriosament, i els comentaris dels joves van ser molt útils per millorar el servei. Els nivells de satisfacció van ser bons entre els infants de l'escola primària, mentre els de secundària no eren tan bons, i en conjunt hi havia pocs desigs de provar nous plats.

Giuseppe Dalmasso és el Coordinador dels Serveis de Càtering per a les escoles de l'Ajuntament de Torí. Grazia.Ranieri@comune.torino.it



Menjar a fora

30

Annica Grimlund

Quasi tots els dies, quan arriba l'hora de dinar al förskolan (centre de temps lliure) de Skogstrollet, al centre de Suècia, els nens i nenes estan jugant fora. El més natural, per tant, seria quedar-se fora i dinar sense que els infants haguessin d'interrompre el seu joc. Però no sempre ha estat així. Els dinars a fora van començar, com en molts altres centres, fent unes salsitxes de Frankfurt a la barbacoa i fornejant pa. Però tot va canviar quan els mestres van fer un curs sobre pedagogia «a l'exterior». Els va inspirar tant la qüestió de la cuina fora que van decidir intentar fer-ho diàriament.

«No t'has de desanimar si no te'n surts immediatament. Hem comès molts errors», diu la mestra Elisabeth Ämting. Cuinar a l'exterior és una experiència d'aprenentatge tant per als infants com per als adults. «Ara tots sabem per què un forat per cuinar té aquest aspecte, i hem après com funciona el foc i com dominar-lo».

Cuinar fora requereix preparació i paciència. El foc ha d'encendre's amb molta antelació, perquè el menjar tarda molt més en fer-se que en un forn. Pot tardar tot el matí. «Primer hem de decidir com farem el menjar, i el foc, si el farem servir per fer alguna cosa amb salsa o com a forn. Hem de decidir si necessitem un forat per cuinar o bé si podem usar la *murrika*, una planxa de ferro gran. Decidim el que decidim, sempre hem d'anar a buscar llenya i escorça de bedoll. Un cop està tot preparat, el menjar es cuina i tenim temps per jugar i fer altres activitats.»

Quan el menjar està a punt és deliciós. «Tot té bon gust quan estàs fora. Potser és perquè tots els sentits estan actius al mateix moment.» Una canonada d'aigua permet als infants rentar-se les mans sense haver d'entrar a dins. Van deixar de fer servir plats després de descobrir els avantatges de menjar amb una *kasa*, una mena de got amb forma de cucurutxo de gelat que manté més l'escalfor. «Els pots de ferro són perfectes per fer-los servir amb un foc. En vàrem comprar alguns de molt barats en uns encants».

Annica Grimlund és directora de la Förskolan de Tidningen. Forskolan@lararforbundet.se i elisabeth.amting@fcbu.ornskoldsvik.se

Com fer un forat per cuinar

Assegureu-vos que no hi ha massa arrels a terra, perquè s'escalfa molt i les arrels podrien provocar un incendi. És millor si el terra és de sorra. Pots construir un sorral permanent i fer-lo servir com a forat per cuinar. Feu un forat d'uns 50-60 cm de profunditat.

Enceneu foc en el forat i poseu vint pedres, de la mida d'un puny, dins del foc, i deixeu-les-hi una hora. Feu servir una pala gran per treure les pedres del foc i cobriu el fons del forat amb deu pedres. Poseu el menjar a sobre, embolicat amb l'escorça de bedoll. Aleshores cobriu-lo amb les altres deu pedres i tapeu-ho tot amb una capa de molsa.

El forat ha d'estar ben tapat. Si en surt fum, poseu-hi més molsa o pedres. Si els paquets del menjar estan fets d'escorça de bedoll, poseu uns quants branquillons de gerd entre les pedres i el menjar, de manera que no es cremi.

Salmó de Skogstrollet

Per a 15 persones
A la papillote

Ingredients

2 kg de filet de salmó
30 patates
1 porro
crema de llet
6 tomàquets a rodanxes
pastanagues ratllades
llimona
pebre
una cullerada de mantega
un tros gran de paper d'alumini

Poseu el peix sobre el paper d'alumini, saleu-lo i tireu-hi pebre. Peleu i talleu les patates a rodanxes primes.

