

# Guía práctica del EIAE

Aplicación de un Enfoque Integral de la Alimentación en la Escuela:  
Guía práctica para las escuelas

**Nivel Bronce**



<b>Acrónimo del proyecto</b>	SF4C
<b>Número de proyecto</b>	101036763
<b>Versión</b>	202201
<b>WP</b>	3
<b>Entregable</b>	3.1
<b>Fecha de vencimiento</b>	M24
<b>Nivel de difusión</b>	
<b>Responsable de la entrega</b>	Rikolto
<b>Autores</b>	Katharina Beelen, Annelies Smets, Femke Van Vaerenbergh
<b>Resumen</b>	Este manual contiene un conjunto de directrices, buenas prácticas y herramientas para ayudar a las escuelas a aplicar un enfoque integral de la alimentación en toda la escuela. Las escuelas que utilicen este manual pondrán a prueba estas directrices durante el curso escolar 2022-2023, como parte del proyecto SchoolFood4Change.
<b>Palabras clave</b>	Enfoque integral de la alimentación escolar, Alimentación sana, sostenible y accesible, Política y liderazgo, Comunidad y asociación, Buenas prácticas, Herramientas

Fecha de actualización

21/04/2023

<b>Introducción</b>	<b>4</b>
<b>Panorama general del EIAE</b>	<b>5</b>
<b>POLÍTICA Y LIDERAZGO (PILAR A)</b>	<b>6</b>
A.1. Grupo de trabajo sobre alimentación escolar	6
A.2. Planificación, seguimiento y evaluación	7
A.3. Políticas y experiencia escolar	9
A.4. Comunicación	11
A.5. Implicación y participación de los jóvenes	12
<b>ALIMENTACIÓN Y SOSTENIBILIDAD (PILAR B)</b>	<b>14</b>
B.1. Comedor escolar	14
B.2. Comidas sanas y sostenibles	16
B.3. Bebidas saludables y sostenibles	17
B.4. Almuerzos y meriendas saludables y sostenibles	18
B.5. Igualdad de acceso a alimentos sanos y sostenibles	18
B.6. Desperdicio alimentario	19
<b>EDUCACIÓN Y APRENDIZAJE (PILAR C)</b>	<b>22</b>
C.1. La alimentación en el plan de estudios	22
C.2. Aprendizaje auténtico y práctico	24
C.3. Educación para el personal de la escuela	25
<b>COMUNIDAD Y ASOCIACIÓN (PILAR D)</b>	<b>28</b>
D.1. Compromiso de las familias	28
D.2. Colaboración con agentes externos y la comunidad	29

## INTRODUCCIÓN

La buena educación comienza con una visión común sobre cómo debe funcionar la escuela y hacia dónde se quiere llegar. Contar con un enfoque integrado y sostenible de la alimentación y la nutrición en la escuela, un Enfoque Integral de la Alimentación en toda la Escuela (Whole School Food Approach, en inglés) puede ayudarte a ello.

Un Enfoque Integral de la Alimentación en toda la Escuela (en lo sucesivo, simplemente "EIAE") garantiza que haya una correspondencia entre lo que el alumnado aprende en clase y cómo se aborda la alimentación fuera del aula. No sólo enseña al alumnado el significado y la importancia de una alimentación sana y sostenible, sino que también les anima a cambiar su comportamiento hacia la comida.

Para desarrollar un EIAE en su centro escolar, sugerimos aplicar simultáneamente cuatro estrategias interrelacionadas: una relativa a la política alimentaria general del centro (pilar A), otra centrada en la oferta nutricional y el consumo en la escuela (pilar B), otra que aborde la educación alimentaria y la educación para el desarrollo sostenible (pilar C), y otra centrada en el entorno escolar a una escala más amplia (pilar D).

Este manual contiene un conjunto de directrices para ayudarle a implantar su EIAE. Su escuela será una de las escuelas piloto de doce países europeos que pondrán a prueba estas directrices durante el curso escolar 2022-2023, como parte del proyecto [SchoolFood4Change](#). Las conclusiones de los centros participantes se incorporarán a la versión final de las directrices, cuya publicación está prevista para finales de 2023 y que servirá de manual para otros centros de toda Europa.

En cada pilar, hemos enumerado los criterios que deben cumplir los centros escolares para alcanzar los distintos niveles (Bronce, Plata u Oro) en su recorrido por el EIAE. También incluimos una lista de indicadores que puede utilizar para evaluar los esfuerzos de su centro, así como buenas prácticas y consejos que le servirán de inspiración para empezar.

# PANORAMA GENERAL DEL EIAE

## Escuelas

Criterios de Bronce: lista de verificación (a rellenar por las escuelas)

Pilar A: Política & Liderazgo	Pilar B: Sostenibilidad alimentaria	Pilar C: Educación & Aprendizaje	Pilar D: Comunidad & Asociación
<p><b>Grupo de trabajo ASS</b></p> <p><b>BR.A.1. Grupo de trabajo interno sobre alimentación saludable y sostenible (ASS).</b> La escuela tiene un grupo de trabajo (GT) interno para la implementación del EIAE. El grupo se reúne periódicamente, de forma estructurada y documentada. EL GT de alimentación escolar está formado, como mínimo, por la dirección de la escuela, docentes, personal del comedor y alumnos.</p> <p><b>Planificación, seguimiento y evaluación</b></p> <p><b>BR.A.2. Revisión de la cultura alimentaria de la escuela + plan de acción.</b> Se realiza una revisión del trabajo sobre ASS en la escuela. Con base a esta revisión, el GT desarrolla un plan de acción para toda la escuela. El GT evalúa y renueva anualmente su plan de acción, si es necesario, formulando aprendizajes y recomendaciones, documentando sus éxitos, etc.</p> <p><b>Políticas y experiencia en toda la escuela</b></p> <p><b>BR.A.3. La escuela ha desarrollado una visión clara sobre alimentación y nutrición, que es respaldada por la dirección de la escuela.</b> La visión expresa dónde y qué quiere cambiar en el futuro, con metas y misiones concretas.</p> <p><b>Comunicación</b></p> <p><b>BR.A.4. Comunicación sobre la visión de la escuela + comunicación interna sobre las acciones del EIAE.</b> La escuela comunica claramente su visión alimentaria al equipo escolar, los alumnos, las familias y la comunidad escolar en general. La escuela informa con regularidad a los alumnos, el equipo docente y el equipo de catering sobre los objetivos y el progreso del EIAE. Los resultados de la revisión y el plan de acción se comparten con todo el equipo escolar y todos los alumnos. Se asigna un responsable de comunicación, a quien se puede contactar en caso de preguntas o comentarios.</p> <p><b>Implicación y participación de los jóvenes</b></p> <p><b>BR.A.5. Participación activa de los alumnos.</b> Un grupo de alumnos recibe formación para involucrarse activamente en la promoción de alimentos saludables y sostenibles y dar buen ejemplo. Los niños más pequeños aprenden sobre producción y consumo de alimentos saludables y sostenibles de forma lúdica.</p>	<p><b>Comedor escolar</b></p> <p><b>BR.B.1. El comedor como un entorno de aprendizaje para una alimentación saludable.</b> El colegio estimula activamente hábitos, conductas y actitudes alimentarias saludables en el comedor.</p> <p><b>Comidas saludables y sostenibles</b></p> <p><b>BR.B.2. La escuela informa a los alumnos y familias sobre la composición de los menús,</b> destacando los alimentos frescos y los platos elaborados a partir de verduras y frutas, de proximidad y de temporada. También se destacan los productos ecológicos y de comercio justo, así como los platos vegetarianos y de origen vegetal. Para los ingredientes principales se indica el lugar de origen</p> <p><b>Bebidas saludables y sostenibles</b></p> <p><b>BR.B.3. Agua del grifo gratis.</b> La escuela fomenta el consumo de agua (del grifo*) y proporciona diferentes puntos de agua en toda la escuela, donde todos los alumnos pueden tener acceso gratuito al agua.</p> <p><b>Almuerzos y meriendas saludables</b></p> <p><b>BR.B.4. Directrices claras para la preparación de almuerzos y meriendas.</b> La escuela fomenta que el contenido de almuerzos y meriendas sea saludable y sostenible, y proporciona a los cuidadores información y pautas claras para conseguirlo, que se basan en la visión de la escuela.</p> <p><b>Igualdad de acceso a alimentos saludables y sostenibles</b></p> <p><b>BR.B.5. Provisión para alumnado con necesidades especiales.</b> La escuela fomenta la igualdad de acceso a alimentos saludables y sostenibles para todos. En la medida de lo posible, la escuela tiene en cuenta las diferentes necesidades dietéticas.</p> <p><b>Desperdicio alimentario</b></p> <p><b>BR.B.6. La escuela mide el desperdicio de alimentos.</b> La escuela trabaja junto con el servicio de catering / equipo de comedor / familias y alumnos para medir y minimizar el desperdicio de alimentos.</p>	<p><b>Alimentación en el plan de estudios</b></p> <p><b>BR.C.1. El tema de producción y consumo de alimentos saludables y sostenibles forma parte de varios planes de estudio y/o proyectos interdisciplinares,</b> adaptados a las diferentes edades y etapas de desarrollo de los niños y niñas. Hay una buena armonización dentro del equipo escolar en términos de contenido de enseñanza a lo largo de los diferentes años y diferentes materias.</p> <p><b>Aprendizaje práctico</b></p> <p><b>BR.C.2. Actividades de cultivo, cosecha y cocina del EIAE para niños/as.</b> La escuela facilita y promueve la experiencia práctica, en el lugar o no. P. ej.; la escuela ofrece sesiones de cocina para el alumnado. El alumnado tiene la oportunidad de cultivar y cosechar alimentos y hacer abono; esto está relacionado con un aprendizaje más amplio.</p> <p><b>Formación para el personal de la escuela</b></p> <p><b>BRC.3. Talleres temáticos y recursos educativos para docentes + personal escolar.</b> La escuela ofrece a los docentes talleres temáticos y recursos educativos.</p>	<p><b>Participación de las familias de estudios</b></p> <p><b>BR.D.1. La escuela involucra a las familias en las actividades de alimentación escolar.</b> La escuela brinda la oportunidad a las familias de participar en la creación de una nueva visión y política de alimentación escolar, desde el principio. Se invita por escrito a las familias a reuniones específicas para discutir la visión de la alimentación escolar, las políticas de alimentación escolar y las actividades de alimentación escolar para unirse y ayudar.</p> <p><b>Colaboración con la comunidad alrededor del centro</b></p> <p><b>BR.D.2. La escuela comunica a la comunidad (más allá de la comunidad educativa) su visión de la alimentación escolar.</b></p>

## POLÍTICA Y LIDERAZGO (PILAR A)



Este pilar consiste en garantizar la participación de todas las partes interesadas: la dirección de la escuela, el profesorado, el personal del comedor, el equipo de cocina, el alumnado, las familias y la comunidad escolar en general, como las autoridades locales, las asociaciones de vecinos, los productores locales, los minoristas locales, las entidades sociales locales que trabajan con jóvenes o en materia relacionada con la alimentación. El pilar A también se refiere a la forma en que un centro escolar aborda la alimentación sana y sostenible en sus planes, políticas, actividades, valores y enseñanza.

