



Embajadores de la alimentación

¿Por qué un embajador de la alimentación?

El clima es un tema que preocupa a los jóvenes. Al designar a los estudiantes como embajadores de la alimentación en la escuela, se les asigna un papel de decisión para el cambio e inspirar a otros jóvenes. Los jóvenes se inspiran entre sí mucho más que los adultos. También tienen una opinión firme cuando se trata de cuestiones sociales.

Procede del siguiente modo

Prepárate

Comienza con la captación de jóvenes: de 10 a 15 jóvenes que se comprometan a poner en marcha algunas acciones y sensibilizar a sus compañeros/as. Puedes decidir de antemano elegir a jóvenes de un determinado curso. Puedes motivarlos de distintas maneras:

- Visita las aulas con una historia inspiradora
- Organiza un taller y luego pregunta quién quiere trabajar sobre el tema
- Retales a crear su propio vídeo inspirador y compártelo en la página web del centro o en redes sociales.

Pasos a seguir

Paso 1: Preguntas

¿Qué inquietudes tienen sus embajadores de la alimentación? ¿En qué quieren trabajar?

Paso 2: Profundiza en el significado de una alimentación saludable y sostenible

Visitar una granja, organizar un taller de cocina, un taller sobre verduras de temporada, una escape room... Es importante esbozar qué es la alimentación sana y sostenible a nivel teórico y práctico.

Paso 3: Trasládalo a tu propio entorno y contexto escolar

Con una o varias acciones apropiadas, puedes trasladar el tema más amplio al contexto escolar. Las otras fichas de acción pueden servirte de inspiración.

Paso 4: Implicar a la escuela

Informa al resto de actores educativos (compañeros, profesores, dirección, etc.) sobre la(s) acción(es). La intención es sensibilizar y activar a los demás.

Paso 5: Garantizar el seguimiento

Deja que los propios embajadores de la alimentación encuentren nuevos embajadores al comienzo del nuevo curso escolar. De este modo, se garantiza su continuidad.

¿Qué necesitas?

Trabajar con embajadores de la alimentación es una trayectoria a largo plazo. Para hacer una estimación puedes utilizar este plan anual:

- Finales de septiembre → paso 1
- Noviembre → paso 2
- Febrero → paso 3
- Abril → paso 4
- Septiembre del próximo curso escolar → paso 5





Los embajadores de la alimentación se reúnen con regularidad. Por ejemplo, cada mes durante la pausa de la comida para hablar de los progresos e idear nuevas acciones. También hay un/a profesor/a presente para orientar la reunión en la dirección correcta.

Comunicar

Es más interesante que los alumnos aprendan unos de otros, sobre todo si estos conocimientos se basan en sus propias experiencias. Así pues, deja que sean los propios alumnos quienes se encarguen de la comunicación de este proyecto. Quién sabe, quizá se les ocurran formas (vlogs, insta stories, selfies) y canales (instagram, TikTok) completamente diferentes.

Enlaces de interés

La [Comisión EAT-Lancet sobre Alimentación, Planeta, Salud](#) aborda la cuestión de que podemos alimentar saludablemente a una población mundial de 10.000 millones de personas, y cómo hacerlo, dentro de los límites de lo que nuestro planeta puede soportar.

