

Berenars
en català

MARIA CLAPÉS NICOLAU
DAMIÀ TOMÀS CERDÀ
FRANCISCO PALMER AMER



Maria Clapés Nicolau

Palma, 1981. Llicenciada en Filologia Catalana per la Universitat de les Illes Balears (2004) i per la University of Sheffield (2004). És experta universitària en Autoconeixement, Emocions i Diàleg al segle XXI (UIB) i en Interioritat, Autoestima i Assertivitat (UIB). Treballa com a professora de secundària des del 2005. En l'actualitat, és professora de llengua i literatura catalanes i coordinadora d'educació emocional a l'IES Calvià.



Francisco Palmer Amer

Inca, 1969. Tècnic superior de cuina (EH Juníper Serra). Després de vint anys d'experiència professional al sector privat i tres anys d'experiència docent com professor tècnic de formació professional, actualment treballa a l'IES Calvià amb el grup de primer de Formació Bàsica de cuina i serveis de restauració.



Damià Tomàs Cerdà

Porreres, 1977. Llicenciat en Història de l'Art (UIB) i diplomad TEAT (UIB), amb 10 anys d'experiència docent com a professor tècnic de formació professional. Actualment treballa a l'IES Calvià amb el grup de primer de Formació Bàsica de cuina i serveis de restauració.

Resum

Aquest article pretén fer conèixer el projecte de **Berenars en català** que es du a terme a l'IES Calvià des del curs 2010-2011. S'hi expliquen les dinàmiques ofertades als participants del projecte per fomentar l'intercanvi cultural entre l'alumnat de l'institut, d'edat, estudis i procedències diverses. Incentivem en els i les joves l'increment de l'autoestima i l'establiment d'unes relacions socials satisfactòries. Els **Berenars en català** són una plataforma per afavorir el creixement personal i fomentar la cohesió grupal de l'alumnat d'ESO, FP i batxillerat.

Els eixos del projecte són la pràctica de la llengua catalana, pròpia de les Illes Balears, i la presa de contacte amb la gastronomia mallorquina. Es tracta de fusionar els treballs dels departaments d'Hoteleria i de Llengua Catalana per tal d'oferir a l'alumnat un entorn idoni on fer un tast de cuina mallorquina mentre coneixen les principals festes tradicionals (d'aquí i de fora) i comparteixen experiències, pensaments, sentiments, inquietuds, idees, emocions. L'empoderament és essencial: tots podem ensenyar i aprendre, així és que durant la conversa cada participant alterna el paper de mestre amb el d'alumne.

Parlarem en petits cercles d'allò que ens fa únics a cada un de nosaltres, conversarem sobre els referents familiars i culturals, i identificarem allò que ens uneix globalment i allò que ens fa més forts per encarar el futur. Ens formem com a ciutadans i ciutadanes orgullosos dels nostres orígens i oberts al món que ens envolta.

Paraules clau

Intercanvi cultural / Creixement personal / Llengua catalana / Cuina mallorquina

Resumen

Este artículo pretende dar a conocer el proyecto **Berenars en català**, que se lleva a cabo en el IES Calvià desde el curso 2010-2011. Se explican las dinámicas ofertadas a los participantes del proyecto para fomentar el intercambio cultural entre el alumnado del instituto, los cuales tienen edades, estudios y procedencias diversas. Incentivamos en los y las jóvenes el incremento de la autoestima y poder establecer unas relaciones sociales satisfactorias. Los **Berenars en català** son una plataforma para favorecer el crecimiento personal y para fomentar la cohesión grupal de los alumnos de ESO, FP y bachillerato.

Los ejes del proyecto son la práctica de la lengua catalana, propia de las Illes Balears, y la toma de contacto con la gastronomía mallorquina. Se trata de fusionar el trabajo de los departamentos de Hotelería y de Lengua Catalana para ofrecer al alumnado un entorno idóneo donde probar un pisco-labris de cocina mallorquina mientras conocen las principales fiestas tradicionales (de aquí y de fuera) y comparten experiencias, pensamientos, sentimientos, inquietudes, ideas y emociones. El empoderamiento es esencial: todos podemos enseñar y aprender, por esa razón durante las conversaciones cada participante alterna el papel de maestro con el de alumno.

