



Curs 2019-2020
11a 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 ●●●





El projecte educatiu **Tria bo, tria sa** té com a objectiu conscienciar l'alumnat sobre la importància que l'acte de la compra té en la salut i en l'entorn.

Treballem l'enfocament responsable gràcies al qual l'alumnat aprèn 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.**

El projecte s'alinea amb els **Objectius de Desenvolupament Sostenible.**

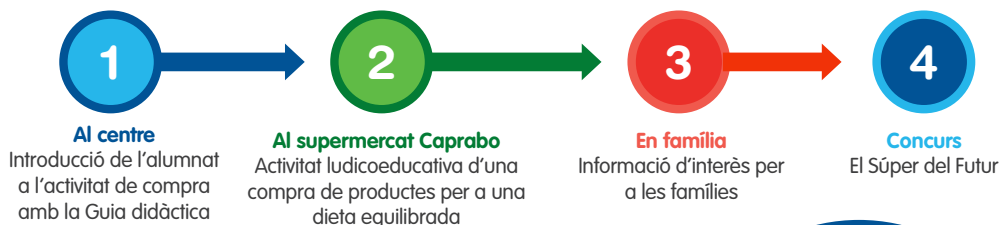


Ens complau convidar-vos a participar en l'11a edició del projecte.

Visiteu la nostra pàgina web www.triabotriasa.es

És l'espai principal del projecte, on podeu inscriure-us i descarregar tota la informació i recursos de forma gratuïta.

LES FASES DEL PROJECTE:



1 AL CENTRE

Amb una divertida i pràctica **proposta didàctica** aprofundirem els **hàbits d'alimentació saludable**. 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.**

Desenvolupareu a l'aula l'activitat inicial per a un màxim aprofitament de la dinàmica a botiga!



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

Preparareu l'alumnat per a l'activitat inicial que es desenvolupa a la botiga, amb el recurs de la guia didàctica. Gràcies a aquesta, l'alumnat iniciarà l'experiència de la forma més natural i sostenible: **elaborant en petits grups un menú saludable. El dia de la visita, els grups portaran la fitxa treballada a l'aula per realitzar la compra!**

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**. La nostra dietista-nutricionista, a partir dels menús creats per l'alumnat, explicarà la piràmide de l'alimentació i els conceptes més importants i actuals relacionats amb la sostenibilitat.

En què consisteix?



1. L'alumnat **realitzarà una compra simulada** dels aliments inclosos en el menú dissenyat a l'aula tenint en compte els consells de la dietista-nutricionista que els hi acompanya.

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.



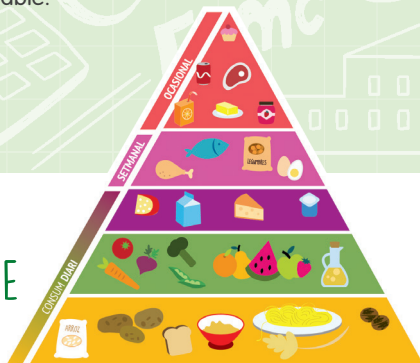
3. L'alumnat reflexionarà, amb l'ajuda de l'especialista, sobre la **importància d'una alimentació equilibrada** i sobre els hàbits que cal adquirir i promoure.



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



LA PIRÀMIDE



DELS ALIMENTS

3

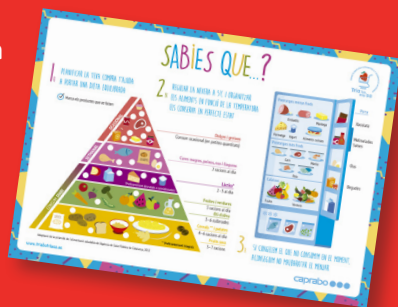
EN FAMÍLIA

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, per poder aprofitar-los i evitar el malbaratament alimentari.



4

EL CONCURS

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:



Entra a la pàgina web
www.triabotriasa.es
i descobreix tota la informació!



Anima l'alumnat a participar en el concurs creatiu més saludable i responsable!

BUTLLETÍ TRIMESTRAL

A més, aquest any rebreu per correu electrònic un butlletí trimestral per portar a l'aula nous recursos i temàtiques d'interès per a tots i totes.

Voleu aprofundir en el malbaratament alimentari, els Objectius de Desenvolupament Sostenible, els aliments de temporada o les intoleràncies alimentàries?

Comptareu amb senzilles activitats perquè l'alumnat aprengui al llarg del curs amb el Tria bo, tria sa.



QUÈ N'OPINEN ELS PARTICIPANTS?

El 98% del professorat considera que **el projecte s'ajusta molt bé al currículum escolar.**

"Estem molt satisfets amb el projecte, ja fa anys que repetim, perquè s'adequa al nostre temari i és molt atractiu per a l'alumnat."

Professor participant 2018-2019

"Ha sigut molt divertit aprendre a menjar saludable i a més, és molt important."

Alumne participant 2018-2019

"És un projecte molt enriquidor i significatiu, ja que l'alumnat assoleix competències importants, i per a nosaltres és una bona eina per treballar la temàtica."

Professor participant 2018-2019



caprabo ●●●



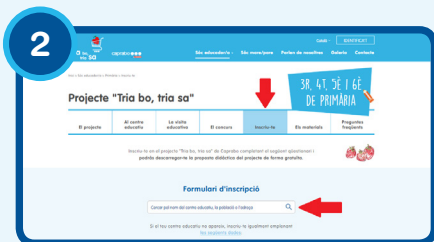
COM PARTICIPAR?

Si esteu interessats/des a participar en el **Projecte educatiu "Tria bo, tria sa"**:

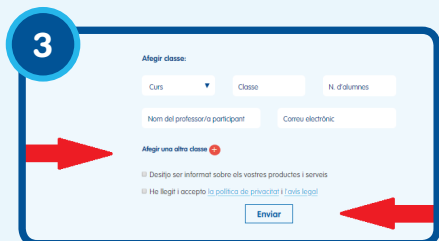
Entreu a la web **www.triabotriasa.es** i inscriu-te en pocs minuts!



Entreu a la pàgina web **www.triabotriasa.es** i accediu a l'apartat de primària.



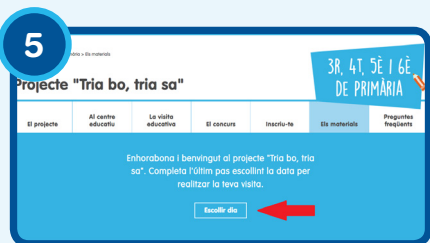
Cliqueu a l'apartat "Inscriu-te" i cerqueu el vostre centre educatiu.



Reviseu les dades del centre i ompliu el formulari indicant les classes amb les quals voleu participar. Un cop finalitzeu, feu clic a "Enviar".



Brebreu un mail de confirmació. Feu clic a "Confirmar la inscripció". Us redirigirem a la vostra àrea privada de la web.



Escolliu el dia que voleu realitzar les visites i feu clic a "Escollir dia".



Benvinguts al projecte!
Brebreu un mail amb el calendari confirmat. Ja podeu descarregar i gaudir dels materials del projecte a través de la web!

Per a qualsevol consulta, no dubteu en contactar-nos a través del telèfon del projecte **902 054 371** o del correu electrònic **triabo.triasa@projecteducatiu.es**

Estarem encantats d'atendre-us!