



COCINANDO FUTURO

Informe de sistematización y validación de herramientas del proyecto piloto COCINANDO FUTURO



Agradecimientos:

Queremos agradecer su colaboración ante todo al CEIP Hermanos Pinzón: a su claustro, familias, alumnado y a su comprometido equipo directivo. Por supuesto, a todos y todas las estudiantes Agentes de Cambio, que han compartido protagonismo, y a sus entidades de formación: Universidad de Alcalá de Henares, Universidad Complutense de Madrid, Universidad Carlomany, Universidad Rey Juan Carlos y Escuela de Formación Profesional Javerianas.

Una mención especial a María Sandín Vázquez (coordinadora del Grupo de trabajo Hub3 UAH Universidad Saludable) y a Beatriz Fadón Junyent (Paisaje, Ecología y Género).

Y muchas gracias a todas las entidades y profesionales que han hecho posible Cocinando Futuro, Cuida el Mundo con lo que comes.

Autoras: Águeda Ferriz Prieto– Cooperativa Garúa
Habiba Youssef Abdel Aal - CERAI

Diseño: Mariela Bontempi

Fotografía: Ignacio Goytre Samaniego

Ilustraciones: Freepress Coop.

Septiembre, 2024

Con la financiación del Ayuntamiento de Madrid



Contenidos

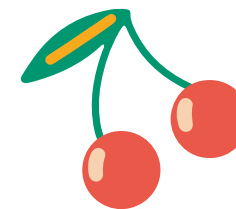


| | |
|--|----|
| ¿Por qué queremos sistematizar? | 4 |
| Objetivos del proyecto | 5 |
| Objetivos de la sistematización | 7 |
| Descripción y aprendizajes | 8 |
| 1. Sobre el diseño del proyecto | 9 |
| 2. Sobre la participación de los Agentes de Cambio | 12 |
| 3. Sobre la colaboración con universidades y centros de formación donde estudian los AdC | 16 |
| 4. Sobre la colaboración con el centro escolar | 18 |
| 5. Sobre las herramientas y materiales utilizados | 21 |
| Recomendaciones | 28 |

¿Por qué queremos sistematizar?

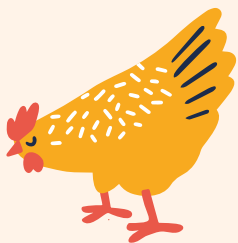


A raíz de la experiencia de este proyecto piloto en **APRENDIZAJE-SERVICIO** (en adelante APS) enfocado a la alimentación sostenible y saludable, y con la ambición de facilitar su replicabilidad y escalabilidad, se ha elaborado este informe de sistematización que permitirá extraer aprendizajes del proceso y validar las herramientas utilizadas para aportar claves de calidad y de éxito a cualquier equipo que pretenda replicar este proyecto. El informe está dirigido a personal docente de grados universitarios relacionados con la temática (ciencias ambientales, educación, dietética y nutrición, etc.), otras docentes interesadas en la metodología APS o la temática de la alimentación sana y sostenible, y entidades colaboradoras o afines que trabajan en este ámbito, potenciales replicadoras de la experiencia, o equipos directivos de centros escolares de educación infantil y primaria interesados en trabajar la temática en sus centros. Este informe recoge, entre otros, aprendizajes y aspectos relacionados con la diversidad cultural en el centro educativo y con el enfoque de género.



Enmarcado en el ámbito de la soberanía alimentaria, el derecho a una alimentación sana y adecuada, el apoyo al desarrollo rural sostenible y con equidad de género, este proyecto ha tenido por principales protagonistas a los jóvenes estudiantes que se han formado y preparado para ser Agentes de Cambio en una comunidad escolar. *Aprender haciendo* es la filosofía de aprendizaje que se ha aplicado durante las diferentes formaciones y talleres realizados con estas estudiantes universitarias, así como con el alumnado y las familias del colegio. Y este informe de sistematización de la experiencia pretende aportar pistas y recomendaciones desde el enfoque de la metodología APS, así como el valor añadido de involucrar a población joven en los esfuerzos de Educación para la Ciudadanía Global.

Objetivos del proyecto



Frente a la dificultad de lograr mejoras en la mayoría de comedores escolares madrileños, muchas comunidades educativas se reinventan en la búsqueda de propuestas pedagógicas que mejoren la cultura alimentaria de alumnado, familias y profesorado. En este marco se ha creado y realizado este proyecto, que ha comenzado a darse a conocer durante esta experiencia piloto con el nombre de **Cocinando Futuro - Cuida el mundo con lo que comes**: un proyecto que pretende que personas jóvenes, estudiantes universitarios/as, se formen para convertirse en Agentes de Cambio (AdC) y promuevan así en alumnado de primaria la construcción de conocimientos,

competencias y actitudes en relación con la alimentación saludable y sostenible, a través de la metodología Aprendizaje-Servicio. Para ello **se ha formado un grupo multidisciplinar de 15 jóvenes estudiantes** de Magisterio, Ciencias Ambientales y Dietética y Nutrición, de distintas universidades (Universidad Complutense, Universidad de Alcalá de Henares, Universidad Rey Juan Carlos y Universidad Carlemany) y de la Escuela Profesional Javeriana. **Ellos y ellas han sido las Agentes de Cambio en el centro escolar**, desde una posición más cercana a las edades de la etapa de primaria, con un lenguaje común para ser referentes positivos y accesibles. **Para ello han empleado las herramientas y formación** ofrecidas en el inicio del proyecto, diseñando después talleres sobre alimentación sostenible y saludable y ejecutandolos en aulas de primaria. Elementos tan importantes como el etiquetado de los alimentos, el valor del producto fresco frente al ultra procesado, el abuso de azúcar en la dieta, la importancia del consumo de proximidad, fomentar la economía local, etc., han sido algunos

de los contenidos trabajados. Los grupos de primaria participantes han recibido con una actitud muy positiva y mucha implicación las dinámicas presentadas, y los jóvenes estudiantes han adquirido nuevos conocimientos, teóricos y prácticos, útiles en su día a día, además de poner en marcha nuevas maneras de compartir sus conocimientos.