Hablamos en pequeños círculos de aquello que nos hace únicos a cada uno de nosotros, conversamos sobre los referentes familiares y culturales, e identificamos aquello que nos une globalmente y aquello que nos hace más fuertes para hacer frente al futuro. Nos formamos como ciudadanos y ciudadanas orgullosos de nuestros orígenes y abiertos al mundo que nos rodea.

Palabras clave

Intercambio cultural / Crecimiento personal / Lengua catalana / Cocina mallorquina

1. Contextualització

Calvià és un municipi ric pel que fa als llocs de procedència dels seus habitants. Des de l'IES Calvià volem potenciar aquesta riquesa cultural i posar-la a l'abast de tots els nostres alumnes.

Les dades del padró municipal del 2017, ens detallen els orígens dels habitants del municipi. Així, repartits en tres parts pràcticament iguals, veiem que 19.095 habitants de Calvià són nascuts a les Illes Balears, 13.394 són nascuts a una altra comunitat autònoma i 16.574 són nascuts a l'estranger (Quadre 1, IBESTAT, 2017).

Aquesta diversitat cultural és una immensa font de coneixements que volem que sigui compartida. Volem que els alumnes aprenguin els uns dels altres i amb aquesta intenció posarem en marxa els *Berenars en català*, com a plataforma per a compartir coneixements, sentiments, experiències, idees, inquietuds, pensaments... sempre emprant com a pont de connexió la llengua catalana, pròpia de les Illes Balears i, com mostren les xifres de l'IBESTAT, amb escassa

presència a bona part de les llars del municipi.

Agraïm la implicació dels alumnes, de l'equip directiu i dels departaments d'Hoteleria i de Llengua Catalana (en especial de Jaume Balaguer, Luciano Jiménez, Jesús de Cima, Núria Rosselló, Xisca Santisteban i Lourdes Sierra).

2. Introducció

El projecte dels *Berenars en català* s'inicià el curs 2010-2011 i ha continuat endavant gràcies a la participació de tots els alumnes que n'han format part, any rere any. Tots ells, alguns dels quals hi han assistit des que cursaven primer d'ESO fins que han acabat segon de batxillerat, han millorat la fluïdesa, la pronunciació i el vocabulari en llengua catalana, han conegut cultures noves, han crescut per a esdevenir persones segures d'elles mateixes, amb empena, orgullosos dels seus orígens i obertes al món que els envolta.

Quadre 1. Població per zona de naixement i tipus de nacionalitat

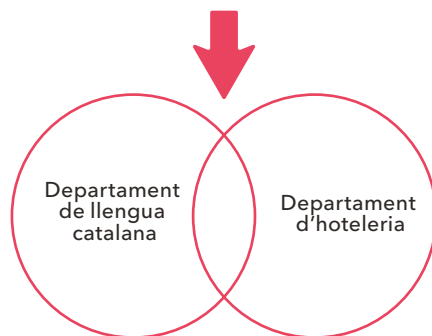
	Total nacionalitat	Espanyols	Estrangers
Total zona naixement	49.063	34.241	14.822
Nascuts a les Illes Balears	19.095	17.800	1.295
Nascuts a una altra comunitat autònoma	13.394	13.306	88
Nascuts a l'estranger	16.574	3.135	13.439

Font: Institut d'Estadística de les Illes Balears (IBESTAT), 2017.

Així doncs, amb la intenció de posar a l'abast dels alumnes la llengua catalana, practicant-la en un ambient distès, defugint les «pràctiques formals» dins les parets de l'aula, varen néixer els *Berenars en català*. La idea inicial del projecte era reunir alumnat catalanoparlant i no-catalanoparlant, amb la intenció d'oferir-los un entorn idoni per a practicar oralment la llengua catalana. Som conscients que tres hores setmanals de classe de llengua i literatura catalanes, amb una mitjana de vint-i-set alumnes per aula, no són suficients perquè els estudiants assoleixin el vocabulari, la fluïdesa, la correcció pròpies dels parlants d'un idioma. Amb aquest pensament, decidírem el curs 2010-2011 iniciar els cercles de conversa.