Poseu les patates, els tomàquets i el porro amb el peix, i afegiu-hi la mantega.

Emboliqueu el peix amb el paper d'alumini.

Poseu-lo al forat durant uns quinze minuts.



**Menú setmanal de la förskolan Galaxen d'Essingen
(una petita illa prop d'Estocolm)**

El centre acull 36 infants d'1 a 6 anys. Compta amb un cuiner i un ajudant, que preparen el menjar per al centre i per a dues escoles del veïnat.

Dilluns	Peix arrebossat amb salsa Rhode Island
Dimarts	Simfonia de pasta
Dimecres	Schnitzel de pollastre amb salsa de formatge
Dijous	Sopa i entrepà
Divendres	Llom fumat a l'estil de Hawaii

**Menú setmanal de la förskolan Olivträdet
d'Skärhomen (situada en un barri de classe mitja
baixa al sud d'Estocolm)**

El centre va obrir fa poc i té un percentatge molt alt d'infants i treballadors musulmans. S'hi vol enfortir alhora la identitat musulmana i sueca dels infants. El menjar es prepara al centre i tot és *halal*.

Dilluns	Spagueti a la bolonyesa i amanida. Fruita
Dimarts	Peix arrebossat, patates fregides, salsa i amanida. Fruit
Dimecres	Pollastre al curry, arròs i pastanaga ratllada. Fruita
Dijous	Sopa de lleties i pastissos de lleties. Fruita
Divendres	Estofat amb arròs i amanida de col. Fruita

Els dinars escolars d'en Jamie

Linsey Denholm

Jamie Oliver, un dels cuiners més famosos de la Gran Bretanya, ha fet molts programes de televisió, i els seus llibres de cuina són *best sellers*. Ara ha ajudat a incrementar la consciència pública sobre els àpats escolars i ha aconseguit que esdevinguin una prioritat política. El projecte va iniciar-se amb en Jamie posant-se a treballar en una cuina escolar; després es va encarregar dels àpats escolars en un districte del sud de Londres, amb més de 20.000 infants que dinaven a escola cada dia. El repte era trobar maneres de fer que els menjars escolars fossin atractius per als infants, però alhora sans i nutritius –i tot amb un pressupost de 54 cèntims d'euro per dia! Els resultats es van mostrar en una sèrie de televisió, *Els dinars escolars d'en Jamie*, que es va emetre durant el 2005.

El programa i el seu web (www.channel4.com/life/microsites/J/jamies_school_dinners) va oferir consells pràctics als pares: com preparar esmorzars sans i carmanyoles, com fer que el menjar de casa fos atractiu per als infants, i com llegir i entendre les etiquetes dels productes al supermercat. També recomanava als pares que animessin els fills a mantenir un registre del menjar que prenien (com el diari d'en Billy), i a ajudar-los a la cuina. També encoratjava els pares a esbrinar què menjaven els seus fills a escola.

La sèrie va desvetllar l'interès del públic i dels mitjans de comunicació. Després va iniciar-se la campanya *Alimenta'm millor*. L'objectiu de la campanya era millorar els àpats escolars, eliminar-ne el menjar-escombraries i el menjar preparat, i aconseguir que les escoles preparassin cada dia menjar sa i fresc. La campanya va recollir signatures a través del seu web (www.feedmebetter.com), de pares, mestres, infants i de 116 parlamentaris, i en Jamie va lliurar 271.677 signatures al primer ministre Tony Blair.

El resultat ha estat un acord del Govern per destinar 406 milions d'euros addicionals als àpats escolars d'Anglaterra i Gales, augmentant el cost mitjà dels ingredients a uns 0,73 € per dia i infants per a cada escola primària, i fins a uns 0,87 € per a cada infant d'escola secundària. Un altre progrés en la mateixa direcció va ser la creació de la primera escola per a cuiners escolars de la Gran Bretanya, que en Jamie va obrir l'octubre de l'any passat. Tot i que és una passa endavant, en Jamie ja ha advertit que és insuficient, i que calen molts més diners per poder dur a terme els



canvis necessaris. També cal establir unes normes nacionals, i inspeccions per garantir que aquestes normes s'estan complint.

