“BOAS PRÁTICAS” DE CCA, NA MODALIDADE RESTAURAÇÃO COLETIVA, em Portugal

“Rede Alimentar de Mértola – Projeto a Cozinha da Avó - Alimentação Saudável, Inovação e Empreendedorismo Social”

TIPO DE GESTÃO DAS CANTINAS

Administração protocolada

PROMOTOR

Identificação

Casa do Povo de Santana de Cambas

Tipo de promotor

IPSS

Outras Entidades envolvidas

- Câmara Municipal de Mértola
- Associação Terra Sintrópica
- Junta de Freguesia de Santana de Cambas
- Santa Casa da Misericórdia de Mértola (IPSS)
- Centro de Apoio a Idosos da Moreanes (IPSS)
- Centro Social dos Montes Altos (IPSS)

PÚBLICO-ALVO

População Escolar

ONDE

Jardim de Infância e E.B. 1 da freguesia de Santana de Cambas

TIPO DE PRODUTOS

Hortícolas e frutas

Nº REFEIÇÕES/DIA

23 refeições/1 dia por semana

CONTEXTO

Em outubro de 2017, a Câmara Municipal de Mértola e a Associação de Empresários de Mértola deram início a um processo participativo de definição e implementação de uma estratégia municipal, com o objetivo de capacitar a comunidade para o desenvolvimento progressivo de um sistema alimentar de base local.

Um dos elementos fundamentais desta estratégia consiste na criação de uma Rede Alimentar Local, que contempla as dimensões da Produção, Consumo e Governança Local, e se estende à capacitação de diferentes públicos e organizações, com o propósito de produzir e consumir alimentos de base local, adotando práticas agroecológicas.

A concretização desta estratégia passa pela criação de circuitos curtos agroalimentares e pelo desenvolvimento de um projeto-piloto, que visa abastecer progressivamente a restauração coletiva, ao mesmo tempo que fomenta a educação do público-alvo para novos modelos de consumo baseados na proximidade. Este projeto evoluiu e foi envolvendo um grupo crescente de parceiros.

O projeto "A Cozinha da Avó" surge no âmbito da Rede Alimentar Local, sendo promovido pela Casa do Povo de Santana de Cambas, com o objetivo de promover uma alimentação sustentável, baseada nos princípios e produtos da Dieta Mediterrânica. Este projeto procura, ainda, sensibilizar para a necessidade de recuperação e afirmação da cozinha local como parte essencial da identidade cultural do território. O financiamento deste projeto é oriundo do Programa Operacional Inovação Social e Emprego (POISE), no âmbito das Parcerias para o Impacto, com a Câmara Municipal de Mértola como investidora social.

No âmbito do Projeto "A Cozinha da Avó" foram criadas duas novas hortas, que integram a **Rede de Hortas Colaborativas**, que tem por objetivo abastecer a restauração coletiva do concelho de produtos locais, sazonais e orgânicos, assim como um **Laboratório de Experimentação Culinária (*Local Food Lab*)**, onde se criam novas receitas a partir do receituário tradicional e com produtos locais. Foi também criada uma **Academia de Cozinha**, que pretende capacitar e sensibilizar diferentes atores (crianças, jovens, pais, profissionais da restauração coletiva e a comunidade em geral) para a valorização da Dieta Mediterrânica e para a adoção de práticas sustentáveis de produção e consumo de bens alimentares.

Em 2021, o projeto "A Cozinha da Avó" recebeu o 1º Prémio, na Categoria Pessoas, da plataforma ODS Local, que reúne projetos nacionais que contribuem para a concretização dos 17 Objetivos de Desenvolvimento Social (ODS).

OBJETIVOS

- promoção da uma alimentação sustentável com base na Dieta Mediterrânica;
- sensibilização para a urgência de práticas sustentáveis de produção e consumo de bens alimentares;
- promoção e aplicação de práticas agrícolas sustentáveis;
- recuperação e proteção do património cultural da região associado à alimentação, introduzindo inovação e conhecimento científico na área da nutrição;
- promoção de um diálogo intergeracional, para recuperar hábitos alimentares de cariz local, assentes no saber e saber-fazer da população sénior, interligando-a com públicos mais jovens e conhecimentos mais atuais em matéria de nutrição e segurança alimentar.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

A Câmara Municipal de Mértola, através de um protocolo estabelecido com a Casa do Povo de Santana de Cambas, assegura o fornecimento das refeições ao Jardim Infantil e à E.B.1 da freguesia. O município é, também, responsável pela elaboração dos menus escolares, orientados por uma nutricionista da câmara municipal, sendo as refeições confecionadas na cozinha da Casa do Povo de Santana de Cambas, e posteriormente entregues nas cantinas dos estabelecimentos escolares referidos.

