

GUIA PRÀCTICA PER ALS CENTRES EDUCATIUS SOBRE COM APLICAR UN ENFOCAMENT INTEGRAL DE L'ALIMENTACIÓ ESCOLAR - EIAE -

RESULTAT 3.2

Març de 2025



Acrònim del projecte	SF4C
Número de projecte	101036763
WP	WP3: Enfocament integral de l'alimentació escolar
Coordinació	Rikolto
Autors	Annelies Smets, Femke Van Vaerenbergh
Col·laboradors	Paula García Ferrando, Alejandro García Nicolás, Paola Hernández Olivan, Héctor Muelas González, Joan Quiles Izquierdo, Paloma Vicent Balaguer
Resum	Aquest manual conté un conjunt pilot de directrius, bones pràctiques i ferramentes per a ajudar els centres educatius a aplicar un enfocament alimentari integral a les escoles. Ha de considerar-se un annex del manual «Com aplicar l'enfocament alimentari integral a les escoles: guia pràctica per a les escoles».

ÍNDEX

INTRODUCCIÓ	1
1 POLÍTICA I LIDERATGE (PILAR A)	3
1.1 CRITERIS DE BRONZE (BC)	3
BC.A.1. Grup de treball intern sobre alimentació escolar	3
BC.A.2. Una visió escolar sobre alimentació i nutrició	5
BC.A.3. Revisió de la cultura alimentària de l'escola i pla d'acció	5
BC.A.4. Comunicació sobre la visió de l'escola i comunicació interna sobre les accions d'EIAE	6
BC.A.5. Participació activa de l'alumnat	8
1.2 CRITERIS ADDICIONALS (AC)	9
AC.A.6. El GT inclou representants de les famílies	9
AC.A.7. El GT inclou representants de la comunitat en general	9
AC.A.8. L'EIAE està consolidat en la missió, els valors, les polítiques, el pla de desenvolupament i el pla d'estudis de l'escola	10
AC.A.9. L'EIAE està avalat per la direcció del centre educatiu i el consell escolar	10
AC.A.10. Pla d'acció anual SMART, basat en la revisió	11
AC.A.11. L'EIAE forma part del treball sistemàtic de garantia de qualitat de l'escola	12
AC.A.12. Comunicació amb les famílies i el servei d'àpats escolar (extern)	12
AC.A.13. Àmplia comunicació externa sobre l'EIAE	13
AC.A.14. Ambaixadors de l'alimentació a l'escola i davant les famílies	14
AC.A.15. Els Ambaixadors de l'Alimentació s'inspiren mútuament a les escoles del seu entorn i a la ciutat	14
2 ALIMENTACIÓ I SOSTENIBILITAT (PILAR B)	15
2.1 CRITERIS DE BRONZE (BC)	16
BC.B.1. El menjador com a entorn d'aprenentatge per a una alimentació saludable	16
BC.B.2. Animar als xiquets i xiquetes a menjar més fruita i verdura a l'escola.	17
BC.B.3. Proporcionar informació sobre el menú (si és procedent)	19
BC.B.4. Aigua potable gratuïta	20
BC.B.5. Directrius clares per als esmorzars i/o berenars	21
BC.B.6. Instal·lacions adequades per a xiquets amb necessitats dietètiques especials	22
BC.B.7. L'escola controla el desaprofitament d'aliments	23
2.2 CRITERIS ADDICIONALS (AC)	24
AC.B.8. El menjador com a entorn d'aprenentatge per a una alimentació saludable	24
AC.B.9. Menjar a l'escola és un moment d'aprenentatge agradable per a l'alumnat	25
AC.B.10. El menjador com a espai públic dins i fora de la comunitat educativa	26
AC.B.11. Menjars rics en vegetals, vegetarianes o basades en vegetals en la planificació del menú escolar	26
AC.B.12. El menú escolar compleix els criteris mínims de salut i sostenibilitat del SF4C	27
AC.B.13. Promoció d'aigua potable gratuïta + limitació de begudes ensucrades a l'escola	27
AC.B.14. Es desaconsellen els aliments ultraprocessats en el centre	28
AC.B.15. Incentivar un entorn saludable al voltant del centre	29
AC.B.16. Mecanismes de solidaritat escolar	29
AC.B.17. Mecanismes de solidaritat en l'entorn escolar	30
AC.B.18. L'escola prevé i gestiona el desaprofitament d'aliments	31

3 EDUCACIÓ I APRENENTATGE (PILAR C)	32
3.1 CRITERIS DE BRONZE (BC)	32
BC.C.1. L'alimentació en el pla d'estudis	32
BC.C.2. Activitats de cultiu, collita i cuina	34
BC.C.3. Tallers temàtics i recursos educatius per a docents i un altre personal escolar	35
3.2 CRITERIS ADDICIONALS (AC)	36
AC.C.4. Esdeveniments i activitats alimentàries educatives en el centre	36
AC.C.5. Coneixement profund de l'alimentació saludable i de la producció i el consum sostenibles d'aliments	37
AC.C.6. La producció d'aliments en l'educació de l'alumnat	37
AC.C.7. El centre fa costat a l'alumnat perquè duga a terme projectes pràctics in situ	38
AC.C.8. Formació del personal de restauració	38
AC.C.9. Col·laboració entre docents i personal de menjador	39
4 COMUNITAT I ASSOCIACIÓ (PILAR D)	40
4.1 CRITERIS DE BRONZE (BC)	40
BC.D.1. El centre ofereix a les famílies l'oportunitat de participar en les activitats alimentàries de l'escola	40
BC.D.2. L'escola comunica a la comunitat en general la seua visió de l'alimentació escolar	41
4.2 CRITERIS ADDICIONALS (AC)	43
AC.D.3. Tallers temàtics per a famílies	43
AC.D.4. Les famílies participen activament en les activitats alimentàries	43
AC.D.5. L'escola comunica àmpliament les seues activitats de l'EIAE	44
AC.D.6. L'escola implica activament la comunitat escolar en la seua EIAE	45
BONES PRÀCTIQUES	46
FERRAMENTES	52

INTRODUCCIÓ

Un enfocament integral de l'alimentació i la nutrició a l'escola és un plantejament sostenible que garanteix una bona correspondència entre el que l'alumnat aprén en classe i com es troben amb el menjar fora d'ella. L'Enfocament Integral de l'Alimentació Escolar (EIAE) no sols ensenya a l'alumnat el significat i la importància d'una alimentació sana i sostenible, sinó que també els anima a canviar el seu comportament cap al menjar i fer que les seues dietes siguin més sanes i equilibrades.

Per a donar forma a un EIAE en el centre educatiu, s'ha de treballar simultàniament en quatre estratègies que han d'estar ben connectades: una estratègia relativa a una política alimentària general en el centre educatiu (pilar A), una estratègia que se centre en el subministrament i el consum d'aliments en el centre educatiu (pilar B), una estratègia que abaste l'educació alimentària (pilar C) i una estratègia que contemple l'entorn (físic) del centre educatiu en sentit ampli (pilar D). Els quatre pilars estan estretament interrelacionats. Això significa que a vegades es poden complir dos o més criteris amb una sola activitat.

Aquest manual conté les directrius europees per al marc i indica quins criteris mínims han de complir-se i com poden demostrar-se (indicadors). Basant-se en les reaccions de les més de 120 escoles pilot a la fi de 2023, s'ha ajustat la formulació de determinats criteris i indicadors, així com el procediment.

Per a aconseguir un primer nivell, els centres escolars han de complir tots els criteris indicats en Bronze. Una vegada que una escola ha aconseguit aquest nivell, poden fixar-se noves ambicions a través dels "criteris addicionals". Amb la finalitat que el plantejament per als centres educatius, les ciutats i els països siga el més flexible possible, adaptable al seu context específic, hem optat per un sistema en el qual els centres educatius poden fer la seua pròpia selecció a partir dels criteris addicionals, amb la finalitat d'aconseguir els següents nivells. D'aquesta manera, el marc també pot adaptar-se fàcilment a llarg termini i completar-se (localment) amb criteris addicionals, per exemple, com a resultat de canvis en la legislació.

Continua sent important que els centres escolars continuen treballant en les quatre estratègies al mateix temps (política escolar, sostenibilitat alimentària, educació i entorn escolar), raó per la qual hem establert un mínim de criteris addicionals per pilar que han de complir-se.

En el **nivell bronze**, tots els criteris de cada pilar (5 criteris per a BR.A, 7 criteris per a BR.B, 3 criteris per a BR.C i 2 criteris per a BR.D) són obligatoris.

Per a aconseguir el nivell de **plata**, les escoles han de complir els següents criteris mínims (addicionals):

- Pilar A: mínim 4 criteris addicionals (de 10)
- Pilar B: es compleixen almenys 6 criteris addicionals (de 11)
- Pilar C: mínim es compleixen 3 criteris addicionals (d'un total de 6)
- Pilar D: es compleixen almenys 2 criteris addicionals (de 4)

En total, 15 criteris addicionals que han de complir-se.

Per a aconseguir el nivell d'or, les escoles han de complir els següents criteris mínims

(addicionals):

- Pilar A: es compleixen almenys 8 criteris addicionals (de 10)
- Pilar B: es compleixen almenys 10 criteris addicionals (de 11)
- Pilar C: mínim s'aconsegueixen 5 criteris addicionals (de 6)
- Pilar D: mínim es compleixen 4 criteris addicionals (d'un total de 4)

En total, 27 criteris addicionals que complir.

	Total de criteris	Bronze Criteris Obligatoris (CO)	Plata	Or
Pilar A	15	5	CO+4 (9)	CO+8 (13)
Pilar B	18	7	CO+6 (13)	CO+10 (17)
Pilar C	9	3	CO+3 (6)	CO+5 (8)
Pilar D	6	2	CO+2 (4)	CO+4 (6)
TOTAL	48	17	17+15 (32)	17+27 (44)



Aquest enfocament revisat es reavaluarà durant 2024. Basant-se en les conclusions de les escoles participants dels diferents països, el marc europeu s'ultimarà en 2025, i es realitzaran traduccions finals i adaptades d'aquest manual per a cada país participant. Aquestes traduccions estan previstes per a finals de 2025 i serviran d'orientació a mesura, adaptada a les directrius i la legislació nacionals específiques.

[Ací](#) té un fullet que explica l'EIAE en una pàgina, en anglés.

Preguntes?

Si tens interès en què en el teu centre educatiu es comence a desenvolupar un Enfocament Integral de l'Alimentació Escolar, pots posar-te en contacte amb la secció d'Educació per a la Salut en l'Entorn Escolar de la Direcció General de Salut Pública, escrivint un correu electrònic a promociosalut_sp@gva.es, indicant el centre educatiu i el municipi des del qual escrius.

1 POLÍTICA I LIDERATGE (PILAR A)



Aquest pilar consisteix en garantir la participació de tots els implicats: l'equip directiu del centre, el personal docent i no docent, el personal de cuina i menjador, l'alumnat, les famílies i la comunitat educativa en general, així com el govern local, les associacions veïnals, les persones productores locals, les botigues de barri, les ONGs locals, les organitzacions centrades en la joventut, l'alimentació, la jardineria urbana, la gestió de residus, etc. També aborda l'enfocament del centre educatiu cap a una alimentació sana i sostenible en els plans, polítiques, activitats, valors i educació del centre.

Reunir l'alumnat, les famílies, el personal de restauració i el personal escolar és el principi bàsic de l'“Enfocament Integral de l'Alimentació Escolar” (EIAE), que permetrà que una cultura alimentària inspiradora es converteixi en part intrínseca de la vida a l'escola i fora d'ella.

Capacitar l'alumnat perquè assumisca un paper de lideratge i garantir la seua participació en les decisions relatives a l'alimentació a l'escola i als continguts pedagògics relacionats amb l'alimentació no només és beneficiós per als implicats, sinó que també contribueix a fer que l'alimentació sana i sostenible siga l'opció més fàcil per a totes i tots.

1.1 CRITERIS DE BRONZE (BC)

Per a aconseguir el nivell de bronze, l'escola ha de complir els següents criteris:

BC.A.1. Grup de treball intern sobre alimentació escolar

L'escola compta amb un grup de treball formalitzat per a la implementació de l'EIAE. El grup celebra reunions programades i estructurades que es documenten i són objecte de seguiment. El Grup de Treball sobre Alimentació Escolar (GTAE) està format idealment per l'equip directiu, equip docent, personal del menjador (si escau) i alumnat, i es reuneix periòdicament.

Com?

Normalment, es forma un grup de treball entorn d'unes poques persones molt motivades, sovint docents o la direcció del centre, que volen establir una política escolar entorn d'una alimentació sana i sostenible. És aconsellable implicar també l'alumnat. En última instància, volem que els xiquets i les xiquetes canvien els seus hàbits alimentaris i això només pot aconseguir-se implicant-los activament en el procés de canvi. La motivació d'aquest alumnat pot provindre de diferents àmbits: cura del clima, benestar animal, motius socials, cura de la salut, etc.

Per a fomentar la participació de l'alumnat i assegurar que les seues idees siguen escoltades, pot ser útil crear un espai de treball específic, on puguin debatre i desenvolupar les seues propostes abans de compartir-les amb el grup general.

Si escau, s'ha d'intentar implicar al màxim des del principi al responsable del menjador i de la

cuina, i establir reunions del grup de treball diverses vegades a l'any.

L'ideal és que se celebren almenys quatre reunions a l'any (encara que dues són suficients): una reunió inicial en la qual s'acorde un pla d'acció, una segona reunió per a avaluar la situació actual i ajustar el pla d'acció, una tercera reunió per a fer un seguiment i realitzar ajustos en el pla d'acció, i una reunió al final del curs escolar per a avaluar el procés, formular les lliçons apreses i preparar els primers passos per al següent curs escolar. Es pot combinar la reunió de posada en marxa amb una sessió informativa sobre "Com pose en marxa un GTAE?" (vegeu el criteri BC.C.3.). Si sorgeixen problemes per a trobar participants motivats, es pot demanar ajuda a l'administració local (i al promotor de l'alimentació urbana): el municipi pot organitzar un taller de motivació o posar en marxa activitats d'incentivació en totes les escoles.

Indicadors:

- GTAE en funcionament: Sí/No
- Núm. reunions: mín. 2/any

Proves que han d'aportar-se:

- Llista de membres del GTAE i les seues funcions

BONES PRÀCTIQUES SF4C- (CURS ESCOLAR 2022-2023)

[Budapest, Hongria - Grup de treball integrat SF4C](#)

[Copenhaguen, Dinamarca - La roda anual dels aliments](#)

[Lió, França - Comissió de restaurant per a xiquets/es](#)

[Nitra, Eslovàquia - Enquesta de dinar](#)

[Nuoro, Itàlia - Grup de treball municipal sobre alimentació escolar](#)

[Nuremberg, Alemanya - Projecte de pausa saludable](#)

[Nuremberg, Alemanya - Café d'estudiants](#)

[Tallinn, Estònia - Cooperació entre l'alumnat i el servei de menjador de l'escola](#)

[Veltže, República Txeca - Grup de treball sobre alimentació escolar i comunicació](#)

ALTRES BONES PRÀCTIQUES

[Un Consell Escolar en cada escola \(València, Espanya\)](#)

FERRAMENTES

[Fulla d'acció sobre com crear una base de suport a l'escola \(adaptat de Bèlgica\)](#)

[Set passos Ecoescoles \(Països Baixos\)](#)

BC.A.2. Una visió escolar sobre alimentació i nutrició

L'escola ha desenvolupat una visió clara sobre l'alimentació i la nutrició. La visió expressa on i què vol representar l'escola en el futur amb objectius i missions concretes.