Las y los Agentes de Cambio también han estado trabajando para mejorar los almuerzos del recreo que el alumnado trae de su casa. Para ello, han elaborado una **propuesta de trabajo con el alumnado en aula** que han consensuado con las tutoras y tutores de los 11 grupos de primaria del colegio Hermanos Pinzón. Este profesorado ha aceptado el reto de trabajar con su alumnado, durante el 3^{er} trimestre, en la importancia de consumir almuerzos saludables y sostenibles, además de conversar y proponer un calendario de almuerzos con estas características, de lunes a viernes, a cumplir por toda la etapa de primaria. Un sistema de recompensas complementaría la implementación de este calendario.

Las fases del proyecto

En paralelo, el proyecto ha ofrecido dos **talleres sobre alimentación saludable y sostenible a las familias del centro escolar, así como material divulgativo** (folleto guía para familias, recetario multicultural, sugerencias de cena, Plato de Harvard, etc).

Todo este proceso se ha acompañado de una estrategia de comunicación interna y externa importante. Interna con el objetivo de permitir un proceso de intercambios y coordinación fluido entre los diferentes actores del proyecto. Externa para difundir los valores, actividades y las experiencias de sus protagonistas, así como llegar a un público más amplio, puesto que este proyecto tiene por vocación contribuir a la sensibilización y cambios de hábitos alimentarios no solo de las familias del colegio sino de la ciudadanía madrileña en general, orientándolas hacia una alimentación basada en el concepto One Health.



Un entorno innovador de **colaboración, aprendizaje**, inspiración e intercambio entre universidades, ciclos formativos y centros escolares, comprometidos con una alimentación saludable y sostenible.

4 Una comunidad comprometida

Las actividades y materiales generados por los Agentes de Cambio formarán un banco de conocimiento abierto. El fin último es **promover** la práctica de una alimentación saludable y sostenible en otros centros, así como **dar visibilidad** a su trabajo de cara al mercado laboral.



3 Banco común de conocimiento

Las y los Agentes de Cambio, organizados en pequeños equipos multidisciplinares, acompañan a los centros escolares en la elección de un **desafío** de mejora de algún aspecto alimentario: mejoras en el menú, reducción del desperdicio alimentario... Para ello, estos equipos diseñan actividades y materiales para impartir **talleres** en las aulas de primaria. También las familias disfrutaron de actividades para ser co-participes del cambio.



2 Prácticas en centros escolares

A estudiantes de ciclos formativos y universidades se les ofrece un programa que completa sus conocimientos sobre alimentación desde una triple mirada: salud, sostenibilidad y pedagogía. Es impartido por profesionales de cada campo, capacitándoles así como **Agentes de Cambio** de la cultura alimentaria.

1 Formación para jóvenes estudiantes



Objetivos de la sistematización



Como se ha mencionado más arriba, el objetivo de este informe de sistematización es resaltar los aspectos clave, los principales aprendizajes y las herramientas validadas en la experiencia piloto de Cocinando Futuro con el objetivo de recopilar y organizar la información, para poder facilitar a otros centros escolares y entidades el abordaje de experiencias como esta para seguir avanzando hacia un modelo agroalimentario más justo y respetuoso con las personas y con el planeta, con el acompañamiento del equipo creador de esta propuesta, procedente de CERAI y de Garúa. Se incluyen también recomendaciones acordes a los aprendizajes extraídos.

Para ello se empezará por la presentación y análisis de los aprendizajes que han aparecido a lo largo de la ejecución del proyecto desde las perspectivas siguientes:

1. El diseño del proyecto y los enfoques transversales
2. El trabajo de los y las estudiantes Agentes de Cambio
3. La colaboración con universidades y centros de formación
4. La colaboración con el centro escolar
5. Las herramientas y materiales utilizados

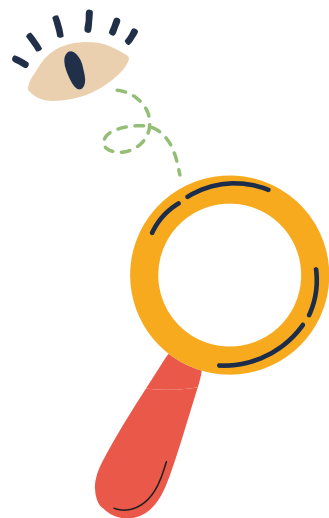
A continuación se ofrecen una serie de recomendaciones de cara a las futuras ediciones del proyecto. Se aportan también claves sobre la estrategia de comunicación que debe acompañar a proyectos de esta índole para incidir en los hábitos alimentarios de la ciudadanía y mejorar su comprensión del modelo agroalimentario y sus consecuencias para la salud de las personas, de los animales y del planeta.

Descripción y aprendizajes



1

Sobre el diseño del proyecto



El proyecto ha sido diseñado bajo el enfoque del marco lógico: desde una lógica vertical, se pone el énfasis a que el buen desarrollo de las actividades se traslade a la consecución de los resultados que a su vez aseguran la consecución del objetivo general. También se incluye la lógica horizontal para la buena ejecución y consecución de los diferentes componentes (actividades y resultados con sus respectivos medios/costes e indicadores/ fuentes de verificación).

