

# TXARAMELA

ESCUELA DE EDUCACIÓN  
AMBIENTAL Y ALIMENTARIA

2018-2019



## Presentación

---

Somos Izaskun y Ainara, licenciadas en diferentes carreras de ciencias y creadoras de Txaramela Cooperativa Pequeña. Estando trabajando juntas en el ámbito de la educación ambiental nos conocemos y con la ilusión de ambas de dar vida a un molino de agua antiguo nace TXARAMELA.

Poco a poco parte de nuestra cultura y tradición se ha ido perdiendo con la desaparición de los molinos de agua y de la siembra de cereal. Nos dimos cuenta que recuperando un oficio antiguo, podíamos cubrir una necesidad actual, cómo es la producción de pasta a partir de la molienda del grano.

Txaramela Pasta nace como alternativa al mercado agroindustrial, dando pasos hacia la soberanía alimentaria y en defensa de la Tierra.

Paralelo a la producción de pasta ecológica, hemos creado **Txaramela Escuela de Educación Ambiental y Alimentaria**. Diseñamos e impartimos materiales didácticos dirigidos a diferentes sectores de la población, siempre siendo la base la relación que hay entre la alimentación y el medio que nos rodea.

EDUCACIÓN AMBIENTAL “Aprende, actuando en tu entorno”

A QUIÉN A todas las personas, adecuamos los materiales y las dinámicas a las características de cada grupo.

CUÁNDO Tanto fines de semana como entre semana, en horario escolar y extraescolar.

CÓMO Las personas participantes serán protagonistas del proceso de aprendizaje. La práctica es la base para aplicar el cambio en nuestro entorno.

# Talleres para niñas/os

---

## **Actividades extra escolares**

Talleres trimestrales o anuales

### **1. La huerta en la escuela, fuente de conocimiento.**

En cada estación los trabajos que hay que hacer en el huerto van cambiando, preparar la tierra, semillero, plantación... trabajaremos junto con los niños y niñas el diseño y el seguimiento para sacarle el máximo provecho al huerto de la escuela. Para ello, haremos una planificación que irá acompañada de un material didáctico.

### **2. Cocinando en la escuela**

Mientras los niños y niñas preparan diferentes comidas, aprenderán la importancia que tiene nuestra manera de alimentarnos en nuestra salud y el medio que nos rodea. Productos de temporada, beneficios de las verduras... Avivaremos las ganas de cocinar en euskera y trabajaremos la creatividad preparando recetas sanas y atractivas.

## **Actividades para realizar dentro del horario escolar o días del curso especiales**

Oferta de talleres:

### **1. Los cereales en nuestras tierras y en nuestros platos.**

#### **Taller de Pasta**

Nos adentraremos en el consumo responsable descubriendo el origen y la forma de hacer un alimento para autoconsumo. Desde los campos hasta nuestros platos trabajaremos de una manera dinámica y participativa todo el proceso de transformación de la pasta. (Posibilidad de hacerlo en nuestro obrador)

### **2. La revolución empieza en la cocina, ivamos a preparar el menú!**

Serán protagonistas de su propia alimentación, de esta manera darán más valor a la comida. Utilizando productos locales y de temporada y dándole importancia a las formas y colores, prepararán recetas sanas y atractivas.

### **3. Quien al molino va, enharinado saldrá. Euskal herritik euskal hirira!**

Para conocer como se alimentaban nuestros ancestros es imprescindible conocer el cultivo del cereal y la necesidad de transformarlo en harina. Tendremos como eje la evolución de los molinos para analizar cómo ha ido cambiando a lo largo de la historia nuestra forma de alimentarnos y nuestro paisaje.

### **4. Las raíces nutren las ramas. Los conocimientos adquiridos de la tierra.**

Utilizando como herramienta un cuento interactivo descubriremos los conocimientos adquiridos en Euskal Herria de la madre tierra. A través de las costumbres y los oficios antiguos conoceremos la identidad euskaldun.

**5. Conocer y utilizar las plantas mágicas; Cremas, jabones, bolsas de olor.**

¿Alguna vez nos hemos parado a mirar las plantas que tenemos a nuestro alrededor? Estamos rodeados de plantas que curan pero no sabemos cómo utilizarlas. Vamos a aprender cómo nos pueden curar, cómo podemos usarlas para limpiarnos o para dar olor.

**6. De la semilla a la boca; la semilla, comienzo de la vida.**

Daremos los primeros pasos para poner en marcha una huerta, aprendiendo como conseguir la semilla de cada verdura y como se siembra. Utilizaremos pequeños rincones del aula para cultivar hortalizas y hierbas aromáticas y trabajar así la diversidad.

