

núm 27



Butlletí del CEACV

ALIMENTACIÓ i MEDI AMBIENT

Gener - Maig 2019



CENTRE D'EDUCACIÓ AMBIENTAL

DE LA COMUNITAT
VALENCIANA



Índex

01

Editorial

Pàg. 04

02

Ressenya literària

Pàg. 05

03

Ressenya audiovisual

Pàg. 06

04

Webs

Pàg. 08

05

Apps

Pàg. 09

06

Bones pràctiques
ambientals

Pàg 10

07

Altres entitats de
l'educació ambiental

Pàg. 12

08

Coneix el CEACV

Pàg. 14

09

L'almanac de l'hort

Pàg. 17

10

Activitats del CEACV

Pàg.19

11

El centre de
documentació
del CEACV

Pàg. 23

12

Novetats de la
biblioteca

Pàg. 24

01

Editorial

La població mundial arriba ja a més de 7.500 milions. S'espera que per a final de segle se supere la xifra dels 10.000 milions. Un dels principals reptes de la humanitat, ja en l'actualitat, és el d'alimentar prou (en quantitat) i saludablement (en qualitat) aquesta creixent població. Afrontar aquest repte requerirà grans esforços en camps diversos: incrementar la producció, millorar la distribució, reduir els recursos primaris necessaris, reduir els impactes ambientals, reduir les pèrdues al llarg del procés de producció, processament i distribució dels aliments, etc.

Un altre dels grans reptes és el del canvi climàtic. Els sistemes per a la producció d'aliments en l'àmbit mundial representen ara com ara una de les majors fonts de gasos d'efecte d'hivernacle (GEI), causants de l'escalfament global i les seues conseqüències. Els processos de transformació dels hàbitats silvestres (com boscos, marjals o pasturatges) en terres de cultiu, emeten milions de tones de gasos d'efecte d'hivernacle. Les tècniques convencionals de cultiu són, així mateix, grans emissores a causa dels consums energètics en la maquinària, en la fabricació de fertilitzants i productes fitosanitaris de síntesis, i en l'ús i distribució d'aigua. Cal afegir que les terres de cultiu tenen menor capacitat per a absorbir i emmagatzemar CO₂, el principal gas d'efecte d'hivernacle, que els sistemes naturals.

Quant a la ramaderia, segons dades de la FAO, el sector és responsable de l'emissió de prop del 15% de les emissions de gasos d'efecte d'hivernacle, més que la resta de fonts d'aliments. Les emissions són causades pel canvi en l'ús de la terra, la fermentació digestiva, la producció d'aliment i la gestió de les deixalles d'animals.

Cal sumar les emissions de GEI que també es produeixen amb el processament, emmagatzematge i distribució dels aliments, tant els agrícoles com els ramaders.

Finalment, és necessari cridar l'atenció sobre el desaprofitament d'aliments. Un terç dels aliments que es produeixen en l'àmbit global, no es consumeixen, es perden (segons dades de la FAO). És inadmissible tolerar que es malgasten 1.300 milions de tones d'aliments quan hi ha una bona part de la població que passa fam.

Estem obligats com a societat a transformar els sistemes agraris cap a models respectuosos amb el clima i amb el medi ambient. En aquest sentit, la producció agroecològica és el sistema general de gestió agrària i producció d'aliments més respectuós i que, a més, contribueix al desenvolupament rural així com al benestar animal.

Anna Pons Frígols
Cap de Secció d'activitats del CEACV.

02

Ressenya literària

La terra entre les mans



Títol original:

El huerto familiar ecológico

Autor:

Mariano Bueno

Any:

2014

Núm Pàg.:

429

Editorial:

RBA

Ens trobem en un moment de canvi, la societat comença a prendre consciència de les repercussions que tenen els nostres actes en el planeta i comença a canviar el seu estil de vida, adoptant actituds més sostenibles amb el territori, així que si tens en ment evitar el consum de productes manufacturats, canviar el teu estil d'alimentació cap a un més saludable i de major qualitat i vols començar a cultivar els teus propis aliments ecològics, aleshores EL HUERTO FAMILIAR ECOLÓGICO és el teu llibre.

Mariano Bueno, autor d'aquest llibre (i de molts altres), és un expert, pioner i gran divulgador de l'agricultura ecològica, la geobiologia, la bioconstrucció i les alternatives de vida més saludables al nostre país i a Llatinoamèrica.

Natural de Benicarló, va començar a dedicar-se a l'agricultura des d'edat primerenca i actualment dedica el seu temps a una intensa labor investigadora, divulgadora i docent.

Cultivar un hort ecològic té múltiples avantatges, a part dels productes de major qualitat que obtenim per a alimentar-nos, millora el nostre estat físic ja que ens permet practicar exercici i passar més hores a l'aire lliure, ens retorna la sensibilitat i el contacte amb la mare terra, ens ajuda a entendre el cicle de la vida i a promoure una major biodiversitat, pot ser un espai on passar temps en família i, a més, pot convertir-se en una alternativa econòmica.

No és imprescindible disposar d'un tros de terra per a cultivar un hort; és possible iniciar-se en el món del cultiu ecològic des de casa, crear un hort urbà a la terrassa o al balcó pot ser una bona opció o fins i tot formar part d'un hort comunitari.