Hem de dir que l'IES Calvià és un dels pocs centres de Mallorca que compta amb estudis d'Hoteleria, fet que ens ha proporcionat l'oportunitat d'iniciar el projecte dels *Berenars en català* arribant als alumnes no únicament per la vessant lingüística, sinó també la culinària. És un projecte que remou els cinc sentits i que enforteix les habilitats i capacitats de cada un dels participants.

BERENARS EN CATALÀ



3. Simbiosi interdepartamental

Els *Berenars en català* fusionen el treball dels departaments d'Hoteleria i Llengua catalana i s'insereixen dins el projecte d'educació emocional que du a terme l'institut.

El piscolabis que aporta el Departament d'Hoteleria sempre ha servit per amenitzar les trobades. Són diferents els grups del Departament d'Hoteleria que han col·laborat al projecte durant aquests anys. Enguany (2017-2018), hi ha participat el grup de Formació Professional Bàsica de Cuina i Serveis, atès que hem fet coincidir amb els *Berenars en català*



Fotografia 1. Sala d'actes de l'IES Calvià. 2 de febrer de 2018. Font: elaboració pròpia.

un mòdul específic del currículum (Atenció al client) i la posada en pràctica del projecte d'hort ecològic, el qual permet dur a terme una cuina molt lligada al calendari gastronòmic. Hem posat especial esment en fer arribar a l'alumnat la gastronomia mallorquina.

La bona predisposició dels alumnes de Formació Professional Bàsica de Cuina i Serveis, presentant-nos el bon resultat del seu aprenentatge, ens ajuda a difondre la idea que el ventall d'opcions d'estudis i de professions és molt més ampli del que de vegades ens sembla. L'alumnat d'Hoteleria practica l'atenció al client presentant-nos i servint-nos allò que ha cuinat. Tots ells es converteixen en un referent per als companys d'ESO i batxillerat. Són algú en qui emmirallar-se. La formació professional és vista com una bona alternativa.

4. Objectius

4.1. Objectius del projecte comuns a tots els participants

- Fomentar el respecte envers totes les llengües i la importància de l'aprenentatge i de l'ús del català, com a llengua vehicular del centre i de l'entorn social.
- Aconseguir la integració escolar i social de l'alumnat amb independència de la seva llengua, cultura, condició social i origen.
- Entendre la llengua catalana com a vehicle de comunicació i de convivència.
- Conèixer la cuina mallorquina.
- Conèixer els productes de temporada i el cicle de les collites.
- Valorar les opinions pròpies i alienes.



Fotografia 2. Sala d'actes de l'IES Calvià. 9 de març de 2018. Font: elaboració pròpia.

- Posar de manifest el patrimoni cultural que aporta l'alumnat nouvingut.
- Educar en les actituds lingüístiques de respecte i lleialtat.
- Entendre la llengua i la cuina com a elements de cohesió social.
- Ajudar a perdre la por de parlar en català i/o assolir la competència lingüística en llengua catalana.
- Estimular les relacions entre iguals.
- Aprendre a identificar i a expressar l'opinió pròpia, per a definir i consolidar la personalitat de cada un dels participants.

4.2. Objectius del projecte específics per als alumnes d'Hoteleria

- Aprendre a gestionar els moments de tensió a la cuina.
- Ésser capaços d'atendre correctament els clients, superant situacions d'estrès o vergonya.

5. El calendari gastronòmic i els temes de conversa

El grup de cuina ofereix les seves propostes culinàries lligades al calendari i als productes de temporada de l'hort. D'aquesta manera treballen el mòdul d'Atenció al client: s'encarreguen de preparar, presentar i repartir el menjar entre les taules dels alumnes participants a les converses.

El tast culinari que s'ofereix als col·loquis respon sempre a una planificació, ben igual que els temes de conversa proposats, amb els quals hi ha una correspondència.

Al calendari adjunt (gràfic 2) hem volgut destacar en vermell els temes de conversa que acostumen a ser fixos cada any. Són qüestions que lligam al calendari de festivitats (les Verges, Nadal, Sant Antoni i Sant Sebastià, carnestoltes, Pasqua, Sant Jordi) i reivindicacions (el Dia de la Dona i el Dia internacional contra la violència de gènere). El material i les dinàmiques per a parlar sobre aquestes



Fotografia 3. Alumnes d'FPB1 del mòdul d'Atenció al client. 17 de novembre de 2017.
Font: elaboració pròpia.

