



MENJA

ACTUA

IMPACTA

Per una alimentació
saludable i sostenible

demà /  Fundesplai

**PROGRAMA
D'ACTIVITATS
EDUCATIVES
21-22**





MENJA, ACTUA, IMPACTA

Per una alimentació Saludable i Sostenible, és una gran exposició temporal de més de 1.000 m², innovadora, immersiva, crítica i provocativa, que proposa un viatge local i global pel sistema alimentari, situat al bell mig dels grans reptes als quals ha de fer front el món en l'actualitat.

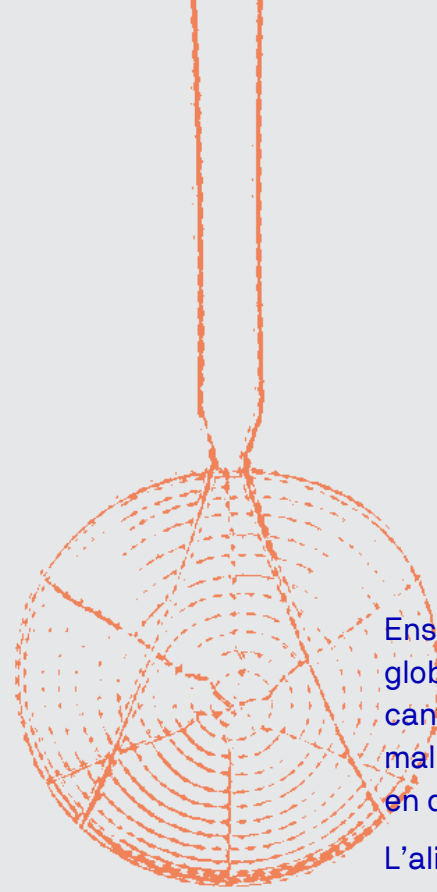
Vivim una emergència climàtica, social, sanitària que posa en perill el present i la vida futura. L'exposició ens convida a mobilitzar-nos i comprometre'ns per millorar les opcions alimentàries com a palanca de canvi vers un **demà** més saludable, just i sostenible.

L'educació és el motor de canvi per un món més just i sostenible

INNOVACIÓ I QUALITAT EDUCATIVA

COMPARTEIX AMB NOSALTRES EL REPTA EDUCATIU

**Per una alimentació
saludable i sostenible**



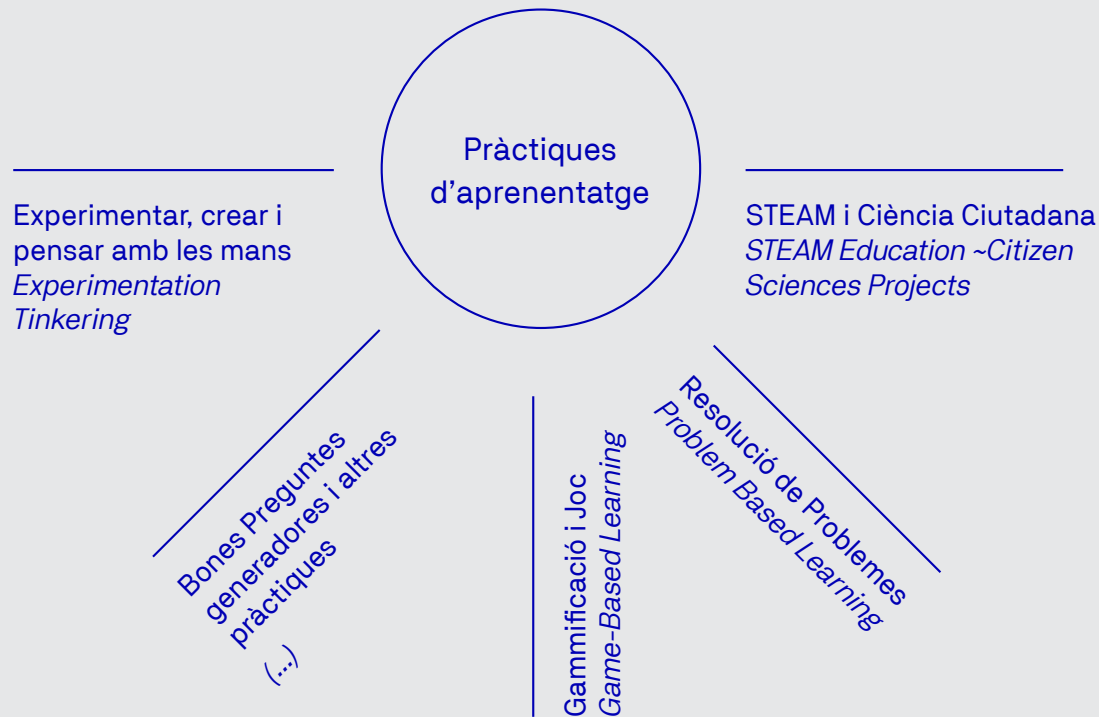
Ens enfrontem a una emergència planetària global, amb una crisi alimentària agreujada pel canvi climàtic, amb importants problemes de malbaratament d'aliments, de fam i desnutrició en determinades zones, i de sobrepès en d'altres.