En el llibre podem trobar tot el necessari per a posar en marxa el nostre hort; és una vertadera enciclopèdia de l'agricultura ecològica, a més explicat de manera clara, amena i molt gràfica. Conté nombrosos apartats amb fotografies, dibuixos i trucs per a dur a terme. En aquesta nova edició actualitzada trobarem informació sobre: les pràctiques agrícoles, les eines de l'hort, la reproducció vegetal, els problemes de l'hort (plagues i malalties i com solucionar-les), la importància del temps i el clima, l'adobament i el compost, els cultius hortícoles i les espècies beneficioses, com complementar l'entorn de l'hort, l'hort medicinal.

La informació és rellevant per a tots els interessats en l'agricultura ecològica, ja siguen iniciats o experts en aquest camp. Aquest llibre és una font de saviesa per a tot aquell que vulga viure en harmonia amb la naturalesa i gaudir d'una bona salut.

Silvia Raya

Llicenciada en Ciències Ambientals. Educadora del CEACV.

03

Ressenya audiovisual

*L'escàndol del desaprofitement
alimentari*

Títol original:

Le scandale du gaspillage alimentaire.

Any:

2012

Duració:

50 minuts

Realització:

Marie Pierre Rimbault.

En aquest documental es posa en evidència un fenomen que molta gent no coneix o no vol conèixer: el balafiament alimentari. En la nostra societat consumista, el balafiament comença molt abans de l'arribada dels aliments a les llars.

Aproximadament la meitat del que es pesca es torna directament al mar, bé perquè no té la talla o bé perquè no és el que es buscava. Aquests animals passen diversos minuts en la coberta del vaixell fins que són tornats al mar, per la qual cosa no tots sobreviuen.

Però no solament això, una vegada els vaixells arriben a port, les captures van a la llotja per a la seua subhasta. Si el preu que es pretén obtindre no s'aconsegueix, el producte es descarta i o bé es tira, o s'usa per a fer farina de peix o productes com ara lleixiu.

Enfront d'aquest desaprofitement, hi ha associacions que s'encarreguen de recollir aqueixos rebuigs de llotja, processar-los i distribuir-los en menjadors socials.

En l'agricultura passa alguna cosa semblant, una part important de la collita es descarta en camp si no té el calibre oportú, o el seu aspecte no és el que el consumidor espera, o bé perquè el preu és baix i no es recull.

El balafiament també arriba als hospitals i menjadors escolars, en els quals s'arriba a tirar el 30% del menjar preparat, moltes vegades pel mal dosatge de les quantitats o en errors en la confecció dels menús.

Però si parlem de desaprofitement, sens dubte on més es produeix és en la gran distribució. Els supermercats han de vendre els productes que els arriben de forma preestablida, i si la data de caducitat s'acosta (4-5 dies) es retiren de les prestatgeries. Tot això respon a la idea que una rotació i frescor permanent farà que els clients compren més. A més, no distribueixen els productes entre els seus empleats perquè pensen que d'aqueixa forma perden clients potencials. Prefereixen tirar-ho al contenidor del fem o, si poden, donar-lo a finalitats socials.

D'aqueixa forma, a més d'un substancial descompte en els seus impostos, poden millorar la seua imatge amb productes que anaven a acabar al fem.

Malgrat això, hi ha iniciatives que intenten canviar les coses:

Alguns supermercats realitzen batuts o sopes amb les fruites i verdures que no tenen eixida comercial per a donar-los una segona vida.

Hi ha associacions que reben excedents i donacions dels supermercats i els distribueixen en botigues solidàries, a un preu entre el 80 i el 90% menor.

O voluntaris que van els diumenges als mercats de carrer a recollir el que els llocs no vendran per a redistribuir-ho gratuïtament una vegada acabat el mercat entre els més necessitats. D'aquesta forma,

les persones que acudeixen a aquests establiments es consciencien del desaprofitament, aprenen en classes de cuina a no tirar res, i no han de perdre la seua dignitat regirant en poals del fem.

També hi ha persones que, per idealisme o necessitat, opten pel free-veganisme. Consisteix a alimentar-se només amb els aliments que els supermercats tiren al fem, amb l'objectiu de no formar part d'un sistema de balafament alimentari. Com es diu en el documental "El balafament és una estratègia de creixement per a fer que la gent tire i torne a comprar ràpidament".

Les llars tampoc es deslliuren d'aquesta cadena de balafament. Moltes vegades, afavorits per les campanyes de màrqueting i publicitat, comprem formats d'aliment familiar perquè és més barat el quilo. Però després, si no ho consumeixes perquè la quantitat és molt gran, acabes tirant al fem aqueix estalvi.

Com comenta una mare de família "Eduquem els xiquets perquè no tiren el menjar i no el deixen en el plat, i al final, sense voler, el tirem nosaltres".

Alberto Villalba

Ambientòleg. Educador del CEACV.



04

Webs

El malbaratament alimentari és un problema ambiental poc conegut però molt impactant. Estos webs ens permeten saber que podem fer per a evitar-ho i reduir el nostre impacte ambiental.



Projecte fotogràfic que pretén visualitzar el sucre lliure que hi ha en molts dels aliments que consumim habitualment. La idea consisteix a fotografiar el producte al costat de la quantitat de sucre que conté en terrossos, usant el mateix llenguatge visual que empra la indústria per a vendre'ns els seus productes. el seu objectiu és arribar al màxim nombre de persones mitjançant les xarxes socials.