La unión del alumnado, las familias y el personal de la escuela, incluido el del servicio de comedor, es la base de un buen EIAE. Hace que una cultura alimentaria inspiradora sea parte intrínseca de la vida en la escuela y fuera de ella. Capacitar al alumnado para que tomen la iniciativa y garantizar que participen en las decisiones relativas a la alimentación en la escuela y a los contenidos didácticos relacionados con la alimentación no sólo beneficia a los alumnos implicados, sino que también contribuye a que la alimentación sana y sostenible sea la opción más natural para todos.

### A.1. GRUPO DE TRABAJO SOBRE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

La creación de un Grupo de Trabajo sobre Alimentación Escolar (GTAE) es una de las primeras cosas que querrá hacer cuando empiece a desarrollar un EIAE. El grupo de trabajo será la fuerza motriz que ponga en marcha el EIAE y que mantenga el impulso. Un grupo de trabajo debe estar compuesto preferiblemente por el profesorado, el personal de la cocina y el comedor, el alumnado y el equipo de dirección del centro. También se puede pedir la participación de las familias, como madres, abuelos o vecinos, u otros actores entusiastas que quieran colaborar con la escuela en cuestiones alimentarias.

Puede ser interesante ver qué grupos de trabajo existen ya en la escuela. A menudo hay un grupo de trabajo en torno a un tema más amplio (clima, medio ambiente, sostenibilidad, ...) en el que ya hay un grupo de profesores entusiastas. Entonces puede surgir un subgrupo de trabajo o, a veces, el grupo quiere trabajar durante un curso escolar sobre la alimentación.

#### Buenas prácticas

- **<Valencia, España> Un Consejo Escolar en cada escuela.** En la Comunidad Valenciana, cada centro escolar tiene su propio consejo escolar (formado por el director del centro, los profesores, las familias y los alumnos), donde a veces surgen debates sobre cuestiones alimentarias con el fin de desarrollar estrategias alimentarias y planes de acción para el establecimiento de un comedor escolar sostenible. En el consejo escolar se suele hablar del balance de cuentas. Por lo tanto, es un espacio infrutilizado. El proceso de creación de un comedor escolar requiere la participación activa de todos los agentes vinculados al comedor.
- **<Bélgica> Hoja de acción sobre cómo crear una base de apoyo en la escuela.** Para crear una política alimentaria buena y sostenible en tu centro escolar, es importante que toda la escuela apoye tu política. Por eso necesitas una base de apoyo. Rikolto ha elaborado una hoja de acción sobre este tema. La encontrarás [aquí](#) (en inglés) y [aquí](#) una versión adaptada en español.

#### Herramientas

- [Siete pasos Ecoescuelas](#) (en inglés)

### **BR.A.1. GTAE INTERNO**

*La escuela cuenta con un grupo de trabajo formal que aplica el EIAE. El grupo celebra reuniones periódicas, programadas y estructuradas que se documentan y son objeto de seguimiento. El EIAE está formado por al menos el/la director/a, un/a profesor/a, un miembro del personal del comedor y un/a alumno/a.*

#### **¿Cómo?**

Lo ideal es que el grupo de trabajo esté formado por unas pocas personas muy motivadas (a menudo profesores o directores de centros escolares) que quieran elaborar una política sobre alimentación sana y sostenible en la escuela. Una encuesta puede ayudar a identificar a alumnos motivados que quieran formar parte del grupo de trabajo. Los alumnos pueden sentirse motivados por diversas razones, como la preocupación por el clima, el bienestar de los animales o motivos sociales. Hablar de las áreas de interés de los niños, niñas y adolescentes es clave. Intenta también implicar al personal del comedor que prepara la comida en el colegio, el encargado de la cocina y/o el chef.

El GTAE debería reunirse varias veces al año, idealmente no menos de cuatro veces: una reunión inicial para acordar un plan de acción, una segunda reunión para evaluar la situación actual y ajustar el plan de acción, una tercera reunión de seguimiento y para ajustar aún más el plan de acción, y una reunión al final del curso escolar para evaluar los progresos, formular las lecciones aprendidas y preparar el siguiente curso escolar. La reunión inicial puede combinarse con una sesión informativa sobre cómo poner en marcha un EIAE (véase el criterio C.3.).

#### **Indicadores**

- O GTAE en funcionamiento: Sí/No
- O Número de reuniones: mín. 2/año
- O Multiactor: Sí/No

#### **Documentación de los indicadores**

- O Lista de miembros del GTAE y sus funciones
- O Actas de las dos últimas reuniones

## **A.2. PLANIFICACIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN**

El GTAE examina lo que la escuela está haciendo actualmente en materia de alimentación. A continuación, pone en marcha un proceso de planificación, en el que participan todas las partes interesadas, para desarrollar sistemáticamente un Marco de acción. El plan de acción resultante guiará la aplicación del EIAE. El seguimiento continuo de los planes y una evaluación anual del enfoque le ayudarán a formular recomendaciones y lecciones aprendidas, lo que facilita la elaboración de un plan de acción SMART de cara al siguiente curso escolar.

#### **Buenas prácticas**

- **<Louny, República Checa> Un plan para una alimentación sostenible y sana en la escuela.** La escuela infantil de la ciudad de Louny, en la República Checa, ha elaborado su Plan de Alimentación Sostenible y Saludable. El plan enumera varios objetivos y actividades que conducirán a su consecución. Las actividades incluyen la incorporación de la educación alimentaria a los planes de estudio, el proyecto "Cero desperdicio de alimentos", la organización de un mercado agrícola escolar, el uso en

la cocina de alimentos frescos y de temporada procedentes de proveedores locales, la utilización en la cocina de los productos del huerto escolar, la participación de los niños en el cultivo, el uso exclusivo de productos de limpieza respetuosos con la naturaleza y la realización de excursiones con los niños y niñas a granjas locales.

- **<Klippan, Suecia> Food-Boost, un método utilizado por el ayuntamiento para vincular la alimentación a la pedagogía de las escuelas.** El trabajo con la rueda FoodBoost comienza con una reunión inicial. El objetivo es que el personal de comidas y los profesores se conozcan. Ocho temas al año ayudan a crear comidas educativas. El concepto de la rueda FoodBoost se utiliza tanto en preescolar como en primaria y secundaria. Más información [aquí](#) (en sueco).

## Herramientas

- **Revisión de la cultura alimentaria escolar.** Una Revisión de la Cultura Alimentaria del centro es un control realizado por el Grupo de Trabajo de Alimentación Escolar para tener una idea de lo que ya se ha hecho en su escuela con respecto a la alimentación. Para facilitar este trabajo, puede hacer uso de esta [lista de verificación](#). Esto debería ayudarles a ver criterio por criterio en lo que ya están trabajando como escuela y cómo mejorar.
- **Matriz GF@S.** La mayoría de las escuelas que empiezan a trabajar en un EIAE ya tenían un interés previo por la alimentación. Inicie el trabajo sobre la alimentación en su centro haciendo un inventario de lo que ya existe. Puede que la escuela ya sirva café de comercio justo o que la alimentación se aborde en algunas clases. El mapeo ayuda a hacer de un cúmulo de acciones una historia coherente. [Aquí](#) (en inglés) puedes encontrar un ejemplo de esta matriz, para que te resulte más fácil rellenarla en tu centro escolar.
- **La técnica del ECO-mapping.** La cartografía ecológica es una técnica que puede considerarse una forma simplificada de análisis cualitativo de redes. El Eco-mapping no es un objetivo en sí mismo, sino un marco de proceso que ayuda a definir y priorizar los problemas y cuestiones medioambientales sobre los que actuar. Una vez completado, el eco-mapping puede servir de base para un sistema de gestión medioambiental más amplio. Encuentre el kit de herramientas [aquí](#) en inglés).
- **Mapeo de sistemas con Fairtrade - Plan de clase.** Esta herramienta para alumnos de tercero y cuarto de primaria en Escocia introduce a los jóvenes en el concepto de pensamiento sistémico y en el poder colectivo que todos tenemos para introducir grandes cambios en nuestro modo de vida.
- **Conjunto de criterios - fichas de inspiración que utilizará el GTAE.** Estas tarjetas pueden utilizarse para tener claro lo que significa cada pilar de una forma muy visual y sencilla. Puede encontrar estas tarjetas [aquí](#) (en inglés) y [aquí](#) en español.
- **Cuestionarios para que el personal y los alumnos evalúen la alimentación escolar, desarrollados por Skutocnezdravaskola.**
  - [Cuestionario para estudiantes de secundaria](#) (en eslovaco).
  - [Cuestionario para familias y/o centros de enseñanza primaria](#) (alumnos de 6 a 10 años) (en eslovaco).
  - [Cuestionario para el personal escolar](#) (en eslovaco).
  - [Amplio cuestionario para el alumnado](#) (en inglés).
  - [Amplio cuestionario para el personal escolar](#) (en inglés).