Por otra parte, el proyecto ha sido diseñado integrando los objetivos estratégicos de las dos organizaciones que lo gestionan, CERAI y Garúa, como son la soberanía alimentaria, el derecho a una alimentación sostenible, justa y sana, la agroecología, el desarrollo rural sostenible y la equidad de género. Se enmarca en una serie de iniciativas orientadas a la promoción de la transición ecosocial de la alimentación en las comunidades educativas y la Agenda 2030 en la Ciudad de Madrid y a través de las cuales se amplía la mirada más allá de las escuelas para integrar también a las familias con hijos/

as en edad escolar y a los jóvenes estudiantes, apostando por el Aprendizaje-Servicio, como metodología de trabajo con jóvenes interesados en mejorar su comunidad. El proyecto se apoya en la educación como palanca de cambio social en torno a la alimentación sostenible y saludable.



Los enfoques transversales

que contiene el diseño del proyecto son los siguientes:



Enfoque medioambiental: toda la esencia del proyecto gira en torno a contenidos, objetivos y actitudes proambientales y de salud, entendidas desde el enfoque One Health, que vincula íntimamente la salud de las personas y del planeta. Todas y cada una de las actividades y materiales usados o producidos en este proyecto giran en torno a este eje central.



Enfoque de género, adaptado a la realidad de la población destinataria, que es altamente feminizada: estudiantes universitarias en su gran mayoría mujeres, profesorado de primaria mayormente femenino, equipo directivo y familias implicadas prácticamente 100% mujeres. En la práctica esto se ha traducido, entre otras cosas, en que en muchas actividades el esfuerzo realizado ha sido para motivar a los varones a participar y así equilibrar la presencia masculina y femenina; así ha sido en el caso de las y los Agentes de Cambio y de los papás del alumnado del centro escolar, dado que aún prevalece la idea de que las tareas y temáticas relacionadas con la alimentación y la educación alimentaria son del ámbito femenino. Es relevante señalar que las y los estudiantes universitarios tienen dificultades para integrar este enfoque, incluidos los del grado de educación.



Enfoque de diversidad cultural:

en un centro escolar con 29 nacionalidades es imprescindible atender a esa diversidad y trabajar desde las referencias culturales presentes en las aulas. Muchas de las actividades para el alumnado que han realizado los y las AdC han recogido vocabulario gastronómico y preparaciones culinarias de orígenes diversos, y esto ha sido así porque en las formaciones que han recibido esta mirada ha estado muy presente. Aún así, es evidente la falta de reflexión, de formación y de recursos de que son portadores en este ámbito.



Enfoque de Derechos Humanos y cultura de paz:

se aborda desde la mirada del derecho a la alimentación, frente a la mercantilización de la misma, que pone el negocio en el centro. Este enfoque tampoco es evidente para los y las jóvenes AdC, por lo que resulta relevante abordarlo en la formación.

El diseño se ha apoyado en aprendizajes previos pero también ha arrojado **nuevas constataciones:**



- **Que es clave que los y las Agentes de Cambio vean su labor reconocida,** bien académicamente, bien remuneradamente, bien a través de una visibilización social o cualquier otra modalidad que los recompense.
- **Que el período de “captación” de estudiantes universitarios-as es el inicio del curso,** cuando aún no han elegido dónde hacer sus prácticas de asignatura, o voluntariado, o TFG o créditos transversales. Entonces es tiempo de ofrecerles participar en esta experiencia con la metodología de Aprendizaje-Servicio y hacerla encajar en sus necesidades académicas.
- **Que los equipos directivos de los centros escolares están cada vez más concienciados** sobre la importancia de llevar la educación alimentaria a su alumnado, y que hay que hacerlo de una manera que despierte más su interés. Las metodologías participativas en el aula arrojan mejores resultados que la meramente teóricas, y han sido especialmente bien acogidas las actividades prácticas que han implicado manipulación de alimentos y una posterior cata de los mismos.
- **Que los programas han de ir más allá de intervenciones puntuales,** que es necesario un proceso más profundo y sostenido en el tiempo para lograr cambios. Un curso escolar es el período mínimo para permitir que los aprendizajes calen, que los cambios se gesten sin prisa y se vayan asentando. Este equipo directivo -y antes otros en otros proyectos escolares- expresan que sería ideal continuar un curso más.
- **Que el acceso a las familias sigue siendo un reto.** Algunas de ellas quieren y pueden participar en actividades presenciales, que sin duda son las que más impacto tienen en ellas, pero la asistencia es a menudo marginal. Es imprescindible combinar diferentes estrategias y manejar distintos canales de comunicación para acceder a un porcentaje relevante de las familias y conseguir ese contagio tan buscado.

2

Sobre la participación de los Agentes de Cambio

La participación de los AdC se ha realizado en varias etapas. La primera etapa fue la selección de las personas estudiantes, proceso en el cual han participado las docentes de los diferentes centros de formación y universidades que han colaborado en el proyecto, a través de reuniones, así como de presentaciones online en aula. A continuación, los y las estudiantes que se interesaron en participar en el proyecto se inscribieron en la formación, siendo en total 15 estudiantes de los grados de educación, ciencias ambientales y dietética y nutrición. El programa formativo se consensuó con las docentes teniendo en cuenta la distinta formación previa del alumnado.