L'alimentació esdevé un factor clau per a avançar cap a la sostenibilitat on hi coincideixen molts reptes socials i ambientals.

La necessitat que les persones, i especialment els infants i joves, tinguin millors opcions alimentàries mai havia estat tan important. Necessitem que la propera generació prengui millors decisions alimentàries, des del coneixement, la comprensió i el compromís vers una alimentació sostenible, sana i saludable, i accessible a tothom.

Et sumes al canvi?

DE L'EXPERIÈNCIA A L'ACCIÓ

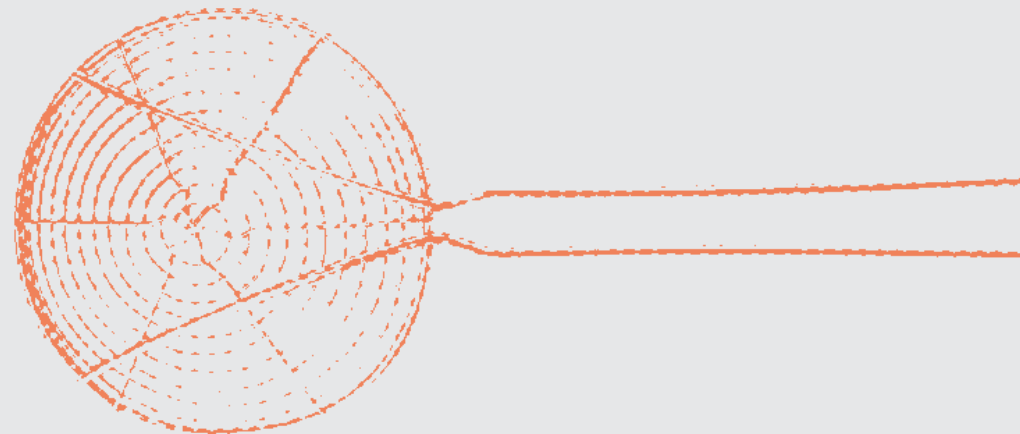


El programa educatiu vol ajudar a construir una societat, que tingui més coneixement i capacitat de discerniment sobre l'origen dels aliments i com afecten aquests a la nostra salut i la del planeta.

Vol aportar coneixement, remoure consciències, donar eines per actuar, no només sobre les conseqüències sinó també sobre les causes, comproment a les persones en el canvi i l'acció. Un canvi individual que ha de connectar amb els estils de vida i l'acció col·lectiva.

En definitiva, el programa a través de propostes d'experimentació lúdica, jocs, tallers, reptes i enigmes, vol ajudar a construir unes competències i habilitats entorn de l'alimentació per avançar cap a la sostenibilitat i la salut dels infants i joves.

Infants i joves compromesos amb un món millor



APRENDRE IMPORTA!

Les activitats proposades es basen en una diversitat de metodologies didàctiques, han estat dissenyades en col·laboració amb entitats expertes en les temàtiques, i estan dinamitzades per un equip d'educadors i educadores format i especialitzat.



