

Curso 2018-2019
10ª edición

10
años



Elige bueno, elige **sano**

**Proyecto educativo de Caprabo
para una alimentación saludable y sostenible.**

Dirigido a los cursos de 3º, 4º, 5º y 6º de Primaria

caprabo ●●●
con  **EROSKI**

El proyecto también trabaja el enfoque responsable, gracias al cual el alumnado aprende las implicaciones relacionadas con el impacto que tienen los productos que consumimos en el **medioambiente** y en la sociedad, promoviendo una **actitud responsable como consumidores a través de la participación activa de niños y niñas de 3º, 4º, 5º y 6º de Primaria en una divertida dinámica donde el alumnado decide qué alimentos debe comprar.**

Con esta ampliación de contenidos el proyecto se alinea con algunos de los **Objetivos de Desarrollo Sostenible**, en materia de salud y consumo responsable, entre otros.

Elige bueno, elige sano crece año tras año, por ello en su **décima edición** hemos inaugurado la página web del proyecto www.eligebuenoeligesano.es donde familias y docentes encontrarán toda la información y materiales educativos para disfrutar aprendiendo.

Las fases del proyecto:



1 En el centro

Con una divertida y práctica propuesta didáctica renovada os invitaremos a conocer todos juntos los **hábitos para tener una alimentación equilibrada y variada**. El alumnado además recibirá **pautas para tener una actitud responsable como consumidores, conociendo algunos de los Objetivos del Desarrollo Sostenible (ODS) aprobados por la ONU.**

Además, os facilitaremos todos los recursos para que el alumnado investigue y reflexione en familia y pueda participar en el concurso "El Súper del Futuro".

Áreas curriculares:

Ciencias de la Naturaleza, Ciencias Sociales, así como Valores Sociales y Cívicos, con especial énfasis en cuestiones de salud y desarrollo personal y en otras relacionadas con el consumo y el respeto al medio ambiente.

La clase participante visitará el **supermercado Caprabo** más cercano a **vuestro centro educativo**, donde realizará una **actividad lúdico-educativa** en la que **aprenderemos que el acto de la compra es el inicio para conseguir una dieta sana y equilibrada**, donde conocerán todas las fases y nuestra dietista-nutricionista les dará una explicación que incluirá la **pirámide de los alimentos**.

¿En qué consiste?



1. El alumnado, dividido en grupos, se enfrentará al reto de elegir los alimentos para tener una dieta sana y equilibrada, mediante la realización de una **compra simulada**.

Además, durante el **acto de la compra**, aprenderán a interpretar la etiqueta de los productos y la importancia de que éstos sean **de proximidad**.

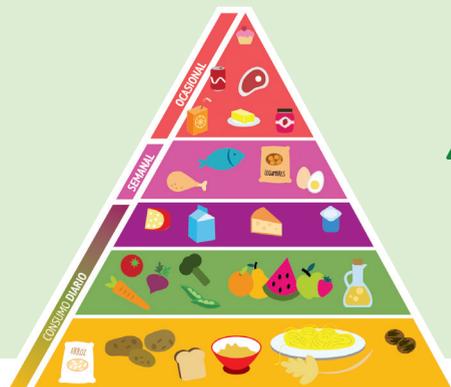


2. Cada grupo colocará los productos elegidos en una **pirámide de los alimentos** para comprobar la compra realizada.

3. Los alumnos reflexionarán, con la ayuda del dietista-nutricionista, sobre la **importancia de una alimentación sana y equilibrada**.



4. Al acabar, los participantes recibirán un desayuno saludable y su **acreditación como expertos** en alimentación saludable y responsable.



¿Qué opinan los participantes?

El **98%** del profesorado considera que el proyecto se ajusta muy bien al currículo escolar.

“Cada año repetimos porque es una actividad que está muy bien organizada y se adecúa a nuestro temario.”

Profesor participante en 2017-2018

“Es una actividad muy atractiva para el alumnado y de mucha importancia hoy en día para trabajar los hábitos saludables.”