Com?

Com visualitzes una alimentació sana i sostenible a l'aula, el menjador, la resta del centre i l'entorn escolar? A quins aspectes d'una alimentació sana i equilibrada se vol prestar especial atenció? Quines són les ambicions de l'escola, i té una visió clara sobre els aspectes ecològics i socials que pot incorporar? Per exemple, es van prendre determinades decisions en el passat respecte al menjar que s'ofereix a l'escola? Es continua donant suport a aquestes decisions i com encaixen amb el Projecte Educatiu del Centre (PEC)?

És important que els membres del grup de treball tinguin una visió compartida i entenguin el mateix quan es tracta d'una alimentació sana i sostenible a l'escola. El grup de treball ha de formular les seues ambicions en matèria d'alimentació i, més concretament, la visió. És important involucrar en això als diferents actors del grup de treball, així com també implicar la direcció del centre des del principi.

Indicadors:

- L'escola té una visió alimentària clara on s'expressa què es vol aconseguir: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia de la visió/ambicions alimentàries de l'escola

BC.A.3. Revisió de la cultura alimentària de l'escola i pla d'acció

S'ha dut a terme una revisió del treball ja realitzat sobre alimentació sana i sostenible a l'escola. A partir d'aquesta revisió, el GTAE ha desenvolupat un pla d'acció sobre l'Enfocament Integral de l'Alimentació Escolar. El GTAE avalua i renova anualment el seu pla d'acció, formula aprenentatges i recomanacions, documenta els seus èxits, etc.

Com?

En analitzar críticament els pilars i nivells en els quals l'escola ja està activa, es posen de relleu les àrees en què l'escola pot treballar (encara més) en el futur. És important fixar-se en el que és factible des d'un punt de vista realista, tenint en compte el context escolar específic per al curs escolar en qüestió, els recursos i les persones disponibles. També en la Programació General Anual (PGA) i la planificació d'activitats en el curs: potser enguany celebren un aniversari especial o treballen en altres temes específics? Si s'enllacen unes activitats amb unes altres, es poden reforçar i, sovint, estalviar personal i recursos.

Indicadors:

- El GTAE duu a terme anualment una revisió que dona lloc a un pla d'acció escrit per a tota l'escola: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia de la revisió de la cultura alimentària
- Còpia del pla d'acció

ALTRES BONES PRÀCTIQUES

[Louny, República Txeca - Un pla per a una alimentació sana i sostenible a l'escola](#)

[Klippan, Suècia - Food-Boost, un mètode utilitzat per l'ajuntament per a vincular l'alimentació a la pedagogia de les escoles](#)

FERRAMENTES

[Revisió de la cultura alimentària escolar](#)

[Conjunt de criteris - fitxes d'inspiració que utilitzarà el GTAE](#)

[Matriu GF@S](#)

[La tècnica del ECO-mapping](#)

[Mapeig de sistemes amb Fairtrade - Pla de classe](#)

[Qüestionaris perquè el personal i els alumnes avaluen l'alimentació escolar by Skutocne zdrava skola \(República Txeca\)](#)

BC.A.4. Comunicació sobre la visió de l'escola i comunicació interna sobre les accions de l'EIAE

L'escola comunica clarament la seua visió de l'alimentació a l'equip escolar (inclòs l'equip de menjador/cuina), a l'alumnat, a les famílies i a la comunitat escolar en general. L'escola també comunica periòdicament a l'alumnat, a l'equip docent i a l'equip de restauració els objectius i els progressos de l'EIAE. Els resultats de la revisió i el pla d'acció es comparteixen amb tot l'equip docent i no docent i amb tot l'alumnat.

Com?

Una vegada realitzada la visió de l'escola i elaborat el pla d'acció pel GTAE, és el moment d'implicar a tots els membres de l'escola en la visió i els plans. Això pot fer-se de manera paral·lela, mitjançant reunions de l'equip escolar, amb informació a la sala de professorat, a través d'una carta (informativa) o en un acte en directe, per exemple durant la pausa de l'esmorzar, per a tota l'escola. Comunicar també la visió de l'escola sobre l'alimentació per a donar a conèixer el centre a l'exterior: una alimentació sana per als nostres fills i filles és important i es pot compartir amb orgull la contribució a això del centre educatiu amb les famílies i l'entorn escolar en general.

Pot ser útil designar a una persona responsable de comunicació amb qui es puga contactar en cas de preguntes o comentaris interns o externs.

Algunes idees i exemples més que es poden dur a terme:

- Fixar una dada curiosa sobre aliments sostenibles en el tauler d'anuncis de la sala de professorat cada dia durant una setmana.

- Convidar a l'alumnat a fer un gran cartell cada mes o al principi de cada curs per a visualitzar els plans de l'EIAE i el que ja s'ha aconseguit. Podria penjar-se en el menjador (en combinació amb BC.B.1) o en un altre lloc visible de l'escola.
- Convidar a les famílies al menjador, on podran conèixer la visió/ambicions i provar el menjar de l'escola (en combinació amb BC.D.1).

Indicadors:

- La visió/les ambicions de l'escola en matèria d'alimentació es comuniquen internament, a les famílies i/o a la comunitat escolar en general: Sí/No
- Comunicació interna en el centre sobre les accions de l'EIAE: Sí/No
- Nomenament d'una persona responsable de comunicació: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia o foto de les comunicacions a la comunitat educativa en general i de manera interna en el centre.
- Dades de contacte de la persona responsable de comunicació

ALTRES BONES PRÀCTIQUES

[Nurnberg, Alemanya - Comunicat de premsa: Ara toca cuinar](#)

[República Txeca - Conjunt de belles fotos que mostren com l'escola comunica sobre aliments sans i sostenibles](#)

FERRAMENTES

[Kit d'iniciació que les escoles poden utilitzar amb materials de comunicació \(Bèlgica\)](#)

BC.A.5. Participació activa de l'alumnat

Un EIAE té més impacte si els xiquets, les xiquetes i adolescents implicats es preocupen de veritat pel menjar. Apel·lar a la creativitat i a l'energia positiva de l'alumnat fomentarà el seu sentit de la responsabilitat i de la propietat, i farà que el projecte siga molt més eficaç que si només haguera intervingut el personal docent o l'equip directiu. Implicar l'alumnat en les decisions sobre l'alimentació escolar aplanarà el camí per a un canvi a més llarg termini dels hàbits alimentaris. També augmenta la confiança i la capacitat de lideratge de l'alumnat, convertint-los en agents del canvi i consumidors conscients.

Com?

Un grup d'alumnes rep temps, espai i aprenentatge per a implicar-se activament en la promoció d'una alimentació sana i sostenible i donar bon exemple. Per exemple, poden formar un grup de treball independent (a més del GTAE) per a desenvolupar la seua pròpia visió compartida i debatre-la després amb els membres del GTAE o organitzar activitats específiques en la classe o en el menjador (vegeu també BC.A.1.).

Indicadors:

- Un grup d'alumnes participa en la promoció d'una alimentació sana i sostenible: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Núm. d'alumnes que participen en la promoció d'aliments saludables i sostenibles i descripció de les activitats i/o de la forma en com s'organitzen

MILLORS PRÀCTIQUES DE SF4C (CURS ESCOLAR 2022 - 2023)

Bremen, Alemanya - Cool bio, una oferta de descans que encurioseix i és gustós!

Essen, Alemanya - Degustació d'aperitius, saborosos aliments per a recarregar les piles

Lió, França - Comissió de restaurant per a xiquets/as

Nuremberg, Alemanya - Projecte de pausa saludable

Nuremberg, Alemanya - Café d'estudiants

ALTRES BONES PRÀCTIQUES

Ambaixadors de l'Alimentació de l'EIT

L'alumnat proposa idees per a millorar els menjars escolars (Eslovàquia)

Els joves graven el seu missatge sobre alimentació sana en una cançó d'hip-hop (els EUA)

FERRAMENTES

Fulla d'acció sobre ambaixadors de l'alimentació en el seu centre educatiu (adaptat de Bèlgica)

Intercanvi sobre alimentació entre dos centres d'ensenyança secundària (Bèlgica/Vietnam)

1.2 CRITERIS ADDICIONALS (AC)

Per a aconseguir el nivell plata, l'escola ha de complir, a més dels criteris bronze, almenys quatre (4) dels 10 criteris següents. Per a aconseguir el nivell or, han de complir-se, com a mínim, huit (8) dels 10 criteris següents.

AC.A.6. El GT inclou representants de les famílies

Com?

El grup de treball pot crear valor afegit implicant activament les famílies, per exemple, alguns membres de les associacions de famílies. Aquestes famílies poden articular la seua visió en el grup de treball i, al mateix temps, crear suport per a un Enfocament Integral de l'Alimentació Escolar entre altres famílies que no havien mostrat tant d'interés.

En compondre el grup de treball, cal tindre en compte que les famílies solen ser només membres temporals del grup de treball i que les famílies molt motivades, que volen fer grans passos immediatament, a vegades poden generar un efecte contrari al desitjat. Que les famílies representen múltiples punts de vista, pot ser enriquidor encara que a vegades signifiqui que el procés siga més lent. És millor fer sistemàticament xicotets passos cap als objectius que s'han definit, que haver de fer després un pas massa gran. És fonamental establir un grup de treball formalitzat per a l'aplicació de l'EIAE, amb reunions programades i estructurades que estiguen documentades i siguen objecte de seguiment.

Si el centre educatiu encara no té un alt nivell de participació de les famílies, es poden organitzar activitats per a arribar millor a les mateixes a través del criteri BC.D.1. D'aquesta manera, es podran identificar i generar vincles amb candidats adequats que poden reforçar el GTAE.

Indicadors:

- Les famílies participen activament en el GTAE: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Resum de les funcions que estan representades per les famílies en el grup de treball
- Acta de l'última reunió

AC.A.7. El GT inclou representants de la comunitat en general

Com?

Qui són els actors més enllà de l'escola que poden contribuir a una política alimentària sana i sostenible? Potser els alumnes compren llepolies sovint en una botiga pròxima al centre educatiu o acudeixen a restaurants de menjar ràpid pròxims? En eixe cas, podria ser interessant fer reflexionar a aquests comerços sobre com contrarestar el problema de l'oferta d'aliments poc saludables, per exemple, adaptant la seua oferta per a xiquets, xiquetes i joves i fomentant les opcions sanes. Potser es poden establir vincles amb una persona que produïska vegetals o tinga una xicoteta granja a nivell local o una ONG local que vulga donar suport a l'Enfocament Integral de l'Alimentació Escolar que ha establert el centre? Generar

també contactes amb l'administració local pot fer que col·laboren i potser fins i tot donar suport al projecte de forma pràctica o financiera. Establir un grup de treball formalitzat per a l'aplicació de l'EIAE, amb reunions programades i estructurades, en les quals es registren les decisions i es fa un seguiment de les tasques pendents, és una clau fonamental per a l'èxit.

Indicadors:

- Els actors locals participen activament en el GTAE (multi-actors): Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Resum de funcions, representades per persones de la comunitat general en el grup de treball
- Acta de l'última reunió

AC.A.8. L'EIAE està consolidat en la missió, els valors, les polítiques, el pla de desenvolupament i el pla d'estudis de l'escola

Com?

Una vegada que el grup de treball haja definit la visió sobre l'alimentació i s'haja assegurat que aquesta visió es comparteix internament amb tot l'equip de l'escola i l'alumnat, i externament amb les famílies i la comunitat escolar en general, és el moment de consolidar aquesta visió en la visió general i la missió de l'escola, és a dir, acordar que l'EIAE s'incloga en el Projecte Educatiu de Centre (PEC). Això garantirà que aquesta visió s'aplique de manera coherent a l'aula, el menjador, durant les festes escolars, les excursions escolars, en les directrius per a famílies, etc. Així és com s'aconsegueix un Enfocament Integral de l'Alimentació Escolar, que no sols està ancorat en la visió general i la missió, sinó també en la política escolar i la seua aplicació concreta.

Indicadors:

- El GTAE acorda que l'EIAE forma part de la visió general de l'escola i està acreditat en la missió, els valors, les polítiques, el pla de desenvolupament i el pla d'estudis: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia de la visió general de l'escola

AC.A.9. L'EIAE està avalat per la direcció del centre educatiu i el consell escolar

Com?

Les ambicions són més fàcils d'aconseguir i mantindre a llarg termini si compten amb el suport de la direcció de l'escola i del consell escolar. La implicació de la direcció del centre pot reforçar-se informant l'equip docent, no docent i al consell escolar periòdicament sobre les iniciatives relatives a l'alimentació a l'escola. L'EIAE tindrà major èxit si participen activament en el grup de treball i si es comunica clarament, tant interna com externament, la visió compartida sobre l'alimentació i la importància d'un EIAE per part de l'equip directiu, així com

si s'integra en el Projecte Educatiu de Centre.

Indicadors:

- Proposta de la direcció del centre al Consell Escolar per a integrar l'Enfocament Integral de l'Alimentació Escolar en el Projecte Educatiu de Centre: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia de la proposta de la direcció del centre al Consell Escolar per a integrar l'Enfocament Integral de l'Alimentació Escolar en el Projecte Educatiu de Centre i acord del Consell Escolar.

AC.A.10. Pla d'acció anual SMART, basat en la revisió

Com?

La planificació de les activitats, el seu seguiment i l'avaluació dels resultats són importants per a l'èxit de les accions. El GTAE ha d'elaborar un pla d'acció "SMART", és a dir, específic, mesurable, assolible, realista i oportú. És important assegurar-se que els objectius estan clarament formulats, de manera que tothom entenga el que es vol aconseguir. L'important ací és dedicar un moment a pensar en "Qui? Què? On? Quan? Per què? Com?", per a poder concretar més els objectius i traduir-los en accions i activitats clares.

A més, s'ha de tindre en compte que els objectius siguin "mesurables", perquè al final de l'any es pugui avaluar fàcilment el que s'ha aconseguit i extraure lliçons per a l'any següent. Ser ambiciós està bé, però posar el llistó massa alt pot generar frustració a l'hora d'aconseguir els objectius i ser desmotivador. S'han d'adequar els plans d'acció amb la realitat escolar i, per exemple, tindre també en compte altres activitats ja planificades. Finalment, situar les activitats i accions triades en un marc temporal: Per on començar? Quin serà el següent pas? Quin termini de temps es planteja per a cada objectiu? Incloure també moments d'avaluació i consulta en la planificació i compartir-los amb totes les parts interessades serà una forma que totes elles participen i se senten part del projecte.

Indicadors:

- El GTAE crea anualment un pla d'acció SMART: Sí/No
- Marc d'avaluació Sí/no

Proves que han d'aportar-se:

- Copiar pla d'acció SMART
- Còpia de l'avaluació de l'anterior pla d'acció (SMART), si aplica

AC.A.11. L'EIAE forma part del treball sistemàtic de garantia de qualitat de l'escola

Com?

Per a garantir que l'alimentació saludable i sostenible siga un pilar permanent a l'escola, l'EIAE ha d'incorporar-se en el seu sistema de garantia de qualitat. Això implica que les

iniciatives de l'EIAE s'incloguen en les estratègies de millora contínua del centre, assegurant la seua supervisió, avaluació i adaptació al llarg del temps.

