

Curs 2017-2018
9a edició

Tria bo, tria sa



**Projecte educatiu de Caprabo
per a una alimentació saludable i sostenible.**

Dirigit als cursos de 3r, 4t, 5è i 6è de Primària

caprabo ● ● ●
amb  **EROSKI**



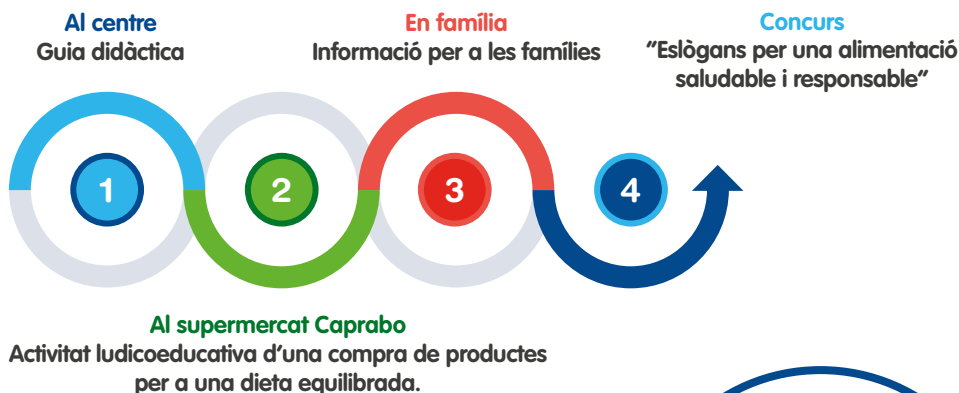
És un **programa educatiu gratuït** que **Caprabo** desenvolupa des de l'any 2009 amb l'objectiu d'ajudar a promoure una **alimentació saludable**.



En la seva **novena edició** afegim l'enfocament responsable, on podrem aprendre les implicacions relacionades amb l'impacte que tenen els productes que consumim en el **medi ambient** i en la societat, promovent una **actitud responsable com a consumidors a través de la participació activa de nens i nenes de 3r, 4t, 5è i 6è de Primària en una divertida dinàmica, en la qual l'alumnat decideix quins aliments ha de comprar**.

Amb aquesta ampliació de continguts el projecte s'alinea amb alguns dels **Objectius de Desenvolupament Sostenible**, en matèria de salut i consum responsable, entre d'altres.

Les fases del projecte:



1 Al centre

Amb una divertida i pràctica proposta didàctica renovada us convidarem a conèixer tots junts els **hàbits per tenir una alimentació equilibrada i variada**. L'alumnat, a més a més, rebrà **pautes per tenir una actitud responsable com a consumidors, coneixent alguns dels Objectius del Desenvolupament Sostenible (ODS) aprovats per l'ONU**.

A més, us facilitarem tots els recursos perquè l'alumnat investigui i reflexioni a classe i en família i pugui participar en el concurs **"Eslògans per una alimentació saludable i responsable"**.

Àrees curriculars:

Ciències de la Naturalesa, Ciències Socials, així com Valors Socials i Cívics, amb especial èmfasi en qüestions de salut i desenvolupament personal i en d'altres relacionades amb el consum i el respecte al medi ambient.

La classe participant visitarà el **supermercat Caprabo** més proper al vostre centre educatiu, on realitzarà una **activitat ludicoeducativa**, amb la qual aprendrem que l'acte de la compra és l'inici per aconseguir una dieta sana i equilibrada. D'aquesta manera coneixeran totes les fases i la nostra dietista-nutricionista els donarà una explicació que inclourà la piràmide dels aliments.

En què consisteix?



1. L'alumnat, dividit en grups, s'enfrontarà al repte de triar els aliments per tenir una dieta sana i equilibrada, mitjançant la realització d'una **compra simulada**.

A més, durant l'**acte de la compra**, aprendran a interpretar l'etiqueta dels productes i la importància que té que aquests siguin **de proximitat**.



2. Cada grup col·locarà els productes triats en una **piràmide dels aliments** per comprovar la compra realitzada.

3. Els alumnes reflexionaran, amb l'ajuda del dietista-nutricionista, sobre la **importància d'una alimentació sana i equilibrada**.