### **BR.A.2. REVISIÓN DE LA CULTURA ALIMENTARIA DE LA ESCUELA Y PLAN DE ACCIÓN**

*Se ha llevado a cabo una revisión del trabajo ya realizado sobre alimentación sana y sostenible en la escuela. A partir de esta revisión, el GTAE ha desarrollado un plan de acción para toda la*



escuela. Cada año, el GTAE evalúa y actualiza su plan de acción, formula recomendaciones y lecciones aprendidas y documenta sus éxitos.

### **¿Cómo?**

Analizando críticamente en qué pilares (y a qué niveles) está trabajando ya la escuela, pondrás de relieve en qué áreas habría que centrarse en el futuro. Comprueba qué es factible, teniendo en cuenta el contexto específico del curso escolar en cuestión, así como los recursos y las personas que podrían ayudar. Considera también los planes generales: ¿quizás el centro celebra un aniversario este año o trabaja en otros temas (relacionados)? Vincular las actividades permite reforzarlas y ahorrar tiempo, energía y recursos.

### **Indicadores**

El GTAE ha llevado a cabo una revisión que ha dado lugar a un plan de acción escrito: Sí/No

### **Documentar los indicadores**

Copia de la reseña

Copia del plan de acción

## **A.3. POLÍTICAS Y EXPERIENCIA ESCOLAR**

Una política de alimentación escolar promovida por la dirección del centro hace que el currículum escolar y otras actividades en materia alimentaria sean más coherentes en todo el centro. Su objetivo es ofrecer a todo el alumnado experimentar el aprendizaje de qué es una alimentación de calidad y ayudarles a desarrollar actitudes saludables.

### **Buenas prácticas**

- **<Bélgica> Carta con 10 principios sobre cómo trabajar la alimentación sostenible y saludable en la escuela.** En Bélgica, varios consejos escolares han firmado la carta GoodFood@School. Los consejos que han firmado la carta se comprometen a tomar medidas para conseguir una alimentación más sostenible y sana en la escuela. Los centros se comprometen a garantizar que el alumnado sepa lo que significa una alimentación sana y sostenible, que se promuevan las bebidas y los aperitivos saludables, que se reduzca el consumo de carne, especialmente de carne roja y procesada. Consulte la carta [aquí](#) (en inglés).
- **<Eslovaquia> Normas sobre bebidas.** Basándose en los principios del programa Escuela Saludable de Skutočneždravaskola, se ha modificado el reglamento escolar de uno de los centros. Los alumnos no pueden llevar al colegio bebidas con cafeína (por ejemplo, Coca-Cola) u otras bebidas, incluidas las energéticas, que provocan inquietud, irritación y nerviosismo. Mediante la educación y la inclusión de estilos de vida saludables en el plan de estudios, Skutočneždravaskola intenta evitar que el alumnado lleve a la escuela patatas fritas, comida rápida, alimentos excesivamente grasos o alimentos precocinados para merendar.
- **<Bélgica> Hoja de Acción Política alimentaria - qué y cómo.** En este documento encontrará una breve descripción de lo que es una política alimentaria y cómo se puede usar en una escuela. Lo puedes encontrar [aquí](#) (en inglés) y [aquí](#) en una versión adaptada al español.
- **<Copenhague, Dinamarca> Real Food for real people - Documental de Rikolto en Copenhague.** La Casa de la Alimentación de Copenhague se creó en 2007 para mejorar la calidad de los alimentos y proporcionar una mejor alimentación a escuelas, residencias de ancianos, etc. Se formó al personal de cocina, se cambió la forma de trabajar de las instituciones, se redujeron las pérdidas de alimentos y se mejoró su calidad. El vídeo, de 20 minutos de duración, fue encargado por Rikolto. Se puede ver

[aquí](#) (está en parte hablado en danés y en parte en inglés con subtítulos en neerlandés).

### **¿Herramientas?**

- Carta [GoodFood@school](#), que incluye los siguientes 10 compromisos:

1. Tomamos medidas claras para que la comida sana y sostenible sea habitual en la escuela. Todos los alumnos saben qué se entiende por alimentación sana y sostenible. Con el tiempo, todo el alumnado ve la necesidad de una transformación hacia una alimentación sostenible.
2. Fomentamos la elección de tentempiés sanos y sostenibles y nos esforzamos por tener una gama equilibrada y variada de tentempiés.
3. Fomentamos la elección de bebidas saludables y sostenibles. El agua del grifo se ofrece gratuitamente y se promueve como la opción más sostenible.
4. Nos esforzamos por limitar el consumo de carne (sobre todo roja y procesada) en favor de frutas y verduras frescas. También prestamos atención a las opciones vegetarianas saludables.
5. Promovemos el consumo de frutas y verduras frescas, haciendo hincapié en los productos de temporada cultivados localmente.
6. Perseguimos relaciones comerciales sostenibles y justas, basadas en un precio justo para todos los eslabones de la cadena alimentaria, desde el productor hasta el consumidor.
7. Optamos por métodos de producción sostenibles y compramos nosotros mismos el mayor número posible de productos procedentes de la agricultura y la pesca sostenibles.
8. Adoptamos iniciativas para evitar el desperdicio de alimentos, limitarlo, utilizar productos desechables y evitar envases innecesarios.
9. Proporcionamos una comunicación clara y correcta sobre los esfuerzos sostenibles que realizamos como escuela, llegando a todos los actores implicados en la escuela y en el entorno escolar. Pensamos no sólo en los alumnos, los profesores y el resto del personal, sino también en las familias, las empresas locales y las asociaciones del barrio,...
10. Aplicamos y concretamos las directrices anteriores sobre alimentación sana y sostenible en nuestra política escolar.

### **BR.A.3. UNA VISIÓN DE LA ESCUELA SOBRE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN, RESPALDADA POR LA DIRECCIÓN DE LA ESCUELA.**

*La escuela ha formulado una visión clara sobre la alimentación y la nutrición que cuenta con el respaldo de su dirección. La visión expresa lo que la escuela quiere representar y hacia dónde quiere ir, con una misión y unos objetivos concretos.*

## ¿Cómo?

¿Cómo ve su centro escolar los distintos aspectos de una alimentación sana y sostenible en el aula, el comedor, el centro en general y el entorno del centro? ¿A qué aspectos de la alimentación sana y equilibrada quiere prestar especial atención? ¿Tiene la escuela una visión clara sobre cuestiones ambientales y sociales que podría incorporar a la política alimentaria? ¿Tomó en algún momento decisiones conscientes sobre los alimentos que se ofrecen en la escuela? ¿Sigue apoyando la escuela esas opciones? ¿Cómo encajan en la visión general de la escuela? Poner por escrito de forma comprensible la visión alimentaria de la escuela (especialmente su visión sobre la educación alimentaria y el consumo de alimentos). Involucra a los miembros del GTAE - no olvide incluir a las familias y otros actores (ver el criterio D.1) - y luego pida a los líderes de la escuela que aprueben la nueva visión.

## Indicadores

0 Visión alimentaria avalada: Sí/No

## Documentar los indicadores

0 Copia de la visión

0 Declaración de apoyo por escrito de la dirección del centro escolar

## A.4. COMUNICACIÓN

El éxito de un EIAE depende en gran medida de la visibilidad de las acciones que se emprendan. La comunicación debe, ante todo, generar entusiasmo en la propia escuela. Pero los esfuerzos de comunicación deben extenderse también más allá de las puertas de la escuela. Puede informar a las familias y al entorno escolar en general a través de boletines, redes sociales y la prensa local.

## Buenas prácticas

- **<Nuremberg, Alemania> Comunicado de prensa "Ahora toca cocinar"**

La ciudad de Núremberg emitió un comunicado de prensa sobre los esfuerzos de la ciudad. La noticia fue recogida por la televisión nacional alemana (Tagesschau).



- **<República Checa> Conjunto de fotos que muestran cómo la escuela comunica sobre alimentación sana y sostenible.** En República Checa, muchas escuelas llevan tiempo trabajando en una alimentación escolar sana y sostenible. Los esfuerzos de comunicación se dirigen a los alumnos, pero también a las familias. Puede encontrar las fotos [aquí](#).
- **<Bélgica> Las escuelas pueden utilizar este [kit para principiantes](#)** (en neerlandés) donde encuentran carteles, presentaciones, un cuestionario, recetas, ... A los centros

escolares siempre les gusta recibir herramientas muy concretas para utilizar en su escuela.

### **Herramientas**

- **<Bélgica> Dibujos animados de Eva Mouton (ilustradora belga) sobre los distintos aspectos de la alimentación sostenible.** Puede utilizarse en las escuelas para dar visibilidad al tema. Cada dibujo contiene un determinado aspecto de la alimentación sostenible. Puedes encontrarlos [aquí](#).

### **BR.A.4. COMUNICACIÓN SOBRE LA VISIÓN DE LA ESCUELA Y COMUNICACIÓN INTERNA SOBRE LAS ACCIONES DEL EIAE**

*La escuela comunica claramente su visión de la alimentación al equipo escolar (incluido el equipo de comedor/cocina), al alumnado, a las familias y al entorno escolar en general. También comunica periódicamente sus progresos internamente, al alumnado, al equipo escolar y al equipo de restauración. Los resultados de la revisión y el plan de acción se comparten con todo el equipo escolar y todo el alumnado. Se designa a un responsable de comunicación (por ejemplo, un miembro del GTAE) para atender las preguntas y comentarios.*

### **¿Cómo?**

Una vez finalizada la visión alimentaria de la escuela y elaborado el plan de acción por el GTAE, es hora de implicar a todos los miembros de la escuela. Esto puede hacerse en línea, mediante reuniones del equipo escolar, información en la sala de profesores, una carta (informativa) o un acto en directo para toda la escuela, por ejemplo, durante el almuerzo. Utilice también la visión alimentaria de la escuela para darla a conocer externamente. Los hábitos alimentarios saludables de los niños y las niñas son importantes: comparte con orgullo tu contribución a este objetivo con las familias y el entorno en general. Puede poner un dato curioso diaria o semanalmente sobre alimentación sostenible en el tablón de anuncios de la sala de profesores. O invite al alumnado a diseñar un póster cada mes o al principio de cada curso escolar, para visualizar los planes y los logros del EIAE del centro, y cuélguelo en el comedor o en algún otro lugar visible del colegio.