No és només una qüestió de diners. L'actitud dels infants envers el menjar ha de canviar –i això no es pot fer ni fàcilment ni ràpidament, sinó a través d'una educació a llarg termini i de bons exemples, tant a casa com a l'escola.

Linsey Denholm redactora de *Children in Scotland*.
Idenholm@childreninscotland.org.uk

Focus en... Un hort a cada escola

Sara Famiani

Com aproximar-se a gusts desconeguts sense prejudicis? Com confiar en els nostres sentits sabent que poden dur-nos a confusions? Com generar entusiasme entre els infants d'escola primària per un programa educatiu que no té nota? Aquests són alguns dels reptes d'un projecte pilot gestionat per Slow Food («Menjar Lent») en dues escoles del nord d'Itàlia, i que descriu Sara Famiana.

«Totes les escoles haurien de tenir un hort. I els menjars de l'escola haurien de fer-se amb les verdures cultivades pels infants. Han d'aprendre que tenir cura de la terra i aprendre a alimentar-se és tant important com llegir, escriure i les matemàtiques. Crec que és responsabilitat del sistema escolar públic fer arribar aquests valors tan importants als infants».

Aquestes són paraules d'Alice Warners, propietària del llegendari restaurant Chez Panisse a Berkeley, Califòrnia. El 1998, va encetar un projecte d'hort a l'escola de secundària Martin Luther King de Berkeley, amb l'objectiu de promocionar la producció d'aliments, el fet de cuinar-los i compartir-los. El projecte es va iniciar amb la construcció d'un hort de verdures a l'escola: «Els joves i els professors s'ho passen bé embrutant-se les mans. Ni tan sols tenen la sensació d'estar a escola».

El projecte parteix d'una base holística, amb un lligam únic entre l'hort, l'aula i el menjador. L'hort va sorgir de la idea que la pràctica és una molt bona manera d'adquirir coneixements. No hi ha cap manera millor d'explicar la temporalitat dels productes d'un hort que experimentar-ho directament, observant el temps, entenent que si no plou o si plou massa, que si fa massa calor, o bé si la primavera arrenca tard, tot això marcarà una diferència en les verdures –com a contrast a la presència constant de totes les verdures i fruites als supermercats.

Créixer a Itàlia

Ara el projecte s'ha estès a molts països europeus, tot i que encara no forma part del currículum formal –i potser aquest és el seu gran atractiu. A Itàlia, els horts escolars han rebut, des de 1994, el suport de l'Associació «Menjar lent». El Ministeri d'Educació ita-

lià ha acreditat l'associació com a entitat de formació, i aquesta ha participat activament en l'educació nutricional, incloent cursos sensorials i de tast en les escoles italianes des de fa més de deu anys.

El seu objectiu és que els infants coneguin, des de ben petits, la cultura i el plaer associat a l'alimentació a través dels horts escolars. Menjar no és només una activitat per sostenir el cos, sinó que contribueix a desenvolupar les capacitats sensorials mitjançant el gust, l'experimentació i l'aprenentatge dels productes i tradicions del context cultural propi. Això no només implica aprendre els gusts, sinó també expressar el gust personal i no conformar-se amb idees preconcebudes sobre què és bo.

Una experiència local

Aquests són els principis que han inspirat i donat suport a l'adopció d'un projecte educatiu local –«El plaer de saber més»– finançat per l'Oficina Regional de Turisme de Friuli Venezia Giulia. En aquesta regió del nord-est d'Itàlia, «Menjar lent» ha treballat, durant el curs 2004-2005, amb uns setanta infants de tres grups de primària i els seus mestres.



Els objectius del projecte se centaven en dues idees bàsiques: introduir els infants al món de l'ecologia a través de la naturalesa temporal de l'hort i els seus productes; i desenvolupar una aproximació al món del sentits que permeti desenvolupar accions i superar una sèrie de prejudicis molt estesos sobre alguns tipus d'aliments.