Profesor participante 2017-2018

“He disfrutado mucho de la actividad porque he aprendido a realizar una compra saludable.”

Alumno participante en 2017-2018



3 En familia

Los hábitos saludables y responsables continúan en familia

Una vez realizada la visita educativa, el alumnado recibirá, a través de un tríptico, información adicional para compartir en familia. En este material se informa sobre las raciones diarias recomendadas para una alimentación saludable, propuestas de menús, así como consejos para un consumo responsable.

Además, con la finalidad de que los participantes puedan recordar lo aprendido en la dinámica, se les entregará un imán con la pirámide de los alimentos para que puedan involucrar a sus familias y animarlas a que sus compras sean totalmente saludables y cada vez más responsables.

Para ello, el imán incluye también sencillas pautas para conservar los alimentos en perfecto estado, evitando malgastarlos.



Una forma de reforzar conocimientos es a través de la creatividad y la interacción más allá del centro educativo. Por eso, después de la visita, invitamos a todos los niños y niñas a participar, junto con sus familias, en el concurso:



¡Entra en la página web
www.eligebuenoeligesano.es
 y descubre toda la información!

¡Anima a tu alumnado a participar
 en el concurso creativo más
 saludable y responsable!



“Vamos a asegurarnos de que todas las personas, jóvenes o mayores, se vean como líderes, defensores y beneficiarios de los ODS. Les pido que sean actores de cambio y motiven a sus comunidades y familias para que el desarrollo sostenible sea una realidad, y que sean ciudadanos activos que exigen cambios a aquellos que tienen a su alrededor. Como abuelo, deseo con todo mi ser que le dejemos un mundo sostenible a los niños”

Peter Thomson, Presidente de la Asamblea General de las Naciones Unidas.



Elige bueno,
 elige sano



caprabo ●●●
 con EROSKI

¿Cómo participar?

Si estáis interesados/as en participar en el **Proyecto educativo**:

Opción 1

Entrad en la web www.eligebuenoeligesano.es e inscribíos en pocos minutos.

Opción 2

Llamadnos al teléfono del proyecto: **902 054 371**

Opción 3

Rellenad el siguiente formulario y enviadlo a:

Eloge bueno, elige sano

Correo electrónico: eligebueno.eligesano@proyectoeducativo.es

Dirección postal: **C/ Pelai, 32. Principal. 08001 Barcelona**

Solicitud de participación

Datos del centro

Nombre del centro:

Dirección: Código postal:

Población: Provincia:

Teléfono: Correo electrónico:

Datos de participación

Nombre y apellidos del coordinador:

..... Cargo:

Correo electrónico profesional:

Curso	Clase	Nº de alumnos	Nombre y apellidos del/de la profesor/a participante	Correo electrónico

Los datos personales quedarán recogidos en un fichero titularidad de Dharma Factory, SLU con domicilio en Tuset 23-25, 4º Planta, 08006 – Barcelona, que será el responsable con la finalidad de gestionar el proyecto y, además, de informar de próximos proyectos educativos. Podrá ejercer los derechos de oposición, acceso, rectificación y cancelación previstos en la normativa de protección de datos, dirigiéndose por escrito a la dirección mencionada. En caso de que no dé su consentimiento, rogamos que nos lo indique en este recuadro con una X y Dharma Factory, SLU procederá a la cancelación de sus datos. Asimismo, autoriza a Dharma Factory, SLU para que comunique los datos que nos ha facilitado a Caprabo, SA, con domicilio en C/ Ciències 135, 08908 – L'Hospitalet de Llobregat, para gestionar su participación, así como mantenerle informado de nuevos proyectos e iniciativas que le puedan interesar. En cualquier momento puede revocar este consentimiento, tal como prevé la Ley de protección de datos LO 15/1999 mediante una carta dirigida a Dharma Factory, SLU o a Caprabo, SA en las direcciones mencionadas. En el caso de que no dé su consentimiento, rogamos que nos lo indique en este recuadro con una X .