**7. No nos comamos el mundo, la huella ecológica de la alimentación.**

Alimentos que vienen de muy lejos, envueltos con muchos plásticos, llenos de productos tóxicos... Nuestra huella ecológica está totalmente ligada a nuestra forma de alimentarnos. Si desde pequeños/as estamos bien informados/as tendremos mayor capacidad de decisión.

**8. El reloj del tiempo, iel planeta tierra ha cumplido 4500 millones de años! Cambio climático.**

El planeta tierra cambia de manera natural. Sin embargo, el ser humano ha alterado ese proceso de cambio natural, destruyendo en poco tiempo lo que la naturaleza ha creado. Trabajaremos las diferencias entre los cambios naturales y los producidos por el ser humano.

**9. Charlas sobre el tema elegido para trabajar en el programa Agenda 21 Escolar. (consumo responsable, huella ecológica, Alimentación sana, cambio climatico, energia...)**

**10. Dinos tu propuesta y nosotras la llevaremos a la práctica.**

# Talleres para jóvenes y personas adultas

---

## **1. Los cereales en nuestros campos y en nuestros platos.**

### **Taller de Pasta**

Nos adentraremos en el consumo responsable descubriendo el origen y la forma de hacer un alimento para autoconsumo. Desde los campos hasta nuestros platos trabajaremos de una manera dinámica y participativa todo el proceso de transformación de la pasta.

## **2. Quien al molino va, enharinado saldrá. Cata de cereales.**

Los cereales están muy presentes en nuestra dieta. El origen de la harina y la molienda de los cereales está totalmente relacionada con la calidad de éstas y con nuestra salud. Daremos pautas para hacer una buena elección en el mercado.

## **3. Reduce la lista de la compra gracias a tu balcón comestible.**

Taller práctico de cómo aprovechar los espacios de tu casa para cultivar verduras y plantas aromáticas que luego usarás en la cocina. Facilitaremos diferentes recursos para producir nuestros propios alimentos y cambiar así las costumbres o formas de hacer la compra.

## **4. ¡Aquí no se tira nada!, cocina de aprovechamiento.**

Haremos recetas originales y sencillas partiendo de los alimentos que nos sobran y sin desperdiciar ninguna parte de los ingredientes que vamos a usar para cocinar. Mientras cocinamos hablaremos de cómo reducir los residuos orgánicos y no orgánicos mediante una compra responsable.

## **5. Cocina sostenible, hortalizas locales y de temporada!**

Para aprovechar al máximo las propiedades que tienen las verduras de nuestras huertas hay que conocerlas a fondo. Cocinaremos diferentes recetas con una misma verdura de temporada, utilizando todas sus partes y sacándole todo su sabor, textura, color etc.

**6. Gastrobiodiversidad; patrimonio agrícola y gastronómico.**

Las variedades autóctonas son nuestro patrimonio, por ser parte de nuestra cultura y por su importancia a la hora de iniciar una agricultura ecológica. Compartiremos semillas y la sabiduría que va ligada a ellas. Así conoceremos las maneras de mantener las variedades de cada lugar.

**7. Como hacer fácil lo aparentemente difícil, recetas para que los niños y niñas coman a gusto y sano.**

La alimentación de los niños y niñas tiene que basarse en comer verduras locales y de temporada. Daremos herramientas fáciles para saber que comer en las diferentes comidas del día. Partiendo de esa base y dando importancia a los colores y formas cocinaremos recetas atractivas y sanas.

**8. Quien lo sigue lo consigue. Acabar los estudios y ... ¿ahora qué? Potenciamos el emprendizaje desde jóvenes!**

Hasta que acaban los estudios los pasos de nuestros/as jóvenes está bastante marcado, dejando a menudo la creatividad a un lado. Les transmitiremos que es posible elegir tu propio camino y tu forma de vida. Mediante nuestra experiencia acercaremos a las aulas las trabas y alternativas que nos hemos encontrado.

**9. Charlas sobre el tema elegido para trabajar en el programa Agenda 21 Escolar. (consumo responsable, huella ecológica, Alimentación sana, cambio climático, energía...)**

**10. Dinos tu propuesta y nosotras la llevaremos a la práctica.**

## Contacto

---

### **Dirección; Txaramela Kooperatiba txikia**

La Cadena Auzoa 10  
48150 Muskiz  
(Bizkaia)

**Email;** txaramela @gmail.com

**Página web;** [www.txaramelakoop.eus](http://www.txaramelakoop.eus)

**Teléfonos;** 605 738 783 /605 728 358