Com més urbana és la cultura i la societat dels infants que participen en el projecte, més important és restablir un lligam fort amb la terra. Els coneixements que fins fa ben poc es transmetien oralment, dels més grans als petits, es pot adquirir, com a mínim parcialment, a través de les experiències de primera mà en un hort escolar; és només un input, però pot constituir una bona oportunitat per a altres inputs, alguns en el context familiar.

Horts i jocs

El programa té, a les escoles de primària, dos components: d'una banda, la creació i la cura d'un hort escolar; de l'altra, una sèrie de jocs sensorials, creats expressament per estimular la sensibilitat i curiositat dels infants.

Tots els grups d'infants van fer-se responsables d'un hort, per la qual cosa tots els infants hi van treballar des del novembre, quan van excavar el terra, fins al juny, quan van recollir els fruits. Per aconseguir els resultats que esperaven, els infants van necessitar paciència, coordinació i un esperit de cooperació i observació. Les verdures (pèsols, xicoira, enciam, cebes, all i remolatxa) i les herbes (marduix, romaní, farigola i sàlvia) cultivades es van fer servir per cuinar i per donar gust als plats que van cuinar i es van menjar junts abans de final de curs. Durant l'estiu, els infants i les seves famílies van fer-se càrrec de l'hort.

Des d'un punt de vista pràctic, tenir cura de l'hort i de les verdures durant l'any ha servit per incrementar la consciència dels infants sobre certes realitats agrícoles que han desaparegut del context diari urbà. Alhora, els ha permès entendre la influència del clima i de les estacions, i l'esforç necessari per cultivar la terra, atorgant la dignitat i la importància que es mereix a la feina agrícola. Treballar a l'hort pot ser divertit, especialment si es

fa en equip. A més, al llarg de l'any es va observar un desenvolupament de la creativitat i de les habilitats manuals dels infants.

Fer més atenció a la informació que ens ofereixen els nostres sentits proporciona als infants unes eines immediates per analitzar de manera més perceptiva allò que estan menjant. En aquest sentit, el programa incloïa unes quantes sessions de tast a cegues, en les quals els infants havien de reconèixer els aliments només a través del tacte o l'olor. Es va intentar estimular l'habilitat crítica contrastant el que se sent quan es tasta quelcom comparat amb les expectatives que es generen al veure aquest mateix producte. Això va encoratjar una nova actitud front a certs aliments (especialment la fruita i la verdura), que d'entrada es van rebutjar només perquè el seu aspecte no era molt atractiu.

Tots els grups van produir materials per exposar-los o per resumir l'experiència, i la majoria de la feina feta amb els conferenciants de «Menjar lent» la van continuar fent els infants. Cal pensar que els infants que avui senten el plaer del contacte directe amb la terra demà seran capaços d'escollir amb coneixement, i de ser consumidors responsables.

Sara Famiani és membre de l'equip Slow Food de Friuli Venezia Giulia per al Progetti Educazione del Gusto (Projecte d'Educació en el Gust). sarafamiani@hotmail.com



Cada grup disposa d'un hort que ha tingut ocupat els infants des de la preparació de la terra el novembre a la collita de juny.

Els productes que en treuen es fan servir per cuinar.



Informacions

El comitè de Nacions Unides defensa els drets dels infants més petits

El Comitè dels Drets de l'Infant de Nacions Unides ha publicat el seu setè Comentari General sobre els Drets de l'Infant en la Primera Infància. El Comitè va decidir centrar-se en els infants més petits perquè els informes nacionals sobre l'aplicació de la Carta de Drets de l'Infant de Nacions Unides donaven molt poca informació sobre aquestes edats: «el Comitè sentia la necessitat d'introduir el debat sobre les implicacions àmplies de la Convenció per als més petits.» El Comentari emfasitza el rol actiu dels infants en les famílies, comunitats i societats, i també que «el concepte de l'infant com a subjecte de drets amb llibertat per expressar els seus punts de vista i amb el dret de ser consultat en aquelles qüestions que l'afecten s'ha d'aplicar des del primer moment». En relació al tema d'aquest número, el Comitè fa notar que «des d'una edat molt primerenca, els infants haurien de participar en activitats que promoguin una bona nutrició».

