

Fundación Bengoa y el programa de la Academia del Bienestar.

Fundación Bengoa, apoya el área de Responsabilidad Social Empresarial (RSE), con la ejecución de programas, proyectos y acciones en alimentación y nutrición de trabajadores, empleados, comunidades y población general. En esta línea se inserta el trabajo que se lleva a cabo con Kraft Venezuela, denominado La Academia del Bienestar.

La filosofía de la Academia del Bienestar es que si se logra un balance entre lo que se come y lo que se gasta y entre lo que se usa del planeta y lo que le devolvemos, viviremos más y mejor.

La Academia del Bienestar es un programa que gira en torno a la idea, que para crear un mundo mejor hay que ayudar a la población a que viva en equilibrio, sin excesos que afecten su salud o la del planeta. Propone que si la familia logra conocer más sobre la problemática que la afecta, y aprende como enfrentar los problemas, logrará mejorar su calidad de vida.

Se aborda como tema inicial la participación social generando en los participantes el interés por involucrarse en temas de cómo ser ciudadano y habitante, trabajar para solventar sus problemas de convivencia, con solidaridad y, ser más proactivo en la resolución de conflictos en sus comunidades.

Fundación Bengoa trabaja este programa de manera lúdica y divertida con talleres que hacen grato la participación de los asistentes y el aprendizaje, con información en un lenguaje sencillo y comprensible a todo público.

Los talleres están estructurados para ser realizados en tres días de actividades, 12 horas de duración en grupos de 30 participantes. Los temas que se abordan cada día

son la alimentación balanceada y variada, raciones, combinaciones y sustituciones de alimentos.

La importancia de los afectos positivos, la familia como núcleo fundamental para la transmisión de valores positivos y de reforzamiento de conductas de cuidado y autocuidado de los integrantes de cada familia.

El respeto al planeta se aborda con prácticas que fomentan el cuidado de nuestro entorno, para que sean más amigables y estén conscientes de su responsabilidad en la construcción de un mejor habitat. Se tratan temas de reciclaje, reutilizar y cómo generar menos desechos sólidos cada día, para disminuir nuestra huella negativa sobre el planeta.

Como eje transversal durante toda la actividad, se incorpora la práctica de actividad física, complemento fundamental de una vida saludable que en conjunto con la alimentación, el afecto y las prácticas responsables pueden asegurar una calidad de vida adecuada. Los participantes interactuaron durante todas las actividades, intercambiaron sus experiencias y opiniones sobre los temas tratados en los talleres.

Se han ejecutado estas actividades en el Centro Comunal Catia en Propatria, Caracas y en el Centro de Capacitación Laura Vicuña en el Barrio Pedro Herrera en la ciudad de Valencia.

En 2015 continuarán las actividades en otras comunidades, para ampliar la cadena de transmisión y el número de multiplicadores que puedan replicar la información y ampliar la cobertura. El compromiso de la Academia del Bienestar, es continuar trabajando de manera positiva en el bienestar de los participantes, sus familias y sus comunidades.