Las etapas que han seguido las y los Agentes de Cambio han sido:

Realización de una formación presencial y online para:

- adquirir conocimientos básicos sobre alimentación saludable y sostenible y su vínculo con los ODS,
- desarrollar una visión crítica sobre el modelo agroalimentario global, incluyendo aspectos sociales relacionados con el medio rural y las personas productoras, así como el derecho a la alimentación en familias vulnerables,
- familiarizarse con técnicas pedagógicas participativas y la construcción colectiva del conocimiento,
- aprender a intervenir con los enfoques transversales.

Las estudiantes han valorado muy positivamente estas formaciones, y les han resultado **muy inspiradoras para sus posteriores diseños.**

Organización en equipos multidisciplinarios para abordar las tareas por venir. En las evaluaciones finales esta mirada multidisciplinaria ha sido altamente valorada.



Realización de 44 talleres en aula para los once grupos de primaria del centro escolar Hermanos Pinzón. Así, cada grupo de primaria ha participado en cuatro talleres adaptados a su edad.



Diseño de 12 talleres, cuatro para cada uno de los tres ciclos de la etapa de primaria.



Diseño de la actividad de reto en estrecha colaboración con el profesorado y equipo directivo del colegio beneficiario.



Realización de una memoria de todo el proceso de Aprendizaje-Servicio experimentado por los AdC.

De este extenso proceso se han desprendido **varios aprendizajes:**



Además una parte importante del estudiantado participante como Agente de Cambio se ha implicado sólo durante un corto periodo de tiempo (3 meses), incorporándose a veces a mitad del desarrollo del proyecto. Esto exige realizar ajustes en la calendarización de las formaciones (por ejemplo, en este piloto fueron duplicadas: tanto la formación online como la presencial se realizaron en otoño y en primavera), ajustes en el trabajo en equipos (unas personas salen, otras entran), ajustes en la calendarización de las intervenciones en el colegio, etc. para poder cubrir todo el curso escolar, mantener el ritmo de trabajo de los equipos, y lograr procesos sostenidos en el tiempo con calidad y coherencia.



Que los y las estudiantes universitarios tienen unas importantes cargas académicas y que hay que planificar bien y consensuar los calendarios de trabajo para adaptarse a sus períodos de exámenes, de entregas y de vacaciones.



A pesar de lo anterior, **han valorado muy positivamente el trabajo en equipos** multidisciplinares, lo que da solidez a esta clave del trabajo.



Que muchos de estos Agentes de Cambio han requerido un seguimiento cercano para asegurar que las tareas se realizan en tiempo, calidad y forma, mostrando menos autonomía de la esperada. Realmente les ha costado bastante autoorganizarse para el trabajo en equipo.



Se ha constatado que el estudiantado que sabe de nutrición no tiene perspectiva ambiental ni pedagógica, así como el de ciencias ambientales no controla las bases de la alimentación saludable, ni el de educación conoce las claves de la alimentación sana y sostenible. **Es fundamental hacer converger sus conocimientos previos a un modelo y un lenguaje comunes.**

3

Sobre la colaboración con universidades y centros de formación donde estudian los AdC



El profesorado de las universidades y ciclos formativos donde las jóvenes Agentes de Cambio realizan sus estudios ha colaborado de manera desigual: en algunos casos han sido agentes proactivos que han apoyado en todo momento el adecuado desarrollo del proyecto y han facilitado al máximo la participación de su alumnado, y en otros casos simplemente han dado su visto bueno a su alumnado para participar, reconociendo la experiencia como prácticas de la asignatura o como tema de su TFG.

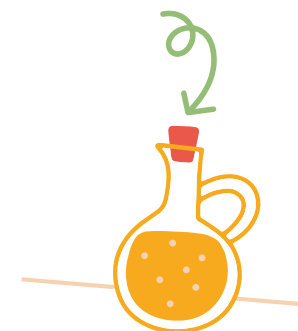
De este piloto se **desprenden aprendizajes como:**



Que es clave la complicitad con el profesorado que ofrece a su alumnado la posibilidad de participar en el proyecto. Ellas y ellos son agentes comprometidos que aportan información muy valiosa para encajar las piezas del proyecto con la vida académica de las y los estudiantes, facilitan canales de difusión, y pueden ser apoyo en la resolución de problemas.



Que es fundamental conocer el funcionamiento propio de las universidades e institutos, sus claves/agencias/personas para abordar la metodología Aprendizaje-servicio, sus limitaciones, los plazos para difundir y conseguir participantes, el funcionamiento de la adquisición de créditos...



4

Sobre la colaboración con el centro escolar

El contacto con el colegio vino dado gracias a un proyecto desarrollado durante el curso anterior, en colaboración con la Red de Ecoescuelas, para la reducción del uso de plásticos y para la reducción de residuos durante los almuerzos de los recreos. Este proyecto incluía la creación de un Comité Medioambiental, formado por representantes de toda la comunidad educativa, incluidos alumnado y familias, que se reúnen de manera periódica para concretar actuaciones que promuevan el cuidado del medio ambiente. El personal docente estable se formó para ser Comunidad de Aprendizaje y comenzó

con Actuaciones Educativas de Éxito hace dos cursos. Este curso es el tercero que se trabaja con Grupos Interactivos y otras Actuaciones Educativas de Éxito. El equipo directivo tiene una importante apuesta por la educación de calidad y está comprometido con la educación ambiental transformadora. Además, tienen cocina in situ, huerto escolar y el deseo de retomar la escuela de familias (espacio creado por un grupo de maestras del centro en el curso 2020-21, y que se perdió con la pandemia). Por todo esto se valoró este como un centro adecuado para el proyecto piloto de Cocinando Futuro.