El dret a l'educació es reconeix des del naixement, i és una educació entesa en el seu sentit més ampli. El treball amb els infants més petits hauria de ser «valorat socialment i ben pagat», i els treballadors de la infància haurien

de rebre «una preparació àmplia (i) formació permanent». Al Comitè li preocupa l'atenció insuficient que es dona al dret dels infants al temps lliure, al joc i a les activitats recreatives, amb una «escassetat d'oportunitats per als més petits per reunir-se, jugar i recrear-se en un entorn centrat en l'infant, segur, de suport, estimulant i lliure de pressions.»

El Comentari sencer es pot trobar a: [http://www.unhchr.ch/tbs/doc.nsf/\(Symbol\)/CRC.C.G.7.En?OpenDocument](http://www.unhchr.ch/tbs/doc.nsf/(Symbol)/CRC.C.G.7.En?OpenDocument)

Una acció positiva de la Unió Europea sobre els drets de l'infant

Com ja es va dir en el número 9 d'INFÀNCIA A EUROPA, la Comissió Europea està planificant la publicació d'una Comunicació sobre els Drets de l'Infant –una iniciativa de Franco Frattini, Comissari de Justícia, Llibertat i Seguretat. Eurochild AISBL ha unit les seves forces a les d'altres xarxes de les ONG europees que treballen amb infants. Junts, han desenvolupat una sèrie de missatges clau sobre què hauria d'incloure la Comunicació per esdevenir, realment, una estratègia efectiva per a la coherència de la política de la UE. Sobretot, insisteixen que la Comunicació hauria d'incloure alguns indicadors mesurables, i reflectir els principis de la



Convenció dels Drets de l'Infant de Nacions Unides. Suggereixen que el text sigui una Comunicació Conjunta, que estableixi una estratègia per a la política interna i externa de la Unió i que promogui els drets de l'infant dins la Unió Europea, en els seus estats membres, i també a països tercers.

El Col·legi de Comissaris aprovarà un primer redactat de la Comunicació el març del 2006. Eurochild i altres ONG fan un seguiment curós del procés i intenten garantir que inclogui una reunió entre experts en el tema i una consulta social abans de la publicació de la versió final, en el mateix 2006.

Parlant amb Ferruccio Cremaschi, director convidat d'aquest número, l'expresident de la Unió Europea Romano Prodi va afirmar que la inclusió dels drets dels infants en la proposta de constitució europea (vegeu núm. 7 d'INFÀNCIA A EUROPA) no era cap accident. Hi ha hagut un debat ric i extens al Parlament Europeu, no sols sobre els drets

dels infants, sinó també sobre com viuen a les ciutats modernes, discutint com fan front a créixer en un entorn que posa molts obstacles en el seu camí. Malauradament, la Constitució està paralitzada, però la seva aprovació certament ajudaria el desenvolupament de les polítiques per als més petits en tots els països europeus.

Subscripció a Infància a Europa

Cognoms: _____
Nom: _____
Adreça: _____
Codi postal: _____
Població: _____
Província: _____
Telèfon: _____
Correu electrònic: _____
NIF: _____

Se subscriu a INFÀNCIA A EUROPA (2 números l'any)
Preu subscripció per al 2006 (+ IVA): 9,80 euros

Preu d'aquest número (IVA inclòs): 5,20 euros

Pagament: Per xec nominatiu, a favor de l'AM Rosa Sensat
Per domiciliació bancària

Butlleta de domiciliació bancària

Cognoms, nom del titular

Entitat Oficina DC Compte/Llibreta

Firma del titular

Envieu-ho a: INFÀNCIA
av. de les Drassanes, 3, 08001 Barcelona
Subscripció per Internet: www.revistainfancia.org

Infància a Europa

Edició i administració:

Associació de Mestres Rosa Sensat
Av. de les Drassanes, 3 - 08001 Barcelona.
Tel: (34) 93 481 73 73
Fax: (34) 93 301 75 50
redaccio@revistainfancia.org
www.revistainfancia.org
Subscripció: Tel: (34) 93 481 73 79
www.revistainfancia.org

Projecte gràfic i disseny de coberta:

Enric Satué
Impremta: IMGESA, Alarcón, 138-144
08930 Sant Adrià de Besòs (Barcelona)
ISSN: 1578-4886
Dipòsit legal: B-37750-2001
Distribució a llibreries: Prólogo, SA
Mascaró, 35 baixos. 08032 Barcelona
Tel: 670 59 71 31

Amb la col·laboració de la Fundació Bernard van Leer

Tots els drets reservats. Aquesta publicació no pot ser reproduïda, sencera o en part, ni enregistrada o transmesa per un sistema de recuperació d'informació, de cap manera ni per cap mitjà, mecànic, fotoquímic, electrònic, magnètic, electroòptic, per fotocòpia o qualsevol altre, sense el permís previ per escrit de l'editorial.

infànciaeu-ro-pa

Bambini in Europa
Børn i Europa
Children in Europe
Enfants d'Europe
Infància a Europa
Infancia en Europa
Kinder in Europa
Kinderen in Europa

És una publicació conjunta d'una xarxa de revistes de set països europeus que se centra en els serveis i el treball amb els infants d'entre 0 i 10 anys i les seves famílies. Tot i que la majoria d'articles provindran dels països participants, **Infància a Eu-ro-pa** és oberta a qualsevol aportació d'arreu d'Europa.

Els objectius d'**Infància a Eu-ro-pa** són:

- Proporcionar un fòrum per a l'intercanvi d'idees, pràctiques i informació.
 - Explorar la relació entre teoria i pràctica.
- Contribuir al desenvolupament de polítiques i pràctiques en l'àmbit europeu, nacional, regional i local.
 - Celebrar la diversitat i la complexitat.
- Reconèixer la contribució del passat en el present.
- Aprofundir el coneixement de la infància a Europa –passada, present i futura.



Bambini in Europa, en italià:
Bambini - bambini@edizionijunior.it
Viale dell'Industria
24052 Azzano San Paolo, Bergamo,
Itàlia
Tel.: +39 035 534 123
Fax: +39 035 534 143

Børn i Europa, en danès:
Norn & Unge
boernieuropa@bupl.dk
BUPL
Blegdamsvej 124
2100 Copenhagen, Dinamarca
Tel.: +45 354 65000
Fax: +45 354 65039

Children in Europe, en anglès:
Children in Scotland
info@childreninScotland.org.uk
Princes House
5 Shandwick Place
Edinburgh, EH 2 4RG Escòcia
Tel.: +44 131 228 8484
Fax: +44 131 228 8585

Enfants d'Europe, en francès:
A Bèlgica:
Observatoire de l'Enfant
observatoire@grandirabruzelles.be
Rue des Palais, 42
1030 Bruxelles
Tel.: +32 028 008 358
Fax: +32 028 000 001
A França:
Les Amis du Furet
lefuret@noos.fr
6, quai de Paris 67000 Strasbourg,
Tel.: +33 038 821 9662
Fax: +33 038 822 6837

Infància a Europa, en català:
Infància, educar de 0 a 6 anys
redaccio@revistainfancia.org
Associació de Mestres Rosa Sensat
Av. Drassanes, 3
08001 Barcelona
Tel.: +34 934 817 373
Fax: +34 933 017 550
www.revistainfancia.org

Infancia en Europa, en castellà:
Infancia, educar de 0 a 6 años
redaccion@revistainfancia.org
Asociación de Maestros Rosa Sensat
Av. Drassanes, 3
08001 Barcelona, Espanya
Tel.: +34 934 817 373
Fax: +34 933 017 550
www.revistainfancia.org

Kinder in Europa, en alemany:
Betrifft Kinder
evagruerber@verlagdasnetz.de
Wilhelm-Kuhr-Str. 64
13187 Berlín, Alemanya
Tel.: +49 30 48 09 65 36
Fax: +49 30 481 56 86
www.verlagdasnetz.de

Kinderen in Europa, en holandès:
SWP
swp@swpbook.com
Postbus 257
1000 Amsterdam, Holanda
Als Països Baixos:
Tel.: +31 203 307 200
Fax: +31 0203 308 040
A Bèlgica:
Tel.: +32 923 247 35
Fax: +32 923 247 50