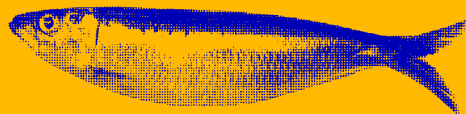
**EDUCACIÓ
INFANTIL**



CICLE INICIAL

+info

**CICLE MITJÀ
CICLE SUPERIOR**



+info

**EDUCACIÓ
SECUNDÀRIA
BATXILLERAT**



+info

EDUCACIÓ INFANTIL/ CICLE INICIAL

[índex](#)

[contacta](#)



Visita guiada a l'exposició

Viatge de l'estímul al compromís

[+info](#)



Textures, formes i colors al plat

Taller d'art i ciència entorn els aliments

[+info](#)



Mira, toca, olora, tasta i escolta el que menges

Aproximació sensorial i científica als aliments

[+info](#)



Cuinem per al planeta

Joc de simulació per a comprendre els vincles entre els aliments i els recursos naturals

[+info](#)

VISITA GUIADA A L'EXPOSICIÓ

Viatge de l'estímul al compromís

L'Exposició temporal "MENJA, ACTUA, IMPACTA" presenta un itinerari narratiu que situa l'alimentació i les opcions alimentàries com un factor clau per avançar cap a la sostenibilitat, on coincideixen molts dels grans reptes socials i ambientals dels pròxims anys.

L'educador/a acompanya les persones participants, des dels seus interessos i expectatives, en la presa de consciència entorn la rellevància de l'alimentació per a la seva salut i la salut del planeta, amb voluntat de comprometre-les per a un món millor.



Totes les etapes educatives

Durada: 60 minuts

Preu grup classe: 75€

*Promocional en motiu de la inauguració de l'exposició

[Menú](#)

TEXTURES, FORMES I COLORS AL PLAT

Taller d'art i ciència entorn els aliments
STEAM Education

La cuina i els ingredients que es fan servir per cuinar són tota una font d'inspiració. Ens alimenten el cos, però també la ment i la imaginació. Sabies que és possible eliminar la fermesa d'un os de pollastre i que aquest tingui textura de gelatina? Has vist al mercat verdures amb forma fractal? T'animes a cercar els pigments de la pastanaga en un bol d'espínacs? Saps quina empremta deixaria la pell d'una col? En aquesta activitat ens fixarem en els aspectes més pictòrics i artístics de l'aliment, per explorar i crear un nou imaginari de colors, formes i pells. La vista i el tacte seran els protagonistes d'aquest tast tan especial!



Cicle inicial

Edat: 5-8 anys

Durada: 90 minuts

Preu grup classe*: 185€
(inclou visita guiada a l'exposició)

*Promocional en motiu de la
inauguració de l'exposició

Menú

MIRA, TOCA, OLORA, TASTA I ESCOLTA EL QUE MENGES

Aproximació sensorial i científica als aliments
STEAM Education

Alimentar-se és una de les funcions vitals de tots els éssers vius. Les persones necessitem menjar per créixer, tenir energia i estar bé amb nosaltres mateixes. Menjar és una necessitat i és un plaer pels nostres sentits. Has tocat mai merenga? Coneixes algun aliment blau? T'agrada l'olor de la col quan bull? Has tastat alguna vegada la ruca? O t'has aturat a escoltar els bombolles de l'aigua amb gas? En aquesta activitat explorarem les textures, els colors, les olors, els gustos i fins i tot els sons d'alguns aliments. Comprendrem els motius darrere d'algunes d'aquestes sensacions i com es produeixen.



Educació infantil-cicle inicial

Edat: 6-8 anys

Durada: 90 minuts

Preu grup classe*: 185€
(inclou visita guiada a l'exposició)

*Promocional en motiu de la
inauguració de l'exposició

[Menú](#)

CUINEM PER AL PLANETA

**Joc de simulació per a comprendre els vincles
entre els aliments i els recursos naturals**
Game-Based Learning

Fa dècades que els habitants de les ciutats es van desconnectar del món agrícola i del ritme natural de la terra. Sigui estiu o hivern, sempre trobem tots els aliments que volem als prestatges de supermercats, però desconeixem els recursos naturals que han estat necessaris per a produir-los. Us convidem a jugar, investigar i aprendre què hi ha darrere els nostres aliments, i a fer-nos més conscients de la nostra connexió amb la natura.

Necessitem la natura per a menjar, i necessitem tenir-ne cura per menjar millor i de forma més sostenible.