L'objectiu és que l'alimentació saludable no siga una acció puntual, sinó una part estructural de la planificació escolar, igual que altres àrees clau de l'educació. Per a això, l'equip directiu i docent ha de considerar l'EIAE en l'avaluació de qualitat de l'escola, alineant-se amb les polítiques educatives i assegurant la seua integració en els plans de desenvolupament i millora del centre.

Indicadors:

- L'EIAE està integrat en el treball de garantia de qualitat Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Descripció de com l'EIAE s'ha incorporat en els processos de garantia de qualitat del centre, incloent-hi la participació del GTAE.

AC.A.12. Comunicació amb les famílies i el servei de menjador escolar (extern)

Com?

Aprofitar l'impuls d'haver aconseguit el nivell bronze, plata o or per a informar les famílies i al servei extern de servei d'àpats escolar (si escau) sobre el seu EIAE, és una manera d'arribar i demostrar que s'estan aconseguint objectius plantejats en el pla d'acció i en la línia de la visió que té l'escola. Mostrar les accions i activitats concretes realitzades i la recompensa rebuda pels esforços de tot el centre educatiu en general i del GTAE en particular. Aquest és el moment ideal perquè les famílies i el servei de restauració col·lectiva extern compreguen millor el seu EIAE, per a implicar-los activament en els seus plans futurs (vegeu el criteri BC.D.1.).

Algunes idees que es poden fer:

- Organitzar una sessió informativa per a famílies per a compartir la visió de l'escola sobre l'alimentació i mostrar els assoliments aconseguits.
- Incloure acords i normes en el reglament escolar, amb els quals totes les famílies es comprometen al principi del curs. Per exemple: "Es permet una botella d'aigua amb aigua de l'aixeta durant les classes".

Indicadors:

- La visió de l'escola, l'EIAE i les accions es comuniquen a les famílies i a l'equip extern de restauració: Sí/No
- Comunicació a la comunitat sobre la consecució dels nivells bronze, plata o or: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Resum (núm. i temàtiques) de les comunicacions cap a les famílies i (si és procedent) cap al servei de restauració extern de l'escola
- Còpia o foto de les comunicacions més importants

AC.A.13. Àmplia comunicació externa sobre l'EIAE

Com?

Aconseguir el nivell bronze, plata o or és una fita important per a l'escola i una recompensa pel treball fet fins ara. Ja s'ha posat molta obstinació en això i, per tant, hi ha molt a dir. És moment d'aprofitar aquesta oportunitat per a organitzar una comunicació externa i reforçar la imatge del centre educatiu. A partir d'ara, es pot planificar una comunicació anual sobre l'EIAE en la pàgina web del centre: compartir el pla d'acció, publicar regularment notícies sobre les diferents activitats i compartir també les lliçons apreses. Si l'escola té un butlletí, també és bo incloure una secció regular sobre l'EIAE. Preparar un pla de comunicació en el qual es prevegen comunicacions en diferents moments de l'any a diferents grups destinataris específics, és la forma més adequada de donar a conèixer la implicació de l'escola en l'Enfocament Integral de l'Alimentació Escolar.

Algunes idees:

- Utilitzar la pàgina web del centre o xarxes socials, com Instagram per a actualitzar periòdicament la comunitat amb notícies i imatges, o millor encara, demana als teus Ambaixadors de l'Alimentació que ho facen (veure criteris AC.A.14 i AC.A.15).
- Convidar a una persona de contacte de la premsa local/autònoma per a establir un contacte periòdic i informar-lo dels assoliments i generar una col·laboració per a anunciar-ho a través dels seus diferents canals.
- Consultar els canals dels mitjans de comunicació del municipi o comarca i de les empreses i organitzacions de l'entorn del centre educatiu: els interessaran els continguts i pot ser una manera de destacar les activitats que es realitzen en el centre de manera positiva.

Indicadors:

- Existeix un pla de comunicació clar amb diferents accions comunicatives dirigides a diversos grups destinataris: Sí/No
- Comunicació a la comunitat sobre els assoliments: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia del pla de comunicació
- Còpia o foto de les comunicacions més importants

AC.A.14. Ambaixadors de l'alimentació a l'escola i davant les famílies

Com?

Un grup d'alumnes participa activament en la promoció d'una alimentació sana i sostenible a l'escola. Reben una formació addicional en el context escolar sobre la importància i els diferents aspectes d'una alimentació sana i sostenible i promouen el tema a l'escola i entre les famílies.

Aquesta formació no té per què impartir-se necessàriament a l'escola. Les organitzacions locals que treballen entorn de l'alimentació sana i sostenible sens dubte poden ajudar-te amb això. Consulta també amb el departament de joventut de la ciutat o el municipi per a veure quin paper poden exercir en això.

Indicadors:

- El centre ha format a estudiants com a ambaixadors de l'alimentació : Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Núm. ambaixadors escolars de l'alimentació
- Núm. formacions
- Descripció de l'enfocament de promoció de la salut de com l'alumnat participa en la promoció d'una alimentació sana i sostenible a l'escola.

AC.A.15. Els Ambaixadors de l'Alimentació s'inspiren mútuament a les escoles del seu entorn i a la ciutat**Com?**

Un grup d'alumnes participa activament en la promoció d'una alimentació sana i sostenible. Reben una formació addicional sobre la importància i els diferents aspectes d'una alimentació sana i sostenible i promouen el tema entre altres centres escolars i dins de la ciutat, com per exemple en el Consell Local de la Infància i Adolescència. Comprovar amb les organitzacions juvenils locals i amb l'autoritat local (per exemple, els serveis de joventut) si poden habilitar un entorn adequat en el qual els joves puguin rebre una formació i reunir-se per a debatre entorn del tema de l'alimentació, més enllà de les parets de l'escola.

Indicadors:

- El centre ha format a Ambaixadors de l'Alimentació, que es reuneixen periòdicament amb els/les Ambaixadors/es de l'Alimentació d'altres centres (locals) per a compartir idees i experiències: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Núm. d'ambaixadors dels aliments del municipi
- Núm. de reunions
- Núm. de formacions

2 ALIMENTACIÓ I SOSTENIBILITAT (PILAR

B)



En moltes ciutats i municipis europeus, les escoles ofereixen menjars calents, entrepans o pisco-labis a l'alumnat. En alguns llocs, aquesta oferta està finançada (parcialment) pel govern i/o per l'escola. Sovint, però, es tracta d'un servei que han de pagar íntegrament les famílies. Perquè els xiquets i les xiquetes de famílies més vulnerables també puguin beneficiar-se d'aquesta oferta, les escoles intenten mantindre els preus el més baixos possible i, al mateix temps, pressionen a la baixa els preus dels seus proveïdors, normalment a expenses de la qualitat. D'altra banda, els esmorzars i berenars de l'alumnat tampoc no estan sempre plens de productes nutritius i sans. A més, sovint no hi ha un menjador adaptat a l'escola on l'alumnat pugui menjar tranquil·lament. Cada vegada és més l'alumnat que ni tan sols té un àpat a l'escola i va a un restaurant de menjar ràpid pròxim o, el que és pitjor, s'asseu a classe amb fam. Aquest pilar pretén oferir a les escoles un espai segur i adequat on tots els xiquets i xiquetes, independentment del seu origen, puguin gaudir tranquil·lament d'un dinar saludable, ja sigui ofert a l'escola o portat de casa. L'oferta d'aliments i begudes a l'escola és saborosa, sana i equilibrada, tenint en compte criteris sostenibles que busquen un impacte ambiental i social positiu en la mesura que sigui possible. D'aquesta manera, s'anima els xiquets, les xiquetes i joves a millorar els seus coneixements sobre alimentació sana i sostenible i a aplicar-los en la pràctica.



2.1 CRITERIS DE BRONZE (BC)

BC.B.1. El menjador com a entorn d'aprenentatge per a una alimentació saludable

L'escola emprén iniciatives per promoure hàbits alimentaris, comportaments i actituds saludables.

Com?

L'escola vetlla perquè l'alumnat dispose d'un lloc on puguin menjar tranquil·lament a l'hora del dinar. Aquest entorn ha d'animar als xiquets i les xiquetes a menjar sa. Si els i les estudiants poden gaudir d'un menjar saborós de manera agradable i s'adonen que aquest menjar també respon a principis saludables i sostenibles, aquest menjar els hi resultarà més atractiu. Si l'escola no disposa d'un menjador (adequat), l'aula pot servir de menjador. És important que l'ambient siga tranquil: si els xiquets i xiquetes mengen en classe, cal assegurar-se que l'aula pugui transformar-se sense problemes en un menjador, on puguin descansar de les classes de llengua i matemàtiques i concentrar-se a menjar.

Indicadors:

- Existeix un menjador físic, on l'alumnat pot menjar tranquil·lament i on es promou d'una forma o una altra una alimentació sana i sostenible: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Fotografia d'un menjador atractiu en el qual es promoga d'un mode o un altre el menjar sa

MILLORS PRÀCTIQUES DE SF4C (CURS ESCOLAR 2022 - 2023)

[Bremen, Alemanya - Cool bio, una oferta de descans que encurioseix i és gustosa!](#)

[Budapest, Hongria - Setmana de projectes de sostenibilitat](#)

[Essen, Alemanya - Degustació d'aperitius, saborosos aliments per a recarregar les piles](#)

[Essen, Alemanya - Redisseny de les ofertes de cafeteria](#)

[Gant, Bèlgica - Botiga de verdures per a alumnat i famílies](#)

[Gant, Bèlgica - Batalla en la cuina de l'escola!](#)

[Lovaina, Bèlgica - Salvar el món assaborint el món, menjars calents a l'escola](#)

[Louny, República Txeca - Bufet de berenar per als xiquets i xiquetes](#)

[Lió, França - "Projecte de macedònia" per a berenars sans i sense residus](#)

[Nitra, Eslovàquia - Esport i nutrició](#)

[Nitra, Eslovàquia - De la renovació al bar d'ensalades](#)

[Seinäjoki, Finlàndia - Aperitius saludables en els menjadors dels clubs esportius](#)

[Tallinn, Estònia - Tallers de carmanyoles saludables / Sensibilització nutricional /](#)

[Descobrir el món de les verdures](#)

[Tallinn, Estònia - Tast i puntuació de l'aigua de l'aixeta durant la setmana de la ciència a l'escola](#)

[Umeå, Suècia - Culleres de degustació en el restaurant de l'escola](#)

[Umeå, Suècia - Canvis senzills per a augmentar l'acceptació de menjars més respectuosos amb el clima](#)

[Veltže, República Txeca - Aperitius saludables i sostenibles](#)

[Viena, Àustria - Entrepà vegetal](#)

[Viena, Àustria - Desafiament de fruites i verdures](#)

[Viena, Àustria - Mesura de prevenció de residus](#)

ALTRES BONES PRÀCTIQUES

[Curtmetratge en YouTube que mostra com l'alumnat participa en el redisseny del menjador \(Karlstad, Suècia\)](#)

[Curtmetratge en YouTube que mostra com l'alumnat participa en el redisseny del menjador \(Anvers, Bèlgica\)](#)

[Blog sobre la insonorització dels menjadors escolars \(Eslovàquia\)](#)

[Reorganització de l'horari escolar \(Eslovàquia\)](#)

[Menjars escolars programats \(Suècia\)](#)

FERRAMENTES

[Informe del projecte SchoolFood4Change sobre criteris i models innovadors per a la contractació pública de menjars escolars sostenibles i saludables](#)

BC.B.2. Animar als xiquets i xiquetes a menjar més fruita i verdura a l'escola.

Hi ha un subministrament de fruita fresca (per exemple, per a les postres o el berenar) i la grandària de les racions de verdura s'ajusta a les directrius nacionals i/o europees.

Com?

És important promoure entre l'alumnat de l'escola que mengen suficient fruita i verdura cada dia. Sol haver-hi directrius i recomanacions al respecte, elaborades per les autoritats competents. També solen disposar de material promocional que es pot utilitzar en el menjador. No es pot obligar els xiquets i les xiquetes a menjar fruita i verdura, però serà més probable que les mengen si hi ha una oferta atractiva a l'escola en un espai atractiu, i si el

personal docent i de referència per a l'alumnat donen bon exemple. Per exemple, la fruita ja pelada o tallada en trossos i ben presentada és molt més atractiva: potser es podria involucrar a algunes famílies per a organitzar això alguns dies?

Indicadors:

- L'escola pren iniciatives per a animar als xiquets i les xiquetes a menjar fruita i verdura fresca diàriament.

Proves que han d'aportar-se:

- Si no procedeix, descriu per què.
- Descripció de les iniciatives que animen a l'alumnat a menjar diàriament suficient fruita i verdura fresca.

MILLORS PRÀCTIQUES SF4C (CURS ESCOLAR 2022-2023)

Viena, Àustria - Entrepà vegetal

Essen, Alemanya - Redisseny de les ofertes de cafeteria

Lovaina, Bèlgica - Salvar el món assaborint el món, menjars calents a l'escola

Louny, República Txeca - Berenar bufet

Nitra, Eslovàquia - Esport i nutrició

Schaarbeek, Bèlgica - Tallar i servir fruita

Seinäjoki, Finlàndia - Aperitius saludables en els menjadors dels clubs esportius

Umeå, Suècia - Canvis senzills per a augmentar l'acceptació de menjars més respectuosos amb el clima

ALTRES BONES PRÀCTIQUES

Carpeta elaborada per a alumnes i cuidadors de l'Escola Europea (Bèlgica)

<https://www.fitkid-aktion.de/rezepte/speiseplaene>

Programa per a millorar l'alimentació en els menjadors de 40 escoles (Eslovàquia)

FERRAMENTES

Fulla d'acció per a escoles sobre fruites i hortalisses locals i de temporada (adaptat de Bèlgica)

Fulla d'acció sobre aliments rics en aliments vegetals a l'escola (adaptat de Bèlgica)

BC.B.3. Proporcionar informació sobre el menú (si escau)

L'escola informa l'alumnat i les famílies sobre els aspectes saludables i sostenibles, ja presents en el propi menú.

Com?

La finalitat d'aquest criteri és deixar clar a l'alumnat i a les famílies quins aspectes saludables i sostenibles ja es tenen en compte en els menús escolars. Potser el personal de cuina o el servei de restauració col·lectiva del menjador ja prepara productes frescos, poc processats, sense additius innecessaris, amb verdures locals de temporada? Si és possible, una bona estratègia és indicar-ho en color o en negreta en el menú imprés o en la pàgina web del col·legi, perquè tothom pugui reconèixer millor aquests esforços existents. També poden indicar-se els ingredients ecològics i de comerç just.

Com els estudis demostren que assenyalar un plat com a "vegetarià" o "a base d'aliments vegetals" fa que menys alumnes trien aquesta alternativa, és millor indicar aquests plats de forma més discreta (per exemple, amb l'etiqueta V). Una altra opció és pensar en noms atractius per a les receptes riques en aliments vegetals o basades en aliments vegetals.

Comprovar el país d'origen dels principals ingredients dels menjars i esmentar-ho també en el menú és una altra opció per a destacar esforços. Una possibilitat és utilitzar la zona del menjador per a destacar aquesta informació. Ací també es pot proporcionar informació addicional sobre la importància dels aliments poc processats, un preu just per als agricultors, els principis ecològics, els beneficis d'una cadena curta, etc.