El trabajo con el equipo directivo ha sido estrecho y fluido, y las **tareas principales han sido:**



La realización de un diagnóstico del centro y sus necesidades con el objetivo de facilitar la adecuación de las temáticas de los talleres en aula y de la creación del reto del centro.



La coordinación con el personal docente para la planificación de los talleres en aula y la ejecución de los mismos, contando con su apoyo para la gestión del aula y del alumnado.



Ha sido clave su rol en la negociación con el profesorado para diseñar el trabajo del reto: la mejora de los almuerzos de recreo para hacerlos más sanos y sostenibles, y después para lograr que esos tutores y tutoras realizaran en aula las tareas acordadas.



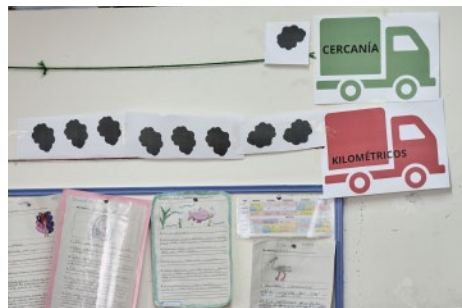
La realización de evaluaciones para recopilar información sobre la vivencia y aprendizajes de los alumnos y del profesorado, una de las bases que han servido para sistematizar la experiencia en este informe. Estas evaluaciones fueron complementadas con entrevistas al equipo directivo y a algunas madres participantes en los dos talleres dirigidos a familias. Según las evaluaciones de las 11 tutoras y tutores de primaria, la gestión del tiempo para poder integrar los talleres en aula ha sido uno de los desafíos más grandes. Varias personas afirman que habrían necesitado más tiempo para poder atender a las actividades y al proyecto de manera más eficaz. De manera general, se ve que hay espacio para mejorar la colaboración con los docentes en este específico caso práctico.

De esta colaboración con el centro escolar se han obtenido también **aprendizajes**:



Que el profesorado y los equipos directivos están saturados de trabajo, y cada vez más, por lo que

necesitan propuestas muy adaptadas a su realidad, a su carga de trabajo y a su alumnado; en este sentido ha resultado clave la negociación previa en torno a la manera de trabajar el reto (la transformación de los almuerzos de recreo) y aún así la implicación de las tutoras y tutores ha sido desigual.



Que un porcentaje variable del claustro de profesorado en los centros públicos es interino, y

por tanto cambia cada curso, siendo un elemento de incertidumbre/inestabilidad de cara a comprometerse con ciertos programas o de cara a su adecuado desempeño.



Que la actitud del equipo directivo respecto al desarrollo del proyecto es clave para lograr los

objetivos del mismo, y que esa alianza ha de ser sólida a la vez que respetuosa con los ritmos del centro escolar.



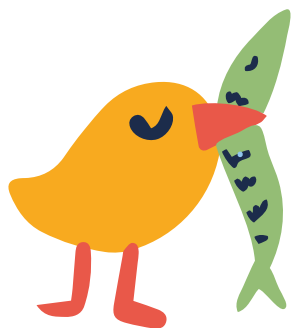
5

Sobre las herramientas y materiales utilizados

En el proceso de desarrollo del proyecto se han utilizado diversas herramientas, materiales y recursos en todos los resultados. Podríamos destacar las herramientas que se han generado específicamente para este proyecto y para ser usadas a futuro en las próximas ediciones de Cocinando Futuro, de ahí la importancia de su evaluación y validación:



Herramientas formativas para los y las jóvenes AdC



Módulo de formación online

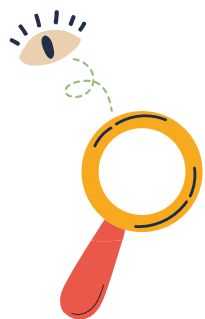
Un módulo de formación online, en formato Genially, estructurado en tres bloques:

1. Los aspectos ambientales del modelo agroalimentario y la agroecología como alternativa
2. Los impactos en la salud de la dieta predominante en nuestra sociedad y las características de una alimentación sostenible, sana y justa.
3. Algunos aspectos pedagógicos y sociales relevantes para diseñar actividades para la población escolar.



El tiempo estimado para completarlo es de unas 4-6 horas. El módulo es muy atractivo visualmente, está alineado con la identidad gráfica del proyecto y ha funcionado muy bien en términos pedagógicos. En esta experiencia piloto se pidió a cada Agente de Cambio que realizará 2 de los 3 módulos, dejando aquél que ya “trae sabido” de su formación previa, es decir, no se ha pedido a las dietistas que hicieran el módulo de salud y nutrición, por ejemplo. Pero tras la experiencia de este curso se ha valorado que a futuro sería mejor pedirles que realicen todos los bloques porque, a pesar de tratarse de contenidos básicos que ya deben conocer, a menudo los enfoques y las conexiones entre distintos fenómenos son nuevas para estas y estos estudiantes.

Herramientas formativas para los y las jóvenes AdC



Módulo de formación presencial



Un módulo de formación presencial complementario al módulo online, que se apoya en materiales visuales, juegos y dinámicas grupales, aportando así a las y los jóvenes recursos para una metodología participativa y constructivista. También recoge los ejes transversales de manera que ayuda a comprender la manera de concretar estos ejes. El módulo consta de 2 sesiones de 3 horas cada una y ha sido muy bien valorado por los y las jóvenes AdC. Desde el equipo técnico se valora también como muy importante sobre todo por el abordaje metodológico, que ha resultado completamente nuevo para muchos de ellos, y que les ofrece una experiencia, una mirada y unos recursos que solo desde la teoría no se pueden integrar.