Gràfic 2. Calendari

Mes de l'any (i festivitat o dia reivindicatiu)	Productes de l'hort	Elaboracions típiques	Temes de conversa
Setembre	Sembra de l'hort		
Octubre (les Verges)	Espinacs Bledes Julivert Colflori Col Lletugues Figues Alvocats	Coques de verdura Coques de figues Gelat de figues Coca de llampuga Llampuga amb pebres Bunyols	<i>(Benvinguda als Berenars en català: discurs i vídeo recopilatori de fotografies d'anys anteriors.)</i> El meu nom El canvi de les rutines entre les vacances i els dies d'escola Les Verges L'amistat
Novembre (Tots Sants, Dia internacional contra la violència de gènere)	Ametlla Olives Bledes Espinacs Col Colflori Lletugues Pastanaga Fonoll Porros	Panellets Coques diverses Raoles Llampuga escabextada Gató Gelat d'ametlla Colflori ofegada Amanides Frit de pastanaga	La mort Els pares L'esport La violència de gènere
Desembre (Nadal)	Espinacs Bledes Cebes tendres Lletugues Porros Julivert	Gató Raoles Coques diverses Sopes d'hivern Tronxos de bleada amb sucre	Sol o en companyia Els padrins Les vacances de Nadal. Planificació
Gener (Sant Antoni, Sant Sebastià)	Col Colflori Espinacs Bledes Col borratxona Porros	Espinagada Sobrassada Botifarrons Llom amb col Frit de matances	Les vacances de Nadal: què hem fet? Ciberassetjament escolar (cyberbullying) Sant Antoni i Sant Sebastià a les Illes
Febrer (Carnestoltes)	Pèsols Porros Cebes tendres Pastanaga Fonoll Carabassa	Frit de pastanaga Coca de dijous jarder Ensaïmada amb encarabassat Garapinyades Tambor d'ametlla	Rumors i xafarderies Les disfresses de la nostra vida: les puntuals i les de cada dia El nostre lloc acollidor La discapacitat

Gràfic 2. Calendari

Mes de l'any (i festivitat o dia reivindicatiu)	Productes de l'hort	Elaboracions típiques	Temes de conversa
Març (Quaresma, Dia de la Dona)	Bledes Espinacs Julivert Faves Mongetes Porros Fonoll	Greixera d'ous Gerret escabetxat Sopes seques	Estar orgullós de... <u>La dona que jo admir</u> Na Caputxeta al segle XXI La confiança
Abril (Pasqua cristiana, Sant Marc, Sant Jordi)	Carxofes Porros Caragols Bledes Espinacs Julivert	Robiols Panades Cocarrois Crespells Caragols	Muntar una història <u>Llegim</u> Les xarxes socials
Maig	Carxofes Porros Ciurons Pèsols Faves	Ciurons escaldins Cassola d'ou Carxofes farcides Frit de verdura	Robots Poble o ciutat Projecte de vida <u>Valoració final: qüestionari grupal sobre les dinàmiques que s'han fet al llarg del curs.</u>

Font: elaboració pròpia.

matèries canvien cada curs, de manera que l'alumnat fixa a les converses continuï ampliant la seva formació. Els temes de conversa que no hem destacat en vermell són els que hem incorporat enguany: cada any són diferents.

Des del començament del projecte ens adonarem del pes que tenien els *Berenars en català* no només per a fomentar l'ús de la llengua catalana entre l'alumnat, sinó també en benefici de la convivència al centre. És per aquesta raó que hem seleccionat sempre temes de conversa que cons-

trueixen ponts entre les vivències, els pensaments i els sentiments de qui hi participa. S'ofereixen a l'alumnat en diferents formats: vídeos, diapositives, cançons, però principalment en forma de fitxes que inclouen preguntes que guien la conversa dels participants.

Els *Berenars en català* han possibilitat la inclusió de tot l'alumnat del centre: tothom que ha entrat a la sala d'actes del l'IES Calvià un divendres a l'hora del pati ha estat part d'un cercle de conversa. I si ha triat participar-hi, ha ocupat el lloc d'aprenent i també



Fotografia 4. Sala d'actes de l'IES Calvià. 23 de febrer de 2018. Font: elaboració pròpia.

el de mestre, perquè tots tenim quelcom per ensenyar i per aprendre, no únicament en qüestions de llengua.