### **Indicadores**

- O La visión de la alimentación escolar se comunica internamente + a las familias y a la comunidad escolar en general: Sí/No
- O Comunicación interna sobre las acciones del EIAE
- O Nombramiento de un/a responsable de comunicación

### **Documentar los indicadores**

- O Copia de las comunicaciones
- O Datos de contacto del responsable de comunicación

## **A.5. IMPLICACIÓN Y PARTICIPACIÓN DE LOS JÓVENES**

Tendrás un impacto mucho mayor si consigues activar a niños y adolescentes en torno al tema de la alimentación. Apele a su creatividad y energía positiva para desarrollar un sentido de propiedad y responsabilidad. Esto hará que las acciones tengan mucho más éxito que si sólo el profesorado o los líderes escolares hubieran estado en el asiento del conductor. Implicar al alumnado en las decisiones relativas a la alimentación escolar aumenta las probabilidades de que sus hábitos alimentarios cambien para mejor de forma sostenible y fomenta la confianza y la capacidad de liderazgo. Involucrar a los jóvenes es algo más que conseguir que unos cuantos alumnos se unan al GTAE: el objetivo es hacer de la alimentación un tema candente entre los alumnos de toda la escuela.

## **Buenas prácticas**

- **<Bélgica> Hoja de acción sobre embajadores de la alimentación en su escuela.** Los jóvenes se inspiran entre sí mucho más que los adultos. También tienen opiniones firmes cuando se trata de temas sociales. Rikolto ofrece formación a jóvenes embajadores de la alimentación partiendo de los intereses de los jóvenes. A continuación, reciben formación práctica (por ejemplo, clases de cocina, visitas a granjas, etc.) y desarrollan acciones que se adaptan a su propio contexto escolar. Rikolto ha elaborado una hoja de acción para los centros escolares sobre cómo formar embajadores de la alimentación en la escuela. Puedes encontrarla [aquí](#) (en inglés) y [aquí](#) una versión adaptada al español. La formación también la puede impartir el departamento de juventud de la ciudad.
- **<Europa> Embajadores de la Alimentación del EIT.** El proyecto financiado con fondos europeos EIT Food ha formado a un grupo de jóvenes influyentes en las redes sociales que están compartiendo sus ideas sobre el futuro de la alimentación entre su comunidad. Más información sobre el programa de embajadores [aquí](#) (en inglés).
- **<Eslovaquia> Los alumnos proponen ideas para mejorar las comidas escolares.** En Eslovaquia, se anima a los alumnos a proponer ideas para mejorar ellos mismos las comidas escolares. Una vez al año los alumnos realizan una sesión en la que pueden presentar sus sugerencias para mejorar la alimentación escolar y poner en práctica las mejores.
- **<EEUU> Jóvenes graban su mensaje sobre comida sana en una canción de hip hop.** "Grow Food" es el proyecto culminante del Programa de Capacitación y Empleo Juvenil de Verano 2016 de Appetite For Change. Urban Youth quería compartir su mensaje, la importancia de elegir activamente alimentos saludables, con sus compañeros en un formato musical divertido y accesible. Mira el video [aquí](#).
- **<Alemania> Jóvenes graban su mensaje de una forma creativa en este vídeo.**

## **Herramientas**

(En construcción)

### ***BR.A.5. PARTICIPACIÓN ACTIVA DE LOS ALUMNOS***

*Un grupo de alumnos recibe formación para involucrarse activamente en la promoción de alimentos saludables y sostenibles.*

#### **¿Cómo?**

Un grupo de alumnos dispone de tiempo, espacio y apoyo para ayudar activamente a promover una alimentación sana y sostenible y dar buen ejemplo. A los alumnos más jóvenes (como los niños pequeños) se les enseña de forma lúdica qué son los alimentos sanos y sostenibles y su producción.

#### **Indicadores**

O Varios alumnos participan en la promoción de alimentos: Sí/No

#### **Documentar los indicadores**

O Número de alumnos que participan en la promoción de alimentos

## ALIMENTACIÓN Y SOSTENIBILIDAD (PILAR B)



En muchas ciudades y regiones europeas, las escuelas ofrecen a sus alumnos comidas calientes, bocadillos y tentempiés. En algunos lugares, son financiados (parcialmente) por el gobierno y/o la escuela. A menudo, sin embargo, las familias tienen que pagar todo el servicio. Para garantizar que los niños de familias desfavorecidas también puedan disfrutar de estos alimentos y bebidas, las escuelas intentan mantener los precios lo más bajos posible y, a su vez, presionan a la baja los precios de los proveedores, normalmente a expensas de la calidad. Sin embargo, las fiambreras de los alumnos, preparadas en casa, no siempre están llenas de productos nutritivos y sanos. Cada vez son más los alumnos que ni siquiera se llevan la fiambarrera al colegio o comen en él, sino que se dirigen a un bar cercano o a un restaurante de comida rápida, o se van con hambre. A menudo, las escuelas carecen también de un lugar donde el alumnado pueda comer tranquilamente.

Este pilar se centra en la creación de espacios seguros y apropiados en las escuelas donde todos los niños y niñas, independientemente de su origen, puedan disfrutar tranquilamente de una comida saludable, ya sea ofrecida por la escuela o traído de casa. Los alimentos y bebidas que se ofrecen en las escuelas deben ser sabrosos, sanos, equilibrados y (en la medida de lo posible) basados en criterios sostenibles que persigan un impacto ambiental y social positivo. De este modo, se anima a los niños, niñas y adolescentes a aprender más sobre alimentación sana y sostenible y a aplicar sus conocimientos en la práctica.

### B.1. COMEDOR ESCOLAR

#### Buenas prácticas

- **<Karlstad, Suecia > Cortometraje de YouTube que muestra cómo los alumnos participan en el rediseño del comedor.** Más información en [este vídeo](#) (subtítulos en inglés).
- **<Antwerp, Bélgica> Cortometraje de YouTube que muestra cómo los alumnos participan en el rediseño del comedor.** Más información en [este vídeo](#) (subtítulos en inglés).
- **<Eslovaquia> Blog sobre la insonorización de los comedores escolares.** En colaboración con la empresa Ecophon, Skutočnezdravaskola ha difundido una campaña de concienciación sobre el aislamiento de los comedores escolares. Explican a las escuelas cómo el ruido excesivo tiene un impacto negativo en la vida diaria. Algunas escuelas han recurrido a sus servicios y han insonorizado sus comedores. Puede consultar el blog [aquí](#) (en eslovaco). También puede consultar este [blog](#) (en español), así como consultar [esta experiencia](#) en un comedor escolar en Ibiza.
- **<Eslovaquia> Reorganización del horario escolar.** En una escuela de Eslovaquia reorganizaron el horario escolar. Las clases de los más pequeños van a comer después de la lección 4 y luego continúan con la lección 5. Los alumnos mayores almuerzan después de la lección 5, como de costumbre. Esto disminuyó el ruido y la presión para el comedor escolar. Había más espacio para sentarse y era más tranquilo. La escuela tiene que comunicar a las familias a qué hora pueden recoger a sus hijos e hijas. Los niños y niñas que no almuerzan se quedan en clase, descansan o los profesores pueden hacer alguna actividad relajante con ellos.
- **<Suecia> Comidas escolares programadas.** En Suecia, algunos municipios y escuelas están probando las "comidas escolares programadas". Es una forma de ver la "pausa para comer" previa no como un "descanso", sino más bien como una "lección" como



matemáticas o geografía en el horario. Es un tiempo en el que vas, junto con tu profesor y tus compañeros, de la lección anterior directamente al restaurante escolar, y luego (una vez que se acaba el tiempo y todos han terminado) todos los alumnos vuelven al aula y continúan la lección juntos. Esto es muy diferente de la forma tradicional de programar las pausas para el almuerzo escolar en Suecia, donde la mayor parte de las horas de almuerzo (a menudo se programan 20 minutos en el comedor) van seguidas directamente de un descanso al aire libre para los alumnos. La nueva forma de hacerlo sigue garantizando que los niños y niñas pasen tiempo al aire libre, pero no junto con las comidas escolares. De este modo, los niños están mucho más relajados y tienen tiempo para comer algo si lo desean. El hecho de que todos los niños coman juntos con sus profesores también garantiza un ambiente mucho más tranquilo en los comedores y restaurantes escolares.

### **Herramientas:**

- **Informe sobre criterios y modelos innovadores para la contratación pública de comidas escolares sostenibles y saludables.** En este informe, los criterios propuestos incluyen un conjunto básico de recomendaciones, diseñadas para ser aplicadas por todas las ciudades, y varios criterios opcionales, que están diseñados para servir como "complementos" para las ciudades que ya están progresando bien con la compra sostenible de alimentos y/o buscan centrarse en temas o cuestiones particulares. Estos últimos podrían ser cualquier cosa, desde la mitigación del cambio climático, los grupos vulnerables, la economía circular, las cadenas cortas de suministro de alimentos, hasta la economía/resiliencia alimentaria regional. Las recomendaciones que se ofrecen en este informe se han desarrollado para garantizar la máxima flexibilidad y adaptabilidad para las ciudades de toda Europa. Actualmente se encuentra en creación, pero pronto se podrá disponer del enlace.