4. En acabar, els participants rebran un esmorzar saludable i la seva **acreditació com a experts** en alimentació saludable i responsable.



"Penso que és una activitat molt adequada per a la seva edat i molt participativa. Per això repetim cada any."

"Ha estat una activitat molt interessant i xula perquè ens ha preparat per al futur."

Activitat molt recomanable atès que aporta una visió pràctica i real en el procés d'aprenentatge."

Professor participant 2016-2017

Els hàbits saludables i responsables continuen en família.

Una vegada realitzada la visita educativa, l'alumnat rebrà, a través d'un tríptic, informació addicional per compartir en família. En aquest material s'informa sobre les racions diàries recomanades per a una alimentació saludable, propostes de menús, així com consells per a un consum responsable.

A més, amb l'objectiu que els participants puguin recordar allò après en la dinàmica, se'ls lliurarà un imant amb la piràmide dels aliments perquè puguin involucrar les seves famílies i encoratjar-les perquè les seves compres siguin totalment saludables i cada cop més responsables.

Per a això, l'imant inclou també senzilles pautes per conservar els aliments en perfecte estat, evitant malgastar-los.



Una forma de reforçar coneixements és a través de la creativitat i la interacció més enllà del centre educatiu. Per això, després de la visita, convidem tots els nens i nenes a participar, juntament amb les seves famílies, en el concurs:

“Eslògans per una alimentació saludable i responsable”

**Anima la teva classe a participar
en el concurs creatiu més
saludable i responsable!**



“Assegurem-nos que totes les persones, joves o majors, es vegin com a capdavanteres, defensores i beneficiàries dels ODS. Els demano que siguin actors de canvi i motivin les seves comunitats i famílies perquè el desenvolupament sostenible sigui una realitat, i que siguin ciutadans actius que exigeixen canvis a aquells que tenen al seu al voltant. Com a avi, desitjo amb tot el meu ser que li deixem un món sostenible als nens.”

Peter Thomson, President de l'Assemblea General de les Nacions Unides.



**Tria bo,
tria sa**



caprabo ●●●●
amb **EROSKI**

Com participar?

Si esteu interessats/des a participar en el **Projecte educatiu “Tria bo, tria sa”**, empleneu el següent formulari i envieu-lo a:

Tria bo, tria sa

Correu electrònic: **triabo.triasa@projecteeducatiu.es**

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

O truça'ns al telèfon del projecte: **902 054 371**

www.caprabo.es

Sol·licitud de participació

Dades del centre

Nom del centre:

Adreça: Codi postal:

Població: Província:

Telèfon: Correu electrònic::

Dades de participació

Nom i cognoms del coordinador:

..... Càrrec:

Correu electrònic professional:

Curs	Classe	N. d'alumnes	Nom i cognoms del/ de la professor/a participant	Correu electrònic

Les dades personals quedaran recollides en un fitxer titularitat de Dharma Factory, SLU amb domicili a Tuset 23-25, 4a Planta, 08006 – Barcelona, que serà responsable amb la finalitat de gestionar el projecte i, a més, d'informar-te de propers projectes educatius. Podrà exercir els drets d'oposició, accés, rectificació i cancel·lació previstos en la normativa de protecció de dades, dirigint-se per escrit a l'adreça esmentada. En cas que no doni el seu consentiment, preguem que ens ho indiqui en aquest requadre amb una X ☐ i Dharma Factory ,SLU procedirà a la cancel·lació de les seves dades. Així mateix, autoritza Dharma Factory, SLU perquè comuniqui les dades que ens ha facilitat a Caprabo, SA, amb domicili a C/ Ciències 135, 08908 – L'Hospitalet de Llobregat, per gestionar la seva participació, així com mantenir-lo informat de nous projectes i iniciatives que li puguin interessar. En qualsevol moment pot revocar aquest consentiment, tal com preveu la Llei de protecció de dades LO 15/1999 mitjançant una carta dirigida a Dharma Factory, SLU o a Caprabo, SA a les adreces esmentades. En el cas que no doni el seu consentiment, preguem que ens ho indiqui en aquest requadre amb una X ☐.