Els temes tractats defugen controvèrsies, cerquen inevitablement punts de trobada entre els companys. La conversa informal serveix per a fomentar l'autoconeixement dels alumnes. Incidim així en el treball d'autoestima dels adolescents, en un moment vital en què agradar i agradar-se no és senzill. L'alumnat se sent acompanyat per les opinions i les vivències pròpies i les dels companys.

El conjunt de les qüestions que es recullen a les fitxes que repartim cada divendres insten els alumnes a descriure, donar instruccions, explicar fets coneguts o viscuts, o a expressar les pròpies opinions, preferències o emocions. La manera en què es formulen les preguntes és sempre entenedora, ahora que prou oberta perquè els alumnes de qualsevol nivell de llengua o de maduració puguin construir la seva resposta.

Precisament, són les respostes a preguntes senzilles allò que fomenta l'autoconeixement i la interrelació de l'alumnat. A la sala d'actes s'ajunten alumnes des de primer d'ESO a segon de batxillerat, tots amb nivells de maduració i d'aprenentatge diferents, amb un bagatge cultural i uns costums diversos, amb unes visions del món particulars que fomentam que siguin compartides. Pensem que a l'IES Calvià comptam cada any amb més de trenta nacionalitats diferents. Aquesta varietat de procedències és una font de riquesa, de coneixement, i és necessari trobar un temps i un espai per compartir-la. Conèixer com és qui tenim devora ens permet treballar l'empatia, entendre una altra manera de viure, posar-nos en el lloc de qui ens semblava tan diferent, però amb qui resulta que tenim tant en comú, o en el lloc de qui creïem que era tan paregut a nosaltres i, per contra, li descobrim un tarannà singular.

Al llarg d'aquests anys hem pogut comprovar que fomentar la comu-

nicació entre l'alumnat millora la relació d'uns amb altres, cohesiona el centre, i incideix positivament en el desenvolupament de l'autoestima de l'alumnat.

Veiem que els alumnes han de treballar les seves habilitats comunicatives. En els *Berenars en català* treballam l'escolta activa, perquè mantenint conversa han de ser capaços d'escoltar l'altre, i aparcar, quan convé, allò que els urgeix aportar. Impulsam des d'aquesta activitat del centre actituds i valors positius, com són el respecte, l'amistat o la solidaritat. Mitjançant les fitxes proposades els alumnes participants comparteixen, per exemple, estratègies de maneig emocional que després poden posar en pràctica. Els facilitam establir una xarxa d'amistat per tal que puguin trobar a l'IES un entorn idoni on ser escoltats, sigui pels companys o també pel professorat. I és que, quan parlam de comunicació, ens referim a l'intercanvi de paraules, impressions, idees, no únicament entre els companys, sinó també entre els docents i els adolescents. I entre fills i pares. Les reflexions sobre el vincle pater-nofamiliar són diverses i s'encaminen sempre a enfortir-lo.

A diferència de les converses informals que s'esdevenen avui dia, no trobarem mòbils damunt les taules. Els participants es miren a la cara mentre responen les qüestions del tema proposat. Durant aquest breu període de temps que dura cada fitxa, els participants practiquen dues formes de comunicació: la interna i l'externa (Bertolotto, 1997). És a dir, què ens deim a nosaltres, què sentim i què filtram per a nosaltres mateixos (interna) i què deim als altres mit-

jançant les nostres paraules, la postura corporal i els gestos (externa). Una comunicació efectiva ha de preveure sens dubte ambdues formes de comunicació. És la nostra intenció com a docents i conductors de l'activitat que els alumnes posin especial esment en el diàleg interior, perquè si tenim una bona comunicació amb nosaltres mateixos, afavorim la nostra comunicació amb els altres. Hem de tenir present que, com a éssers socials que som, ens és imprescindible comunicar-nos correctament. Ens cal ser capaços de transmetre a l'interlocutor allò que veiem i sentim (amb les orelles i amb el cor), per tal que l'altre pugui empatitzar.

La pràctica de l'expressió oral en grup ens porta a desenvolupar la comunicació analògica, és a dir, com transmetem allò que volem dir, mentre treballam alhora la comunicació digital, o sia, què diem (Bertolotto, 1997).