Programa per a la reducció de les pèrdues i el desaprofitament alimentari i la valorització dels aliments rebutjats. És una iniciativa del Ministeri de Transició Ecològica, presentada l'any 2013 per a limitar les pèrdues i el desaprofitament d'aliments i el seu impacte sobre el medi ambient. L'Estratègia anima tots els sectors de la societat a col·laborar aportant les opinions, idees, els coneixements i experiències per a, entre tots, contribuir a la reducció del desaprofitament d'aliments.



CERAI ha desenvolupat una guia perquè els centres escolars puguem iniciar el procés de transició cap a una alimentació escolar sostenible. Amb els aprenentatges obtinguts en la fase pilot realitzada en 3 col·legis públics de València, des de CERAI han volgut compartir aqueixa eina de sistematització, amb la finalitat de facilitar la rèplica d'aquesta iniciativa en altres centres escolars i altres territoris.

05

Apps

El malbaratament alimentari és un problema ambiental poc conegut però molt impactant. Estas Apps ens permeten saber que podem fer per a evitar-ho i reduir el nostre impacte ambiental.



En l'APP hi ha un escàner d'etiquetes per a calcular els terrossos de sucre equivalents que té aquest producte, i a més un accés a les fotografies que hi ha publicades en la web i xarxes socials amb aquesta informació.



Aquesta app només està disponible en l'App Store per a dispositius iOS.

Amb Expire es pot tenir el control de cada producte que compres i comprovar la seua data de caducitat en qualsevol lloc. Tens també una llista de la compra que t'ajudarà la pròxima vegada que acudisques al supermercat.



Una eina que pretén crear una xarxa ciutadana compromesa amb la reducció del desaprofitament d'aliments. El seu objectiu principal és sensibilitzar sobre el dret a l'alimentació i el malbaratament de menjar, i pressionar perquè es prenguen mesures sobre aquest tema.

Cal el registre de l'usuari amb el seu codi postal que, al seu torn, li permetrà identificar on hi ha aliments prop del seu habitatge que estan disponibles per a ser recollits, i també li permetrà mostrar a través d'un mapa, de la mateixa plataforma, el menjar que té disponible perquè un altre usuari pugui recollir-lo.

06

Bones pràctiques ambientals

La nostra forma de consumir influeix en l'entorn i el medi ambient, i en el cas de la forma en què ens alimentem, a més influeix sobre la nostra salut. Sent responsables i adequant els nostres comportaments podem millorar el nostre medi ambient i la nostra salut a través d'un consum d'aliments sans i de baix efecte ambiental.

- 1.** Si pots, apunta't a un grup de consum: eliminaràs intermediaris en les teues compres, aconseguiràs aliments i productes de major qualitat i a millor preu.
- 2.** Programa un menú setmanal sobre la base de les teues necessitats i gustos, revisa el que tens a casa i compra només el que necessites. Evitaràs generar desaprofitaments.
- 3.** Abans d'anar a comprar, planifica la compra: evitaràs caure en la "temptació" de comprar productes que no necessites realment.
- 4.** Per a evitar la ingesta de mercuri a través de l'alimentació, limita el consum de grans peixos blaus (peix espasa, caçó, tonyina, etc.) i combina'ls amb uns altres de menor grandària (anxoves, aladroc, verats, sardines, etc.).
- 5.** No consumisques peixos menuts, respecta les talles mínimes i contribuiràs a la renovació dels recursos marins.
- 6.** Consumeix peix sostenible: llig l'etiquetatge, tria peix de temporada de les nostres costes i si pot ser, obtingut amb mètodes artesanals o d'arts menors.
- 7.** Opta per aliments de temporada, produïts en llocs pròxims i de forma ecològica.
- 8.** Per a quan no hi haja productes de temporada, una opció és fer conserves (melmelades, samfaines, compotes, etc.) per a poder gaudir-ne la resta de l'any.
- 9.** No tires al fem el menjar que t'ha sobrat. Algunes "sobres" poden ser utilitzades per a fer altres plats.
- 10.** Cerca la data de caducitat / consum preferent abans de comprar un producte i reflexiona si el consumiràs abans que es complisca.
- 11.** Llig les etiquetes: t'ajudaran a conèixer la caducitat i la composició nutricional.

- 12.** Si compres productes de països subdesenvolupats, busca l'etiqueta "comerç just". T'asseguraràs unes relacions comercials justes i un treball digne per a les persones que els han obtingut.
- 13.** Evita comprar productes sobreenvasats i opta pels que menys residus generen.
- 14.** Evita comprar productes modificats genèticament (OMG), també anomenats transgènics. Comprar-ne comporta greus riscos socioeconòmics, per a la salut humana i el medi ambient.
- 15.** Compra només la quantitat de productes que necessites, i si és possible, compra'ls a granel.
- 16.** Basa la teua alimentació en productes d'origen vegetal, complementats pels d'origen animal. La producció d'aquests últims és la responsable de gran part dels gasos d'efecte d'hivernacle emesos.
- 17.** Si et sobren verdures (pimentó, ceba, carlota) i no les has d'usar en els pròxims dies, pots picar-les i ficar-les en una carmanyola per a congelar-les. Així podràs usar-les més tard.
- 18.** Si t'ha sobrat menjar preparat, congela'l i el podràs usar un altre dia.
- 19.** Cuina els teus plats sempre que pugues usant receptes tradicionals. Solen basar-se en producte local i de temporada.
- 20.** Fixa't en l'etiquetatge i el codi dels ous: donen informació valuosa de les condicions en què han viscut les gallines i l'alimentació que han rebut.
- 21.** Evita caure en temptacions: no vages a comprar amb l'estómac buit.
- 22.** Tria productes amb menys grasses saturades com ara carns magres, peixos i lactis desnatats.
- 23.** Modera la compra d'aquells productes menys recomanables.
- 24.** Limita el consum de begudes ensucrades i d'aliments amb elevat contingut en greixos, sucre i sal.
- 25.** Consumeix llegums i cereals, preferentment integrals.