Desde junho de 2020, e no âmbito do projeto "A cozinha da Avó", foi decidido introduzir **uma vez por semana** uma refeição com uma **receita tradicional da região** e confecionada com **produtos das hortas do projeto**.

Nas duas hortas criadas no âmbito deste projeto - *Horta do Combral – Casa do Povo de Santana de Cambas* e a *Horta da Santa Casa da Misericórdia de Mértola* – são cultivados produtos hortícolas e algumas frutas, segundo uma abordagem de agricultura regenerativa sintrópica. As hortas são cultivadas por dois hortelãos, um em cada horta, e têm acompanhamento técnico especializado pela Associação Terra Sintrópica, garantindo assim o modo de produção biológico e padrões de segurança alimentar.

Nestas hortas são produzidos, segundo a época do ano, os seguintes produtos: alface, diversos tipos de couve, espinafres, batatas, batata doce, cebola, tomate, brócolos, alhos, alho francês, acelgas, plantas aromáticas, melão, melancia, entre outros.

Todas as semanas, geralmente à quinta-feira, a responsável pela cozinha contacta os hortelãos para saber os produtos hortícolas e frutas que estarão disponíveis para introduzir nos menus escolares da semana seguinte e quais os produtos a adquirir no comércio local para completar as quantidades e variedades de produtos para a confeção das refeições.

A refeição confecionada com a receita tradicional, "a receita da avó", geralmente é servida à quarta-feira. A seleção do menu é decidida na semana anterior, conciliando a disponibilidade de produtos existentes nas hortas com os hábitos alimentares tradicionais do Alentejo para essa época. Alguns exemplos de menus tradicionais servidos ao longo do ano são: açorda com tomate com ovo aberto, açorda de coentros com poejo, cozido de grão com massa, sopa de batata com ovo aberto, feijão com acelgas, migas de azeite, massada de peixe, nogados alentejanos, entre outros. "As receitas da Avó" foram recolhidas junto da população sénior no âmbito do Laboratório de Experimentação Culinária.

O projeto criou, também, uma ***Academia de Cozinha***, que desenvolve um conjunto diversificado de atividades de sensibilização e formação a toda a comunidade escolar para uma alimentação saudável e sustentável, com base no padrão mediterrânico. Uma vez por semana, esta temática é trabalhada nas atividades extracurriculares da EB1 de Santana de Cambas e EB1 Mina de S. Domingos. São desenvolvidas atividades na horta, com o objetivo de sensibilizar os alunos para as práticas agrícolas sustentáveis, para o conhecimento dos produtos locais, a sua sazonalidade e características.
Também são desenvolvidas atividades de sensibilização à gastronomia local tradicional, ensinando as crianças a identificar os produtos e o modo de confecionar "as receitas da avó" servidas nessa semana na cantina escolar.

Para pais e encarregados de educação, organizaram-se workshops de cozinha saudável, tendo sido já desenvolvidas ações temáticas sobre pequenos-almoços e lanches saudáveis.

RESULTADOS

Confeção de refeições com produtos hortícolas sazonais, locais e frescos, e os produtos excedentes são distribuídos a IPSS da freguesia.
Consciencialização para a temática da alimentação saudável e do desperdício alimentar

PRINCIPAIS DIFICULDADES

Pouco conhecimento de mães, pais e encarregados de educação sobre alimentação saudável, sustentável

Pouca sensibilidade de mães, pais e encarregados de educação para:

- o aumento da quantidade de leguminosas e produtos hortícolas em detrimento da proteína animal nas refeições escolares;
- a introdução de receitas tradicionais nos menus escolares, por considerarem com baixo valor nutricional.

PERSPETIVAS FUTURAS

Alargar as atividades da Academia de Cozinha a todas as escolas do concelho.

Aumentar o fornecimento de produtos locais à restauração coletiva de Mértola (refeitórios das escolas, das IPSS…) através da ampliação e consolidação da Rede de Hortas Colaborativas de Mértola.

INFORMAÇÃO ADICIONAL

Projeto "A cozinha da Avó"

Vídeo "A Cozinha da Avó – 1º Prémio ODS Local na Categoria Pessoas"