No disposa d'informació sobre els aspectes saludables i sostenibles dels menjars? En eixe cas, l'estratègia és posar-se en contacte amb els proveïdors del menjador o amb l'empresa externa de servei d'àpats: explicar la visió i les ambicions del centre educatiu i conèixer quines iniciatives estan prenent ja. Agrairan que es presteixi atenció positiva al seu treball.

El proveïdor extern no està fent cap esforç o està fent esforços insuficients en aquest sentit en aquest moment? Pot ser un bon moment per a animar-los a prendre noves iniciatives.

Indicadors:

- Els menús destaquen els elements saludables i sostenibles existents: Sí/No

Per exemple

- Aliments frescos
- Aliments preparats amb verdures i fruites regionals de temporada
- Ingredients de comerç just
- Ingredients ecològics
- Productes integrals (pasta, arròs, pa, ...)
- Presència de proteïna vegetal
- ...

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia dels menús de l'últim mes, indicant els aspectes saludables i sostenibles i el país d'origen dels principals ingredients. Si no procedeix, escriu per què.

ALTRES BONES PRÀCTIQUES

Carpeta elaborada per a alumnes i cuidadors de l'Escola Europea (Bèlgica)

<https://www.fitkid-aktion.de/rezepte/speiseplaene>

Programa per a millorar l'alimentació en els menjadors de 40 escoles (Eslovàquia)

FERRAMENTES

Fulla d'acció per a escoles sobre fruites i hortalisses locals i de temporada (adaptat de Bèlgica)

Fulla d'acció sobre aliments rics en aliments vegetals a l'escola (adaptat de Bèlgica)



BC.B.4. Aigua potable gratuïta

L'escola fomenta el consum d'aigua i disposa de punts d'aigua on tot l'alumnat pot accedir gratuïtament a aigua potable.

Com?

El propi alumnat no sempre percep quan tenen set, per la qual cosa és important animar que beguen suficient aigua.

Triar aigua de l'aixeta, preferiblement servida en botelles o gots reutilitzables, és la forma més sostenible. D'aquesta manera, també s'ajuda immediatament a reduir la quantitat de residus generats en el centre. Un requisit previ, per descomptat, és que l'aigua de l'aixeta del centre siga potable i segura. En qualsevol cas, és important assegurar-se que hi haja suficients punts en el centre on els xiquets i xiquetes puguin obtenir aigua.

En algunes regions l'aigua de l'aixeta té immerescudament mala fama, per exemple a causa de l'escassa informació sobre la seua seguretat. Sovint, a la gent no li agrada el seu sabor. No obstant això, val la pena comprovar si realment existeix un problema de sabor. Per exemple, organitzar un tast a cegues en el qual l'alumnat pugui valorar diferents tipus d'aigua. Només

al final es revela quina garrafa conté aigua de l'aixeta. Els resultats poden ser sorprenents.

Indicadors:

- L'escola proporciona aigua gratuïta (de l'aixeta) a tot l'alumnat: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Descripció de com l'escola proporciona aigua gratuïta a l'alumnat o foto dels punts d'aigua o certificat que demostre que l'escola promou l'aigua potable (de l'aixeta).

FERRAMENTES

Consumisc aigua d'aixeta (adaptada de Bèlgica)

BC.B.5. Directrius clares per als esmorzars i/o berenars

L'escola informa l'alumnat i a les famílies per a fomentar el consum d'esmorzars i berenars saludables i sostenibles, i proporciona directrius clares basades en la visió i els objectius de l'escola.

Com?

Una qüestió important és que estudiants i famílies sàprien què significa la visió de l'escola sobre l'alimentació i que es traduïska aquesta visió en directrius concretes per als aliments que els xiquets i les xiquetes porten de casa. Per exemple, posar l'accent en el que poden menjar: esmorzars saborosos a base de fruita i verdura fresca. També es pot combinar això amb una sessió informativa per a famílies (criteri BC.D.1) o fer que els ambaixadors de l'alimentació treballen específicament en això (criteris AC.A.14 i AC.A.15). Si el propi col·legi ofereix berenars i esmorzars saludables, adaptats a les necessitats de tots els xiquets i les xiquetes, és aconsellable promocionar aquesta oferta i dissuadir a les famílies que es porten alguna cosa ells mateixos.

Indicadors:

- L'alumnat i les famílies disposen de directrius clares sobre els esmorzars i els berenars: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia de les directrius per a famílies
- Si no procedeix, descriu per què

MILLORS PRÀCTIQUES DE SF4C (CURS ESCOLAR 2022 - 2023)

Viena, Àustria - Desafiament de fruites i verdures

Schaarbeek, Bèlgica - Tallar i servir fruita

Tallinn, Estònia - Tallers d'esmorzars saludables per a descobrir el món de les verdures

Veltěže, República Txeca - Aperitius saludables i sostenibles

ALTRES BONES PRÀCTIQUES

Cartell per a promoure hàbits alimentaris saludables (Madrid, Espanya)

FERRAMENTES

Començar a prendre pisco labis sans i sostenibles (adaptat de Bèlgica)

BC.B.6. Instal·lacions adequades per a xiquets amb necessitats dietètiques especials

L'escola fomenta la igualtat d'accés a aliments sans i sostenibles per a tots els xiquets i xiquetes. En la mesura que siga possible, l'escola té en compte les diferents necessitats dietètiques. Els xiquets i xiquetes amb necessitats dietètiques especials que no poden ser ateses per l'escola, tenen la possibilitat de portar el seu dinar a l'escola de manera segura.

Com?

No sempre és possible que l'escola atenga totes les dietes sol·licitades. En alguns casos, els centres han de bregar amb una enorme diversitat de nacionalitats, entorns culturals, religiosos i socioeconòmics que sovint afecten la cultura alimentària, la qual cosa dificulta treballar amb menjars estàndard. En tal cas, el centre pot buscar altres maneres de satisfer les necessitats de tot l'alumnat i, per exemple, proporcionar instal·lacions per a recalfar o una nevera per als xiquets i les xiquetes que porten menjars adequats a les seues necessitats de casa.

Indicadors:

- Els xiquets i xiquetes amb necessitats dietètiques específiques tenen accés a menjar adaptat en el centre o la possibilitat de portar el seu menjar al col·legi de manera segura: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Descripció de com el centre tracta les diferents necessitats dietètiques de l'alumnat

BC.B.7. L'escola controla el desaprofitament d'aliments

El personal de l'escola col·labora amb el servei d'àpats/equip de menjador, les famílies i l'alumnat per a controlar i reduir al mínim el desaprofitament d'aliments.

Com?

El centre fa una anàlisi del desaprofitament d'aliments dins del recinte escolar: es menja l'alumnat l'esmorzar que porta? Tiren menjar durant els esbarjos o a l'hora de menjar en el menjador? És important mesurar el desaprofitament d'aliments a nivell de consumidor, comprovar si és possible evitar-ho i com. També esbrinar per què els xiquets i les xiquetes tiren menjar: No és saborosa? No tenen temps suficient per a menjar? O potser les racions són massa grans? Una estratègia és comprovar amb l'equip de cuina, el servei de restauració

col·lectiva de menjador i les famílies si és necessari ajustar la composició i la grandària de les racions. Involucrar a l'alumnat en els mesuraments i organitzar debats per a parlar del problema del desaprofitament d'aliments i animar-los a evitar-lo en el futur. En segon lloc, estudiar com es poden reutilitzar els excedents alimentaris - o animar a l'empresa de restauració col·lectiva al fet que ho faci -. Sovint, els excedents dels menjars escolars poden consumir-se més tard, per exemple, donant-los, emportant-se'ls a casa, utilitzant-los com a aliment (animal) o, si tot això falla, transformant-los en compost (d'acord amb la legislació aplicable). Garantir una classificació adequada dels residus: els residus alimentaris pertanyen als residus orgànics. En finalitzar, és molt recomanable realitzar l'anàlisi i compartir els resultats amb l'equip escolar, l'alumnat, les famílies, etc. (vegeu també el criteri BC.A.4.).

Indicadors:

- Els diferents tipus de residus alimentaris dels plats es mesuren almenys una vegada a l'any durant una setmana: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia de l'anàlisi i les conclusions del mesurament anual

MILLORS PRÀCTIQUES DE SF4C (CURS ESCOLAR 2022-2023)

[Viena, Àustria - Mesura de prevenció de residus](#)

[Louny, República Txeca - De la granja a la forqueta a la nostra escola](#)

[Lió, França - "Projecte de macedònia de fruites" per la salut i els aperitius sense residus](#)

[Viimsi, Estònia - Posa en el teu plat el menjar que pugues menjar!](#)

ALTRES BONES PRÀCTIQUES

[Projecte sobre residus alimentaris \(Bèlgica\)](#)

[Compostadors d'aliments \(Brezov, Eslovàquia\)](#)

FERRAMENTES

[Començar a lluitar contra el balafament d'aliments - Rikolto](#)

[Europa, Setmana Europea de la Prevenció de Residus \(SEMR\)](#)

[Europa, EWWR a Facebook](#)

[Caixa de ferramentes de WWF sobre el balafament d'aliments amb classes i activitats per cursos](#)

[17 recursos per a ensenyar sobre el desaprofitament d'aliments](#)

[Classes sobre el desaprofitament d'aliments - EIT Food](#)

2.2 CRITERIS ADDICIONALS (AC)

Per a aconseguir el nivell plata, l'escola ha de complir, a més dels criteris bronze, almenys sis (6) dels 11 criteris següents. Per a aconseguir el nivell or, han de complir-se, com a mínim, deu (10) dels 11 criteris següents.

AC.B.8. El menjador com a entorn d'aprenentatge per a una alimentació saludable

El menjador és el lloc per excel·lència per a vincular la teoria de l'alimentació sana i sostenible amb la pràctica. Ací l'alumnat pot conèixer els sabors i olors, les estacions de l'any, cultivar herbes, aprendre a gestionar els residus alimentaris, etc. També és important en aquest cas una actitud coherent del centre i de l'equip docent i no docent: són models de conducta i poden assumir eficaçment eixe paper menjant juntament amb els xiquets i les xiquetes, promovent el menjar sa i saborós, explicant d'on ve el menjar, etc. Un gran indicador que el menjar que s'ofereix és saludable i saborós és que el personal docent consumisca el mateix menú que l'alumnat i que aquest pugui comprovar que això és així, compartint espai en el menjador escolar, servint-se de les mateixes safates, etc.

Indicadors:

- El personal del centre dona bon exemple en el menjador: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Exemples del personal del centre que actua com a model a seguir (fotos o descripció)

MILLORS PRÀCTIQUES SF4C- (CURS ESCOLAR 2022 - 2023)

[Lió, França - La banda gourmet](#)

[Nitra, Eslovàquia - De la renovació al bar d'ensalades](#)

[Tallinn, Estònia - Renovació del menjador escolar](#)

[Umeå, Suècia - Culleres de degustació en el restaurant de l'escola](#)

AC.B.9. Menjar a l'escola és un moment d'aprenentatge agradable per a l'alumnat

Com?

A aquest nivell, l'escola mesurarà l'impacte dels seus esforços en el menjador mitjançant una enquesta anual a l'alumnat i famílies. L'enquesta mesura, d'una banda, el coneixement acumulat sobre els principis de l'alimentació sana i sostenible i, per un altre, la satisfacció amb el menjador i l'oferta alimentària del centre. Si a l'alumnat no li agrada l'oferta saludable i sostenible, no sentirà interès per ajustar les seues pautes alimentàries. L'enquesta pot

organitzar-se de diverses maneres: mitjançant un debat en classe amb l'alumnat, mitjançant una enquesta en línia (per exemple, per separat per a l'alumnat i famílies), mitjançant una reunió d'alumnat i famílies en la qual puguin donar la seua opinió, mitjançant una enquesta en paper amb una secció per a l'alumnat i una altra per a les famílies. A més, l'escola també implicarà les famílies en la promoció d'una alimentació sana i sostenible i, per exemple, els convidarà a acompanyar als seus fills i filles en el menjador a l'hora de menjar. Aquest també podria ser un context ideal per aconseguir que ajuden durant l'hora del menjar d'una forma més estructural. Les famílies que tinguen experiència amb principis saludables i sostenibles poden organitzar un taller per als xiquets i xiquetes, preparar una saborosa recepta amb verdures fresques juntament amb l'alumnat, etc.

Indicadors:

- El centre organitza una enquesta anual per a l'alumnat i famílies (aspecte coneixement + satisfacció): Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia dels resultats de l'enquesta i descripció de les mesures de seguiment

BONES PRÀCTIQUES

Malmö, Suècia - Visualitzar l'esmorzar

AC.B.10. El menjador com a espai públic dins i fora de la comunitat educativa

Com?

El centre implica la comunitat educativa en l'aplicació de la seua visió de l'alimentació escolar, posant el menjador a la seua disposició per a esdeveniments entorn de l'alimentació sana i sostenible o per a la seua millora. Es poden organitzar jornades de voluntariat per a decorar l'espai amb murals educatius, tallers de mobiliari reciclat per a restaurar taules i cadires, un concurs de disseny on l'alumnat i famílies proposen millores en la distribució del menjador o establir taules d'intercanvi de receptes saludables que fomenten la diversitat cultural. Aquestes iniciatives no sols optimitzen el menjador, sinó que reforcen la participació de la comunitat en l'Enfocament Integral de l'Alimentació Escolar.

La condició és sempre que l'esdeveniment encaixe en la visió de l'escola sobre l'alimentació i que s'apliquen de manera coherent els principis saludables i sostenibles.

Indicadors:

- Les famílies i altres membres de la comunitat educativa promouen aspectes saludables i sostenibles de l'alimentació i donen bons exemples en el menjador: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Descripció d'alguns bons exemples de famílies i de l'entorn escolar en general, que promouen una alimentació sana i sostenible.

AC.B.11. Àpats rics en vegetals, vegetarianes o basades en vegetals en la planificació del menú escolar

Com?

A més del menú estàndard, s'ofereix diàriament una alternativa vegetariana o rica en aliments d'origen vegetal com a opció. Almenys una vegada a la setmana, el menú estàndard ha de ser vegetarià, ric o basat en aliments vegetals. A més, és important fer que aquests plats siguin més atractius per als xiquets i les xiquetes. També promoure l'elecció d'aquests tipus de plats: utilitzar símbols inequívocs per a indicar les preparacions vegetarianes i a base d'aliments vegetals; no posar l'accent principalment en allò que no contenen (per exemple, "sense carn"): veritat que quan se serveix un plat de pasta, no s'especifica que és un plat sense creïlles?

En cas que la gestió del menjador es duga a terme per una empresa de restauració col·lectiva externa, mitjançant concurs (licitació pública), el millor és incloure aquestes peticions en la descripció dels plecs tècnics.

Indicadors:

- Els menús mostren l'opció diària rica en aliments vegetals/vegetariana i el dinar estàndard setmanal ric en aliments vegetals o opcions vegetarianes/veganes: Sí/No
- L'escola promou les alternatives riques en aliments vegetals o opcions vegetarianes/veganes: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia dels menús de l'últim mes, inclòs el tipus de postres
- Grandària de les racions de verdura servides (en grams), per als menús de l'últim mes
- % d'alumnes que trien una opció rica en aliments vegetals o opcions vegetarianes/veganes, durant l'últim mes
- Còpia dels criteris específics en matèria de contractació pública (si escau)

AC.B.12. El menú escolar compleix els criteris mínims de salut i sostenibilitat de l'SF4C

Com?