Alberto Villalba.

Ambientòleg. Educador del CEACV.

07

Altres entitats d'educació ambiental

Justícia Alimentària

<< Justícia Alimentària és una organització que fa més de 30 anys que està en funcionament. Està formada per persones que creiem en la necessitat de canviar el sistema agroalimentari actual, que oprimeix i destrueix les comunitats i destrueix el medi ambient. En aquest sentit, ens mobilitzem per a la generació d'alternatives polítiques i socials basades en la sobirania alimentària, la justícia i l'equitat entre dones i homes. Tenim diferents eixos d'actuació per a canalitzar tot el treball que es du a terme a l'Estat espanyol: educar per a transformar, campanyes de denúncia, incidència política i accions de sensibilització.

Treballem amb la comunitat educativa per a generar debat i reflexió sobre els impactes del model actual de producció, comercialització i consum d'aliments. És cada vegada més habitual escoltar en les notícies i en els cafés debats sobre alimentació perquè les contradiccions són cada vegada més alarmants; alguna vegada t'has preguntat per què mengem tan malament en el segle XXI o per què hi ha en aquest món tanta obesitat com fam? Per què cada vegada queden menys agricultors i agricultores, si continuem menjant cinc vegades al dia? Per què s'ha perdut una gran part de la nostra biodiversitat i de les varietats agrícoles locals? Per què augmenta la fam si se suposa que els transgènics l'havien de reduir? Per què són il·legibles les etiquetes dels aliments? Si és així, pot ser que t'interesse compartir aquests debats amb la teua comunitat educativa. Pensem que els centres educatius han de ser un espai de sensibilització, reflexió i formació que done resposta a les problemàtiques globals generadores de pobresa, fam i desigualtat, així com un espai de transformació personal i col·lectiva per a actuar a favor d'una societat més justa i equitativa. Entenem que l'educació està per a millorar la nostra societat, per això proposem al professorat, als pares i mares i a l'alumnat de Primària i Secundària projectes per a mobilitzar-se per una alimentació més sana, sostenible i justa per al món.

La Xarxa d'Escoles per un Món Rural Viu està activa des de 2010 i disposa de més de 100 centres participants a escala estatal. El principal objectiu d'aquesta xarxa és ensenyar l'alumnat a reflexionar críticament sobre els dilemes socials i científics que ens ha plantejat la industrialització de l'alimentació, i introduir de manera transversal la sobirania alimentària en el currículum. Treballem en Primària i Secundària mitjançant diversos projectes, com el concurs de cuina MasterCuina Saludable, el còmic La Patrulla Carxofa, visites a agricultors i agricultores, tallers de cuina sostenible i saludable o investigacions per a millorar la cafeteria o el menjador del centre. Per exemple, la iniciativa "Dis-me què vols menjar a l'escola" planteja totes aquestes temàtiques a l'alumnat de Primària. Volem ajudar-los a respondre-hi d'una manera informada, amb criteris no manipulats per la publicitat. Potser ningú els ha preguntat fins ara. Potser els costarà donar una resposta, però probablement acabaran sorprenent-nos, com sempre. Busquem el seu criteri jove per a proposar a les administracions competents en alimentació escolar altres possibles escenaris alimentaris a les escoles, més sostenibles, saludables i justos. I volem fer això alhora que formem el professorat



en metodologies educatives per a l'apoderament i el pensament crític, mitjançant l'enfocament de l'aprenentatge basat en projectes, per a donar resposta a les problemàtiques reals del nostre sistema alimentari global. El professorat de la Xarxa d'Escoles per un Món Rural Viu creu en una educació transformadora i està compromès amb la sostenibilitat i la justícia social, i vol posar el seu granet d'arena per a canviar aquesta realitat en els seus centres, barris, pobles... Són docents que somien que els veïns i veïnes es retroben amb el mercat, tornen a gaudir de menjar fruites i verdures locals, saboroses i fresques, i que pretenen que s'integre el concepte d'alimentació saludable i sostenible en els projectes educatius de centre. Però sobretot somien amb grups d'alumnes i famílies que desperten la realitat, conscients que si no ens encarreguem col·lectivament de la nostra alimentació, estem en mans d'un negoci que no posa ni les persones ni el planeta en el centre de les seues preocupacions.

