

Projecte Nutricional

serunion educa | Castelló
2A EDICIÓ

CENTRES PROMOTORS DE L'ALIMENTACIÓ SALUDABLE I SOSTENIBLE

DESCRIPCIÓ GENERAL

Vos presentem el nostre projecte nutricional, un projecte d'innovació que ha sigut premiat com la millor iniciativa empresarial pel Ministeri de Consum i l'Agència Espanyola de Seguretat Alimentària en els XVI Premis Estratègia NAOS 2022.

Mitjançant aquest, volem desenvolupar la nostra xarxa de centres promotors de l'alimentació saludable i sostenible, on les nostres nutricionistes formen part com a docents als col·legis.

És un projecte molt ampli que implica a tota la comunitat educativa. Alumnes, professors i pares reben informació perquè puguin ser membres actius. I per a que tot això siga possible, Serunion cedeix una Nutricionista del seu equip, que de manera integral passa ser una docent desenvolupant el projecte classe per classe.

LÍNIA DE TEMPS



El projecte es desenvolupa al llarg de tot el curs i està dividit en dos quadrimestres, finalitzant en una gran festa i lliurament de l'acreditació al centre escolar com a membre de la xarxa de Centres Promotors de l'Alimentació Saludable i Sostenible.

Setembre: Llançament d'informació de l'inici del projecte a les famílies.

Octubre, novembre, desembre i gener: Dinàmiques del primer quadrimestre, llançament de concursos i entrega de comunicacions a famílies sobre les temàtiques del primer quadrimestre.

Febrer, març, abril i maig: Dinàmiques del segon quadrimestre, llançament de concursos i entrega de comunicacions a famílies sobre les temàtiques del segon quadrimestre.

Juny: Finalització del projecte



METODOLOGIA I CONTINGUT

La metodologia utilitzada és inclusiva i igualitària, no requereix d'equipaments externs i està adaptada atenent les necessitats especials de l'alumnat i a l'edat a qui se'ls imparteix. Metodologia 100% manipulativa i cooperativa, sent un aprenentatge basat en l'experiència i el joc.



Durant les accions el contingut que es tracta és el següent:

- Les estacions de l'any
- Característiques ambientals
- Productes de temporada de cada estació, beneficis i com consumir-los
- Hàbits de vida saludable i activa
- Higiene personal
- Atenció a la salut mental
- L'hort
- Mites i llegendes de l'alimentació
- Sostenibilitat del planeta

També es repassen els conceptes de la primera edició del projecte nutricional com:

- El desdèjuni
- L'esmorzar
- El dinar
- El berenar
- El sopar
- Temporalitat de les fruites i verdures
- La piràmide nutricional i activitat física
- El sucre
- El plat saludable

MATERIALS

Els materials utilitzats en les dinàmiques, són propis, dissenyats pels responsables i creadors del projecte. En aquesta ocasió es treballa amb tòtems, simulant un arbre que mitjançant jocs i la participació dels alumnes, es munten fins omplir el tòtem completament.