La cuina escolar compleix amb els criteris i enfocaments innovadors, sostenibles i saludables en matèria d'alimentació, desenvolupats pel projecte SF4C. A continuació (ferramentes), es trobaran un conjunt bàsic de recomanacions dissenyades per a ser aplicades per tots els centres, i diversos criteris opcionals, que estan dissenyats per a servir com a "complements" per als col·legis que ja estan progressant bé en l'adquisició d'aliments sostenibles i/o busquen centrar-se en temes o qüestions específiques.

Indicadors:

- Criteris específics en la contractació pública
- [Referir-se als objectius SF4C - WP5](#)

Proves per aportar (en construcció)

FERRAMENTES

[*Criteris i models innovadors per a l'adquisició de menús escolars sostenibles i saludables.*](#)

AC.B.13. Promoció d'aigua potable gratuïta + limitació de begudes ensucrades a l'escola

Com?

A aquest nivell, el centre proporciona aigua potable gratuïta, promou activament el consum d'aigua i desaconsella o fins i tot prohibeix el consum de begudes ensucrades, inclosos els sucs de fruita. S'informa les famílies sobre la necessitat d'oferir begudes saludables i sostenibles.

No només es garanteix una bona promoció de l'aigua (de l'aixeta) en el centre, sinó també una informació més àmplia entorn de les begudes ensucrades: en què poden fixar-se famílies i alumnes en comprar begudes? Com poden donar sabor a l'aigua sense que es convertisca immediatament en una beguda plena de sucre? Algunes idees: organitzar tallers o sessions informatives i deixar que els propis alumnes o famílies proposen alternatives inspiradores (vegeu també el criteri BR.D.1.).

Indicadors:

- El centre desaconsella el consum de begudes ensucrades i, si és possible, les prohibeix a l'escola: Sí/No
- El centre ofereix informació i assessorament sobre alternatives a les famílies: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Descripció de bones pràctiques per a incentivar el consum d'aigua, begudes no ensucrades i alternatives de refrescos
- Exemple d'activitat cap a les famílies per a promoure alternatives

AC.B.14. Es desaconsellen els aliments ultraprocessats en el centre

Què?

El centre desaconsella el consum d'aliments ultraprocessats. A aquest nivell, es donen més explicacions sobre els productes que els xiquets i les xiquetes han d'evitar: productes ultraprocessats que contenen molts greixos i sucres, a més de tota mena d'additius innecessaris. Aquests productes tenen poc o cap valor nutritiu. És important que les famílies i l'alumnat estiguen informats dels riscos i reben consells sobre alternatives.

Les autoritats competents sovint elaboren directrius i recomanacions juntament amb material informatiu sobre aquest tema.

Com a centre educatiu, es pot procurar donar bon exemple: i si l'equip docent analitza críticament els seus propis patrons alimentaris per a veure en què poden millorar?

Indicadors:

- L'alumnat i les famílies són conscients dels riscos dels aliments ultraprocessats: Sí/No
- El centre educatiu pren mesures per a incentivar el consum d'aliments saludables i sostenibles: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia de les directrius per a alumnes i famílies.
- Descripció de les millors pràctiques per a incentivar el consum d'aliments saludables i sostenibles.

AC.B.15. Incentivar un entorn saludable al voltant del centre

Com?

Els i les alumnes que poden eixir del centre a l'hora de menjar es veuen temptats sovint per les cadenes de menjar ràpid i les botigues de llepolies del barri, que venen productes barats però poc saludables i nutritius. Com a centre educatiu, és poc el que es pot fer per a influir en aquesta situació. No obstant això, sí que es pot exercir un paper important. Reunint a tots els actors entorn d'una taula, com a famílies, alumnat, representants de l'administració local, les cadenes de menjar ràpid implicades, ONGs locals, persones productores locals, altres botigues d'alimentació, etc., i buscant un enfocament comú, es pot canviar el sistema. Per a saber com posar en marxa un procés d'aquest tipus amb les diferents parts interessades i quines metodologies es poden aplicar, consultar el [kit de ferramentes per a processos amb múltiples parts interessades de Rikolto](#). Potser no es disposa del temps ni l'espai per a fer-ho des del centre? Segur que, per exemple, una ONG local o l'administració municipal estan disposades a ajudar en aquesta fita.

Indicadors:

- Procés intersectorial per a realitzar accions d'alimentació saludable i sostenible que involucre a la comunitat educativa: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Resum dels participants i acta de la reunió intersectorial sobre el canvi de l'entorn alimentari escolar

AC.B.16. Mecanismes de solidaritat escolar

Com?

Alguns centres es troben sovint, i cada vegada més, amb xiquets i xiquetes de famílies en situació de vulnerabilitat, que no disposen de recursos per a pagar els menjars escolars. D'altra banda, no sempre és possible que els centres invertisquen en això per si mateixos. Però es pot estudiar l'oferir un sistema d'ajuda econòmica a les famílies amb baixos ingressos (o els menús escolars són gratuïts o de pagament per a tot l'alumnat).

Per a fer una bona anàlisi de la situació a l'escola és necessari formular les següents preguntes: es coneix la proporció de xiquets i xiquetes en situació de pobresa i/o risc d'exclusió social? Es pot, per exemple, fixar els preus dels menús en general un poc més alts per a crear un marge que done cabuda a les famílies vulnerables?. També és possible parlar de la situació amb l'empresa de servei de menjador: sovint poden ajudar a gestionar un sistema d'aquest tipus juntament amb el centre.

Si el centre ja ofereix menjador gratuït a tot l'alumnat (o a l'alumnat en situació de vulnerabilitat), no és necessari un mecanisme de solidaritat. En eixe cas, es pot considerar aquest criteri com a "complimentat".

Indicadors:

- Funciona el sistema de solidaritat o s'oferixen menjars escolars gratuïts a tot l'alumnat: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Descripció del sistema de solidaritat que aplica l'escola per a incloure als xiquets i les xiquetes de famílies vulnerables o descripció de com es proporciona menjador gratuït a tot l'alumnat.

AC.B.17. Mecanismes de solidaritat en l'entorn escolar

Com?

És freqüent que en alguns centres educatius existisca una elevada proporció de xiquets i xiquetes de famílies en situació de vulnerabilitat, les quals no poden resoldre l'accés a la nutrició en el centre únicament a través d'un mecanisme de solidaritat. Necessiten l'ajuda d'altres agents, com a famílies, diversos departaments de l'administració municipal o autonòmica, el comerç i l'hostaleria locals, ONGs locals, empreses alimentàries i de servei de menús, el govern nacional, etc. Un procés multisectorial amb l'administració local, els comerços locals, les empreses i les organitzacions dels voltants de l'escola, desenvolupant un sistema d'ajuda econòmica per a les famílies amb baixos ingressos, pot ajudar a trobar un mecanisme.

Primer s'ha d'identificar als actors que poden ajudar a lluitar contra la pobresa en el barri/municipi i buscar un enfocament comú amb ells. És important no limitar-se a la situació d'un sol centre educatiu, sinó considerar més àmpliament tots els centres escolars i tots els agents pertinents del barri/municipi. Per a saber com posar en marxa un procés d'aquest tipus amb les diferents parts interessades i quines metodologies es poden aplicar, consultar la [guia de Rikolto MultiStakeholder-Process Toolkit](#).

Si no es disposa de temps ni espai per a fer-ho des del centre educatiu, posar-se en contacte amb una organització local de lluita contra la pobresa, per exemple, o parlar-ho amb el departament benestar social de l'administració local o autonòmica, pot ser una via. També es pot vincular aquest procés al criteri B.4. per a fer més saludable l'entorn escolar.

Si el centre ofereix menjador gratuït a tot l'alumnat, no és necessari un mecanisme de solidaritat. En eixe cas, pot considerar aquest criteri com a "complimentat".

Indicadors:

- Procés intersectorial per al sistema de solidaritat, amb participació de l'entorn escolar
Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Resum dels participants i acta de la reunió multiactors sobre mecanismes de solidaritat o descripció de com es proporciona menjador gratuït a tot l'alumnat.

AC.B.18. L'escola prevé i gestiona el desaprofitament d'aliments

Què?

En aquest nivell, s'aborda l'anàlisi del desaprofitament d'aliments en el centre de forma més sistemàtica: almenys una vegada a l'any, s'organitza una "setmana contra el desaprofitament d'aliments". Per a això, es pot aprofitar la Setmana Europea de la Prevenció de Residus, que dona accés a nombrosos exemples, accions i ferramentes inspiradores.

Durant aquesta setmana, es poden organitzar activitats de sensibilització a l'aula i en el menjador per a l'alumnat, l'equip docent i les famílies. A més, durant almenys cinc dies consecutius es pot organitzar un mesurament dels residus alimentaris el més precís possible, mesurant els residus en la cuina a diferents nivells (nivell d'existències: el que es va comprar però mai es va utilitzar; nivell de producció: el que es va preparar però mai es va servir; nivell de consum: el que va acabar en els plats dels alumnes però no es va menjar). Tindre diferents seccions (per exemple, líquids, pa, verdures, cereals, etc.) per a conèixer on s'han de fer ajustos per a reduir el desaprofitament.

Per a realitzar els mesuraments, és important comptar amb una guia clara que facilite el procés, existeixen diversos fulls de ruta per al mesurament com la [guia de mesurament: per un bon àpat a l'escola](#), la [llista de control de política alimentària](#) o el [Pla d'acció de l'EIAE](#), que es poden seguir fàcilment. Comunicar els resultats del mesurament i elaborar un pla de gestió de residus alimentaris per a actuar en funció de les conclusions i reduir els residus, són mesures que ajuden a tindre un control més exhaustiu dels desaprofitaments i conèixer on s'ha d'actuar.

Indicadors:

- Organització de la Setmana contra el Desaprofitament d'Aliments: Sí/No
- Sistema de vigilància operatiu: Sí/No
- Pla de gestió de residus alimentaris: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia de les comunicacions sobre la Setmana contra el Desaprofitament d'Aliments
- Descripció del sistema de control
- Còpia del pla de gestió de residus alimentaris

BONES PRÀCTIQUES

Umeå, Suècia - Pissarra de residus alimentaris

3 EDUCACIÓ I APRENTATGE (PILAR C)



Ensenyar i aprendre sobre aliments i sistemes alimentaris afecta a les tres dimensions del desenvolupament sostenible: ambiental, social i econòmica. En ensenyar als xiquets i les xiquetes no sols la teoria, sinó també a cuinar, cultivar i comprendre en la pràctica d'on procedeixen els seus aliments i quin efecte tenen en el medi ambient, adquiriran les habilitats i els coneixements que els permetran prendre decisions que afecten directament la seua salut i a la del planeta, tant ara com en el futur. Aprendre sobre alimentació sana, benestar animal, sostenibilitat i ètica alimentària, no sols ajudarà els xiquets i xiquetes a reflexionar sobre les seues eleccions alimentàries, sinó també, en un sentit més ampli, sobre qüestions relacionades amb l'alimentació i la salut.

Un requisit previ és que l'equip escolar (professorat, equip de restauració, personal) també adquirisca les competències suficients per a fer costat als xiquets i les xiquetes en aquest procés d'aprenentatge.

3.1 CRITERIS DE BRONZE (BC)

BC.C.1. L'alimentació en el pla d'estudis

L'alimentació sana, la producció i el consum sostenible d'aliments forma part de diversos plans d'estudis de diferents matèries i/o un projecte interdisciplinari per a cada curs, adaptats a les diferents edats i etapes de desenvolupament dels xiquets i les xiquetes.

Com?

Una única unitat o activitat sobre un tema de salut té poc efecte. El millor és introduir a l'alumnat en el tema de l'alimentació sana i els seus aspectes sostenibles en diverses àrees d'aprenentatge al llarg de la seua escolarització.

L'alimentació pot integrar-se en nombroses matèries. Pot incloure continguts curriculars relatius a la preparació d'aliments i la nutrició, la biologia, les ciències, les matemàtiques, les ciències socials, la història, l'educació física i l'hostaleria i la restauració,...

Indicadors:

- El tema de l'alimentació sana i sostenible s'integra en diferents matèries i/o projectes interdisciplinaris: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Núm. d'unitats en cada matèria i/o una descripció del projecte o projectes interdisciplinaris sobre alimentació sana i sostenible.

MILLORS PRÀCTIQUES DE SF4C (CURS ESCOLAR 2022-2023)

Bratislava, Eslovàquia - Aprendre fent des de la infància

Bremen, Alemanya - Cuina en transició

Budapest, Hongria - Hort escolar

Budapest, Hongria - Conferència científica d'estudiants

Castelló, Espanya - Activitats d'hort escolar durant l'esmorzar

Copenhaguen, Dinamarca - La maleta sensorial

Copenhaguen, Dinamarca - Ambaixadors del clima contra el balafiament d'aliments

Copenhaguen, Dinamarca - Hort escolar local

Dobroměřice, República Txeca - Època de collita, setmana de la poma

Dunkerque, França - DK Xef challenge

Essen, Alemanya - Hort escolar i taller de cuina

Essen, Alemanya - Economia domèstica per a tota la vida

Gant, Bèlgica - Estudiants de nutrició i dietètica al rescat

Gant, Bèlgica - Dia dedicat al desaprofitament d'aliments

Gant, Bèlgica - Taller per a professors sobre cultura alimentària a l'escola

Lió, França - La banda gourmet

Malmö, Suècia - Schoolchef4change

Malmö, Suècia - Visualitzar l'esmorzar

Malmö, Suècia - Dinar amb cabell

Nuoro, Itàlia - Joc de rol per a alumnes sobre alimentació i salut

Nuremberg, Alemanya - Good Food 7

Prachatice, República Txeca - Elaboració d'un aperitiu i aprenentatge

Praga, República Txeca - Cultiu de bolets ostra en pòsits de café

Tallinn, Estònia - Cuinar amb els xiquets en el menjador escolar

Tallinn, Estònia - Renovació del menjador escolar amb xiquets

Umeå, Suècia - Pissarra de residus alimentaris

Umeå, Suècia - Verdura de temporada de la setmana

Umeå, Suècia - Mini xefs en el restaurant de l'escola

Viena, Àustria - Hamburguesa desconstruïda @ foodtrailer

Viimsi, Estònia - Posa en el teu plat tot el que puges menjar!

Viimsi, Estoniana - Alimentació, nutrició i desaprofitament d'aliments

Viimsi, Estònia - Els estudiants cultiven les seues pròpies herbes

ALTRES BONES PRÀCTIQUES

Càmping climàtic en la granja (Lovaina, Bèlgica)

Provar aliments nous per a xiquets xicotets (Països Baixos)

Nombrós material educatiu i informatiu sobre temes de nutrició infantil i educació
nutricional (Baden-Württemberg, Alemanya)

Projecte Abelles (Eslovàquia)

Activitats transversals Dia Mundial de l'Aigua (Eslovàquia)

FERRAMENTES

[Visió general de l'alimentació sana i sostenible - Bèlgica](#)

[Recursos per a docents sobre temes alimentaris - EIT Food](#)

[Conjunt de criteris - fitxes d'inspiració que utilitzarà el GTAE](#)

[Mapeig de sistemes amb Fairtrade - Pla de classe](#)

[Kit de lliçons de primària per al Desdejuni Fairtrade](#)

[Activitats sobre processament d'aliments - EIT Food](#)

[Activitats per a llegir les etiquetes dels aliments - EIT Food](#)

[Activitats sobre el desaprofitament d'aliments - EIT Food](#)

BC.C.2. Activitats de cultiu, collita i cuina

El centre proposa activitats i projectes pràctics en els quals pot participar tot l'alumnat.