D'altra banda, treballem amb les famílies com a eix fonamental de la transformació de l'alimentació escolar. L'Escola de Mares i Pares és un programa socioeducatiu, dirigit a les famílies i els membres de la comunitat educativa interessats a millorar el seu entorn alimentari i fer-lo més compromès amb la salut, el benestar de la societat i el medi ambient, integrant aliments més sans, nutritius i sostenibles que fomenten el desenvolupament de les comunitats rurals i l'equilibri del territori. D'aquesta manera es pretén generar consciència crítica i promoure alternatives per a un consum alimentari saludable i sostenible, centrat en l'alimentació familiar i escolar, perquè la població siga conscient d'allò que menja, com s'ha produït i els efectes que produeix en el medi ambient i la població camperola.

En aquest programa educatiu i d'acompanyament es treballen diverses temàtiques i diferents continguts que permetran millorar la qualitat alimentària i formar persones crítiques, reflexives i respectuoses amb l'entorn social, cultural i natural des d'una perspectiva local i global. Per a aconseguir-ho, s'estan promovent espais de treball de la comunitat escolar com ara les comissions d'alimentació, des de les quals es planteja incloure millores en l'alimentació escolar, tant pel que fa a menjadors escolars com en esmorzars i berenars, festes escolars, visites i excursions... L'objectiu principal és apoderar les famílies perquè participen en l'alimentació escolar i elaboren propostes de millora, fomentant el diàleg i l'escolta amb els equips directius, les empreses de menjador i les mares i els pares dels centres. El qüestionament del tipus de sistema agroalimentari que impera tant en els menjadors escolars com en el dia a dia de les famílies és fonamental per a debatre i aprofundir en les possibles alternatives>>>.

Equip de Justícia Alimentària-Delegació País Valencià.

08

Coneixel CEACV

*L'hort històric del CEACV:
un recurs educatiu i saludable*

L'Hort Històric del CEACV és un hort didàctic i, per tant, educatiu. També és un recurs saludable de bellesa singular, un projecte molt complet per a treballar amb alumnes dels centres educatius i també amb persones d'altres col·lectius. Com a recurs educatiu s'adapta a qualsevol grup d'edat. Es tracta d'un projecte que funciona de fa més de quinze anys, i que mostra la relació que hi ha entre els éssers humans i el medi, així com les repercussions mediambientals que se'n deriven.

Hui dia sabem que els horts educatius ens ofereixen l'oportunitat d'impartir diferents matèries curriculars, és a dir, l'hort és un recurs transversal, on cal treballar la biodiversitat, la llengua, la història, les matemàtiques, l'educació física, la tradició, la gastronomia, els usos de l'aigua, etc.

L'Hort Històric del CEACV es divideix en 4 àrees, l'Hort Romà, l'Hort Àrab, l'Hort del Descobriment i l'Hort Actual, que representen els quatre períodes de la història que han influït decisivament en l'agricultura valenciana. Inclou, entre les seues característiques principals, el seu maneig ecològic (al desembre de 2010 va obtenir la llicència d'agricultura ecològica).

OBJECTIUS

- Mostrar les principals tècniques de cultiu, així com els avantatges de l'agricultura ecològica.
- Oferir un espai sensitiu i lúdic (olors, colors, formes, sons).
- Mostrar la història de l'agricultura valenciana com a clar exemple de la interacció ésser humà/medi o entorn.
- Donar a conèixer la riquesa cultural associada als regadius valencians.
- Sensibilitzar sobre el patrimoni agrari de l'horta valenciana (riquesa d'espècies, varietats cultivades, paisatges associats) incloent-hi la riquesa cultural dels regadius.
- Posar de manifest l'evolució de paisatges i cultura.
- Donar a conèixer el valor ambiental de les espècies agrícoles tradicionals i la importància de conservar-les en l'actualitat.
- Tractar hàbits d'alimentació saludable, la importància d'una dieta completa i equilibrada, així com temes de nutrició en general.
- Reflexionar sobre l'actual model de consum de la nostra societat, i obrir vies cap a un consum més responsable i sostenible.
- Assessorar els docents implicats en projectes d'hort escolar.
- Sensibilitzar i conscienciar sobre la importància de l'adequada gestió del medi ambient i la necessària coresponsabilitat en això.
- Fomentar l'agricultura ecològica.
- Aproximar el CEACV a la ciutadania en general i mostrar les seues instal·lacions com a espai educatiu.
- Fomentar comportaments responsables en la societat envers el medi ambient.

ACTIVITATS

Una relació d'algunes de les activitats que s'hi ofereixen són:

1. Visita a l'Hort Històric del CEACV
2. Descobrint les nostres llavors
3. Saps fer un cavalló?
4. Anem a plantar
5. Fem un marcapàgines
6. La baralla de l'Hort
7. Construïnt un hivernacle
8. Test-iogurt
9. Anem a collir
10. L'hotel d'insectes
11. El vermicompostador, que és?, com funciona?



PROGRAMACIONS I FORMACIÓ

A continuació es detallen les diferents programacions i les accions formatives relacionades amb l'Hort del CEACV.

PROGRAMA DE VISITES PER A CENTRES EDUCATIUS I ALTRES COL·LECTIUS

L'oferta inclou activitats independents, que responen a diferents àmbits d'aprenentatge i es duen a terme durant tot l'any, i activitats incloses en programes específics que es desenvolupen en períodes concrets o setmanes temàtiques.