Recursos educativos y pedagógicos

Una recopilación de recursos educativos y pedagógicos que sirven de referencia a los y las Agentes de Cambio antes de ponerse a diseñar

los talleres para las aulas de primaria. Este mapeo de recursos seleccionados les ha facilitado conocer qué cosas se han hecho anteriormente, identificar recursos interesantes que pueden ser utilizados o adaptados, comprobar qué tipo de tareas y qué nivel de dificultad corresponden a cada edad, etc. Todo esto es muy relevante para los y las jóvenes que no tienen formación previa en pedagogía ni experiencia docente alguna, y así lo han expresado durante las sesiones de seguimiento realizadas con las técnicas.



Herramientas pedagógicas para la educación alimentaria en el aula



Los talleres desarrollados por las y los Agentes de Cambio incluyen también una gran variedad de herramientas tales como presentaciones, juegos, tarjetas, alimentos... con el objetivo de hacerlos lo más divertidos, variados y accesibles posible, para captar la atención del alumnado de primaria y llegar a las diferentes inteligencias y estilos de aprendizaje presentes en las aulas. Hay que destacar que muchos alimentos fueron utilizados en talleres prácticos para transferir a lo tangible todo lo que se estaba trabajando a nivel teórico, a la vez que se estaban ofreciendo alternativas prácticas y cercanas para mejorar la alimentación en el día a día de las familias. Estos talleres diseñados por las jóvenes estudiantes han sido maquetados

y subidos a la [web del proyecto](#), de manera que están disponibles en abierto para otras experiencias similares o para uso de docentes de cualquier territorio. Se trata de materiales modestos elaborados por personas no expertas, y por tanto con margen de mejora, pero útiles y correctos en sus contenidos. Algunas opiniones del profesorado del centro valoraron algunas sesiones como “demasiado teóricas” pero se ha decidido no cambiar los diseños para respetar la versión original creada. De cara a su uso futuro, las personas que lo deseen pueden mejorarlas, pues todo es adaptable. La realización de esta tarea de diseño supone un importante ejercicio de transferencia de aprendizajes, lo que pone a los y las Agentes de Cambio en una situación de aprendizaje muy relevante, pues es el momento de poner en juego lo aprendido sobre nutrición, huella de carbono, agroecología, pedagogía, enfoque de género, diversidad cultural, etc. Es muy importante hacer un seguimiento cercano de esta labor, porque les resulta especialmente difícil concretar los enfoques transversales.



Herramientas de diagnóstico en el centro escolar



LA COMIDA

Los 3 platos que más te gustan de tu comedor son

Los 3 platos que menos te gustan de tu comedor son

Señala las verduras que comes en el colegio.

¿Cuales los verduras? Las 6 verduras que más te gustan son

¿Cuales los frutas? Las 3 frutas que más te gustan son

EL DESPERDICIO ALIMENTARIO

¿Te gusta el menú de tu comedor?

¿Te sobra comida en el plato?

A veces me sobra, me cuesta comer todo el plato.

Siempre me lo como todo.

¿Tienes tiempo suficiente para comer?

Siempre me sobra tiempo. Tengo tiempo a lo largo del día para comer todo.

Algunas veces me sobra tiempo. A veces me sobra tiempo, pero me cuesta comer todo.

Siempre me sobra tiempo. Me cuesta comer todo.

Las cantidades en el plato son:

Justo, me gusta.

Demasiado, no puedo comerlo todo.

A la hora de recoger la mesa, ¿echáis los restos de comida a un cubo para hacer compost?

Siempre me lo como todo.

EL ALMUERZO

LA COMIDA

EL DESPERDICIO ALIMENTARIO

Una batería de formularios dirigidos a alumnado, profesorado y familias ha sido elaborada para recoger información referente a los momentos alimentarios en el centro escolar y elaborar un diagnóstico que ayude a la elección de un reto, es decir, de un problema alimentario que se quiere resolver. Estos formularios abarcan un amplio rango de alimentos y bebidas y tienen un diseño muy visual, lo que los hace muy sencillos de completar, intuitivos y ágiles, para que no sean abandonados sin acabar. Están organizados en módulos de manera que pueden seleccionarse sólo los que sean útiles en cada caso, pues los centros escolares tienen distintas realidades (con o sin cocina, con o sin desayunos, etc.).

Herramientas de comunicación

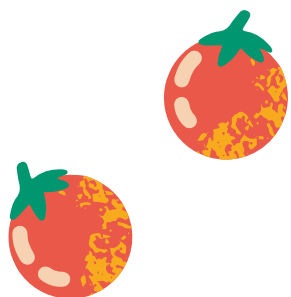
La comunicación es un eje transversal en todo el proyecto. La estrategia de comunicación de este proyecto ha tenido, entre otros objetivos, la intención de crear una marca/identidad del proyecto para conseguir la máxima promoción y repercusión del mismo y favorecer su escalabilidad, favoreciendo así el acceso a formación especializada sobre la alimentación sostenible y saludable a muchas más personas beneficiarias. Se trata también de alcanzar una visibilidad óptima que se traduzca en la participación futura de personas, entidades y actores sociales que enriquezcan las experiencias y los contenidos del proyecto y promover la participación social y el activismo, convirtiendo al alumnado universitario y de formación profesional en agentes de cambio social. Por último, la comunicación dirigida a la ciudadanía en general pretende mejorar la comprensión social de cómo puede ser una alimentación sana, justa y respetuosa con el medio ambiente.