Com?

Aquestes activitats sobre el cultiu, la collita i la cuina tenen lloc en el centre, en el context de classes específiques (i, per tant, vinculades a BC.C.1.) o durant els esbarjos. L'escola anima al seu alumnat a participar en aquestes activitats. Alguns exemples: l'alumnat pot mantindre un hort escolar; cultiven herbes, hortalisses com a tomates cherry o fruites com a maduixes a l'aula; cuiden gallines o aprenen a fer sopa o altres plats sans i saborosos, juntament amb el personal de cuina; aprenen en la pràctica a fer compost; ...

Designar sempre a una persona responsable del projecte específic dins de l'equip docent garantirà la continuïtat i pot mantindre motivat a l'alumnat.

Indicadors:

- Projectes pràctics, relacionats amb el cultiu, la collita, la cuina o l'elaboració de compost: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Llista o fotos de projectes pràctics, relacionats amb el cultiu, la collita, la cuina o l'elaboració de compost, amb una breu descripció.

MILLORS PRÀCTIQUES DE SF4C (CURS ESCOLAR 2022-2023)

[Bratislava, Eslovàquia - Aprendre fent des de la infància](#)

[Budapest, Hongria - Hort escolar](#)

[Castelló, Espanya - Activitats en l'hort escolar durant l'hora del dinar](#)

[Copenhaguen, Dinamarca - La maleta sensorial](#)

[Copenhaguen, Dinamarca - Hort escolar local](#)

[Dunkerque, França - DK Xef Challenge](#)

[Essen, Alemanya - Hort escolar i taller de cuina](#)

[Gant, Bèlgica - Batalla en la cuina de l'escola!](#)

[Malmö, Suècia - SchoolChef4change](#)

[Malmö, Suècia - Dinar amb cabell](#)

[Nuoro, Itàlia - Prova Farm2School](#)

[Prachatice, República Txeca - Elaboració d'un aperitiu i aprenentatge](#)

[Praga, República Txeca - Cultiu de bolets ostra en pòsits de café](#)

[Tallinn, Estònia - Cuinar amb els xiquets en el menjador escolar](#)

[Tallinn, Estònia - Tallers de carmanyoles saludables / Sensibilització nutricional / Descobrir el món de les verdures](#)

[Umeå, Suècia - Verdura de temporada de la setmana](#)

[Umeå, Suècia - Mini xefs en el restaurant de l'escola](#)

[Viimsi, Estoniana - Alimentació, nutrició i desaprofitament d'aliments](#)

[Viimsi, Estònia - Els estudiants cultiven les seues pròpies herbes](#)

FERRAMENTES

[L'agermanament entre granges i escoles en poques paraules](#)

[Agermanament entre granges i escoles: informe complet del projecte](#)

BC.C.3. Tallers temàtics i recursos educatius per a docents i un altre personal escolar

L'escola ofereix al personal docent tallers temàtics i recursos educatius, o els informa d'on poden formar-se.

Com?

Es pot fer una presentació general de l'EIAE a tot l'equip docent del centre. Una opció és triar a una persona motivada dins de l'equip escolar (per exemple, un membre del GTAE) o un familiar amb una gran afinitat pel tema per a fer-la. Una vegada que tothom dins de l'escola entenga el disseny de l'EIAE i tan prompte com s'hagen compartit els resultats de la revisió i el pla d'acció (criteri A.2.), l'escola pot proporcionar tallers i ferramentes addicionals que facen costat al personal docent en el seu paper dins de la implementació de l'EIAE. Per exemple, es pot proporcionar un "racó de nutrició" especial a la sala de professorat amb directrius nacionals sobre nutrició i tot tipus de literatura professional interessant sobre el tema.

Indicadors:

- El personal docent té accés a recursos educatius: Sí/No
- El centre organitza tallers per a docents i altre personal del centre: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Llistat dels recursos educatius disponibles
- Núm. de tallers temàtics completats + núm. de participants i breu descripció

MILLORS PRÀCTIQUES DE SF4C (CURS ESCOLAR 2022-2023)

Bremen, Alemanya - Cuina en transició

Essen, Alemanya - Economia domèstica per a tota la vida

Gant (Bèlgica) - Taller per a professors sobre cultura alimentària a l'escola

Lió, França - "Projecte de macedònia de fruites" per la salut i els aperitius sense residus

Nitra, Eslovàquia - De la renovació al bar d'ensalades

3.2 CRITERIS ADDICIONALS (AC)

Per a aconseguir el nivell plata, l'escola ha de complir, a més dels criteris bronze, almenys 3 (tres) dels 6 criteris següents. Per a aconseguir el nivell or, ha de complir-se un mínim de 5 (cinc) dels 6 criteris següents.

AC.C.4. Esdeveniments i activitats alimentàries educatives en el centre

Com?

Per a desenvolupar l'educació sobre l'alimentació en l'àmbit educatiu, és important que el personal docent conega els continguts didàctics de l'any anterior i posterior al curs escolar en el qual imparteixen classe. De la mateixa manera, és millor conèixer els temes alimentaris que es tracten en les diferents matèries/projectes d'aprenentatge. Per això és important que hi haja suficient coordinació dins de l'equip quant als continguts didàctics dels diferents anys i les diferents assignatures.

També s'organitza almenys un acte per a tota l'escola en el qual es reuneix tot l'après i les percepcions de manera atractiva. Aquest acte pot organitzar-se entorn d'un subtema (per exemple, el desaprofitament d'aliments) i, per tant, també pot vincular-se a altres criteris (per exemple, BC.B.7. mesurar el balafament d'aliments durant la setmana enfront del balafament d'aliments). En aquest acte també es pot debatre el pla d'acció per a aconseguir el següent nivell amb l'equip escolar i l'alumnat o establir vincles amb les famílies/persones responsables i l'entorn escolar en general. També pot ser una ocasió excel·lent per a organitzar una Festa del Dia del Menjador.

Cal tindre en compte que l'objectiu de l'acte és que l'alumnat reunisca tot el generat en les diferents matèries, evidenciant tot l'après.

Indicadors:

- Organització d'un acte educatiu anual per a tota l'escola: Sí/No
- L'equip escolar integra continguts de sostenibilitat i desaprofitament alimentari en les diferents etapes educatives i assignatures: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Acta de la reunió sobre la coordinació entre l'equip docent (coordinació de cicle, de departament, claustre, etc.)
- Descripció i/o fotografies de les activitats realitzades durant el curs i esdeveniment anual

BONES PRÀCTIQUES

Budapest, Hongria - Setmana del projecte de sostenibilitat

Umeå, Suècia - Verdura de temporada de la setmana

AC.C.5. Coneixement profund de l'alimentació saludable i de la producció i el consum sostenibles d'aliments

Com?

En aquest nivell l'alimentació saludable i la producció i el consum sostenibles d'aliments s'ha traduït en objectius d'aprenentatge concrets que descriuen el que l'alumnat ha de saber i ser capaç de fer al llarg dels diferents anys d'aprenentatge. El centre ha aconseguit fer de "l'alimentació i nutrició sanes i sostenibles" un tema per dret propi dins del pla d'estudis. Això significa que s'han formulat objectius intermedis transversals per als diferents anys d'estudi en relació amb els coneixements, les capacitats i les actituds. L'evolució en els objectius intermedis es tradueix en una estructura raonada de continguts d'aprenentatge, treball i formes d'avaluació. L'equip escolar contribueix a aquests objectius interdisciplinars amb els seus propis enfocaments pedagògics.

Indicadors:

- L'alimentació sana i sostenible és un tema propi del pla d'estudis: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia dels objectius d'aprenentatge per als diferents nivells/edats d'aprenentatge

AC.C.6. La producció d'aliments en l'educació de l'alumnat

Com?

En aquest nivell s'implica una o diverses persones productores de proximitat en l'educació de

l'alumnat. Ensenyen a l'alumnat la producció d'aliments i mostren el que cal fer en el camp o la granja. L'alumnat té l'oportunitat de participar en activitats durant tot l'any agrícola i participar en activitats com la sembra, la collita i la transformació. Aquestes activitats poden tindre lloc en una granja o camp local o al pati / a l'hort escolar amb el suport d'una persona productora local.

Indicadors:

- Projectes pràctics en una granja o camp local, o al pati del col·legi/en l'hort escolar amb el suport d'una persona productora local, relacionats amb la sembra, el cultiu, la collita i la transformació: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Fotografies o entrada de blog sobre la inclusió de les persones productores en l'educació de l'alumnat

AC.C.7. El centre fa costat a l'alumnat perquè duga a terme projectes pràctics in situ

Com?

En aquest nivell, l'alumnat participa en la producció i transformació d'aliments de forma més sistemàtica al llarg del curs escolar. De manera regular, ajuden en una granja o camp local i/o en empreses i/o associacions locals que subscriuen els principis d'una alimentació sana i sostenible. L'alumnat experimenta el treball que cal fer en les diferents estacions i participen en les diferents etapes, des de la sembra fins a la collita i la transformació.

Totes les persones participants (alumnat, persones productores, docents i altres agents) avaluen cada any el procés mitjançant una enquesta i l'adapten si és necessari.

Indicadors:

- Projectes pràctics, amb la participació de persones productores locals, accessibles per a l'alumnat durant tot el curs escolar: Sí/No
- Enquesta per a l'avaluació dels projectes: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Núm. d'activitats + descripció
- Núm. d'agricultors i altres agents implicats
- Resultats de l'enquesta

AC.C.8. Formació del personal de restauració

Com?

El centre discuteix els requisits específics dels menjars escolars sans i equilibrats (vegeu el pilar B) amb l'equip de cuina i/o el proveïdor extern i, si és procedent, aquests requisits s'inclouen en els criteris per a la compra i contractació de menjars escolars. Si la cuina de l'escola funciona internament, el personal de cuina és membre de l'equip de l'escola i ja participa en tallers interns (vegeu també BC.C.3.). Si el servei d'àpats és a càrrec d'un proveïdor extern, l'escola s'assegurarà que aquest impartisca formació al personal implicat:

han de saber el que implica un EIAE i conèixer els principis d'una alimentació sana i sostenible. També es pot proporcionar informació sobre l'aplicació d'eixos principis en la cuina o el menjador.

Indicadors:

- El personal del menjador/cuina té les habilitats i coneixements necessaris per a explicar l'EIAE i promoure pautes alimentàries saludables i sostenibles: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Descripció de la formació i nombre de participants

AC.C.9. Col·laboració entre docents i personal de menjador

Com?



L'escola fomenta la col·laboració entre el personal docent i el del menjador. L'equip docent treballa amb l'equip (extern) de servei d'àpats o cuina per a alinear els seus objectius entorn d'una alimentació sana i sostenible. Junts, creen materials relacionats amb els àpats per a l'alumnat.

Indicadors:

- Els objectius alineats de l'equip docent i de restauració conduïxen a materials relacionats amb els àpats per a l'alumnat: Si / No

Proves que han d'aportar-se:

- Núm. de materials relacionats amb els àpats i còpia d'alguns exemples

4 COMUNITAT I ASSOCIACIÓ (PILAR D)



Aquest pilar s'ocupa de la cooperació amb un ampli ventall d'actors en l'entorn que envolta a l'escola. No cal dir que es pot aconseguir un impacte encara major si un ampli grup d'actors es compromet a col·laborar: no sols les famílies, sinó també l'administració local, les botigues d'alimentació, les associacions locals, les residències de persones majors i/o les juntes veïnals.

No es tracta només de triar bé els aliments. També es tracta de celebrar el bon menjar i la seua importància en tantes ocasions importants i en tantes cultures diferents.

Cal recordar que l'essència de l'EIAE és el principi del fet que hem de fer que el bon menjar siga l'opció més fàcil per a tots nosaltres, sense importar qui siguem o on estiguem.

4.1 CRITERIS DE BRONZE (BC)

BC.D.1. El centre ofereix a les famílies l'oportunitat de participar en les activitats alimentàries de l'escola

El centre dona l'oportunitat a les famílies d'implicar-se a l'escola a molts nivells diferents. Els membres de la família poden, per exemple, ajudar en el manteniment de l'hort escolar, compartir els seus coneixements amb l'alumnat, ajudar en les activitats culinàries, però també poden participar en el GTAE i ajudar en la creació d'una nova visió i política alimentària escolar (vegeu BC.A.2.), des del principi.



Com?

Involucrar a les famílies en l'EIAE crea una interacció estimulante entre el centre, la llar i altres espais comunitaris. S'anima a les famílies a compartir els seus coneixements i punts de vista, a donar una mà o a inspirar-se a l'escola, i poden exercir un paper actiu a casa perquè els hàbits alimentaris siguin més sans i sostenibles. Una vegada a l'any, per exemple, es pot convidar a les famílies a menjar a l'escola amb els seus fills i filles. Aquest és un bon moment per a crear suport a la visió alimentària i implicar activament les famílies en esdeveniments concrets. Aquest criteri pot complir-se combinant-lo amb altres criteris com BC.A.3, BC.A.4, BC.B.2, AC.A.6, AC.A.12, BC.B5, AC.B.10, AC.B.13, AC.B.14, etc.

Indicadors:

- Es convida a les famílies a esdeveniments o reunions específiques per a comprendre i/o debatre la visió de l'alimentació del centre i per a ajudar en l'aplicació de la política alimentària del centre i tot tipus d'activitats relacionades: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia de la comunicació amb les famílies i descripció de les activitats

MILLORS PRÀCTIQUES DE SF4C (CURS ESCOLAR 2022-2023)

[Louny, República Txeca - De la granja a la taula a la nostra escola](#)

[Lió, França - Desdejunis sans i sostenibles per a tots en Jean Mermoz](#)

[Malmö, Suècia - Degustació gastronòmica per a famílies](#)

[Nuremberg, Alemanya - Formació per a famílies i alumnat](#)

[Vranov nad Topľou, Eslovàquia - Convertir el desavantatge en avantatge](#)

BC.D.2. L'escola comunica a la comunitat en general la seua visió de l'alimentació escolar

Com?

L'escola (o un altre actor, per exemple, l'administració local) comunica clarament sobre l'EIAE i les ambicions i activitats cap a la comunitat escolar en general (govern local, actors locals vinculats a l'escola, joventut, alimentació, salut, sostenibilitat, etc.).

Per exemple, l'escola o un representant poden dirigir-se a la comunitat local a través del lloc web. Poden enviar comunicats de premsa als mitjans de comunicació (locals) per a esdeveniments específics, organitzar sessions informatives inspiradores per a la comunitat escolar en general o participar en debats locals entorn d'una alimentació sana, sostenible, justa i accessible per a xiquets, xiquetes i joves. Vegeu també AC.A.12.

Indicador

- La visió/ambicions de l'escola en matèria d'alimentació i la informació sobre les activitats de l'EIAE es comuniquen a la comunitat escolar en general: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia o foto de les comunicacions representatives dirigides a la comunitat en general.

BONES PRÀCTIQUES SF4C (CURS ESCOLAR 2022-2023)

[Budapest, Hongria - SF4C Blog](#)

[Dobroměřice, República Txeca - El matí del granger a l'escola infantil](#)

[Essen, Alemanya - Taula redona](#)

[Nuremberg, Alemanya - Busca del tresor en Knoblauchsland](#)

[Copenhaguen, Dinamarca - Sopars comunitaris](#)



4.2 CRITERIS ADDICIONALS (AC)

Per a aconseguir el nivell plata, l'escola ha de complir, a més dels criteris bronze, almenys 2 dels 4 criteris següents. Per a aconseguir el nivell or, han de complir-se els 4 criteris següents.

AC.D.3. Tallers temàtics per a famílies

Com?

Es convida a les famílies a participar en l'aplicació de la política alimentària i a participar en tallers temàtics.

Una introducció general sobre com implantar un EIAE i la importància i el significat d'una alimentació sana i sostenible a l'escola augmentarà la implicació de les famílies cap a ella. S'ha d'intentar esbrinar quines necessitats addicionals tenen les famílies, per a poder oferir sessions informatives i tallers adaptats, per exemple, sobre el menú (vegeu també el criteri BC.B.3), begudes sostenibles i saludables (vegeu el criteri AC.B.13.), carmanyoles i berenars (vegeu els criteris BC.B.5 i AC.B.14.). Eventualment, el centre educatiu pot combinar aquesta activitat amb el criteri BC.C.3 (tallers per a docents). Les persones ambaixadores de l'alimentació també poden exercir un paper a l'hora d'implicar les famílies (vegeu el criteri AC.A.14.).

Indicadors:

- L'escola ofereix sessions informatives i tallers adaptats per a famílies: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Núm. de tallers temàtics + descripció

AC.D.4. Les famílies participen activament en les activitats alimentàries

Com?

Les famílies comparteixen els seus coneixements amb l'alumnat, altres famílies i membres de l'entorn escolar.

Existeix un sentiment de suport a una alimentació sana i sostenible entre les famílies. En aquest sentit, es pot comptar amb aquestes perquè compartisquen els seus coneixements i habilitats amb l'alumnat i altres famílies (per exemple, dins del GTAE, criteri AC.A.6). Són opcions convenientes utilitzar el menjador o l'hort escolar per a compartir ells mateixos pràctiques interessants, per exemple, en activitats de cultiu d'aliments i cuina (vegeu el criteri AC.B.8).

Les famílies també han de participar activament en un procés multisectorial amb el govern local, els comerços locals, les empreses i les organitzacions de l'entorn de l'escola, descoratjant un entorn escolar insalubre (vegeu AC.B.15) i desenvolupant un sistema d'ajuda econòmica per a les famílies amb baixos ingressos (vegeu AC.B.16 i 17).

Indicadors:

- Es convida a les famílies a compartir els seus coneixements i habilitats amb l'alumnat i altres famílies i a participar en el grup de treball sobre alimentació escolar (GTAE) i en els processos de les múltiples parts interessades: Sí/No

Proves que han d'aportar-se:

- Còpia de la comunicació amb les famílies i descripció de les activitats

AC.D.5. L'escola comunica àmpliament les seues activitats de l'EIAE

Com?

L'escola comunica àmpliament els assoliments que li han portat al nivell de bronze, plata o or. La millor opció és organitzar la comunicació externa i reforçar la imatge del centre educatiu. A partir d'ara, el més adequat és desenvolupar un pla de comunicació anual sobre l'EIAE en la pàgina web del centre: compartir el pla d'acció, publicar regularment notícies sobre les diferents activitats i compartir també les lliçons apreses. Si l'escola té un butlletí, també és bo incloure una secció regular sobre l'EIAE. Preparar un pla de comunicació en el qual es prevegen comunicacions en diferents moments de l'any a grups destinataris diferents i específics.

Aquest criteri és idèntic al criteri AC.A.13. Per tant, si s'ha complert en el pilar A, també es pot marcar en aquest pilar.

Indicadors (vegeu AC.A.13):

- Existeix un pla de comunicació clar amb diferents comunicacions dirigides a diferents grups destinataris: Sí/No
- Comunicació a la comunitat sobre els assoliments: Sí/No
- Responsable de comunicació designat: Sí/No

Proves que han d'aportar-se (vegeu AC.A.13):

- Dades de contacte del responsable de comunicació
- Còpia del pla de comunicació
- Còpia o foto de les comunicacions més importants

AC.D.6. L'escola implica activament la comunitat escolar en el seu EIAE

Com?

Representants de la comunitat en general participen en el grup de treball sobre alimentació escolar (GTAE). L'escola comunica a la comunitat escolar en general els seus progressos i activitats. El menjador de l'escola s'utilitza per a activitats alimentàries dins de la comunitat en general.

Indicadors i proves que han de presentar-se

L'escola pot complir aquest criteri complint (un de) els següents criteris: AC.A.7, AC.B.10, AC.B.15, AC.B.17, AC.C.6, AC.C.7.



BONES PRÀCTIQUES

Un consell escolar en cada escola (València, Espanya)

En la Comunitat Valenciana, cada centre educatiu té el seu propi consell escolar (format per la direcció del centre, el professorat, representants de les famílies i l'alumnat), on a vegades sorgeixen debats sobre qüestions alimentàries amb la finalitat de desenvolupar estratègies alimentàries i plans d'acció per a l'establiment d'un menjador escolar sostenible. En el consell escolar se sol parlar del balanç de comptes. Per tant, és un espai infrautilitzat. El procés de creació d'un menjador escolar requereix la participació activa de tots els agents vinculats al menjador.

Un pla per a una alimentació sana i sostenible a l'escola (Louny, República Txeca)

L'escola infantil de la ciutat de Louny, a la República Txeca, ha elaborat el seu Pla d'Alimentació Sostenible i Saludable. El pla enumera diversos objectius i activitats que conduiran a la seua consecució. Les activitats inclouen la introducció de l'educació alimentària en els plans d'estudi, el projecte "Zero desaprofitament d'aliments", l'organització del mercat agrícola escolar, l'ús en la cuina d'aliments frescos de temporada procedents de proveïdors locals, la utilització en la cuina dels productes del seu hort escolar, la participació dels xiquets en el cultiu, l'ús exclusiu de productes de neteja respectuosos amb la naturalesa i la realització d'excursions amb els xiquets a granges locals.

Food-Boost, un mètode utilitzat per l'ajuntament per a vincular l'alimentació a la pedagogia de les escoles (Klippan, Suècia)

El treball amb la roda FoodBoost comença amb una reunió inicial. L'objectiu és que el personal de menjador i els docents es coneguen; la reunió és fonamental. Huit temes a l'any ajuden a crear menjars educatius. El concepte de la roda FoodBoost s'utilitza tant en infantil com en primària i secundària. Més informació [ací](#) (suec).

Normes sobre begudes saludables (Eslovàquia)

Basant-se en els principis del programa Escola Saludable de Skutocnezdravaskola, s'ha modificat el reglament escolar d'un dels centres. L'alumnat no pot portar al col·legi begudes amb cafeïna (per exemple, Coca-Cola) o altres begudes, incloses les energètiques, que provoquen inquietud, irritació i nerviosisme. Mitjançant l'educació i la inclusió d'estils de vida saludables en el pla d'estudis, Skutocnezdravaskola intenta evitar que l'alumnat porte a l'escola creïlles fregides, menjar ràpid, aliments massa greixosos o aliments precuinats per a berenar.

Real Food for real people - Documental de Rikolto a Copenhaguen (Dinamarca)

La Casa de l'Alimentació de Copenhaguen es va crear en 2007 per a millorar la qualitat dels aliments i proporcionar una millor alimentació a escoles, residències d'ancians, etc. Es va formar al personal de cuina, es va canviar la manera de treballar de les institucions, es van reduir les pèrdues d'aliments i es va millorar la seua qualitat. El vídeo, de 20 minuts de durada, va ser encarregat per Rikolto. Es pot veure [ací](#) i està en part parlat en danès i en part en anglés amb subtítols en neerlandés.

Comunicat de premsa: Ara toca cuinar (Nurnberg, Alemanya)

La ciutat de Nuremberg va emetre un comunicat de premsa sobre els esforços de la ciutat. La

notícia va ser arreplegada per la televisió nacional alemanya (Tagesschau). Més informació: ar@speiseraeume.com

Conjunt de fotos que mostren com l'escola comunica sobre aliments sans i sostenibles (República Txeca)

A la República Txeca, moltes escoles porten temps treballant en una alimentació escolar sana i sostenible. Els esforços de comunicació es dirigeixen al alumnat, però també a las famílies. Pot trobar les fotos [ací](#).

Ambaixadors de l'Alimentació del EIT (Europa)

El projecte finançat amb fons europeus EIT Food ha format a un grup de joves influents en les xarxes socials que estan compartint les seues idees sobre el futur de l'alimentació entre la seua comunitat. Més informació sobre el programa d'ambaixadors [ací](#).

L'alumnat proposa idees per a millorar els menjars escolars (Eslovàquia)

A Eslovàquia s'anima a l'alumnat al fet que proposen idees per a millorar els menjars escolars. Una vegada a l'any, l'alumnat celebra una sessió en la qual poden presentar els seus suggeriments per a millorar els menjars escolars i les millors es posen en pràctica.

Els joves graven el seu missatge sobre alimentació sana en una cançó d'hip-hop (els EUA)

"Grow Food" és el projecte culminant del Programa d'Ocupació i Formació Juvenil Estiu 2016 de Appetite For Change. Urban Youth volia compartir el seu missatge -la importància de triar activament aliments saludables- amb els seus companys i companyes en un format musical divertit i accessible. Mira el vídeo [ací](#).



Carpeta elaborada per a alumnat i educadors/es de l'Escola Europea (Bèlgica)

El menjador serveix 2.500 menjars al dia repartides en 6 serveis. Tot es prepara in situ i se serveix seguint el principi de "tot el que pugues menjar". Més informació en [aquest fullet](#).

[Curtmetratge de YouTube que mostra com l'alumnat participa en el redisseny del menjador \(Karlstad, Suècia\).](#)

Més informació en [aquest](#) vídeo (subtítols en anglés).

[Curtmetratge de YouTube que mostra com l'alumnat participa en el redisseny del menjador \(Anvers, Bèlgica\).](#)

Més informació en [aquest](#) vídeo (subtítols en anglés).

[Blog sobre la insonorització dels menjadors escolars \(Eslovàquia\)](#)

En col·laboració amb l'empresa [Ecophon](#), Skutočnezdravaskola ha difós una campanya de conscienciació sobre l'aïllament dels menjadors escolars. Expliquen a les escoles com el soroll excessiu té un impacte negatiu en tot. Algunes escoles han recorregut als seus serveis i han insonoritzat els seus menjadors. Pot consultar el blog [ací](#) (en eslovac). També pot consultar aquest blog ([en castellà](#)), així com consultar [aquesta experiència en un menjador escolar a Eivissa](#).

[Reorganització de l'horari escolar \(Eslovàquia\)](#)

En una escola d'Eslovàquia van reorganitzar l'horari escolar. Les classes d'infantil, en les quals els docents continuen acompanyant al seu alumnat, menjaran després de la 4a hora, dinen i després continuen amb la 5a hora. L'alumnat major dina després de la 5a hora, com de costum. Això va disminuir el soroll i la pressió al menjador escolar. Hi havia més espai per a asseure's i era més tranquil. L'escola ha de comunicar a les famílies les diferents hores a les que poden arrebregar als seus fills i filles. Els xiquets i les xiquetes que no dinen es queden en classe, tenen un descans o el professorat pot fer alguna activitat relaxant amb ells i elles.

[Menjars escolars programats \(Suècia\)](#)

A Suècia, alguns municipis i escoles estan provant els "menjars escolars programats". Es tracta d'una manera de veure el "descans per a menjar" previ no com un "descans", sinó més prompte com una "classe", per exemple de matemàtiques o geografia. És un temps en el qual vas, juntament amb el personal docent i els teus companys i companyes, de la sessió anterior directament al restaurant escolar, i després (una vegada que s'acaba el temps i totes les persones han acabat) tot l'alumnat torna a l'aula i continua la sessió. Això és molt diferent de la forma tradicional de programar les pauses per al dinar escolar a Suècia, on la major part de les hores de menjar (sovint es programen 20 minuts en el menjador) van seguides directament d'un descans a l'aire lliure per a l'alumnat. La nova manera de fer-ho continua garantint que els xiquets i les xiquetes passen temps a l'aire lliure, però no juntament amb l'hora del menjador escolar. El resultat és que els menors estan molt més relaxats i tenen temps per a menjar alguna cosa si ho desitgen. El fet que tots els xiquets i les xiquetes mengen junts amb els seus professors i professores també garanteix un ambient molt més tranquil en els menjadors i restaurants escolars.

[Intercanvi entre dos centres d'ensenyament de secundària \(Bèlgica/Vietnam\)](#)

Com a part del nostre programa "bona menjar a l'escola", organitzem un intercanvi entre dos centres de secundària de Bèlgica i Vietnam. Un grup d'entusiastes estudiants de Sancta Maria Leuven i de l'institut Nam Trung Ien van preparar cada un una sopa típica del seu país, van compartir les seues experiències i van respondre a un munt de preguntes. Més informació i un guió per a organitzar un intercanvi d'aquest tipus es pot trobar [ací](#).

Exemples de menjars sans i sostenibles per a escoles d'infantil i de primària (Alemanya)

FitKid és una iniciativa alemanya per a menjars sans i sostenibles en escoles infantils i de primària. En la [web](#) alemanya es pot trobar molta informació i plans de menjars setmanals.

Nuoro, Itàlia - Joc de rol per a alumnes sobre alimentació i salut

El municipi de Nuoro va organitzar un joc de rol per a escolars en el marc del seu compromís de mobilitzar a la xarxa municipal entorn de l'alimentació i la salut. En el joc de rol van participar activament dos classes (uns 20 xiquets i xiquetes cada vegada).

Tracta de la sostenibilitat de la contractació pública d'aliments. L'alumnat es va agrupar en grups de jugadors, i van jugar actuant com si foren ells mateixos les parts implicades en la contractació. Per a més informació, pose's en contacte amb l'organització Ecosistemi que va realitzar el joc de rol: Thais Palermo, thais.palermo@fondazioneecosistemi.org.

Programa per a millorar l'alimentació en els menjadors de 40 escoles (Eslovàquia)

L'organització eslovaca Skutočnézdravaskola ajuda a 40 col·legis a preparar menjars escolars sans i sostenibles. Per a això, comparen l'estat actual de la preparació del menjar en les cafeteries amb els criteris del programa Escoles Realment Sanes i les recomanacions amb la revisió de 2021 en els àmbits de la qualitat dels aliments i el lloc d'origen (dins dels [criteris del SE](#)). Donen recomanacions a les cafeteries sobre com poden complir els criteris de manera incremental. [Ací](#) es pot trobar un resum en eslovac.

Cartell de promoció d'hàbits alimentaris saludables (Espanya)

Aquest [cartell](#) per a famílies es va realitzar per les autoritats locals de Madrid. El pòster pretén fomentar hàbits alimentaris saludables sense perdre els valors de salut i sostenibilitat mediambiental. També ajuda a identificar els productes que no són adequats.

Projecte sobre residus alimentaris (Bèlgica)

Per a conscienciar sobre el problema del desaprofitament d'aliments, l'escola primària Notre-Dame des Champs va organitzar un pesatge de poals per a conèixer els hàbits de l'alumnat i establir un pla d'acció per a lluitar contra el desaprofitament d'aliments a l'escola. [Ací](#) es pot trobar un breu videoclip (en francès) sobre el que van fer.