Educació infantil-cicle inicial

Edat: 5-8 anys

Durada: 90 minuts

Preu grup classe*: 135€
(inclou visita guiada a l'exposició)

*Promocional en motiu de la
inauguració de l'exposició

[Menú](#)

CICLE MITJÀ/ CICLE SUPERIOR

[index](#)

[contacta](#)



Visita guiada a l'exposició

Viatge de l'estímul al compromís

[+info](#)



3,2,1 Acció! Ens enlairem per la galàxia saludable

Jocs d'activitat física i dinàmiques
cooperatives

[+info](#)



Menjant molècules

Taller de ciència i alimentació
saludable

[+info](#)



Un mar de peix

Joc de simulació participatiu per a
comprendre els problemes
ambientals de la pesca insostenible

[+info](#)



Escape Room infantil

Els jocs d'escape posen en marxa
moltes competències i habilitats com
la cooperació, el treball en equip, el
pensament creatiu etc.

[+info](#)

VISITA GUIADA A L'EXPOSICIÓ

Viatge de l'estímul al compromís

L'Exposició temporal "MENJA, ACTUA, IMPACTA" presenta un itinerari narratiu que situa l'alimentació i les opcions alimentàries com un factor clau per avançar cap a la sostenibilitat, on coincideixen molts dels grans reptes socials i ambientals dels pròxims anys.

L'educador/a acompanya les persones participants, des dels seus interessos i expectatives, en la presa de consciència entorn la rellevància de l'alimentació per a la seva salut i la salut del planeta, amb voluntat de comprometre-les per a un món millor.



Totes les etapes educatives

Durada: 60 minuts

Preu grup classe: 75€

*Promocional en motiu de la inauguració de l'exposició

[Menú](#)

3,2,1 ACCIÓ! ENS ENLAIREM PER LA GALÀXIA SALUDABLE

**Jocs d'activitat física i dinàmiques cooperatives
per treballar conceptes i hàbits saludables**
Game-Based Learning

Existeix una galàxia molt i molt llunyana on hi trobem tots els hàbits saludables: la Galàxia Saludable. Se'ns presenta una missió molt important per la supervivència de l'espècie humana que consisteix en aconseguir l'equilibri dels planetes que la conformen: l'alimentació, la quantitat i la qualitat del son, l'activitat física i l'esport, i el benestar emocional. Lliguem cinturons i ens enlairem cap a una aventura interestel·lar on a través del moviment, els jocs de rol i l'aprenentatge cooperatiu, descobrirem els secrets dels estils de vida que estimulen el creixement saludable i el benestar dels infants.

Que la diversió ens acompanyi!



Cicle mitjà-superior

Edat: 9-12 anys

Durada: 90 minuts

Preu grup classe*: 135€
(inclou visita guiada a l'exposició)

*Promocional en motiu de la
inauguració de l'exposició

[Menú](#)

MENJANT MOLÈCULES

Taller de ciència i alimentació saludable
STEAM Education

Els aliments que mengem fan que creixem sans i que tinguem energia per a fer esport, aprendre i jugar. Per tant, són molt importants. Però sabem realment què ens dóna cada aliment? Ens hem embrutat les mans amb experiments que ens apropin a comprendre què és una dieta saludable? Necessitem menjar aliments variats que ens aportin diferents nutrients, que continguin macronutrients com ara els hidrats de carboni, les proteïnes o els greixos i micronutrients que són les vitamines i els minerals. Tots ells es troben en el que mengem, encara que no sempre siguin visibles. Sabries detectar si un aliment és ric en greix? Què és el midó? Com podem comprovar que un aliment conté moltes proteïnes? Alguna vegada has vist el ferro que contenen els cereals? En aquesta activitat investigarem sobre totes aquestes molècules que ens ajuden a viure i a créixer!



Cicle mitjà-superior

Edat: 9-12 anys

Durada: 90 minuts

Preu grup classe*: 185€
(inclou visita guiada a l'exposició)

*Promocional en motiu de la
inauguració de l'exposició

[Menú](#)

UN MAR DE PEIX

Joc de simulació participatiu per a comprendre els problemes ambientals de la pesca insostenible
Problem-Based Learning / Game-Based Learning

És important menjar peix? Com decidim el peix que ens mengem? Sabem com l'han pescat? Com podem afavorir una compra sostenible de peix? A partir d'un joc de simulació anirem al mercat a comprar peix! Amb el cabàs i en grups petits, els nois i noies aniran recorrent unes parades simulades de peix, com si es trobessin en un mercat real i en faran la seva compra. A partir d'analitzar les seves cistelles: què heu comprat? Com heu pres la decisió de la vostra compra? Es donaran elements perquè es fixin en algunes característiques que ajudin a valorar l'impacte ambiental i social i fomentin l'alimentació saludable i la protecció del mar.