Les activitats dirigides als escolars pretenen, per mitjà de metodologies actives, provocar l'aprenentatge vivencial i contextualitzat dels usuaris en edat escolar, en què la part constructiva i emocional té una gran importància; no es tracta de la mera transmissió de coneixements sinó de l'experiència d'ells mateixos amb l'entorn. Per a això, s'utilitzen eines per a la reflexió i la innovació educativa relacionades amb l'estudi del medi ambient i de l'entorn natural, i es compta amb un equip multidisciplinari d'educadores i educadors amb capacitat per a dissenyar propostes noves i recursos educatius innovadors que donen resposta a les necessitats que van sorgint o es van detectant.

Les activitats educatives destinades a escolars estan vinculades al currículum escolar, per això convé organitzar la visita amb els professors i completar-la amb accions prèvies i posteriors. Les activitats tenen una durada aproximada de dues hores.

PROGRAMES TEMÀTICS

En el marc de l'Hort Històric es desenvolupa, entre d'altres, el programa temàtic "A l'Hort tot són recursos". Es tracta d'un programa específic que s'ofereix durant un període determinat de l'any (normalment el mes de març) programació que finalitza amb un "diumenge familiar".

PROGRAMES FAMILIARS

Aquesta activitat, dirigida a famílies, grups organitzats i visitants particulars, persegueix, al llarg d'una programació especial, donar l'oportunitat de poder compartir els més menuts amb els més grans les activitats sobre l'Hort.

A L'ESTIU COLOR A L'HORT

Durant l'estiu, dedicat en aquesta ocasió als cultius de regadiu i de secà, es proposa una activitat lúdica i divertida pensada per a gaudir i aprendre de l'hort in situ, conèixer i tastar els productes que es cultiven i es cullen durant aquesta època estival. El lema en aquesta ocasió és "A L'ESTIU COLOR A L'HORT".

ACCIONS FORMATIVES

Classes semipresencials dirigides al professorat del CEFIRE-CETEM. També es duen a terme pràctiques formatives (cicles formatius, pràctiques remunerades d'estudiants universitaris, SERVEF).

La Conselleria d'Infraestructures, Territori i Medi Ambient, a través del CEACV, col·labora des de fa uns quants anys amb diferents entitats educatives per a completar la formació especialitzada en temes mediambientals dels seus alumnes. Entre les entitats educatives amb les quals es col·labora figuren, les universitats de la Comunitat Valenciana i la Conselleria d'Educació, Formació i Ocupació (cicles formatius, SERVEF, etc.).

Pepa Prósper.

Biòloga. Educadora del CEACV

09

L'almanac de l'hort

La ceba

La ceba és una d'aqueixes hortalisses que no sol faltar en un hort, perquè amaneix molts guisats i per les seues propietats medicinals.

Pertany a la família de les Liliàcies com els porros i els alls. El nom científic de la ceba és *Allium cep* L. La podem menjar fresca, fregida, rostida, bullida o en salmorra. Les cebes madures deixades assecar, es poden guardar per a consumir pràcticament durant tot l'any.

L'olor de la ceba és una característica intrínseca a aquesta hortalissa i això es deu a unes substàncies essencials de naturalesa sofrada (àcid pirúvic), de manera que quan la tallem, es trenquen les cèl·lules i aquests compostos pateixen una reacció química que els transforma en molècules sulfurades més volàtils, que són alliberades a l'aire; com diu J. Roselló (2012), Qui no ha plorat pelant una ceba?

SABIES QUE?

La ceba és una planta bianual coneguda des de l'antiguitat, el primer any acumula substàncies de reserva, modificant les seues fulles en forma de bulb on s'acumulen substàncies de reserva, mentre que el segon any, la planta inverteix en la formació de tiges florals vistoses de color blanc o rosaci. En la nostra horta generalment plantem cebollí, és a dir el brot mitjà que ha emergit de les llavors.

La ceba en una hortalissa bulbosa composta per: un percentatge molt elevat d'aigua (90%), poca quantitat d'hidrats de carboni i proteïna vegetal, fibra, minerals com ara potassi, fòsfor, calci, magnesi, sodi i iode, a més de vitamines C, B3, B6, B9.

La trobem repartida en la gastronomia de qualsevol país que visitem. És originària del sud-oest d'Àsia i ja la cultivaven els egipcis.

Ens compta J. Roselló (2012) que els llauradors valencians són mestres en el cultiu de la ceba, tant que marquen les etapes oficials de comerç. Les primeres cebes a cultivar-se són les baboses, en forma de cebes tendres o bé madures, que podem fins i tot guardar per a consumir més tard, aquesta varietat no pica i es trasplanta al desembre. Més tard podem gaudir de les cebes de mig gra, o les de Lliria, que es trasplanten al febrer i es cullen al juny i no piquen massa. Les cebes tardanes, les que es trasplanten a l'abril, són les que deixem assecar i per això concentren més el sabor i la picor i es guarden en les típiques "ceberes".

EL REFRANYER DIU...