### ***BR.B.1. EL COMEDOR ES UN ENTORNO DE APRENDIZAJE PARA UNA ALIMENTACIÓN SANA (NORMA)***

*La escuela actúa en su comedor para promover hábitos, comportamientos y actitudes alimentarios saludables, convirtiéndolos en normas.*

### **¿Cómo?**

La escuela se asegura de que haya un lugar donde el alumnado pueda comer tranquilamente a la hora de la comida. Este entorno debe fomentar una alimentación sana. Si los niños y niñas pueden disfrutar de una comida sabrosa de forma agradable y se dan cuenta de por qué esa comida en concreto responde a principios saludables y sostenibles, la comida en cuestión les resultará más atractiva. El comedor es el lugar perfecto para poner en práctica la teoría de la alimentación sana y sostenible. Aquí, el alumnado puede aprender sobre sabores, olores y estaciones, pueden cultivar sus propias hierbas, aprender a gestionar el desperdicio de alimentos, etc. Es importante que los propios miembros del equipo escolar sean coherentes: como modelos de conducta, pueden dar buen ejemplo comiendo con los niños, promoviendo la comida sabrosa y sana, etc.

### **Indicadores**

- Hay un comedor que anima a los alumnos a elegir alimentos sanos y sostenibles: Sí/No
- El personal de la escuela y las familias dan buen ejemplo en el comedor: Sí/No

### **Documentación de los indicadores**

- Número de acciones en el comedor (incl. descripción)
- Buenos ejemplos por parte del personal de la escuelas y las familias

## **B.2. COMIDAS SANAS Y SOSTENIBLES**

### **Buenas prácticas**

- **<Bélgica> Hoja de acción para escuelas sobre frutas y hortalizas locales y de temporada.** Rikolto ha elaborado una hoja de acción para las escuelas sobre frutas y hortalizas locales de temporada. En ella se explica a los niños y niñas por qué es mejor comer productos locales y de temporada. Además, se proponen una serie de acciones para trabajar este tema: visitas a granjas, sesiones de degustación en clase, ... [Aquí](#) encontrará más información en versión original y [aquí](#) una versión adaptada al español.
- **<Bélgica> Hoja de acción sobre la alimentación rica en vegetales en la escuela.** Rikolto ha elaborado una hoja de acción para colegios sobre cómo aumentar el consumo de alimentos vegetales en la escuela. En ella se explica por qué se puede conseguir que los niños y niñas se acostumbren a comer más alimentos vegetales y cómo hacerlo. Comienza con una descripción de la situación de partida de la escuela, a partir de la cual se definen los objetivos y se especifican las acciones concretas. Puede encontrarlo [aquí](#) en versión original y [aquí](#) una versión adaptada al español.
- **<Alemania> Ejemplos de comidas saludables y sostenibles para escuelas infantiles y escuelas primarias.** FitKid es una iniciativa alemana para comidas sanas y sostenibles en escuelas infantiles y escuelas primarias. En su [página web](#) (en alemán) puedes encontrar mucha información y planes de comidas semanales.
- **<Eslovaquia> programa para mejorar la alimentación en los comedores de 40 escuelas.** La organización eslovaca Skutočne zdravaskola ayuda a 40 colegios a preparar comidas escolares sanas y sostenibles. Para ello, comparan el estado actual de la preparación de la comida en las cafeterías con los criterios del programa Escuelas Realmente Sanas y las recomendaciones con la revisión de 2021 en los ámbitos de la calidad de los alimentos y el lugar de origen. Dan recomendaciones a las cafeterías sobre cómo pueden cumplir los criterios de forma gradual.

### **Herramientas**

(En construcción)

#### **BR.B.2. COMIDAS SANAS Y EQUILIBRADAS EN LA ESCUELA**

*La escuela informa al alumnado y familias sobre la composición sana y equilibrada de las comidas. Siempre hay fruta fresca de postre o para merendar, y el tamaño de las raciones de verdura se ajusta a las directrices nacionales y europeas.*

#### **¿Cómo?**

Los menús de la escuela que están a disposición del alumnado y las familias indican (en color o letra negrita) qué artículos son frescos, poco procesados, sin aditivos innecesarios y/o preparados con frutas y verduras locales de temporada. La escuela anima al alumnado a comer fruta y verdura fresca cada día. A menudo, el gobierno nacional tiene directrices y recomendaciones al respecto; también puede proporcionar material promocional. Aunque nunca se puede obligar a los niños a comer algo, es más probable que opten por la fruta y la verdura si se les ofrece de forma atractiva y si el profesorado/líderes escolares dan buen ejemplo. La fruta ya pelada o cortada es mucho más atractiva, pero requiere mucho trabajo. ¿Quizás algunas familias podrían ayudar a veces a preparar la fruta? Intente indicar qué ingredientes y comidas son ecológicos, de comercio justo, vegetarianos y/o basados en plantas, y mencione el país de origen de los ingredientes principales de las comidas. Tu proveedor debería poder facilitarte esa información. Aproveche la ocasión para informar a los proveedores de que desea evitar los productos transportados en avión. Por último, pero no



por ello menos importante, facilite información adicional en el comedor para explicar la importancia de la baja transformación, los precios justos para los agricultores, los principios ecológicos, las cadenas cortas, etc.

### **Indicadores**

Los menús destacan aspectos saludables y sostenibles: Sí/No

- Alimentos frescos, no procesados, sin aditivos innecesarios, preparados a partir de verduras y frutas de temporada, regionales o locales.
- Ingredientes de comercio justo
- Ingredientes ecológicos

La fruta fresca es siempre una opción para el postre: Sí/No

Las raciones de verduras cumplen las directrices sanitarias nacionales: Sí/No

### **Documentación de los indicadores**

Copia de los menús de los 2 últimos meses, incluido el tipo de postres

Número de raciones de hortalizas y verduras servidas en los 2 últimos meses

## **B.3. BEBIDAS SALUDABLES Y SOSTENIBLES**

### **Buenas prácticas**

- **<Bélgica> Hoja de acción sobre el agua del grifo y una escuela sin plásticos.** Rikolto ha elaborado una hoja de acción para los centros escolares sobre el agua del grifo gratuita en la escuela. Puede encontrarla [aquí](#) en versión original y [aquí](#) una versión adaptada al español.
- **<Europa> Waterschools.** Waterschools es un proyecto europeo para que las escuelas fomenten y permitan beber agua durante las clases. El [sitio web](#) ofrece sencillos pasos para convertirse en una escuela de agua, junto con todo tipo de información y materiales.

### **Herramientas**

(En construcción)

### ***BR.B.3. AGUA POTABLE GRATUITA***

*La escuela anima al alumnado a beber agua y dispone de puntos de agua en toda la escuela, de modo que todos los alumnos tienen acceso gratuito a agua potable.*

### **¿Cómo?**

La escuela anima a los alumnos a beber suficiente agua. El agua del grifo (preferiblemente en botellas o vasos reutilizables) es la forma más sostenible de lograr ese objetivo. Además, contribuye de inmediato a reducir los residuos en la escuela. Por supuesto, el agua del grifo de tu zona tiene que ser potable y saludable. En cualquier caso, asegúrate de que haya muchos lugares donde el alumnado y los docentes puedan obtener agua del grifo.

### **Indicadores**

La escuela proporciona agua gratuita a todos los alumnos y docentes

### **Documentar los indicadores**

Número de puntos de agua (descripción o plano)

## **B.4. ALMUERZOS Y MERIENDAS SALUDABLES Y SOSTENIBLES**

### **Buenas prácticas**

- **<Bélgica> Empezar a tomar tentempiés sanos y sostenibles.** Rikolto ha elaborado una hoja de acción para los centros escolares sobre almuerzos y meriendas saludables y sostenibles. Puede encontrarla [aquí](#) en versión original.
- **<Madrid, España> Cartel para promover hábitos alimentarios saludables.** Este [cartel](#) creado en el marco del proyecto "Menús sostenibles, planeta saludable" pretende fomentar hábitos alimentarios saludables sin perder los valores de salud y sostenibilidad medioambiental. También ayuda a identificar los productos que no son adecuados.

### **Herramientas**

- Rikolto ha desarrollado un conjunto de herramientas multiactor para guiar en este y otros procesos. Estas herramientas están disponibles en [inglés](#), [francés](#) y [español](#). Igualmente, están disponibles la [grabación](#) y la [presentación que realizaron durante un seminario web](#) internacional celebrado el 4 de octubre de 2022.

### **BR.B.4. DIRECTRICES CLARAS PARA LOS ALMUERZOS Y MERIENDAS**

*La escuela se comunica con las familias para fomentar el consumo de bocadillos y fiambra saludable y sostenibles. Proporciona directrices claras basadas en la visión de la escuela.*

### **¿Cómo?**

Asegúrese de que alumnos y familias saben qué significa la visión alimentaria de la escuela, y traduzca esta visión en directrices concretas sobre los alimentos que los niños y niñas pueden llevar a la escuela. Anímalos a llevar tentempiés sabrosos a base de fruta y verdura fresca. También puedes organizar sesiones informativas para las familias (criterio D.1) o hacer que los embajadores de la alimentación de la escuela trabajen en torno a este tema concreto (criterio A.5).