Cicle mitjà-superior

Edat: 9-12 anys

Durada: 90 minuts

Preu grup classe*: 135€
(inclou visita guiada a l'exposició)

*Promocional en motiu de la inauguració de l'exposició

Menú

ESCAPE ROOM INFANTIL

Els jocs d'escape posen en marxa moltes competències i habilitats com la cooperació, el treball en equip, el pensament creatiu etc.

Voleu realitzar una activitat diferent i totalment immersiva? Atreviu-vos amb aquest *escape* pensat per a nens i nenes on tot el grup classe podrà jugar a l'hora i aprendre un munt de conceptes i consells entorn una alimentació sana, sostenible i justa.



Cicle mitjà-superior

Edat: 9-12 anys

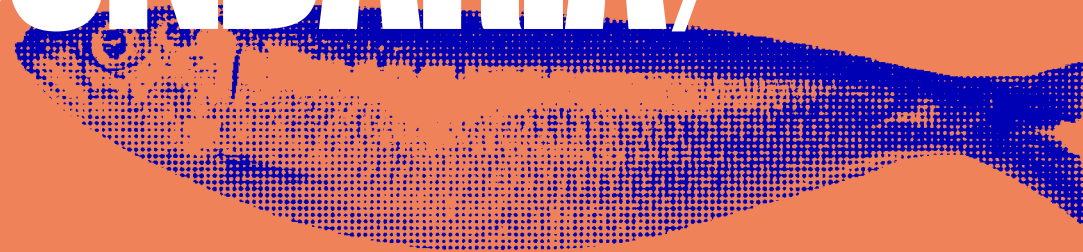
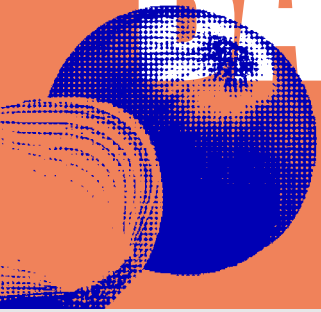
Durada: 90 minuts

Preu grup classe*: 275€

*Promocional en motiu de la inauguració de l'exposició

Menú

EDUCACIÓ SECUNDÀRIA/ BATXILLERAT



[índex](#)

[contacta](#)



Visita guiada a l'exposició

Viatge de l'estímul al compromís

[+info](#)



100% saludable

Joc d'enginy per a sensibilitzar sobre els efectes nocius del consum d'ultraprocessats i ensucrats i el seu augment en els últims anys

[+info](#)



Innovació comestible!

Taller científic de transformació dels aliments

[+info](#)



#foodwastehero

Joc d'enigmes per a convertir-nos en expertes entorn el malbaratament alimentari

[+info](#)

VISITA GUIADA A L'EXPOSICIÓ

Viatge de l'estímul al compromís

L'Exposició temporal "MENJA, ACTUA, IMPACTA" presenta un itinerari narratiu que situa l'alimentació i les opcions alimentàries com un factor clau per avançar cap a la sostenibilitat, on coincideixen molts dels grans reptes socials i ambientals dels pròxims anys.

L'educador/a acompanya les persones participants, des dels seus interessos i expectatives, en la presa de consciència entorn la rellevància de l'alimentació per a la seva salut i la salut del planeta, amb voluntat de comprometre-les per a un món millor.



Totes les etapes educatives

Durada: 60 minuts

Preu grup classe*: 75€

*Promocional en motiu de la inauguració de l'exposició

[Menú](#)

100% SALUDABLE

Joc d'enginy per a sensibilitzar sobre els efectes nocius del consum d'ultraprocessats i ensucrats i el seu augment en els últims anys
Problem Based Learning / Game Based Learning

Què vol dir ultraprocesat? Quins productes ho són i perquè no són bons per a la nostra salut i la del planeta? Has mirat mai les etiquetes dels productes per veure quina quantitat de sucres afegits contenen? És el mateix el sucre afegit que el sucre naturalment present als aliments? Tenen els mateixos efectes en el nostre organisme? I els edulcorants, què?