“Val més ceba amb amor que gallines amb dolor”

“A on entra la ceba no entra el doctor”

“Qui tinga ràbia que mossegue ceba”

“Si vols ceba de diner, planta-la pel gener”

A LA TAULA**LA RECEPTE: SOPA DE CEBA DE TARDOR-HIVERN****Ingredients:**

- Cebes
- Oli o mantega
- Farina
- Pa a llesques
- Caldo vegetal o no
- Formatge en pols (generalment Gruyère)

Elaboració:

1. Posar les cebes, tallades en juliana molt fina, en una casseroles amb oli o mantega.
2. Ofegar-les lentament.
3. Després, afegir dues cullerades de farina i remoure fins que es torri.
4. Abocar un caldo d'au (o vegetal) i coure 6 minuts.
5. Col·locar-la en recipients individuals amb tres llesques de pa, torrades i molt fines, i, sobre elles, formatge Gruyère en làmines o ratllat.
6. Gratinar i servir

ENLLAÇOS CONSULTATS

Pepa Prósper.

Biòloga. Educadora del CEACV

10

Activitats del CEACV

Programa
d'activitats
CEACV Febrer-Maig 2019

01 PROGRAMES TEMÀTICS PER A CENTRES EDUCATIUS

Día Mundial de los Humedales

2 de febrero 2019

Los humedales y el cambio climático



_PAISAJES DE AGUA, PAISAJES DE VIDA

El CEACV comença febrer amb un programa d'activitats de sensibilització ambiental al voltant del Dia Mundial de les Zones Humides, per a crear consciència sobre el valor dels aiguamolls per a la humanitat i el planeta.

Enguany el lema és: Els aiguamolls: la clau per a fer front al canvi climàtic.

Les zones humides són espais de biodiversitat i per a la biodiversitat. Són una font d'energia i de recursos i actuen com a aliades contra el canvi climàtic i la sequera. Així mateix, són espais per a la investigació, l'oci, l'educació, la inspiració artística o la relaxació. Els aiguamolls urbans contribueixen de manera important al fet que les ciutats siguin més agradables per a viure, no solament perquè absorbeixen i emmagatzemen carboni, redueixen les inundacions i atenuen les sequeres, sinó també perquè redueixen la intensitat de les ones i esmorteixen l'impacte en les zones costaneres.

Les activitats es desenvolupen de l'1 al 8 de febrer de 2019 en horari matinal, entre les 9.00 i les 14.00 hores, de dilluns a divendres.

_ CAMINANT, CAMINANT O AMB POQUES RODES

El CEACV ha preparat aquest programa d'activitats amb la finalitat d'implicar els usuaris en els temes relacionats amb la mobilitat eficient i sostenible. La idea consisteix a fomentar mesures que afavorisquen el transport sostenible i convidar els usuaris a provar alternatives al vehicle privat.

Aquestes activitats estan orientades a conèixer mitjans de transport més eficients, a fomentar l'educació viària, a ser conscients de les repercussions que els diferents transports tenen per a la salut de les persones i del planeta en general.

El CEACV també anima els usuaris a accedir a les instal·lacions fent ús de la bicicleta; en general mitjançant una sèrie d'accions comunicatives i divulgatives, el Centre es compromet en l'educació perquè es pugui optar pels desplaçaments no motoritzats en aquells casos que siga possible.

Aquest programa temàtic es desenvoluparà entre els dies 18 i 28 de febrer de 2019, i els destinataris principals són els grups d'escolars d'educació infantil, primària i secundària.

_ UN MATÍ A L' HORT

L'Hort Històric del CEACV és un recurs didàctic situat en l'exterior, al costat de l'Alqueria dels Frares, un projecte complet per a treballar amb els centres educatius. La visita és apta per a persones de qualsevol edat. Les persones amb mobilitat reduïda també poden gaudir d'aquest recurs.

El programa es desenvoluparà en el CEACV entre l'1 i el 15 de març de 2019 amb l'objectiu de demostrar les principals tècniques de cultiu i els avantatges de l'agricultura ecològica, i oferir un espai sensitiu (olors, formes, colors, sons) i lúdic en un entorn privilegiat en el qual professors i alumnes poden passar una bona estona.

Les activitats preparades estan pensades per a donar a conèixer el valor ambiental de les espècies agrícoles tradicionals i la importància de conservar-les, treballar l'alimentació saludable, els productes de temporada i proximitat, els hàbits de compra i el desaprofitament alimentari.

_ BIODIVERSITAT PER TOTS COSTATS

Parlar de biodiversitat és parlar de formes diverses de vida. Cada any, des de la posada en funcionament del CEACV el 1999, el programa educatiu ha inclòs activitats relacionades amb la biodiversitat, els serveis que presta a la humanitat i la influència de les activitats humanes amb la conservació de la biodiversitat en el planeta.

En aquesta ocasió les diverses activitats que es desenvoluparan tindran com a objectiu bàsic final donar a conèixer els valors naturals, paisatgístics i culturals de les espècies de flora i fauna, com també fomentar el descobriment de les espècies fàcils i pròximes i també de les estranyes i difícils de detectar.

Del 16 al 30 d'abril de 2019, de dilluns a divendres, en horari de matí.

02 PROGRAMA DE FORMACIÓ AMBIENTAL

_ FORMACIÓ EN LINEA

Dins del Programa de formació en línia en matèria de medi ambient, el CEACV té prevista la realització de diversos cursos de formació entre gener i maig de 2019.

_ PROGRAMA FORMATIU SAPS MEDI AMBIENT

1. El reciclatge de residus d'origen domèstic

1a edició: 13 de març al 18 d'abril de 2019.