### **Indicadores**

0 Directrices para alumnos y familias: Sí/No

### **Documentación de los indicadores**

0 Copia de las directrices para familias

## **B.5. IGUALDAD DE ACCESO A ALIMENTOS SANOS Y SOSTENIBLES**

### **Buenas prácticas**

- **<Bélgica> Brooddoosnodig.** "B(re)adly needed" es un proyecto de Enchanté vzw que quiere hacer frente al problema de la inseguridad alimentaria en las escuelas flamencas. Este proyecto se inspira en el concepto italiano "caffè sospeso" y lo aplica al contexto escolar. Se basa en la solidaridad y la conexión entre la ciudadanía para que cuiden unos de otros. Más información (en inglés) en [este enlace](#).
- **<Antwerp, Bélgica> Sopa gratis en la escuela para todos los niños.** Se trata de un proyecto piloto de sopa hecha con sobras en colegios de la ciudad de Amberes (Bélgica). Con este proyecto, los alumnos de distintos colegios pueden disfrutar de una sabrosa sopa dos veces por semana. Es una situación en la que todos ganan: los alumnos reciben comida sana a un precio razonable y, al mismo tiempo, se salvan alimentos de la montaña de residuos. Más información sobre este proyecto [aquí](#).
- **<Leuven, Bélgica> Seis casos diferentes para tratar con niños vulnerables.** En 2021, la ciudad de Lovaina concedió un pequeño presupuesto a las escuelas para

que pusieran en marcha acciones dirigidas a niños vulnerables de primaria sin estigmatizarlos. Las escuelas podían idear su propio proyecto. Una escuela compró un frigorífico y experimentó con el suministro de fruta y verdura fresca de un agricultor local, otra decidió ofrecer sopa fresca y gratuita dos veces por semana, otra colaboró con una asociación local contra la pobreza y utilizó sus sobras para llenar carritos de desayunos saludables de los que podían comer todos los niños.

- **<Valencia, España> Becas de comedor para familias en situación de riesgo.** En la Comunidad Valenciana existen becas de comedor que se conceden, según normativa, a familias en situación de riesgo y cubren hasta el 100% del coste del comedor escolar. También es obligatorio ofrecer un menú sin gluten y, aunque no es obligatorio, en la mayoría de los colegios también existen adaptaciones para otras alergias, intolerancias y por motivos culturales.

## Herramientas

(En construcción)

### **BR.B.5. INSTALACIONES PARA NIÑOS CON NECESIDADES DIETÉTICAS ESPECIALES**

*La escuela promueve la igualdad de acceso a alimentos sanos y sostenibles. Hace todo lo posible por tener en cuenta las distintas necesidades dietéticas.*

#### ¿Cómo?

No siempre es posible que una escuela atienda a todas las dietas: en algunas ciudades (a menudo grandes), las escuelas albergan una plétora de nacionalidades, entornos culturales, religiosos y socio-económicos diferentes que a menudo afectan a las culturas alimentarias de los alumnos, lo que dificulta ofrecer comidas estándar. En estos casos, las escuelas pueden idear otras formas de satisfacer las necesidades de todos los alumnos, por ejemplo, proporcionando una nevera o instalaciones para recalentar las comidas especiales de casa que llevan algunas niñas o niños.

#### Indicadores

0 Instalaciones adicionales para niños con necesidades dietéticas especiales: Sí/No

#### Documentar los indicadores

0 Descripción del modo en que la escuela trata las diferentes necesidades dietéticas.

## **B.6. DESPERDICIO ALIMENTARIO**

### Buenas prácticas

- **<Bélgica> Empezar a abordar el desperdicio alimentario.** Rikolto ha llevado a cabo acciones contra el desperdicio de alimentos en varios colegios. Lo hicieron junto con los alumnos y el personal del centro y realizaron mediciones del desperdicio de alimentos en la escuela. Durante una semana se miden todos los restos de comida. Después se comunican los resultados y juntos se buscan soluciones. Después se vuelve a medir la comida para ver el impacto de las acciones. Rikolto ha desarrollado una hoja de acción para evitar el desperdicio de alimentos en la escuela. Puedes encontrarla [aquí](#) en versión original y [aquí](#) una versión adaptada al español.
- **<Bélgica> Proyecto sobre residuos alimentarios.** Para concienciar sobre el problema del desperdicio de alimentos, la escuela primaria "Notre-Dame des Champs" organizó un pesaje de sus cubos para conocer los hábitos de los alumnos y establecer un plan de acción para luchar contra el desperdicio de alimentos en la escuela. Aquí puede encontrar un [breve video \(en francés\)](#) sobre lo que hicieron.

- **<Brezov, Eslovaquia> Vermicompostadores con lombrices de tierra.** Este curso escolar (2022), gracias a una subvención del presupuesto de la Región Autónoma de Trenčín a través del programa de subvenciones medioambientales denominado "Ojos verdes", se adquirieron [tres vermicompostadores con lombrices](#) en la escuela primaria de Brezov.

### Herramientas

- [Semana Europea de la Reducción de Residuos \(SEMR\)](#)
- **Caja de herramientas de WWF sobre el despilfarro de alimentos con lecciones y actividades por cursos.** El kit de herramientas proporciona lecciones y actividades por curso. Incluye una guía didáctica, una presentación de diapositivas sobre el despilfarro de alimentos, instrucciones para una auditoría alimentaria, preguntas para el debate y actividades gratuitas para los alumnos. Más información [aquí](#) (en inglés).
- **Recursos para las escuelas en materia de desperdicio alimentario de Zero Waste Scotland.** A través de una serie de lecciones interdisciplinarias atractivas y fáciles de usar, sus alumnos tendrán voz en la lucha contra el despilfarro de alimentos y comprenderán mejor este importante problema al que se enfrenta nuestro mundo hoy en día. El paquete educativo Love Food Hate Waste se ha creado para el plan de estudios escocés. Más información [aquí](#) (en inglés)
- **17 recursos para enseñar a desperdiciar alimentos.** El Instituto de Educación Humanitaria reúne aquí vídeos, artículos, informes, sitios web y blogs, planes didácticos y actividades.
- **Lecciones sobre el desperdicio de alimentos - EIT Food.** [Aquí](#) encontrará material didáctico sobre el despilfarro de alimentos. Objetivos de aprendizaje: Esta lección pretende concienciar a los alumnos sobre la pérdida y el desperdicio de alimentos y darles algunas ideas prácticas sobre cómo evitarlos. Para ello, los alumnos (1) comprenderán las diferencias entre pérdida y desperdicio de alimentos; (2) conocerán los perjuicios que causan la pérdida y el desperdicio de alimentos a la sociedad, la economía y el medio ambiente; (3) reconocerán formas de reducir el desperdicio de alimentos.
- **Espigoladors** forma y acompaña a profesorado y equipos de monitorización para reducir el desperdicio alimentario en los comedores escolares de Cataluña. Para ello, han elaborado un video y decálogo con 10 pasos para cuantificar el desperdicio alimentario en el comedor escolar. Estos recursos pueden encontrarse en [este enlace](#). Para conocer más sobre la labor de Espigoladors y otras experiencias que existen en nuestro país, se puede ver este [seminario online](#) de septiembre de 2021.
- En el marco de la investigación "*Análisis de las necesidades alimentarias docentes sobre desperdicio alimentario en CEIPs de la Comunidad Valenciana: diseño de propuestas didácticas y opciones de implementación desde el marco de la didáctica de las ciencias experimentales*" dirigida desde la Facultad de Magisterio de la Universitat de València, la que forma parte del Plan de Acción contra el Desperdicio Alimentario en la Comunitat Valenciana, Plan BonProfit, se elaboró [este documento](#).

### **BR.B.6. LA ESCUELA CONTROLA EL DESPERDICIO DE ALIMENTOS**

*La escuela colabora con el equipo de restauración, las familias y el alumnado para controlar y reducir al mínimo el desperdicio de alimentos.*

#### **¿Cómo?**

La escuela lleva a cabo un análisis del desperdicio de alimentos en la escuela. ¿Se comen los alumnos el almuerzo que traen de casa? ¿Se tira comida durante los recreos o a la hora de

comer en el comedor? En primer lugar, estudia si esto podría evitarse y cómo. Compruebe con el equipo de cocina, el servicio de catering y las familias si deben ajustarse las raciones (composición, tamaño). Comenta el problema con los alumnos. A continuación, estudia formas de reutilizar los excedentes de comida. Las sobras de las comidas escolares pueden llevarse a casa para comerlas más tarde, utilizarse como alimento (animal) o, si todo lo demás falla, convertirse en compost. Asegúrate de que los residuos se clasifican correctamente: los restos de comida son residuos orgánicos. Pon por escrito los resultados de tu análisis y compártelos con el equipo escolar, los alumnos y las familias. (Véase también el criterio A.4.).

### **Indicadores**

0 Sistema de vigilancia en funcionamiento: Sí/No

### **Documentación de los indicadores**

0 Descripción del sistema de seguimiento y primeros resultados

## EDUCACIÓN Y APRENDIZAJE (PILAR C)



La educación sobre la alimentación y los sistemas alimentarios afecta a las tres dimensiones del desarrollo sostenible: medioambiental, social y económica. Compartiendo con los niños no sólo la teoría, sino también enseñándoles a cocinar, cultivar y comprender de dónde proceden sus alimentos y qué efectos tienen su producción y consumo en el medio ambiente, los alumnos adquieren las habilidades y conocimientos que les permitirán tomar decisiones bien meditadas que afectan directamente a su propia salud y a la del planeta, tanto hoy como en el futuro. Aprender sobre alimentación sana, bienestar animal y cuestiones alimentarias sostenibles y éticas ayuda a los niños y adolescentes a considerar detenidamente no sólo sus elecciones alimentarias, sino también cuestiones más amplias del debate general sobre alimentación y salud. Un requisito previo es que el equipo de la escuela tenga las habilidades necesarias para apoyar a los niños y niñas en este proceso de aprendizaje.