La estrategia de comunicación que acompaña a un proyecto como Cocinando Futuro ha de tener varios ejes y herramientas para diversificar las fuentes de difusión, así como los estilos comunicativos, los contenidos adaptados, los momentos singulares, etc. Así será posible alcanzar a los y las destinatarios previamente seleccionados, tanto a nivel interno (participantes en el proyecto) como entre la ciudadanía madrileña. Para esto último, es importante realizar un seguimiento y un monitoreo constante con el objetivo de evaluar su impacto y poder realizar los ajustes pertinentes.

La estrategia abarca distintos canales de comunicación tales como noticias o artículos en prensa, noticias y publicaciones en los sitios web y redes sociales de las entidades involucradas (entidades líderes del proyecto, centros escolares, universidades...) y, por supuesto, un sitio web propio. Ha tomado varias formas tales como eventos, textos, videos, tweets, fotos, testimonios y hashtags, por mencionar algunas. Es imprescindible tener una identidad y material gráfico que permita

reconocer rápidamente el proyecto, sus valores y sus mensajes, y dedicar tiempo y recursos a la tarea de mantener “vivos” los distintos canales. Para este proyecto, se ha valorado como necesaria una web propia que sea un escaparate atractivo, explicativo y motivador para la participación, dirigida especialmente a docentes de primaria, ciclos formativos y universidades, pues son quienes toman la decisión de participar o no, pero de interés también para familias, estudiantes o potenciales financiadores. Sin embargo, no se han creado redes sociales propias sino que se ha estimado más “rentable” en términos de visibilidad hacer uso de las redes de cada una de las entidades líderes del proyecto.



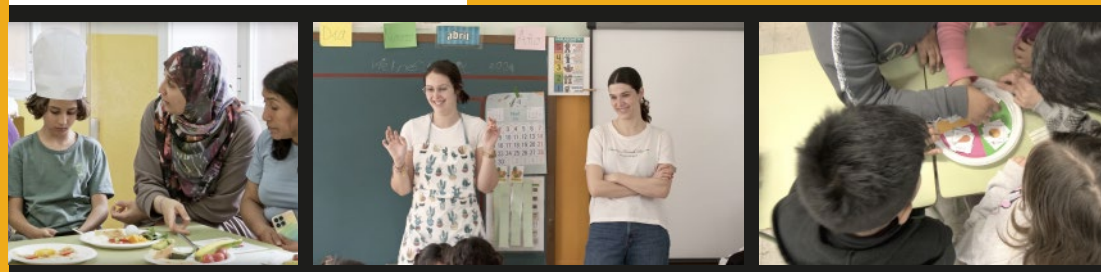
Herramientas de comunicación



Un sitio web propio del proyecto

El sitio web ha de ser el escaparate del mismo, donde docentes, estudiantes, equipos directivos o financiadores puedan conocer los objetivos del mismo, sus fases y características, así como contactar con el equipo o postularse para participar. Un sitio web que comparte el trabajo elaborado por los anteriores Agentes de Cambio, que muestra a los miembros de su comunidad y que incluye un video resumen del proyecto explicado por sus protagonistas, para así motivar a otros centros y estudiantes a participar.

www.cocinandofuturo.org



Vídeo sobre el proyecto

Un video de 5 minutos sobre el proyecto, en el que las fases y valores del mismo son explicados por sus protagonistas: jóvenes Agentes de Cambio, docentes universitarios, equipo directivo y tutora del centro escolar y familias del alumnado. Su objetivo es promocionar el proyecto y ponerlo en valor para motivar a la participación, en coherencia con su vocación de sostenibilidad y escalabilidad.



Recomendaciones



A continuación ofrecemos una serie de recomendaciones relacionadas con la experiencia y los aprendizajes realizados:

Recomendaciones

1

Sobre el diseño del proyecto



A.

Garantizar el reconocimiento académico o por otras vías de la labor realizada por los y las Agentes de Cambio.

B.

Programar la intervención para al menos un curso escolar completo y negociar con todas las partes la calendarización del trabajo para tener en cuenta los ritmos y plazos de todas las partes.

C.

Difundir entre el alumnado universitario al final del curso anterior o en septiembre del curso a intervenir para facilitar la participación del mismo.

D.

Presentar propuestas muy adaptadas a la realidad en la que se va a trabajar: la trayectoria previa del centro en estos temas, la metas que desean, la carga de trabajo del personal docente, las características de su alumnado, etc.

E.

Buscar implicar a toda la comunidad educativa para que los procesos calen y sean transformadores. El trabajo con las familias ha de ser especialmente estudiado para conectar con sus intereses, y manejar diferentes estrategias de comunicación y "contagio".

F.

Apostar por metodologías participativas en el aula y actividades prácticas que impliquen manipulación de alimentos.

2

Sobre el trabajo de los Agentes de Cambio



A.

Planificar bien y consensuar los calendarios de trabajo para adaptarse a sus períodos de exámenes, de entregas y de vacaciones.

B.

Tener en cuenta que muchos de los y las AdC se implicarán durante cortos periodos de tiempo, por lo que se habrá de contar con equipos flexibles y calendarios inclusivos para poder cubrir todo el curso escolar y lograr los objetivos.

C.

A la hora de la elección de los AdC, facilitará el posterior trabajo y colaboración, si es posible, elegir a estudiantes con un perfil activista o un potencial para serlo.

D.

Asegurar que la formación y participación sean reconocidos por la Universidad de alguna manera, preferentemente en forma de créditos académicos.

E.

Garantizar que la formación abarca las claves de la alimentación sostenible y saludable desde la cuádruple mirada ambiental-social-nutricional-pedagógica. Es clave hacer converger sus conocimientos previos a un modelo y un lenguaje comunes.