Volem formar els alumnes com un tot, com a persones completes, i per això consideram que els hem d'ajudar a desenvolupar totes les habilitats que els seran necessàries en el futur. Els i les alumnes s'han de conèixer a si mateixos i s'han d'acceptar tal com són, per potenciar qualitats i reduir mancances.

La millora de la convivència al centre és sempre un objectiu primordial. Pensam que un grup d'alumnes que es coneix bé i que fa pinya, en què cada un dels components del grup se sent bé amb si mateix i alhora valora els altres, és un grup més ben avingut i que rendeix millor acadèmicament. Mitjançant els *Berenars en català* hem aconseguit fer extensiva al centre la millora de la convivència i la millora acadèmica.



Fotografia 5. Pati de l'IES Calvià. 18 de maig de 2018. Alumnes mostrant els diplomes dels Berenars en català. Font: elaboració pròpia.

6. Funcionament

Els alumnes són rebuts a la sala d'actes cada divendres a l'hora del pati i s'asseuen en petits grups, de tres a set participants. Que se sentin còmodes és primordial: cerquem un entorn que no sigui excessivament formal, volem que puguin expressar-se en un ambient distès. Tot seguit projectam a la pantalla les imatges que han de comentar o els repartim per grup dues o tres còpies dels fulls de preguntes: tots els assistents han de tenir accés a les qüestions.

Amb la intenció de facilitar un clima de confiança, amb una certa desinhibició que els permeti parlar sense sentir-se cohibits, fem seure els estudiants en cercle, amb aquells companys o amics que ells trien, un dels quals, com a mínim, ha de ser catalanoparlant.

Les professores que conduïm l'activitat, juntament amb els alumnes catalanoparlants, actuam com a model de llengua. És així com els no-cata-

lanoparlants poden resoldre dubtes o rebre la correcció lingüística necessària.

Les intervencions dels alumnes són gestionades per ells mateixos, tots els participants parlen de forma alternada i tenen l'oportunitat d'expressar-se més d'una vegada, si així ho desitgen. Alguns necessiten aprendre o consolidar vocabulari, altres demanen aconseguir fluïdesa en la seva conversa. En qualsevol cas: estructuren idees, aprenen i ensenyen a qui tenen devora i exterioritzen pensaments, sentiments i idees, enfortint d'aquesta manera l'autoestima, reflexionant, construint-se una opinió pròpia envers els temes proposats. Afavorim l'apoderament dels alumnes.

L'activitat dura aproximadament vint-i-cinc minuts, ja que és pensada per al temps de pati.

7. Entrebancs

La cabuda màxima de la sala d'actes de l'IES Calvià, on duim a terme l'activitat, és per a cent catorze persones. En algunes ocasions s'ha sobrepassat aquesta xifra d'alumnes assistents, la qual cosa ha dificultat l'activitat. No volem que ningú quedi exclòs del projecte ni tampoc que aquest mori d'èxit. És per aquest motiu que evitam fer-ne una difusió excessiva mitjançant les xarxes socials de l'institut.

Únicament som quatre professores encarregades de conduir l'activitat, per tant, si el nombre d'alumnes assistents és excessiu, l'aprenentatge es veu afectat. Pensem que tampoc no és assumible per al departament d'Hoteleria cuinar per més de cent persones.

Precisament perquè volem conservar viu el projecte i que l'alumnat assistent vengui motivat per l'intercanvi cultural i lingüístic, insistim en què els participants responguin les preguntes proposades mentre tasten el pisolabis: no es tracta únicament de venir a berenar. Cal participar en la conversa.

8. Recompensa

L'aprenentatge de la llengua catalana és en si la primera de les recompenses, la degustació de la gastronomia típica mallorquina, el contacte amb alumnes d'edats i cultures diverses, l'ampliació del cercle d'amistats, l'enfortiment de l'autoestima, la verbalització d'opinions pròpies envers els temes tractats... Podem parlar d'infininitat de recompenses. Tal vega-

da, però, la que més interessa l'alumnat és la sortida de final de curs.

Quan arriba el final del mes de maig, o la primera setmana del mes de juny, l'alumnat que ha assolit un 70 % d'assistència pot venir a la sortida dels *Berenars en català*. Així és que, tot i que hi arriba a haver un nombre prou elevat d'alumnes que venen qualche dia al llarg del curs a participar en el projecte, únicament els qui han tengut una assistència regular poden gaudir de la sortida final. Aquesta eixida acostuma a ser a un entorn relativament proper però que els sol ser desconegut: l'avenc de Son Pou, la Granja d'Esporles o el caló del Monjo, per exemple.

En tornar de l'excursió, els alumnes reben un diploma que certifica que han assistit als *Berenars en català* durant el curs vigent i que hi han participat per aprendre i compartir coneixements.

Aquest curs 2017-2018 hi ha hagut 119 alumnes que han passat pels *Berenars en català*, i han estat 48 (trenta-nou d'ESO i batxillerat i nou de Cuina i Serveis) els qui han mantingut una assistència superior al 70 % i que, per tant, han pogut gaudir de la sortida i han obtingut el diploma.

Per al professorat la recompensa és doble. Per un costat, veiem com els alumnes creixen acompanyats pel projecte i amplien els seus horitzons. Per l'altre, enfortim la nostra cohesió com a docents d'un mateix centre que navegam cap al mateix objectiu. Aquesta recompensa ens encoratja a tirar endavant més projectes sent nosaltres mateixos un model de treball cooperatiu per als alumnes. No podem subestimar mai el gran potencial de l'aprenentatge vicari.

9. Conclusions

Els *Berenars en català* han afavorit la integració de tots els alumnes del centre, independentment de la seva llengua materna, la cultura, la condició social o l'origen; han servit per apropar la llengua catalana a l'alumnat estranger o de família castellanoparlant; per ajudar els alumnes catalanoparlants a millorar la seva fluïdesa; per fomentar l'intercanvi d'idees, sentiments, inquietuds, pensaments i opinions; per consolidar opinions pròpies i valorar les alienes; per tastar la cuina mallorquina i parlar sobre la forana; per aprendre a gestionar les emocions a l'hora de preparar el menjar o atendre els clients; per donar sortida a totes les produccions culinàries que elaboren els alumnes de Formació Professional Bàsica de Cuina i Serveis els divendres al matí.

És un plaer tirar endavant el projecte i veure com esdevé el lloc de trobada de tot l'alumnat que hi assisteix voluntàriament, participant-hi per créixer com a persones obertes, lliures i segures d'elles mateixes.

Referències bibliogràfiques

- Bertolotto, G. (1997). *Programación neurolingüística. Desarrollo personal*. México: Publimex.
- Bisquerra, R. et al. (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Barcelona: Faros.
- Bisquerra, R. et al. (2015). *Universo de emociones. Diccionario de emociones y fenómenos afectivos*. Valencia: Palaugea Ed.
- Cardenal, V. (1999). *Autoconocimiento y la autoestima en el desarrollo de la madurez personal*. Málaga: Ediciones Aljibe.
- Cleghorn, P. (2003). *Cómo desarrollar la autoestima. Técnicas eficaces para aprender a valorarnos y respetarnos*. Barcelona: Robin Book.
- Esteban, J. (2003). *Fem-la petar*. Vic: L'Àlber.
- Fàbrega, J. (1999). *La cuina de Mallorca*. Barcelona: La Magrana.
- Font Jaume, A., & Trobat, F. (1999). *Antics receptaris de cuina mallorquina*. Palma de Mallorca: Leonard Muntaner.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Gros, M. (2018). *Llunari 2018*. Manresa: Artus Porta.
- IBESTAT (2017) Recuperat de: [https://ibestat.caib.es/ibestat/estadistiques/municipi-xifres/07011/Calvi%](https://ibestat.caib.es/ibestat/estadistiques/municipi-xifres/07011/Calvi%c3%a0)
- Rodríguez, M. C., Caño, A. (2012) «Autoestima en la adolescencia. Análisis y estrategias de intervención». *International journal of psychology and psychological therapy*. 12 (3), p. 389-404.
- Tugores, A., & Sureda Vallespir, M. (2013). *Els millors plats de la cuina popular de Mallorca*. Palma: Leonard Muntaner.
- Tugores, A. (2006). *Memòria de la cuina mallorquina*. Palma: Ed. Documenta Balear.