### C.1. LA ALIMENTACIÓN EN EL PLAN DE ESTUDIOS

#### **Buenas prácticas**

- **<Leuven, Bélgica> Acampada climática en la granja.** El campamento climático celebrado en una granja es el final de una semana de sostenibilidad para los alumnos de un colegio de Lovaina. Durante toda la semana los alumnos han aprendido sobre el tema con multitud de actividades relacionadas con la alimentación. Terminaron la semana en la granja, donde tuvieron que intentar tener el menor impacto posible en el clima durante 24 horas. Con un retrete ecológico, un consumo limitado de agua y energía y manjares locales, de temporada y principalmente vegetales. Para más información sobre este proyecto (en neerlandés), sigue [este enlace](#).
- **<Países Bajos> Degustación de nuevos alimentos para niños pequeños.** [Smaaklessen](#) es una conocida iniciativa neerlandesa para escuelas primarias (a partir de 4 años) que permite a los niños y niñas probar nuevas frutas y verduras de forma lúdica. Incluye información sobre alimentación sana, degustación, producción de alimentos y cocinar uno mismo.
- **<Baden-Württemberg, Alemania> numerosos materiales educativos e informativos sobre temas de nutrición infantil y educación nutricional.** La iniciativa estatal BeKi apoya a las escuelas infantiles con numerosos materiales educativos e informativos sobre temas de nutrición infantil y educación nutricional. Los materiales educativos contribuyen de forma significativa a la aplicación del plan de orientación para la educación y la crianza en las escuelas infantiles y otros centros de día de Baden-Württemberg. Podéis acceder a su página web (en alemán), [aquí](#).
- **<Eslovaquia> Proyecto de las abejas.** [Aprender sobre las abejas](#) a través de varias asignaturas. Los niños leyeron un cuento sobre abejas, recogieron y contaron granos de polen en matemáticas, investigaron sobre la vida y el desarrollo de las abejas y buscaron parejas de cartas. En arte hicieron una colmena con sus habitantes.
- **<Eslovaquia> Actividades transversales Día Mundial del Agua.** En un colegio de Eslovaquia se celebró el Día Mundial del Agua y alumnos de distintas edades aprendieron sobre el tema. Podían acudir al colegio vestidos de azul y hablaban del agua en un breve programa de radio preparado por los alumnos de 7º curso. La hoja de trabajo de los alumnos de 6º se centró en el ciclo del agua en la

naturaleza. Los alumnos de 5º prepararon proyectos sobre los peces, que forman parte del ecosistema acuático. Observaron diferentes microorganismos en el agua con un microscopio. Los alumnos de 8º y 9º debatieron en las clases de lengua eslovaca sobre la importancia del agua, su significado para el organismo humano y la deshidratación, sus causas y consecuencias. En química, los alumnos de 8º y 9º prepararon presentaciones sobre el agua potable, la conservación del agua en los hogares y las formas de protegerla. Los alumnos de primer curso crearon bellas obras de arte con el tema del agua. Los alumnos prepararon experimentos con pinturas y agua limpia.

### **Herramientas**

- **Mapeo de sistemas con Fairtrade - Plan de clase.** Esta herramienta para alumnos de tercero y cuarto de primaria en Escocia introduce a los jóvenes en el concepto de pensamiento sistémico y en el poder colectivo que todos tenemos para introducir grandes cambios en nuestro modo de vida.
- [Kit de herramientas educativas para escuelas de primaria para un Desayuno Fairtrade](#)
- **Lecciones sobre procesamiento de alimentos - EIT Food.** [Aquí](#) encontrará material didáctico sobre el procesado de alimentos. Objetivos de aprendizaje: 1. los alumnos serán capaces de definir el término "alimentos procesados". 2. los alumnos podrán diferenciar entre los distintos tipos de alimentos procesados (ultra, industriales, caseros, etc.). 3. los alumnos podrán exponer las razones del consumo de alimentos ultraprocesados y debatir sobre el consumo inteligente de alimentos procesados.
- **Lecciones para leer las etiquetas de los alimentos - EIT Food.** [Aquí](#) (en inglés) encontrará material didáctico sobre las etiquetas de los alimentos. Objetivos de aprendizaje: 1. Los alumnos aprenderán en qué consisten las etiquetas de los alimentos y serán capaces de comprender los diferentes datos presentados en las etiquetas de los alimentos. 2. Los alumnos adquirirán y utilizarán herramientas para tomar decisiones informadas en materia de nutrición basadas en la lectura atenta de las etiquetas de los alimentos. 3. Los alumnos debatirán sobre los conceptos erróneos sobre los ingredientes de las etiquetas alimentarias.
- **Herramientas educativas sobre el desperdicio de alimentos - EIT Food.** [Aquí](#) puede encontrar materiales didácticos sobre el desperdicio de alimentos. Objetivos de aprendizaje: esta lección tiene como objetivo aumentar la conciencia de los estudiantes sobre la pérdida y el desperdicio de alimentos y brindarles algunas ideas prácticas sobre cómo evitarlos. Para hacer esto, los estudiantes: (1) Comprenderán las diferencias entre la pérdida y el desperdicio de alimentos. (2) Aprenderá sobre los daños causados por la pérdida y el desperdicio de alimentos a la sociedad, la economía y el medio ambiente (3) Reconocerá formas de reducir el desperdicio de alimentos.

### ***BR.C.1. LA ALIMENTACIÓN COMO TEMA EDUCATIVO***

*El tema de la alimentación sana y la producción y el consumo sostenibles de alimentos forma parte de varios planes de clases y/o proyectos interdisciplinarios, adaptados a las diferentes edades y etapas de desarrollo del alumnado. El equipo de la escuela sincroniza su contenido didáctico en los distintos cursos y asignaturas.*

### **¿Cómo?**

Una única enseñanza sobre salud o sostenibilidad tiene poco efecto. Lo mejor es introducir al alumnado en el tema de la alimentación sana y sus aspectos sostenibles en varias áreas de aprendizaje a lo largo de su trayectoria escolar. Para racionalizar la educación alimentaria,



es importante que los docentes sepan lo que los alumnos aprendieron el año anterior y lo que se les enseñará el año siguiente, y qué temas alimentarios se tratan en las distintas áreas de aprendizaje/cursos. El personal docente debe intentar sincronizar los contenidos de su enseñanza en los distintos cursos y asignaturas. La alimentación puede integrarse en numerosas asignaturas (biología, ciencias, matemáticas, ciencias sociales, historia, educación física, hostelería, etc.). Como mínimo, debería formar parte de las asignaturas que cursan todos los alumnos.

### **Indicadores**

O El tema de la alimentación sana y sostenible se integra en diferentes herramientas educativas y proyectos interdisciplinarios: Sí/No

O El equipo de la escuela sincroniza su contenido didáctico entre los distintos cursos y asignaturas: Sí/No

### **Documentar los indicadores**

O Número de clase y/o proyectos interdisciplinarios + descripción

O Acta de la reunión de sincronización del equipo escolar

## **C.2. APRENDIZAJE AUTÉNTICO Y PRÁCTICO**

"Práctica" significa hacer algo en lugar de limitarse a hablar de ello. Lo ideal es que el aprendizaje teórico basado en libros y cursos se complementa con experiencias prácticas como visitas a granjas, colaboración con empresas alimentarias locales, huertos escolares o talleres de cocina. El aprendizaje práctico puede aumentar la comprensión del alumnado sobre el sistema alimentario, enseñarles habilidades adicionales y animarles a hacer de la alimentación sana y sostenible una parte (más) importante de sus vidas.

El "aprendizaje auténtico" significa que la educación se basa en problemas reales, por lo que los alumnos pueden implicarse de un modo u otro. Los centros escolares pueden organizar todo tipo de proyectos prácticos y auténticos que respondan a los intereses del alumnado y a sus capacidades y contexto. Cuando los alumnos trabajan con temas que les afectan en su vida cotidiana, tienden a comprometerse más. Los proyectos auténticos y prácticos deben ser interdisciplinarios e interclases y permitir al alumnado interactuar con actores del entorno escolar más amplio.

### **Buenas prácticas:**

- **<Alemania, Austria, Suiza> [Gemueseackerdemie](#): consejos para cultivar, cosechar y cocinar.** Se trata de una iniciativa famosa en Alemania, Austria y Suiza que ayuda a las escuelas infantiles a cultivar un huerto y mantenerlo. También ofrece clases de cocina. Esto ayuda a los niños y niñas a entender cómo crecen los alimentos y les ayuda a estar abiertos/as a probar nuevas verduras.
- **<Londres, Reino Unido> "¡Me siento como en El Aprendiz!": De sobras de verduras a lucrativos chutneys.** Este proyecto de la Escuela 21 de Londres creó una variedad de deliciosos chutneys para venderlos después en el mercado. La escuela tomó la idea y la puso en marcha. Más información en la [web](#) de School Food Matters (en inglés).
- **<Bélgica> Huerto intergeneracional.** El proyecto incluye 4 jardineras adaptadas a los residentes de la Residencia Reine Fabiola (RRF), un compostador y un colector de aguas pluviales. Está dirigido a varios destinatarios: los residentes y sus familias, los alumnos y profesores de la escuela Sainte-Bernadette, los trabajadores y la dirección del centro social, el vecindario y el público en general. Los productos cultivados y recolectados se transforman en talleres de cocina organizados por la terapeuta ocupacional de la Residencia. Más información (en francés), [aquí](#).



- **<Eslovaquia> El proyecto de la brigada de la patata.** El proyecto tiende un puente entre los escolares y la vida en la granja. Los alumnos viajaron en una "brigada de la patata" al cercano pueblo de Bobrovec. Allí, bajo la supervisión de auténticos agricultores, los conductores de tractores araron y cosecharon patatas. Las patatas debían clasificarse correctamente, según su tamaño. Encontrará más información y bonitas fotos en [este](#) blog (en eslovaco).
- **<Eslovaquia> Tradición de prensar coles.** Basándose en el tema semanal: los frutos del otoño, los niños de una clase eslovaca utilizaron el aprendizaje experimental para aprender a procesar verduras. Como parte del aprendizaje sobre tradiciones populares, los niños conocieron la [tradición de prensar](#) coles, que está desapareciendo poco a poco de las familias. El clásico prensado de coles ha sido sustituido en muchas familias por la compra de coles fermentados. Para que nuestros pequeños conocieran esta costumbre, la profesora les preparó todos los ingredientes y juntos pudieron probar el prensado de coles.
- **<Eslovaquia> Cultivar y hacer crecer las semillas en el aula.** Breve [vídeo](#) de YouTube que muestra cómo se cultivan las semillas en el aula.