Us proposem un joc d'enginy i gimcana per a respondre totes aquestes preguntes i aconseguir sortir victoriosos del laberint dels sucres afegits.



Educació secundària i batxillerat

Edat: A partir de 12 anys

Durada: 90 minuts

Preu grup classe*: 135€
(inclou visita guiada a l'exposició)

*Promocional en motiu de la inauguració de l'exposició

Menú

INNOVACIÓ COMESTIBLE!

Taller científic de transformació dels aliments
STEAM Education

Darrerament la cuina ha estat un espai de molta innovació. Xefs d'arreu del món han començat a col·laborar amb físics i químics per donar pas a noves textures com les espumes, noves tècniques com l'esferificació, estats sorprenents com el fum comestible o colors sorprenents com una llimonada vermella. També han aparegut noves eines, batedores, picadores, robots de cuina, fins i tot impressores 3D! T'agrada la innovació? Vols comprendre el que sembla gairebé màgia? Vols implicar-te en les STEAM a través de la cuina? En aquesta activitat ens apropem a conceptes de ciència puntera, com la nanociència, per aprendre, tot gaudint de la gastronomia i l'espectacle.



Educació secundària i batxillerat

Edat: A partir de 12 anys

Durada: 90 minuts

Preu grup classe*: 185€
(inclou visita guiada a l'exposició)

*Promocional en motiu de la
inauguració de l'exposició

Menú

#FOODWASTHERO

Joc d'enigmes per a convertir-nos en expertes
entorn el *malbaratament alimentari*
Game-Based Learning / Problem-Based Learning

El malbaratament d'aliments és un fenomen global que també té lloc a casa nostra. Trobar-hi solucions de maneres creatives és de vital importància per a reduir la nostra petjada alimentària.

Un joc col·lectiu d'enigmes, reptes i proves divertides ens farà conscients de la importància d'aquesta problemàtica i ens convidarà a ser activistes per a reduir el malbaratament alimentari a casa nostra i al nostre entorn.



Educació secundària i batxillerat

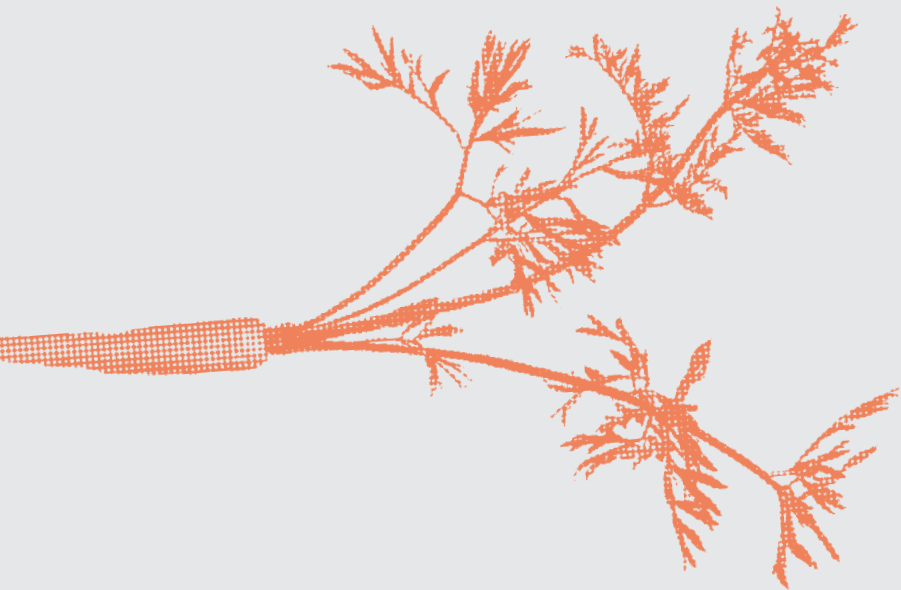
Edat: A partir de 12 anys

Durada: 90 minuts

Preu grup classe*: 135€
(inclou visita guiada a l'exposició)

*Promocional en motiu de la
inauguració de l'exposició

Menú



US HI ESPEREM!



Més informació i reserves

Si vols seguir les novetats del Programa Educatiu
“MENJA, ACTUA, IMPACTA”, inscriu-te:

 menjaactuaimpacta.org

 info@menjaactuaimpacta.org

Fundesplai ha dissenyat aquestes activitats amb la col·laboració de:

