

# COMER *Bien*

**CON HAMBRE  
NO HAY FUTURO**

## Introducción

La campaña Comer Bien propone un abordaje integral a la problemática del hambre y la mal nutrición en la Argentina.

Nuestro país produce alimentos para 400 millones de personas. Es decir, 10 veces más de personas que los habitantes con los que cuenta, de lo que se desprende que el problema de que buena parte de nuestra población tanto adulta como infantil sufra hambre y mal nutrición es consecuencia de la concentración de la producción y distribución de los alimentos en siete empresas transnacionales; y la falta de políticas de Estado para asegurar que todas las familias de nuestro país puedan acceder a alimentos saludables a un precio justo, tanto para ellas como para sus productores.

Esta campaña que estamos desarrollando pretende poner el acento fundamental en la nutrición infantil, articulando y coordinando una red con la infinita cantidad de comedores y merenderos comunitarios que existen a lo largo y ancho de nuestro país. Primero buscamos que todos los niños y niñas tengan acceso a una alimentación diaria, saludable y que en el desarrollo de estas etapas reciban acompañamiento y contención para su mejor desarrollo y aprendizaje.

Para alcanzar estos objetivos creemos que es importante también impulsar una Ley de Emergencia Alimentaria que tiene como fin, entre otras cosas, la correcta asignación de recursos del Estado. Asimismo, realizar un relevamiento nacional de comedores y merenderos comunitarios entre todas las instituciones, organizaciones sociales y religiosas que abordan la problemática actualmente.

También creemos fundamental la articulación con organizaciones sociales, instituciones intermedias y organismos no gubernamentales con el objetivo de coordinar acciones más efectivas relacionadas a la atención de las personas y de los lugares, como así también en la concientización de la sociedad.

### **La campaña Comer Bien está estructurada a partir de 3 ejes:**

- Cultura del Encuentro
- Georreferenciación de los merenderos y comedores de la Argentina
- Capacitaciones para trabajadorxs de los merenderos y comedores



## Cultura del Encuentro

Desde la problemática planteada, abordamos como punto de partida para una solución el diálogo y las acciones coordinadas para alcanzar una distribución alimentaria que termine con la malnutrición infantil.

La Cultura del Encuentro como esencia y respuesta al fracaso sucesivo de todos estos años. Argentina no puede darse el lujo de anteponer factores subjetivos cuando se trata del crecimiento y desarrollo de nuestros niños y niñas. Es por eso por lo que tenemos el objetivo de hacer una convocatoria amplia y generar un compromiso mutuo.

El diálogo entre los distintos sectores que existen en la sociedad debe ser primordial para comenzar un andamiaje concreto con propuestas y con un eje central que sea verdaderamente el hambre cero en nuestro país.



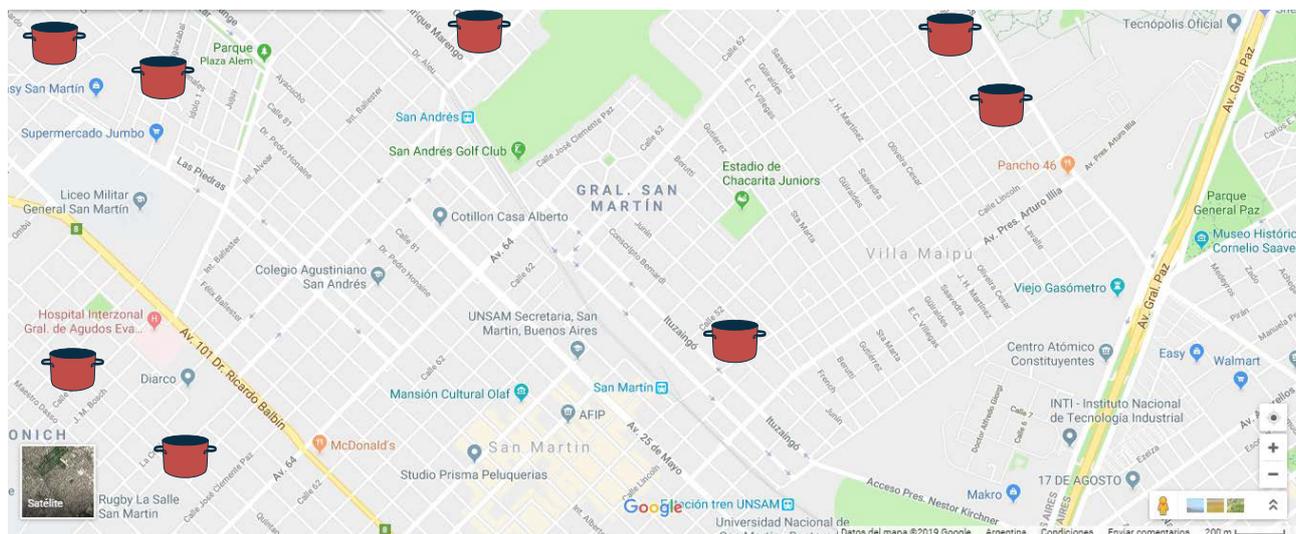
## Georreferenciación

Creación del portal ComerBien.org en donde habrá un mapa con las localizaciones de todos los comedores y merenderos que abren sus puertas todos los días, identificados con días y horarios de atención.

La transparencia como principio fundante de esta idea permitirá ver cuántos espacios de contención existen, cuáles son sus necesidades y cómo se puede ayudar a cada uno de ellos, desde voluntarios, donaciones o poder asistir a los mismos. A la vez que permitirá construir un mapa de la solidaridad a partir de los miles de merenderos y comedores día a día se dedican a darle de comer a millones de argentinos y argentinas.

Además, se compartirá información, artículos, investigaciones, informes, documentos y legislación sobre la temática nutricional en la Argentina y la región.

El portal contará con una “canasta del buen comer”, canasta alimentaria saludable y balanceada, como contraposición a la canasta alimentaria propuesta por el INDEC y con una actualización de precios trimestral comparada entre las dos.



## Capacitaciones

Estarán dirigidas a aquellas personas que estén en contacto permanente en comedores y merenderos como los responsables a cargo del espacio y voluntarios. Las capacitaciones se articularán y serán certificadas por instituciones terciarias y universitarias.

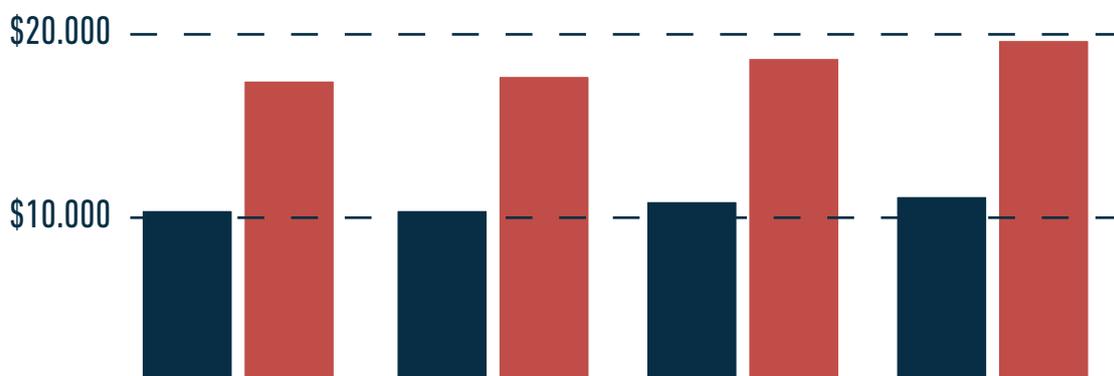
Desde la vuelta a la democracia hasta la actualidad el país sufrió una veintena de crisis económicas y tragedias sociales que fueron haciendo que nuestro pueblo se las ingeniara para sobrevivir creando comedores y merenderos, con lo poco o nada que tenían al alcance. Hoy nuestro desafío es desarrollar en estos espacios de contención un lugar donde haya un cuidado integral de los niñxs, adolescentes y adultos que asisten todos los días.

De esta forma, podremos abordar de manera integral las dificultades que se suscitan en torno al espacio de contención que se brinda en comedores y merenderos, ya que ocupan un lugar de referencia importantísimo en cada una de sus comunidades. El niño o niña mal nutrido tiene, además, otras problemáticas que deben ser atendidas u orientadas con conocimiento.

### **Para ello, las capacitaciones serán sobre:**

- Educación Popular e Infancia
- Promotoras territoriales contra la Violencia de Género
- Introducción al RCP (Reanimación Cardiopulmonar)
- Estrategias para la alfabetización inicial
- Herramientas básicas para el acompañamiento terapéutico
- Reflexiones sobre el trabajo barrial y comedores

## Canasta básica alimentaria (Indec) vs. Canasta básica saludable



	Noviembre 2018	Diciembre 2018	Enero 2019	Febrero 2019
<b>Canasta Básica Alimentaria (INDEC)*</b>	\$10.647,07	\$10.725,55	\$11.124,85	\$11.692,75
<b>Canasta Básica Saludable*</b>	\$17.548,58	\$17.896,73	\$18.659,58	\$19.700,11

<b>Canasta Básica Alimentaria (INDEC)*</b>	Pan, Galletitas de agua, Galletitas dulces, Arroz, Harina de trigo, Otras harinas (maíz), Fideos, Papa, Batata, Azúcar, Dulces (Dulce de batata, mermelada, dulce de leche), Legumbres secas (Lentejas secas), Hortalizas (Acelga, cebolla, lechuga, tomate perita, zanahoria, zapallo, tomate envasado), Frutas (Manzana, mandarina, naranja, banana, pera), Carnes (Asado, carnaza común, espinazo, paleta, carne picada, nalga, pollo, carne de pescado), Menudencias (Hígado), Fiambres (Paleta cocida, salame), Huevos, Leche.
<b>Canasta Básica Saludable*</b>	Pan frances tipo flauta, Harina de trigo comun 000, Arroz blanco simple, Fideos secos tipo guisero, Papa, Batata, Paleta, Cuadril, Nalga, Pollo entero, Filet de merluza fresco, Aceite de girasol, Leche fresca entera en sachet, Leche en polvo entera, Yogur firme, Queso cremoso, Huevos de gallina, Manzana deliciosa, Limon, Naranja, Banana, Cebolla, Lechuga, Tomate redondo, Zapallo anco, Azucar, Dulce de leche.

\*Familia tipo: Cinco integrantes, constituido por un varón y una mujer, ambos de 30 años, y tres hijos de 5, 3 y 1 año.