Compostadors d'aliments (Brezov, Eslovàquia)

El curs escolar 2022, gràcies a una subvenció del pressupost de la Regió Autònoma de Trenčín a través del programa de subvencions mediambientals denominat "Ulls verds", es van adquirir tres [vermicompostadores amb cucs](#) a l'escola primària de Brezov.

Càmping climàtic en la granja (Lovaina, Bèlgica)

El campament climàtic celebrat en una granja és el final d'una setmana de sostenibilitat per a l'alumnat d'un col·legi de Lovaina. Durant tota la setmana han après sobre el tema amb multitud d'activitats relacionades amb l'alimentació. Van acabar la setmana en la granja, on van haver d'intentar tindre el menor impacte possible en el clima durant 24 hores. Amb un excusat ecològic, un consum limitat d'aigua i energia i la elaboració de delicioses receptes locals, de temporada i principalment vegetals. Més [informació](#) sobre aquest projecte en neerlandés.

Nuoro (Itàlia), prova Farm2School

Impliquem activament dues classes (40 xiquets i xiquetes) d'edats compreses entre els 8 i els 10 anys. Per a organitzar l'agermanament de granges, col·laborem amb l'agència regional LAORE, que presta assistència tècnica en el sector agrícola a Sardenya. Juntament amb els experts de LAORE, vam celebrar una primera sessió d'una hora en classe, en la qual vam explicar a l'alumnat el que anàvem a fer, vam donar una ullada a la granja i vam explicar com s'elabora el formatge a partir de la llet. Després vam visitar la granja. Va ser una experiència increïble que va permetre als xiquets i xiquetes provar de munyir i fer formatge per si mateixos. La granja va oferir un aperitiu de formatge ricotta amb mel. Per a més informació i presentació, pose's en contacte amb Sara Porru: sara.porru@comune.nuoro.it.

Provar aliments nous per a xiquets i xiquetes xicotets (Països Baixos)

Smaaklessen és una coneguda iniciativa neerlandesa per a escoles primàries (en Països Baixos a partir de 4 anys) que permet als xiquets i xiquetes provar noves fruites i verdures de manera lúdica. Inclou informació sobre alimentació sana, degustació, producció d'aliments i cuinar un mateix. Més informació [ací](#).

Materials educatius i informatius sobre temes de nutrició infantil i educació nutricional (Baden-Württemberg, Alemanya)

La iniciativa estatal BeKi fa costat a escoles infantils i jardins d'infància amb nombrosos materials educatius i informatius sobre temes de nutrició infantil i educació nutricional. Els materials educatius contribueixen de manera significativa a l'aplicació del pla d'orientació per a l'educació i la criança a les escoles infantils i altres centres educatius de Baden-Württemberg. [Pàgina web](#) en alemany.

Projecte Abelles (Eslovàquia)

Els xiquets i xiquetes [van aprendre sobre les abelles](#) a través de diverses assignatures. Van llegir un conte sobre abelles, van arrebregar i van comptar grans de pol·len en matemàtiques, van investigar sobre la vida i el desenvolupament de les abelles i van buscar parelles de cartes. En classe d'art, van fer un rusc amb els seus habitants.



Activitats transversals Dia Mundial de l'Aigua (Eslovàquia)

En un col·legi d'Eslovàquia es va celebrar el Dia Mundial de l'Aigua i alumnat de diferents edats van aprendre sobre el tema. Podien acudir al col·legi vestits de blau i van parlar de l'aigua en un breu programa de ràdio preparat per l'alumnat de 7é curs. Els i les alumnes de 6é es van centrar en el cicle de l'aigua en la naturalesa. Els i les de 5é van preparar projectes sobre els peixos, que formen part de l'ecosistema aquàtic. Van observar diferents microorganismes en l'aigua amb un microscopi. En 8é i 9é van debatre sobre la importància de l'aigua, el seu significat per a l'organisme humà, la deshidratació - les seues causes i conseqüències, en les classes de llengua eslovaca. En química, els i les alumnes de 8é i 9é van preparar presentacions sobre l'aigua potable, la conservació de l'aigua en les llars i les maneres de protegir-la. L'alumnat de primer curs va crear belles obres d'art sobre l'aigua. Altres alumnes van preparar experiments amb pintura i aigua neta.

FERRAMENTES

Matriu GF@S

La majoria de les escoles que comencen a treballar en un EIAE ja tenien un interès previ per l'alimentació. Per a començar el treball sobre l'alimentació en el centre es pot fer una revisió del que ja s'ha fet i consolidat. Tal vegada l'escola ja serveix café de comerç just o l'alimentació s'aborda en algunes classes. El mapeig ajuda a crear una història coherent a partir d'un munt d'accions. Es pot trobar un exemple d'aquesta matriu [ací](#), perquè resulte més fàcil emplenar-la des de l'escola.

Fulla d'Acció Política alimentària: què i com

En [aquest document](#) que hem traduït es pot trobar un breu resum del que és una política alimentària i com pot utilitzar-se a l'escola.

La cartografia ecològica és una tècnica que pot considerar-se una forma simplificada d'anàlisi qualitativa de xarxes.

La cartografia ecològica no és un objectiu en si mateix, sinó un marc de procés que ajuda a definir i prioritzar els problemes i qüestions mediambientals sobre els quals cal actuar. Una vegada completat, el mapa ecològic pot servir de base per a un sistema de gestió mediambiental més ampli. Es pot trobar el kit de ferramentes [ací](#).

Mapeig de sistemes amb Fairtrade - Pla de classe

Aquesta sessió per a alumnes de KS3/KS4 (o de Tercer i Quart a Escòcia) introdueix als i les joves en el concepte de pensament sistèmic i en el poder col·lectiu que tots tenim per a introduir grans canvis en el nostre mode de vida.

Targetes d'inspiració - conjunt de criteris

Aquestes targetes poden utilitzar-se per a tindre una visió clara del que significa cada pilar d'una forma molt visual i senzilla. Les targetes traduïdes a valencià están disponibles [ací](#).



Qüestionaris perquè el personal i l'alumnat avaluen l'alimentació escolar per Skutočne zdrava škola

- [Qüestionari per a estudiants de secundària](#) (en eslovac).
- [Qüestionari per a famílies i/o centres d'ensenyament de primària](#) (alumnat de 6 a 10 anys) (en eslovac).
- [Qüestionari per al personal escolar](#) (en eslovac).
- [Ampli qüestionari per a l'alumnat](#) (en anglés).
- [Ampli qüestionari per al personal escolar](#) (en anglés).

Fulla d'acció sobre ambaixadors de l'alimentació en el seu centre educatiu (Bèlgica)

Els i les joves s'inspiren entre si molt més que amb les persones adultes. També tenen opinions fermes quan es tracta de temes socials. Rikolto ofereix formació a joves ambaixadors de l'alimentació partint així dels interessos dels i de les joves. A continuació, reben formació pràctica (per exemple, classes de cuina, visites a granges, etc.) i desenvolupen accions que s'adapten al seu propi context escolar. Rikolto ha elaborat una fulla d'acció per als centres educatius sobre com formar ambaixadors de l'alimentació a l'escola. Pot trobar d'[ací](#) la fitxa adaptada en valencià. La formació també pot impartir-la el departament de joventut de la ciutat.

Carta Goodfood@school

10 compromisos sostenibles

1. Prenem mesures clares perquè el menjar sa i sostenible siga habitual a l'escola. Tot l'alumnat sap què s'entén per alimentació sana i sostenible. Amb el temps, tot l'alumnat veu la necessitat d'una transformació cap a una alimentació sostenible.
2. Fomentem l'elecció de pisolabis sans i sostenibles i ens esforcem per tindre una gamma equilibrada i variada de pisolabis.
3. Fomentem l'elecció de begudes saludables i sostenibles. L'aigua de l'aixeta s'ofereix gratuïtament i es promou com l'opció més sostenible.
4. Ens esforcem per limitar el consum de carn (sobretot roja i processada) en favor de fruites i verdures fresques. També parem atenció a les opcions vegetarianes saludables. Això s'aplica tant a la nostra pròpia gamma com a les caixes de pa.
5. Promovem fruites i verdures fresques, posant l'accent en els productes de temporada cultivats localment.
6. Perseguim relacions comercials sostenibles i justes, basades en un preu just per a totes les baules de la cadena alimentària, des del productor fins al consumidor.
7. Optem per mètodes de producció sostenibles i comprem nosaltres mateixos el major nombre possible de productes procedents de l'agricultura i la pesca sostenibles.
8. Prenem iniciatives per a evitar el desaprofitament d'aliments, limitar-lo, l'ús de productes d'un sol ús i evitar envasos innecessaris.
9. Proporcionem una comunicació clara i correcta sobre els esforços sostenibles que realitzem com a escola, arribant a tots els actors implicats a l'escola i en l'entorn escolar. Pensem no sols en l'alumnat, el professorat i la resta del personal, sinó també en les persones cuidadores, les empreses locals i les associacions del barri,...
10. Apliquem i concretem les directrius anteriors sobre alimentació sana i sostenible en la nostra política escolar.

SchoolFood4Change Informe sobre criteris i models innovadors per a la contractació pública de menjars escolars sostenibles i saludables

En aquest informe, els criteris proposats inclouen un conjunt bàsic de recomanacions, dissenyades per a ser aplicades per totes les ciutats, i diversos criteris opcionals, que estan dissenyats per a servir com a "complements" per a les ciutats que ja estan progressant bé amb la compra sostenible d'aliments i/o busquen centrar-se en temes o qüestions particulars. Aquests últims podrien ser qualsevol cosa, des de la mitigació del canvi climàtic, els grups vulnerables, l'economia circular, les cadenes curtes de subministrament d'aliments, fins a l'economia/resiliència alimentària regional. Les recomanacions que s'oferixen en [aquest informe](#) s'han desenvolupat per a garantir la màxima flexibilitat i adaptabilitat per a les ciutats de tota Europa.

Fulla d'acció per a escoles sobre fruites i hortalisses locals i de temporada (Bèlgica)

Rikolto ha elaborat una fulla d'acció per a les escoles sobre fruites i hortalisses locals de temporada. En ella s'explica als xiquets i xiquetes per què és millor menjar productes locals i de temporada. A més, es proposen una sèrie d'accions per a treballar aquest tema: visites a camps i horts, sessions de degustació en classe, ... [Ací](#) es pot trobar una fitxa adaptada en valencià.

Caixa de ferramentes de WWF sobre el balafament d'aliments amb lliçons i activitats per cursos

El kit de ferramentes ofereix sessions i activitats per curs. Inclou una guia didàctica, una presentació de diapositives sobre el balafament d'aliments, instruccions per a una auditoria alimentària, preguntes per al debat i activitats gratuïtes per als alumnes. Més informació [ací](#).

17 recursos per a ensenyar a no malgastar aliments

L'Institut d'Educació Humanitària reuneix [ací](#) vídeos, articles, informes, llocs web i blogs, plans didàctics i activitats.

Sessions sobre el desaprofitament d'aliments - EIT Food

[Ací](#) hi ha disponible material didàctic sobre el balafament d'aliments. Objectius d'aprenentatge: Aquesta sessió pretén conscienciar a l'alumnat sobre la pèrdua i el desaprofitament d'aliments i donar-los algunes idees pràctiques sobre com evitar-los. Per a això, l'alumnat (1) aprendrà la diferència entre pèrdua i desaprofitament d'aliments; (2) coneixerà els perjudicis que la pèrdua i el desaprofitament d'aliments causen a la societat, l'economia i el medi ambient; (3) reconeixerà maneres de reduir el desaprofitament d'aliments.

Començar a lluitar contra el balafament d'aliments (Bèlgica)

Rikolto ha pres mesures contra el desaprofitament d'aliments en diverses escoles. Ho han fet juntament amb l'alumnat i el personal del centre i han realitzat mesuraments del desaprofitament d'aliments a l'escola. Durant una setmana es mesuren totes les restes de menjar. Després es comuniquen els resultats i junts es busquen solucions. Després, es torna a mesurar el menjar per a veure l'impacte de les accions. Rikolto ha desenvolupat una fulla d'acció per a evitar el desaprofitament d'aliments a l'escola. Pots trobar [ací](#) una fitxa adaptada en valencià.

Fulla d'acció sobre una alimentació rica en aliments vegetals a l'escola (Bèlgica)

Rikolto ha elaborat una fulla d'acció per a col·legis sobre com augmentar el consum d'aliments vegetals a l'escola. En ella s'explica per què es pot aconseguir que els xiquets i xiquetes s'acostumen a menjar més aliments vegetals i com fer-ho. Una opció convenient és començar amb un mapa de la situació de partida de l'escola. A continuació, es defineixen objectius i s'especifiquen accions concretes. Disponible [ací en valencià](#).

Començar a prendre esmorzars i berenars sans i sostenibles (Bèlgica)

Rikolto ha desenvolupat una fulla d'acció per a berenars saludables i sostenibles a l'escola. Pot trobar's [ací adaptada en valencià](#).

Una visió divertida de l'alimentació sana i sostenible: els dibuixos animats d'Eva Mouton (Bèlgica)

Pot utilitzar-se a les escoles per a donar visibilitat al tema de manera divertida. Cada visual conté un aspecte concret de l'alimentació sostenible. Poden trobar-se [ací](#).

Mapeig de sistemes amb Fairtrade - Pla de classe

Aquesta sessió per a alumnat de KS3/KS4 (o de Tercer i Quart a Escòcia) introdueix als joves en el concepte de pensament sistèmic i en el poder col·lectiu que tots tenim per a introduir grans canvis en el nostre mode de vida. Està disponible [ací](#).

Sessions sobre processament d'aliments - EIT Food

[Ací](#) es pot trobar material didàctic sobre el processament d'aliments. Objectius d'aprenentatge: 1. L'alumnat serà capaç de definir el terme "aliments processats". 2. L'alumnat podrà diferenciar entre els diferents tipus d'aliments processats (ultraprocessats, industrials, casolans, etc.). 3. L'alumnat podrà exposar les raons del consum d'aliments ultraprocessats i debatre sobre el consum intel·ligent d'aliments processats.

Sessions per a llegir les etiquetes dels aliments - EIT Food

[Ací](#) hi ha disponible material didàctic sobre les etiquetes dels aliments. Objectius d'aprenentatge: 1. L'alumnat aprendrà en què consisteixen les etiquetes dels aliments i seran capaços de comprendre les diferents dades que es presenten en elles. 2. L'alumnat adquirirà i utilitzarà ferramentes per a prendre decisions informades en matèria de nutrició basades en la lectura atenta de les etiquetes dels aliments. 3. L'alumnat debatrà les idees errònies sobre els ingredients de les etiquetes alimentàries. Disponible en anglés.

Targetes d'inspiració - conjunt de criteris

Aquestes targetes poden utilitzar-se per a tindre una visió clara del que significa cada pilar d'una forma molt visual i senzilla. Es poden trobar aquestes targetes [ací en valencià](#).

Kit d'iniciació per a centres escolars (Bèlgica)

Tots els centres escolars que vulguen començar amb la "bona alimentació a l'escola" tenen accés a un kit per a principiants. [Ací](#) es troben disponibles cartells, presentacions, un qüestionari, receptes... en neerlandés.

Per a més recursos, visita la pàgina web del projecte: <https://schoolfood4change.eu/es/recursos/>

***THANKS FOR
THE FOOD!***



**It's time for
a new menu**