### **Herramientas**

(En construcción)

### **BR.C.2. ACTIVIDADES DE CULTIVO, RECOLECCIÓN Y COCINADO**

*La escuela facilita y promueve la experiencia práctica de los alumnos, in situ o en la escuela.*

#### **¿Cómo?**

La escuela proporciona una lista de posibles proyectos prácticos en los que los alumnos pueden (y se les anima a) participar. Pueden llevarse a cabo en la escuela en el contexto de clases específicas (relacionadas con B.1.), durante los recreos o como actividad extracurricular. Los alumnos podrían, por ejemplo, mantener un huerto de verduras y hierbas en la escuela, criar gallinas, aprender a preparar platos sabrosos y saludables junto con el cocinero del comedor, hacer compost, etc. Pide siempre a un miembro del equipo escolar que sea responsable del proyecto, para que pueda garantizar la continuidad y mantener motivado al alumnado.

#### **Indicadores**

O Proyectos prácticos relacionados con el cultivo, la cosecha, la cocina o el compostaje:  
Sí/No

#### **Documentar los indicadores**

O Lista de proyectos prácticos (incl. descripción)

## **C.3. EDUCACIÓN PARA EL PERSONAL DE LA ESCUELA**

También es importante formar a los docentes y al resto del personal escolar para ayudarles a comprender el significado de un EIAE y las formas en que puede aplicarse en la escuela. El equipo de la escuela (dirección, docentes, personal de comedor y restauración) debe tener los conocimientos y habilidades necesarios para aplicar un EIAE.

#### **Buenas prácticas**

- **<Bélgica> GoodFood@School: En siete pasos hacia un EIAE.** ¿Cómo desarrollar una política alimentaria en la escuela? Con estos 7 pasos puedes desarrollar una política alimentaria sostenible en tu centro en muy poco tiempo. El punto de

partida depende de la situación actual del centro. Toda la información está disponible en [inglés](#).

- **<Eslovaquia> Webinar con un chef para asesorar a la escuela.** Skutočnezdravaskola organiza periódicamente [seminarios web](#) prácticos (en eslovaco) con un chef que asesora a los/as cocineros/as escolares y les enseña a preparar platos escolares sanos y sabrosos.
- **<Eslovaquia> La primera asociación de restauración escolar asesora al personal de los comedores escolares.** En Eslovaquia se creó la primera asociación de restauración escolar que forma al personal de los comedores escolares y les asesora con entusiasmo. Se trata de una organización profesional independiente y democrática que, sobre la base del principio de afiliación voluntaria, reúne a personas físicas y jurídicas activas en el ámbito de la restauración escolar en la República Eslovaca. Ofrecen a nuestros miembros, responsables de comedores escolares y personal de catering escolar, acceso a información actualizada y documentos importantes en todos los ámbitos del catering escolar, así como un programa de asociación con ventajas. Crean un entorno no comercial para la comunicación mutua entre la administración estatal, los fundadores, los establecimientos de restauración escolar y otras partes interesadas en toda Eslovaquia. Los objetivos: crear conciencia sobre la calidad de la restauración escolar en la República Eslovaca y en la UE reunir y organizar a las personas activas en el ámbito de la restauración escolar en la República Eslovaca unir, promover, defender y proteger los puntos de vista e intereses de los miembros ante las autoridades estatales y otras autoridades de la República Eslovaca en todos los niveles de las negociaciones legislativas, administrativas y reglamentarias y en la aprobación de diversos mecanismos reguladores y materiales metodológicos.

### **Herramientas**

- PPT sobre "Cómo implantar un EIAE" (En construcción)

### ***BR.C.3. TALLERES Y RECURSOS PARA PROFESORES Y PERSONAL***

*La escuela ofrece a los profesores y demás personal docente talleres temáticos y recursos educativos.*

### **¿Cómo?**

Todo el equipo escolar recibe una introducción al EIAE Lo ideal es que un miembro motivado del equipo (por ejemplo, alguien del GTAE) o alguien con gran afinidad por el tema realice esta presentación. Una vez que todos en la escuela entiendan el diseño del EIAE y una vez que se hayan compartido los resultados de la revisión y el plan de acción (criterio A.2.), puede proporcionar talleres y herramientas adicionales para apoyar a los docentes mientras ayudan a implementar el EIAE. Asimismo, todo el personal debería estar familiarizado con el contenido general de la educación para el desarrollo sostenible (EDS) del alumnado. Los docentes deberían recibir un asesoramiento más profundo sobre cómo aplicar la EDS (con especial atención a la alimentación) en sus asignaturas, así como orientación sobre los materiales educativos.

### **Indicadores**

- O El profesorado tiene acceso a recursos educativos sobre alimentación y EDS: Sí/No
- O El centro organiza talleres para docentes y otro personal del centro: Sí/No

### **Documentar los indicadores**

- O Número de recursos educativos sobre alimentación y EDS

O Número de talleres temáticos completados (incl. descripción)  
O Número de participantes

## COMUNIDAD Y ASOCIACIÓN (PILAR D)

Este pilar se centra en la cooperación con un amplio abanico de actores del entorno de la escuela: familias, autoridades locales, tiendas de alimentación, productores locales, entidades de la sociedad civil, residencias de ancianos, asociaciones de barrio, etc. Ni que decir tiene que si muchos actores se comprometen a trabajar juntos, pueden conseguir un impacto mucho mayor. No se trata sólo de elegir bien los alimentos: se trata también de celebrar la buena comida y la forma en que sustenta tantas ocasiones importantes en tantas culturas diferentes. Recuerda: en el corazón del EIAE está el principio de que la buena comida debería ser la elección más natural y fácil para todos, sin importar quiénes somos o de dónde venimos.



### D.1. COMPROMISO DE LAS FAMILIAS

*Unas familias conscientes e informadas pueden reforzar la aplicación del EIAE y apoyar a los niños, niñas y adolescentes en su proceso de aprendizaje.*

#### Buenas prácticas

- **<Leuven, Bélgica> Boletín para familias con una parte sobre comida sana escrita, por la cocinera de la escuela.** Benoit Riesner, cocinero de una escuela primaria de Lovaina, da consejos sobre alimentación sana en el boletín de la escuela. Un ejemplo de lo que escribe: "Carne o pescado: 100 - 120 g de carne o pescado para adultos y 50 - 70 g para niños. También puede utilizar el tamaño de la palma de la mano como indicador. El cuerpo no necesita una ración diaria de carne para mantenerse sano. De hecho, la carne pone a prueba tu organismo. Elige calidad y no cantidad, para las comidas calientes elijo la carnicería Rondou y la pescadería Verbiest por su visión sostenible y de calidad".
- **<Eslovaquia> Las familias se retan durante la semana de la alimentación sana.** Dentro de la [Semana de la alimentación sana](#) hay varios retos en las escuelas, cuando las familias tienen la tarea de empaquetar bocadillos sanos para sus hijos e hijas, o vestir a las niñas y niños temáticamente según colores, según a qué tipo de fruta van a dedicar la clase. De este modo, las familias se implican indirectamente en las actividades de la Escuela Saludable y también se educan.
- **<Eslovaquia> Recetario para familias y alumnos.** Junto con niños y padres, la escuela creó un [libro de recetas](#), en el que las familias aportaron recetas de verduras que cocinaban juntos en casa, y los niños ilustraron las recetas.

#### Herramientas

(En construcción)

#### **BR.D.1. FAMILIAS IMPLICADAS EN ACTIVIDADES DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR**

*Desde el principio, la escuela ofrece a las familias la oportunidad de participar en la creación de una nueva visión y política alimentaria escolar.*

#### ¿Cómo?

Implicar a las familias en el EIAE da lugar a una interacción estimulante entre la escuela y el hogar. Se anima a las familias a compartir sus conocimientos y puntos de vista, a echar una mano en la escuela y a servir de inspiración. En casa, pueden contribuir activamente a que los hábitos alimentarios sean más sanos y sostenibles.

### **Indicadores**

O Se invita a las familias a reuniones específicas para debatir y ayudar a desarrollar la visión alimentaria del centro, la política alimentaria y las actividades (véase también A.3. y A.4.):  
Sí/No

### **Documentación de los indicadores**

O Copia de las comunicaciones dirigidas a las familias y descripción de las actividades

## **D.2. COLABORACIÓN CON AGENTES EXTERNOS Y LA COMUNIDAD**

### **Buenas prácticas**

- **<Leuven, Bélgica> La escuela primaria y el vecindario colaboran en un huerto comunitario.** El huerto comunitario cercano a la escuela es el lugar al que acuden regularmente los alumnos de la escuela y los chicos del centro juvenil para cultivar plantas y flores y aprender todo sobre ellas. Una vez al año, durante una fiesta de la cosecha, se preparan las verduras cultivadas y se invita a todo el vecindario a comer juntos. Lee más sobre esta experiencia [aquí](#) (en versión original).
- **<Londres, Reino Unido> Fresh Enterprise** enseña a los estudiantes de secundaria sobre la industria alimentaria dándoles la oportunidad de crear sus propios productos alimenticios y experimentar el viaje desde el concepto hasta el estante de la tienda.

### **Herramientas**

(En construcción)

### ***BR.D.2. LA ESCUELA COMUNICA SU VISIÓN ALIMENTARIA A LA COMUNIDAD EN GENERAL***

#### **¿Cómo?**

La escuela comunica claramente su visión de la alimentación escolar a toda la comunidad escolar.

### **Documentación de los indicadores**

Véase la BR.A.4.

# THANKS FOR THE FOOD!



## It's time for a new menu

[info@schoolfood4change.eu](mailto:info@schoolfood4change.eu)

[www.schoolfood4change.eu](http://www.schoolfood4change.eu)

#SchoolFood4Change



This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under grant agreement No 101036763.



Los únicos responsables del contenido son los socios del proyecto SchoolFood4Change. El contenido no refleja necesariamente la opinión de la Comisión Europea. La Comisión Europea tampoco se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información aquí contenida.