2a edició: 15 de maig al 14 de juny de 2019.

2. Bones pràctiques ambientals en la llar

1a edició: 13 de març al 18 d'abril de 2019.

2a edició: 15 de maig al 14 de juny de 2019.

3. Combatre el canvi climàtic des de la llar

1a edició: 15 de maig al 14 de juny de 2019.



03 ACTIVITATS FAMILIARS

Horari: 10 a 13 hores.

Recomanacions: esmorzar.

Activitat gratuïta. Necessària inscripció prèvia.

Informació i inscripció 962 617 930.

_ UN AIGUAMOLL PER UN CLIMA MILLOR

24 de febrer de 2019

Activitats per a famílies

Enguany el CEACV celebra novament el dia dels aiguamolls, durant les primeres setmanes de febrer, amb els usuaris escolars que ho demanen. Amb l'objectiu que les famílies coneguen aquests paisatges plens de vida, proposem un diumenge familiar el dia 24 de febrer. Enguany el lema internacional per a la celebració del dia dels aiguamolls (2 de febrer) és: AIGUAMOLLS I CANVI CLIMÀTIC.

La revista més important del món sobre canvi climàtic, Nature Climate Change, va traure un article sobre la importància dels aiguamolls costaners. Perquè les marjals, especialment les situades al litoral, són ecosistemes clau en la lluita contra l'escalfament global.

Els aiguamolls poden funcionar com a embornals de carboni o poden ser emissors de gasos amb efecte d'hivernacle, com el metà que és 4 vegades més nociu que el carboni. Si l'aiguamoll està en bones condicions d'inundació i amb aigua de qualitat, els macròfits es desenvolupen i fixen carboni i emeten oxigen.

El CEACV, entre altres activitats, proposa una visita a la Marjal dels Moros per a l'observació de flora i fauna, taller de treballs manuals per als més menuts i una pràctica sobre qualitat d'aigua per a avaluar l'estat de l'aiguamoll.

DIUMENGE FAMILIAR. CONCURS FOTOGRÀFIC 20 ANYS DEL CEACV

31 de març de 2019

Activitats per a famílies

Activitat familiar per a totes aquelles persones que gaudisquen amb el món de la fotografia. Durant el matí els participants realitzaran fotografies que tinguen com a protagonista el CEACV. Hauran de triar qualsevol temàtica relacionada amb la biodiversitat, el patrimoni natural o l'aprofitament sostenible dels recursos naturals en l'entorn del CEACV.

Un diumenge per a gaudir d'una jornada a l'aire lliure.

11

El centre de documentació del CEACV

Es poden realitzar consultes en sala. La biblioteca disposa de la consulta de materials en sala i assessorament d'un tècnic. També disposa d'un ordinador connectat a internet, per a qualsevol recerca d'informació o per a poder realitzar tasques que precisen d'un suport informàtic.

Utilitzar el servei de préstec extern. Permet el préstec de fins 4 documents durant un termini màxim de 15 dies. El préstec pot ser presencial o per correu. En este últim cas, l'enviament de materials està limitat a un pes màxim de 3 Kg. La devolució de documents per correu sempre corre a càrrec de l'usuari per correu certificat.

Recerques bibliogràfiques. El Centre de Documentació del CEACV realitza, a petició de l'usuari, recerques bibliogràfiques per temes entre els materials que té disponibles.

Tècnic del Centre de Documentació–Biblioteca del CEACV: Víctor Benlloch

Tel. consulta: 962 617 938

Correu electrònic: biblioteca_cea@gva.es

Devolució per correu postal: CEACV. Apartat de correus 100. 46520 Port de Sagunt (València).

Horari: dilluns a divendres de 9:00-14:00 i dilluns a dijous de 16:00-18:00 (estiu vesprades tancat).

Ubicació del CEACV:

CENTRE D'EDUCACIÓ AMBIENTAL DE LA COMUNITAT VALENCIANA
Alqueria dels Frares. Partida de Gausa.
Carretera de la Siderúrgica, km. 2
46500 Sagunt (València)

***El Centre de Documentació del CEACV sol·licita la cesió o donació de bibliografia per a augmentar els fons destinats a ús públic.**

12

Novetats de la biblioteca

Novetats rebudes en el centre de documentació del CEACV

Documents incorporats al fons bibliogràfic durant els mesos de setembre de 2018 a gener de 2019

1. MEDI NATURAL

- La red Natura 2000. Cuadernos de Sostenibilidad y Patrimonio Natural. N.º 24. Fundación Banco Santander. 2017.
- Pasado, presente y futuro de las áreas protegidas. Esparc 2018. Actas del XX Congreso Europarc-España. Fundación Fernando González Bernáldez. 2018.
- El secreto del bosque. Ecoguinea. DVD

6. GESTIÓ AMBIENTAL

- Importancia socioeconómica de la cadena de valor. Celulosa – Papel y Cartón. 2018.
- Memoria de sostenibilidad. La bioindustria circular del papel y su descarbonización. Aspapel. 2018.

PUBLICACIONS PERIÒDIQUES

- Mètode. Núm. 99.
- Reciclaje al día. Núm. 33.



**CENTRE
D'EDUCACIÓ
AMBIENTAL**

DE LA COMUNITAT
VALENCIANA