F.

Crear espacios para el trabajo en equipo, cuidarlos y realizar un estrecho seguimiento de los mismos es también importante para que los AdC vayan preparados y sincronizados a la hora de impartir los talleres en aula.

3

Sobre la colaboración con las universidades y centros de formación donde estudian los AdC

A.

Buscar alianzas con profesorado comprometido y hacerlos partícipes en la medida en que les sea posible para garantizar la máxima adecuación de la intervención a su realidad, sin perder los objetivos del proyecto.

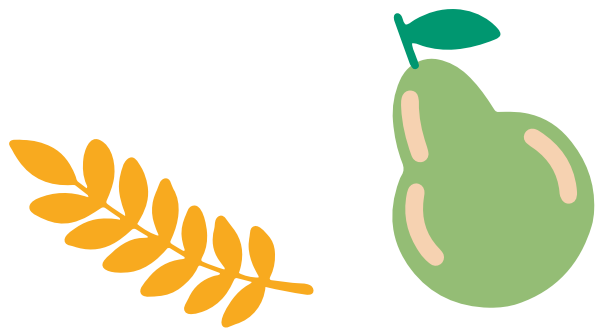
B.

Conocer con antelación el funcionamiento propio de las universidades e institutos, sus claves/agencias/personas para abordar la metodología Aprendizaje-servicio, los plazos para difundir y conseguir participantes, el funcionamiento de la adquisición de créditos...



4

Sobre la colaboración con el centro escolar



A.

Ofrecer a los centros escolares propuestas muy adaptadas a su realidad, a la carga de trabajo del profesorado y del equipo directivo, a las características de su alumnado y familias, a la trayectoria previa de trabajo en esta temática, al nivel de compromiso respecto al reto que el centro puede asumir, etc.

B.

Es muy importante buscar un equilibrio entre lo que es realista que el centro pueda asumir sin mucho estrés, y que la intervención tenga un impacto suficiente para generar cambios. Evidentemente las intervenciones puntuales, estandarizadas y poco ambiciosas dan menos trabajo al centro y al equipo técnico que intervienen, pero su impacto es muy limitado. Los procesos de cambio suponen tiempo y trabajo.

C.

Es clave buscar centros educativos cuyo equipo directivo esté comprometido con la causa y con el proyecto, y desde ahí involucrar a toda la comunidad educativa.

D.

Siempre generar el espacio el tiempo para que el profesorado al que queremos involucrar pueda comprender el sentido de su labor, pueda opinar y tomar decisiones (dentro de un marco).

5

Sobre las herramientas y materiales utilizados



A. Las herramientas pedagógicas y formativas han de estar pensadas para las personas destinatarias y el contexto de uso de las mismas.

B. Deben ser flexibles para que admiten adaptaciones y mejoras, y lo más atractivas posible para el público previsto.

C. La labor que han de asumir los y las Agentes de Cambio de diseñar actividades educativas y luego llevarlas al aula es una situación de aprendizaje clave para el logro de los objetivos del proyecto.

D. Cuanto mejor describas las sesiones y herramientas, y más facilidades se ofrezca al profesorado o a las personas que hayan de hacer uso futuro, más útiles y motivadoras resultarán.

E. Respecto a las herramientas de diagnóstico, han de estar adaptadas a los perfiles que habrán de usarlas: cuanto más breves y sencillos, más posibilidades de que sean completados por personas con bajo nivel de estudios, que podrían encontrarse entre las familias de un centro escolar, por ejemplo. El nivel de complejidad puede aumentarse cuando se trata del equipo directivo del centro. Igualmente las herramientas utilizadas para el diagnóstico habrán de ser diversas para recoger información relevante tanto cualitativa como cuantitativa, y de distintos perfiles: formularios online o en papel, entrevistas, reuniones presenciales, etc. En general, es poco atractivo para algunos actores de la comunidad educativa participar en procesos de diagnóstico o de evaluación, por lo que es clave hacerlos sencillos y ágiles.

F. Respecto a las herramientas de comunicación, recordar que las preguntas clave para empezar son: "¿Qué queremos comunicar? y ¿A quién queremos comunicar?". Es importante que esas herramientas estén dirigidas a un público determinado, no genérico, pudiendo así llevar los mensajes a los espacios pertinentes, usando el estilo comunicativo conveniente, en los momentos óptimos y con los elementos de atracción o "ganchos" adecuados.



En este informe, presentamos la síntesis de una experiencia piloto que nos ha permitido conocer las oportunidades y los desafíos a la hora de formar a jóvenes estudiantes y dotarlos de las herramientas, conocimientos y habilidades necesarios para que sean vectores de cambio hacia una sociedad regeneradora y sana. Esta sistematización es, para nosotras, una oportunidad para reflexionar, por un lado, sobre el impacto que tenemos como organizaciones de cambio ecosocial; y por otro lado, para aprender sobre las claves de éxito en los procesos de motivación y empoderamiento de jóvenes no activistas para que se involucren en acciones para la construcción de sociedades medioambientalmente sostenibles y justas.

Esta experiencia también ayuda a mejorar el vínculo entre el mundo académico y las necesidades vitales de la sociedad, potenciando el talento que la transforma. Esperamos con ello seguir contribuyendo, junto a muchas otras entidades sociales, al trabajo colectivo de creación de una ciudadanía global que integra en la vida diaria los principios del cuidado del planeta, de las personas y de la distribución equitativa de los recursos naturales.

Madrid, 10 de septiembre de 2024



**COCINANDO
FUTURO**